

## 「鎌倉時代からの古刹 地域のお寺、薬王寺で心を整える」

三療山薬王寺は、鎌倉時代の初め、三河守源範頼公（頼朝公の異母弟）の別邸跡に、公の殉後その霊を弔うために建立された寺です。室町時代の中頃に尊誉法印が復興し、のちに三療山薬王寺と改めて現在に至る真言宗御室派の寺です。今回は薬王寺のご協力を得て、写経、阿字観、鐘撞きの非日常的な体験を通して心を整えて戴く企画です。花火鑑賞と同じく、多忙な日常生活を忘れてリフレッシュして下さい。＜協力：薬王寺＞

薬王寺については <https://yakuouji.jp> をご覧ください。

実施日時：令和 7 年 9 月 27 日（土） 出発は 15:30 京急金沢文庫駅／解散は 18:15 薬王寺

コース：金沢文庫駅を出発し徒歩 15 分で称名寺に到着。称名寺境内を散策したあと薬王寺にご案内します

### 【薬王寺での体験】

- ・阿字観（\*）
  - ・写経（椅子席です）
  - ・午後 6 時の鐘撞き（6 名/多数のときは抽選）
  - ・ご住職法話
- （\*）阿字観とは？

阿字観は、弘法大師を始めとして千二百年の時を越え、今に伝わる日本で生まれた瞑想法です。阿字観瞑想の実践は、本尊である大日如来の象徴である阿字観掛け軸の前に座禅し、本尊のお心を自分自身が受け入れさせて頂くことを心で観じ、曼荼羅世界に入っていくという密教独特の瞑想方法です。  
坐り方は自由です。御御足が心配な方は椅子に腰掛けることもできます。



◎集合場所：京浜急行金沢文庫駅改札口

◎受付時間：15：00～（出発時間は 15：30 です）

◎筆記用具：写経用の筆ペンと鉛筆を用意しています。使い慣れた筆記用具をお持ちいただいても構いません。

◎服装：瞑想をしますので動きやすい服装でお越しください。

◎募集人数：30 名（30 名に達しましたらクラウドファンディングの申込みは終了します）

◎参加費：ありません

◎雨天：雨天決行しますが、台風等の荒天時には中止することもあります。中止のときは連絡します。

◎保険：事故等については保険の範囲外の責任は負いかねます。

◎緊急連絡：当日の実施確認・連絡は 080-5071-0469（当日のみです）

企画・当日のご案内は NPO 法人横濱金澤シティガイド協会

〒236-0027 横浜市金沢区瀬戸 15-13

TEL：045-787-0469（平日 10 時～13 時のみ）

ホームページ：<https://yokokanaguide.org>