

pm 12:00  
lunch

### 梅園の里

江戸時代の思想家・自然哲学者、三浦梅園を育んだ地に位置する複合施設で、春には園内の梅が香り、高台から里山ののどかな風景を望むことができる。木曜と日曜限定で開催する地元の野菜をふんだんに使った「旬菜バイキング」は地元の人にも人気。  
[梅園の里] 安岐町富清2244 / tel:0978-64-6300 / http://www.oct-net.ne.jp/infbaien



お昼ご飯の前に紅葉の名所「文殊仙寺」へ。真っ赤に染まった境内を並んで歩いていると、住職に坐禅もできますよと声をかけられた。夫はそういう誘いに断るような野暮ではない。ワタシは写経に興味があったが今回はせっかくなので坐禅に挑戦した。文殊仙寺の静けさと澄んだ空気に包まれていくようで、雑念が抜けていく。心も体もスッキリして文殊仙寺を後にすると空腹感に襲われたのでランチバイキングが人気。「梅園の里」へ。地元素材をふんだんに使うさまざまな惣菜を目の前にすると、抜けた雑念がまたフツフツと蘇ってきた。

A short trip  
Kunisaki

雑念を忘れる  
坐禅体験から  
欲を刺激する  
バイキングへ。

am 10:00  
temple

### 文殊仙寺

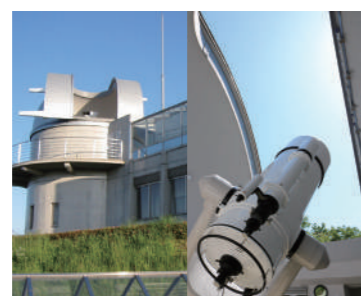
日本三文殊の一つとして千三百年の歴史が今なお受け継がれる古刹霊地。御本尊の文殊菩薩は智慧第一の仏として信仰され、学業成就や合格祈願で多くの人を訪れる。毎月25日は文殊菩薩の縁日にあたり、その日の11時から縁日護摩が厳修される。  
[文殊仙寺]  
国東町大恩寺2432 / 0978-74-0820  
www.monjyusenji.com



### 梅園の里

入浴も宿泊も  
天体観測も楽しめる

両子山から湧き出る「走り水」を沸かした天然ミネラルたっぷりの大浴場やベッドと宿泊できるロッジ。大分県内最大の天体望遠鏡を有した天体観測施設「天球館」などがある。また、8区画に分かれたキャンプ場もあり、野外でのレクリエーションにもおすすめ。



天球館  
夜間行われる星博士による解説付き観測が人気。



梅の湯  
日帰りでも利用できる大浴場。ジェットバスやサウナも完備。



ロッジ  
ベッドと宿泊可の棟を3棟設けたキッチン、バス、トイレ完備のロッジ。

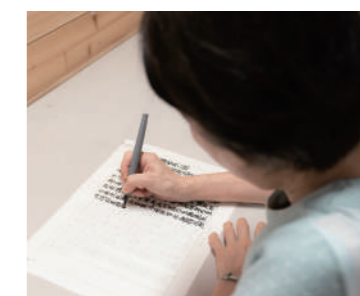
### 文殊仙寺

大迫力の護摩祈禱や  
心を鎮める坐禅・写経を体験

煩惱を焼き尽くす護摩は大切な行事の一つ。それを間近で見られるのも文殊仙寺ならではの。また、坐禅や写経といった体験も行っている。※状況により体験できない場合があります。体験の可否に関しては事前にお問い合わせください。



護摩祈禱  
厄よけや合格祈願を燃え上がる火の前に行う



写経  
般若心経を書き写しその後、護摩の際に奉納



坐禅  
呼吸を整え身体を正し自らと向き合う