



別格本山 一乗院

金剛峯寺の塔頭寺院として善化上人が開いた由緒ある寺院。1500坪の境内には、弥勒菩薩を祀った本堂を中心に、奥書院、庭園、茶室などが広がる。江戸時代に狩野派の絵師によって描かれた屏風などの宝物も。



☎ 0736-56-2214
 図 和歌山県伊都郡高野町高野山606
 図 2千手院橋から徒歩すぐ
 図 宿泊13,000円～(動行の参加は無料、阿息観体験1,000円、写経体験1,000円)
<http://www.itijoin.or.jp/>



ワタシ流こうやさんぽ その4
宿坊に泊まるッ!



写経で心を落ち着かせ

一文字ずつ、心を込めて般若心経を書いていくと、心のもやが晴れるような感覚に。最後に自分の願いも書き添えて。



精進料理で夕食

17:30 素材、調理法、彩り、すべてにこだわり抜いた精進料理に舌鼓。僧侶が膳ごとに出来たてを部屋まで運んでくれる。



入浴で心身を清め

女湯は温度の違う2種類の浴槽が。アメニティグッズも充実で、こだわり派女子も満足!
 ※入浴時間16:00～22:00



寺院内を散策

まずは、ゆっくり寺院内を見てまわろう。一乗院の回遊式庭園は、池を取り囲むように樹々が生い茂り、四季折々の自然美に心がやわらかく。

長寿のシンボル 亀と鶴をかたどった一乗院のお庭。



わからないことがあったら、気軽に僧侶に聞いてみよう。高野山の見どころなど、耳寄り情報も教えてくれる。

ぐっすり就寝

静けさの中に 僧侶の声が響き、荘厳な雰囲気



朝の勤行に参加

6:30 早朝の澄んだ空気の中、僧侶とともにお経、声明(しょうみょう)を唱える神聖な時間。極彩色の本堂、天井を彩る花の絵画は必見。



客室でまったり

冷暖房完備で快適なお部屋。TVはもちろん、加湿器、ドライヤーなど女性にうれしい設備も。行き届いた心配りが旅の疲れを癒やす。



宿坊到着

玄関先でお香を手に塗って、心を清める塗香(ずこう)の作法から。僧侶の優しい笑顔に迎えられ、宿坊気分が高まる!

Start

Pick up

四季を問わず楽しんで!

宿泊はもちろん 日帰りでも宿坊体験OK!

ゆったり宿泊するのが一番だけど、時間のない人は日帰りでも宿坊の魅力味わえる。高野山には52もの特色ある宿坊があり、本格的な精進料理による昼食や、写経、阿字観体験などができる寺も。相談や予約は、気軽に下記高野山宿坊協会へ。

高野山宿坊協会

☎ 0736-56-2616 (8:30～17:00)



阿息観で瞑想体験

座禅を組み、静かに呼吸しながら五感を研ぎ澄ます阿字観の初心者編(?)ともいえる阿息観。宇宙を感じる尊い時間。



精進料理で朝食

7:30 趣向を凝らした料理は、どれも素材の味を生かした味付け。野菜、豆類中心の食事が、清々しい朝にピッタリ。



お膳に十数種類の料理が並び、ボリュームも満点!

手づくりこだわった一乗院の精進料理。自家製の食材も多数使用。



静謐な空気に包まれて 心を真つすぐにするひと時。

高野山での旅をより充実させたいなら、ぜひ宿坊での宿泊を。静かな時の流れを感じ、僧侶の心温まるおもてなしや丹精込めた精進料理を味わうと、自然と心が澄んでいく...



一乗院 住職 佐伯 公彦さん

伝統と格式と寛ぎ 僧侶にきく、宿坊入門