＼誰でもカンタン！／

お寺で
プチ修行の
ススメ

お坊さんに学ぶお寺体験

篠栗町には、篠栗霊場を守る歴史あるお寺が20ヶ寺以上あります。
お坊さまから直接ご指導いただけるのが、お寺体験です。
仏道修行でこころと身体のバランスをととのえる非日常の体験はいかがですか。

◆◆◆◆◆◆◆◆ 泊まって充実の非日常を体験できます ◆◆◆◆◆◆◆◆

予約をしたお寺で写経体験！

お寺が営む民泊でゆったり。
※町内の個性豊かな宿泊施設でお過ごしください。

翌朝は、お坊さんと一緒にお遍路へ！

篠栗のお寺でしか味わえない、5つの体験。

瞑想

お坊さんの案内で姿勢をととのえ、呼吸に意識をむけていきます。真言宗の瞑想法を実践していただきます。

- 催行人数 … 2名以上
- 所要時間 … 約2時間
- 参 加 費 … 3,500円/名

写経

作法に則り、一文字ずつ丁寧になぞり書きをします。最後に願いを記し、お寺に奉納することもできます。

- 催行人数 … 2名以上
- 所要時間 … 約2時間
- 参 加 費 … 3,500円/名

写仏

仏さまを筆でなぞり書きします。没入感があり、毎回仕上がる仏さまの表情の違いも楽しみです。

- 催行人数 … 2名以上
- 所要時間 … 約2時間
- 参 加 費 … 3,500円/名

滝行

古来は禊として行われた修行のひとつ。心身をととのえる体験です。観光協会では夏期限定で受付いたします。

- 催行人数 … 2名以上
- 所要時間 … 約1時間
- 参 加 費 … 4,000円/名

※その他の季節はお寺にご相談をお願いします。

お遍路

お坊さんが先達となってご案内します。作法や札所の歴史、ご利益などお聞きしながら巡る体験です。

- 催行人数 … 2名以上
- 所要時間 … 約3時間
- 参 加 費 … 15,000円/組

篠栗遍路 おすすめセット

土産物店・町内の旅館・札所で販売中

【篠栗四国霊場 巡拝図（地図）】

【お経本】
お唱えするお経が書かれた本です。お遍路の仕方やよくある質問なども掲載しています。

【公式ガイドブック】
篠栗霊場の札所の歴史や伝説等がこの1冊に。お遍路の予習復習にもおススメです。

▲▲▲ 体験者の声 ▲▲▲

お寺の本堂でお写経体験をしました。心地いい風が入る本堂はとても静かでした。体験する前にお坊さんがお経をあげてくださり、初めて塗香も体験。清めてから般若心経を書き始めました。知らない漢字もあり、つい意味を考えていましたが、次第に気持ちが落ち着いてきて、フラットな心で実践することができました。一緒に体験した友人はスラスラと書き進めていて、あまりの速さに驚きました。お坊さんから、「ご自身のスピードで書いてください」と一声かけていただき、また落ち着いて書き終えることができました。書き終えた写経には願い事を書き、奉納させてもらいました。

※お寺体験は1週間程度余裕をもってお申込みをお願いします。お寺の行事等によって受付できない場合もありますので、予めご了承ください。また表示の価格は2024年8月時点の情報です。