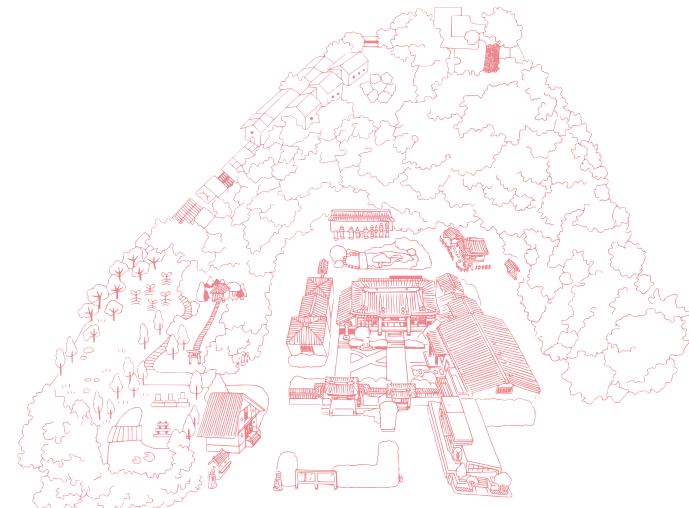




東向山 築田寺



寛永文化を華やかに咲かせた江戸時代のファッション・リーダーであり、「スーパーウーマン」と称された皇后・東福門院の御霊が宿る特別な寺院

ここ築田寺の歴史は、約1100年前の平安時代に遡ります。平貞盛が平将門の乱を鎮圧するため、この地で戦があり、平家両軍の戦死者を集め火葬し、東香堂を建立したのが始まりです。その後、室町時代には室町幕府の関東管領・上杉憲定により東岳寺が建立され、江戸時代には、織田信長の家臣で桶狭間の戦いで一番の功労者とされた築田家の菩提寺として築田寺が建立されました。築田寺は数々の武将や武士たちの精神を受け継ぎながら真言宗、浄土宗、曹洞宗といった宗派の変遷を経て、その姿を変えてきました。

昨年、築田寺は国土交通省観光庁が推進する「歴史的資源を活用した観光まちづくり推進事業」に採択され、日本の禅文化を体験できる宿坊「泰全」をオープンしました。ここでは、精進食堂を楽しめる「ときとそら」で、訪れる人々に季節ごとの物語りとともに特別な食体験を提供しています。これらの活動は早くからメディアの注目を集め、築田寺の新たな魅力として広く認知されています。

ここ築田寺には、徳川家康の孫娘で後水尾天皇に嫁いだ東福門院（徳川和子）のご位牌が安置されています。このご位牌は、天皇家の菩提寺である京都の「泉涌寺」や熊谷直実が創建した「法然寺」と並び、築田寺にのみ安置されています。

東福門院は、徳川家康の悲願である「徳川の血を引く天皇の誕生」を実現するため、わずか14歳で京都御所へ嫁ぎました。彼女は生涯故郷の江戸に戻ることなく、72歳で没するまで朝廷と幕府との架け橋として尽力しました。実子である女性天皇・明正天皇をはじめ、後光明天皇、後西天皇、霊元天皇と、4人の天皇を育てた国母であり、自由闊達な人柄で日本文化の再興にも力を注ぎました。彼女が導入した斬新で華麗な美意識と新たな技術は、『寛永文化』として花開き、江戸時代のファッションリーダーと称えられました。

東福門院のお付きの武士（女院附武家）として最後までお仕えたのが、築田寺ゆかりの梁田正勝の長子・梁田直次であり、東福門院は魂（ご位牌）となり、ここ武蔵野の地、築田寺に戻られました。

また、400年前、東福門院は京都の上賀茂神社が傷んでいることを知り、その修復費用（現代換算で300億～400億円）を徳川家が負担すると申し出ました。この支援により、現在の上賀茂神社の姿が再建されたのです。築田寺の寺紋「丸に結双葉葵紋」は、上賀茂神社のご神紋である「葵（双葉葵）」と同じく、古くから神と人、人と人を結ぶ植物「葵」を象徴としています。この寺紋は、双葉の葵が結びを成して円に収まる姿をしており、人々の結びつきと協力の大切さを表しています。

今年4月、京都の上賀茂神社から双葉葵が築田寺に贈られ、ほどなくして花を咲かせました。その花言葉である「細やかな愛情」は、築田寺のご縁と精神をさらに深めています。ここ築田寺では、東福門院が愛した茶会、能楽、香道、花道など、さまざまな文化芸術活動が今も息づいています。

東福門院の御霊と共に、古来より受け継がれてきた日本の伝統文化の素晴らしさを、ぜひ築田寺で感じていただけたら幸いです。



築田寺 本堂



東福門院（徳川和子）のご位牌



上賀茂神社 葵紋



築田寺 丸に結双葉葵紋

内臓と心を穏やかにする宿坊・精進料理

宿坊

Temple's Shukubo



築田寺宿坊「泰全」では、寺院にまつわる様々な体験を通して、心地よい生活習慣に出逢い直すことができます。

穏やかな光と清らかな水に恵まれた森の中で、暮らしの作法に向き合う時間。

ひとつひとつの行いは、香りが衣服に染み込むように身体に記憶されます。

心と体の新陳代謝は功德となり、日々の暮らしにも整いをもたらすでしょう。



朝粥

Morning Rice Gruel



築田寺の粥坐（朝食）では、僧堂の生活に寄せて朝にお粥をお出ししています。お粥には、色（体の色艶がよくなる）・力（気力が増す）・寿（長命となる）・楽（食べ過ぎず体が安泰）などの十種類もの利点があると説かれております。



精進料理

SHOJIN-RYORI

築田寺の斎座（昼食）では、知足安分を大切にしています。知足安分とは、足ることを知り今の状態が安らかだと分かること。今の我が身を標準と考えれば、妬みや劣等、損得などの不安が薄くなります。

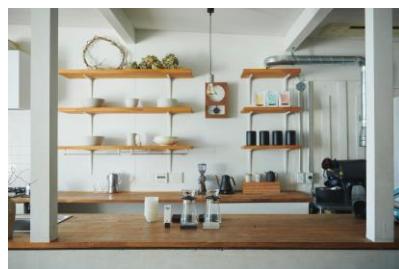


焙煎珈琲

Coffee



静謐な森と清らかな湧水に囲まれたこの小さな焙煎所。それぞれの豆の持ち味を丁寧に引き出しながら、心を込めて焙煎されたコーヒーは極上の旨味で喉を潤してくれます。

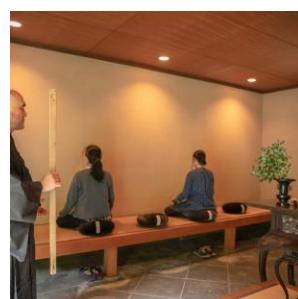


五感と心を磨く和文化体験

座禅 ZAZEN MEDITATION

禅宗の基本的な修行法である「坐禅」。坐禅は、インドから中国に禅を伝えた達磨禅師以来、禅宗が大切にしてきた仏道修行です。言葉を発せず姿勢を整え、息を整えることで、心も整う時間を過ごします。その考え方、作法を学び、実際に坐っていただきます。

所要時間：40分
開催人数：1～12名

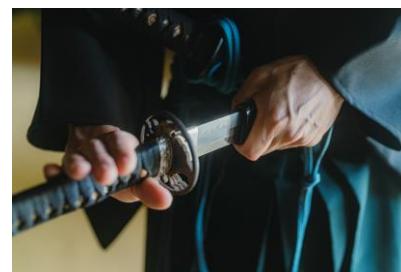
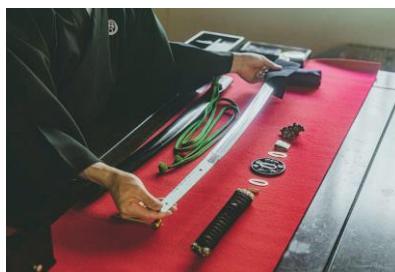


居合・抜刀 SWORDSMANSHIP



鈴木大拙は、日本の文化として禅や武士道の精神について著作を残しました。その中で、刀は人を殺める道具でありながら、正しく道を歩むことで人を生かすものだと紹介されています。居合道のプログラムでは、日本刀の作りや扱い方を教え、実際に真剣を使って試し斬りに挑戦していただきます。

所要時間：120分
開催人数：1～4名 ※ 最大5名



お香作り MAKING INCENSE



お香は、仏教伝来とともに日本に伝えられたとされています。築田寺の豊かな自然の中で育った山野草を使って、自分だけのオリジナルのお香を作っていただきます。

所要時間：60分
開催人数：1～4名 ※ 最大5名



茶道 TEA CEREMONY

茶道は、禅宗の僧侶が、仏への献茶の所作を発展させ、悟りの境地に至るための一手段として完成させたもの。お茶を通して自分自身を見つめる静かな時間を過ごしていただきます。

所要時間：30分
開催人数：2～4名



作務 SAMU

お寺での掃除や片付け、庭の草取りなどをしていただきます。生活する場を掃除することは自分の身体とところを整えることに繋がります。

所要時間：45分
開催人数：1～12名



和文化体験プログラム事例

10:00～10:30

座禅 ZAZEN MEDITATION

所要時間：30分
開催人数：1～12名



10:30～11:30

お香作り MAKING INCENSE

所要時間：60分
開催人数：1～4名 ※ 最大5名



11:30～12:30

精進料理 SHOJIN-RYORI



13:00～14:30

居合・抜刀 SWORDMANSHIP

所要時間：90分
開催人数：1～4名 ※ 最大5名



15:00～17:00

珈琲を片手に 語らいのひととき COFFEE TIME



5名ずつ
体験入替

