

## 西来庵

西来庵は、建長寺の初代住職である蘭溪道隆（1213–1278）に捧げられた塔頭です。新米の修行僧が生活して学ぶ禅の修行用の僧院としても使われており、一般の人は決して立ち入れません。

この門の先には、僧院の本堂、食堂、禅堂、そして道隆に捧げられた開山堂があります。

僧の修行は、終わるまでに少なくとも3年半かかります。修行では、禅の教本を読んだり、瞑想を行ったり、米、味噌汁、そして漬物からなる厳しい食事制限を続けたりします。禅堂は寝たり坐禅を行ったりするのにも使われ、それぞれの僧には畳1枚があてがわれます。