

星のや京都 (京都府・嵐山)

秋の京都で文化体験

## 能と禅で美を磨く滞在「キレイのいろは」プログラム開催

期間：2018年9月1日～11月15日

京都府・嵐山にある全室リバービューの旅館「星のや京都」は、2018年9月1日～11月15日の期間、能と禅の体験を通して美しさを磨く2泊3日の滞在型プログラム「キレイのいろは」を開催します。本プログラムでは、通常立ち入ることのできない能舞台で能のプライベートレッスンを受け、美しい姿勢を学びます。また、秋草の美しい禅寺にて講話を聴き、坐禅を組むことで、美しく生きるヒントを得ます。



## 能舞台で美しい姿勢を学ぶプライベートレッスン

本プログラムでは、通常立ち入ることのできない能舞台にて、能のプライベートレッスンが受けられます。レッスンを実施する能舞台は、京都御所（京都市上京区）の北西に位置し、1957年に建てられた「河村能舞台」です。本プログラムでは、能の文化的背景のほか、仕舞（しまい）の基本である「型」と、謡（うたい）の基本である発声を、観世流<sup>注1</sup>の能楽師より教わります。

能楽師が高齢になっても美しい姿勢で舞っていられるのは、型のトレーニングのたまものです。その所作を学ぶことで、日常生活における姿勢や立ち居振る舞いを見直す機会となります。

注1：能の流派の一つで、流祖は観阿弥（かんあみ）。



## 【能とは】

能は14世紀に大成された、日本の古典芸能の一つです。1957年に国の重要無形文化財となり、2008年にはユネスコ（国際連合教育科学文化機関）の無形文化遺産に登録されています。独自の様式をもつ能舞台で、能面を用い、謡（うたい）と囃子（はやし）を伴奏に演じられる舞台劇です。後に大成した人形浄瑠璃文楽（にんぎょうじょうりふんらく）や歌舞伎にも大きな影響を与えています。

参考：小学館 日本大百科全書

## 能のレッスンは、正絹の着物で

本プログラムでは、能のレッスンを本格的に楽しむために、着物の貸し出しと着付けを行います。着物は、能鑑賞やおでかけにふさわしい正絹<sup>注2</sup>の着物の中から参加者が事前を選ぶことができます。

能のレッスン後には、学んだ所作を実践しながら着物姿で京都市内を観光することもおすすめです。

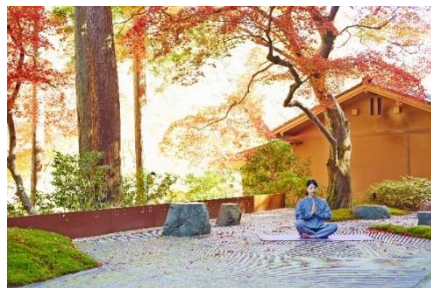
注2：ポリエステルなど化学繊維ではなく、絹を原料とした織物。

## 禅寺の教えに触れ、美しく生きるヒントを得る



本プログラムでは、京都市右京区の「臨済宗大本山 妙心寺（みょうしんじ）」にて、秋草の美しい庭を愛でながら禅の講話を聴き、坐禅を組みます。

禅には「調身・調息・調心」という教えがあります。これは、正しい姿勢と深い呼吸で坐禅を組めば、心身ともに調うという意味です。また「無用の用」という禅語には、一見無用と思われるものが大切な役割を担うという意味があります。グラスに水を注ぐためには、グラスが空である必要があるように、人間も新しいことを吸収するためには、心を空にする時間が大切です。こうした教えに触れることで、日常生活や自己を見つめ直すきっかけを提供します。



### 毎朝自然の中で深呼吸をし、心を調える

本プログラムでは毎朝、星のや京都内の庭「奥の庭」にある樹齢約400年のオオモミジの下で、呼吸法を取り入れた体操「水辺の深呼吸」を行います。坐禅で教わった姿勢や呼吸を意識しながら、手足を伸ばし、奥嵐山の自然の空気を吸い込みます。日常の喧騒から離れ、ゆっくりと呼吸をし、心を空にする時間を持つことで、心をおだやかに調えることができます。

## スケジュール例

### 【1日目】

15:00 チェックイン  
17:00 禅寺での講話と坐禅  
19:00 夕食 星のや京都にて  
(別途料金)

### 【2日目】

8:30 水辺の深呼吸  
9:00 朝食 星のや京都にて  
(別途料金)  
10:00 着物着付け  
13:00 能舞台での能のプライベートレッスン

### 【3日目】

8:30 水辺の深呼吸  
9:00 朝食 星のや京都にて  
(別途料金)  
12:00 チェックアウト

### 「キレイのいろは」概要

- 日程：2018年9月1日～11月15日
- 場所：星のや京都、河村能舞台（車で片道約40分）、妙心寺（車で片道約20分）
- 料金：1名75,000円（税・サービス料10%別）\*宿泊代・食事代別
- 含まれるもの：禅寺での講話と坐禅（60分）、能舞台での能のプライベートレッスン（60分）、着物レンタル、着付け、水辺の深呼吸（60分）
- 参加条件：星のや京都宿泊者
- 定員：1日1組限定（1組1～4名）
- 予約：ホームページ（<https://hoshinoya.com/kyoto/>）より、14日前までに要予約
- 備考：上記のスケジュールは一例です。予約時に申し出があれば、時間の変更が可能です。



### 星のや京都

平安貴族が別邸を構えた京都府・嵐山。渡月橋から船に乗り、大堰川を遡ると現れる水辺の私邸。京都に息づく日本の伝統技法を感じる客室、五味を自在に表現する日本料理、四季の美しい景観と静けさの非日常の世界を楽しむリゾートです。

所在地：〒616-0007 京都府京都市西京区嵐山元録山町11-2  
アクセス：阪急嵐山駅より徒歩約10分、京都南ICより車で約30分  
電話番号：0570-073-066（星のや総合予約）

URL：<https://hoshinoya.com/kyoto/>

客室：25室 チェックイン15:00～/チェックアウト～12:00

料金：81,000円～（1室1泊あたり、食事別、税・サービス料10%込）

本リリースに関する報道関係からのお問合せ先 星野リゾート グループ広報

TEL：03-5159-6323

FAX：03-6368-6853

E-mail：pr-info@hoshinoresort.com