



**THE EXCITING
KANSAI**

The KANSAI contains
the real undiscovered
Japan.



Italy



**Aeroporto internazionale
del Kansai**

Cos'è "l'EXCITING KANSAI"?

Pensando al Kansai, potrebbero venirti in mente le sue zone centrali come Osaka, Kyoto, Kobe e Nara.

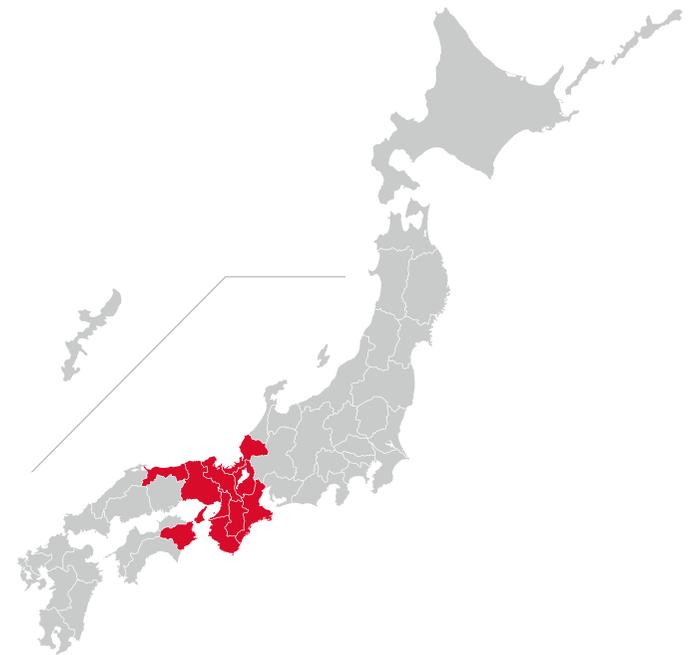
Il Kansai, però, non è solo queste città, ma vanta molti altri luoghi di interesse e fantastiche mete.

Terre in cui puoi scoprire le tradizioni, i miti, la cultura e le cucine che gli abitanti di questa regione per lungo tempo hanno curato e amato.

Vai alla scoperta di ciò che c'è appena fuori dal Kansai centrale.

Ti attendono sorprese inaspettate:
non devi far altro che immergerti nelle esperienze e nella cucina unica del Kansai.

In questa guida ti presenteremo otto zone che di certo ti saranno d'ispirazione e ti instilleranno il desiderio di partire.

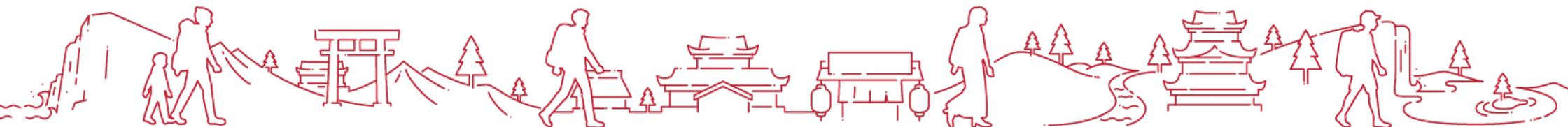
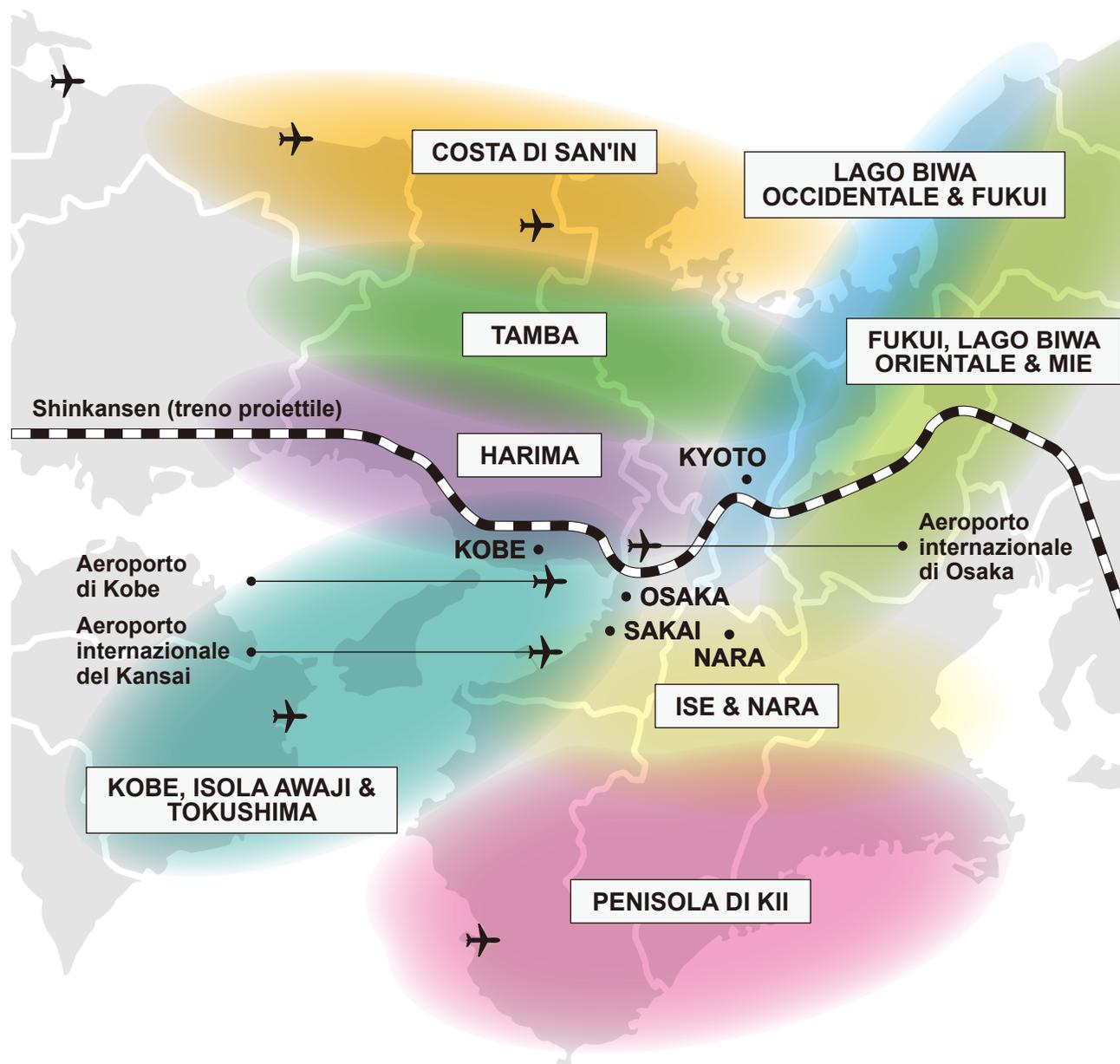


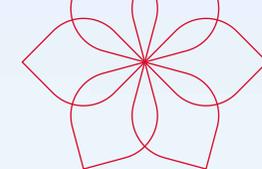
©2022 KANSAI Tourism Bureau. Tutti i diritti riservati.

I copyright di tutti i loghi, della struttura generale, di testo, immagini e illustrazioni e di qualsiasi altra opera originale contenuti nella presente pubblicazione sono protetti dalla Legge giapponese sul diritto d'autore. I suddetti copyright sono di proprietà del KANSAI Tourism Bureau, senza il cui consenso nessun utilizzo, riproduzione, modifica, rilascio o distribuzione della presente pubblicazione, parzialmente o integralmente, può essere effettuato.

Contents

- 5 COSTA DI SAN'IN
- 19 LAGO BIWA OCCIDENTALE & FUKUI
- 25 TAMBA
- 39 FUKUI, LAGO BIWA ORIENTALE & MIE
- 45 HARIMA
- 51 KOBE, ISOLA AWAJI & TOKUSHIMA
- 65 ISE & NARA
- 71 PENISOLA DI KII





COSTA DI SAN'IN

Lungo il Mar del Giappone, la regione costiera di San'in si estende dalla Penisola di Tango, nella parte nord della prefettura di Kyoto, attraverso la prefettura di Hyogo e fino alla prefettura di Tottori. Questa zona, dichiarata Geoparco Mondiale UNESCO con il nome di San'in Kaigan, si caratterizza per un territorio, un contesto naturale e uno stile di vita del tutto unici.

Il clima in questa regione costiera è tipicamente variabile, come si intuisce dal detto locale: "Dimentica pure la scatola del pranzo, ma mai l'ombrello". Le sue caratteristiche naturali, nello specifico un alto livello di precipitazioni, tipiche delle zone sul Mar del Giappone, nonché la sua morfologia, che ha permesso la creazione di porti aperti, sono alla base dello sviluppo tutt'oggi attivo dell'industria manifatturiera della seta e di forme di cultura uniche, come la danza rituale del kagura. In questa zona, si trovano diversi porti che commerciavano con il continente e un tempo vi sorgeva anche un fiorente e antico regno.

Passeggiando lungo la costa, si notano le sue tantissime e splendide peculiarità naturali: scogliere, spiagge di sabbia, pinete e dune. Numerosi percorsi escursionistici conducono alla scoperta della natura e della vita quotidiana di questo luogo.

La regione costiera di San'in è rinomata anche per l'abbondanza di pesce squisito, una chiara conseguenza della fertilità delle sue acque che sgorgano dalle montagne e si diramano fino alla costa, attraverso l'intricato terreno costiero. Con i tanti onsen (sorgenti termali) presenti in zona, i visitatori possono concedersi lo straordinario piacere di un bagno nelle acque termali, soggiornando negli annessi alloggi dal fascino semplice. Con l'inverno giunge la stagione dei granchi e molti turisti, oltre alle sorgenti termali, si godono anche le specialità locali a base di granchio.





Dal nord della prefettura di Kyoto alla meno nota Fukui a est, l'incantevole baia di Wakasa offre una spettacolare vista costiera del Mar del Giappone su tre lati. La zona è inoltre la culla di una variegata e radicata cultura: santuari e templi incredibilmente emozionanti, importantissimi siti storici e un meraviglioso ambiente naturale, oltre ad affascinanti vie del commercio, ancora poco note ai turisti internazionali e persino ai giapponesi stessi. Il tour ti condurrà in un viaggio memorabile alla scoperta di questi tesori, seguendo il tuo ritmo. Oltre ad ammirare la splendida vista su Wakasa ogni giorno da ovest, sud ed est, potrai conoscere e approfondire cinque aspetti chiave della cultura della regione: spiritualità, natura, storia, quotidianità e conservazione.

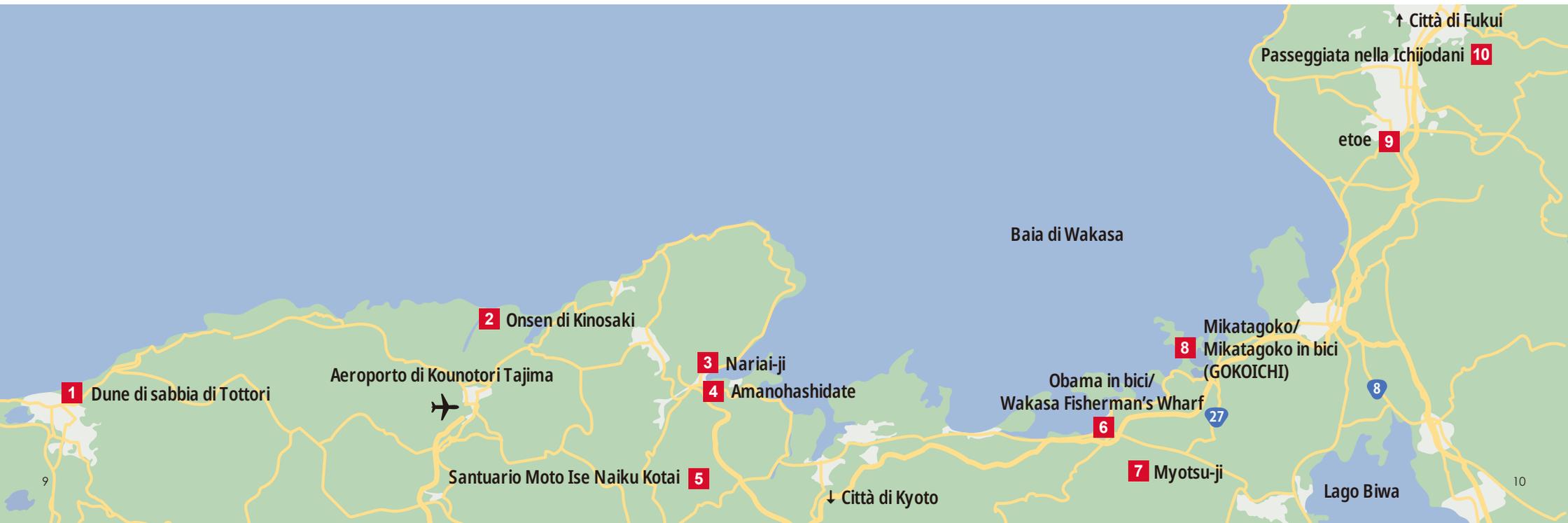




Escursione al santuario Moto Ise Naiku Kotai

Parte dei tre santuari noti complessivamente come Moto Ise Sansha e leggendariamente fondato prima degli albori dell'Era Comune, questo santuario è dedicato a Amaterasu Sume-Okami. Circondato da una fitta foresta, si caratterizza per i giganteschi cedri che si ergono sui suoi terreni da oltre un migliaio di anni. Nelle vicinanze sorge inoltre un luogo di culto che guarda all'Himurogatake, una montagna su cui le divinità sarebbero discese sulla Terra. Le origini della devozione religiosa in Giappone permeano intensamente questo luogo.
<http://motoise-naiku.com/>

5

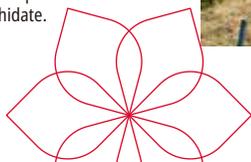




3

Percorso da Amanohashidate al tempio Nariai-ji

In appena 4 minuti circa, dal ponte naturale di sabbia di Amanohashidate si raggiunge il parco Kasamatsu. Da qui, percorrendo un sentiero di montagna per una ventina di minuti si arriva all'antico tempio Nariai-ji, fondato nel 704. Il cosiddetto "honzon" (la principale immagine di culto) è Kanzeon Bodhisattva (dea della compassione), anche definita Kannon che si sacrifica, capace di esaudire i desideri. Con una piccola passeggiata dal tempio, scoprirai un belvedere panoramico, dove potrai ammirare una vista incontrastata su Amanohashidate.
<https://www.nariaiji.jp/>



In bici nella zona di Mikatagoko (GOKOICHI)

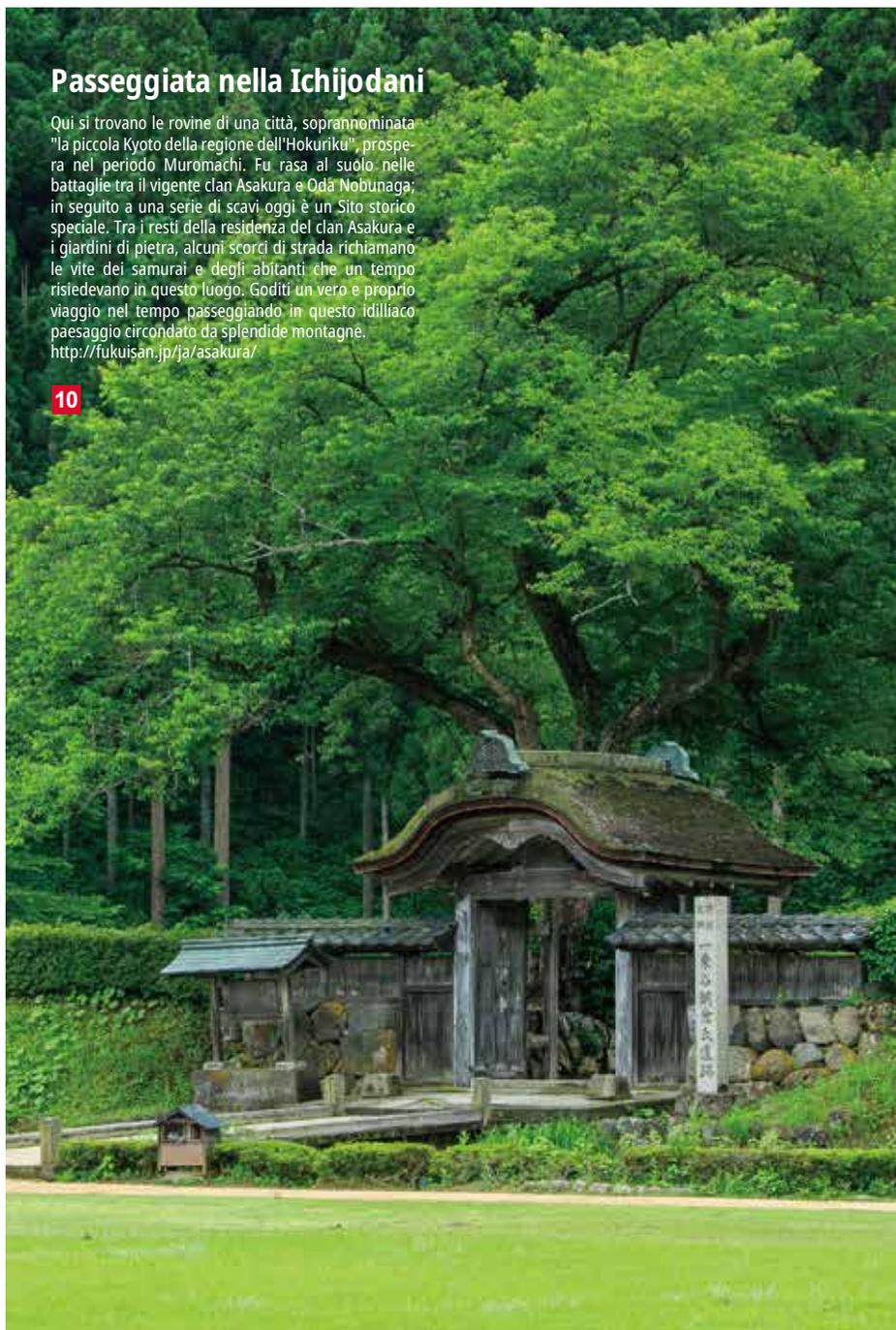
Il percorso ciclabile circonda la cosiddetta Mikatagoko (terra dei cinque laghi di Mikata), sul Mar del Giappone, a nord-ovest del lago Biwa. Questo nome indica una zona che comprende cinque laghi e si estende tra le città di Mihama e Wakasa. Ti basteranno circa 3 ore per andare alla scoperta di tutti e cinque i laghi, che si caratterizzano per acque variegata, dolci, salmastre e saline, con colori che cambiano leggermente da un lago all'altro.
www.wakasa-mikatagoko.jp/

8

Passeggiata nella Ichijodani

Qui si trovano le rovine di una città, soprannominata "la piccola Kyoto della regione dell'Hokuriku", prospera nel periodo Muromachi. Fu rasa al suolo nelle battaglie tra il vigente clan Asakura e Oda Nobunaga; in seguito a una serie di scavi oggi è un Sito storico speciale. Tra i resti della residenza del clan Asakura e i giardini di pietra, alcuni scorci di strada richiamano le vite dei samurai e degli abitanti che un tempo risiedevano in questo luogo. Goditi un vero e proprio viaggio nel tempo passeggiando in questo idilliaco paesaggio circondato da splendide montagne.
<http://fukuisan.jp/ja/asakura/>

10



La città di Obama in bici e a piedi

Obama è il punto di partenza del "Saba Kaido", altrimenti noto come la "via degli sgombri". Molti prodotti del mare, compreso ovviamente lo sgombrò, giungono a terra dal porto di Obama, da cui possono essere trasportati lungo rotte ormai consolidate verso le grandi città, come Kyoto e Osaka. Dalla stazione di Obama, dirigiti al porto e visita il mercato del pesce, per acquistare pescato freschissimo. Puoi anche fare un giro in barca attorno al porto. Il paesaggio urbano a ovest della stazione di Obama vanta lo stesso aspetto degli ultimi 150 anni circa, con i suoi antichi templi, ristoranti storici e caffè carichi d'atmosfera.

<https://www.wakasa-obama.jp/modelroute/cycling/>

6

Wakasa Fisherman's Wharf

Durante la crociera attorno all'arco di Sotomo, della durata di 60 minuti, godrai di un paesaggio dinamico, modellato dalle forti onde del Mar del Giappone. Con questa gita in barca percorrerai 6 km di storia e fascino, che si intrecciano con le meravigliose scogliere, le rocce dalle forme uniche e gli ingressi alle grotte. Ammira lo splendore dell'oceano scosso da potenti onde con questo piacevole viaggio in barca.

<https://www.wakasa-fishermans.com/en>

6

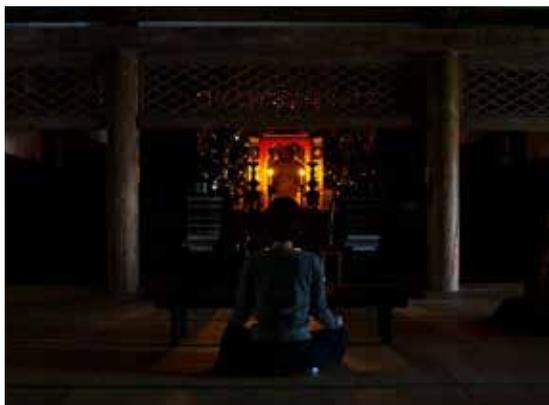




Meditazione e colazione nel Tesoro nazionale del tempio Myotsu-ji

Un pernottamento in questo luogo comprende anche una cena "shojin ryori" (cucina vegana del tempio) da otto portate, la colazione e un'esperienza di meditazione buddista. Il Myotsu-ji, nel villaggio di Matsunaga, è un antico tempio dichiarato Tesoro nazionale. Soggiorna nel ryokan (locanda tradizionale) Matsunaga Rokkan Fujiya nel borgo di Matsunaga e alle prime ore del giorno prova la meditazione Ajikan (che comprende tecniche di respirazione e di meditazione tratte dal buddismo Shingon) nel tempio Myotsu-ji. Qui potrai purificarti l'animo, correggere la postura, disciplinare la respirazione e concederti il giusto tempo per una riflessione interiore. Completata la meditazione, gusta la colazione tradizionale a base di porridge di riso e un pasto al sacco con piatti shojin ryori. www.tenawan.ne.jp/lodgment/rec/007/611/pcpl.asp

7



etoe

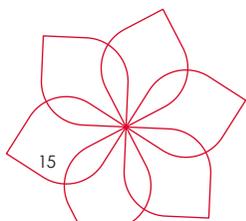
In questo spazio polifunzionale potrai scoprire l'artigianato tradizionale di Echizen. Immergiti nei mondi della produzione di manici di legno fatti a mano dei coltelli forgiati a Echizen e dell'arte della laccatura "maki-e", una tecnica usata per la decorazione a lacca di Echizen. Acquista prodotti come coltelli da cucina e accessori laccati nella galleria e nel negozio. Periodicamente vengono organizzati anche laboratori collaborativi, come ad esempio quelli con il produttore di coltelli Ryusen Hamono e il negozio Takefu Knife Village (la programmazione non è regolare). <https://etoe2020.com/functions/>

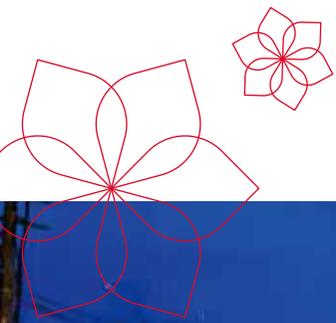
9



Geoparco Mondiale UNESCO di San'in Kaigan

Con un'estensione che va dal confine orientale della città di Kyotango al limitare occidentale di Tottori, questo geoparco misura circa 120 km da est a ovest. Il suo variegato terreno costiero, dai litorali a fiordo alle dune di sabbia, è stato modellato dai fluttuanti livelli del mare e dai movimenti della crosta terrestre. L'intero parco inoltre è attraversato da sentieri escursionistici. Partecipa a tour marittimi che offrono un'incredibile vista sulle formazioni rocciose tipiche del geoparco e sui massi giganti nell'acqua, dalle forme insolite. Oppure ammira il panorama circostante da uno dei tanti percorsi per auto. La natura in questi luoghi è lo spettacolo più bello. <https://geopark.sakura.ne.jp/en/>





Onsen di Kinosaki

2

Con la sua storia di 1.300 anni, questo villaggio termale è una delle mete più popolari del Giappone occidentale tra chi cerca il relax di un onsen. Essendo così vicino al mare, è anche il luogo ideale dove gustare pescato fresco. Nella zona sorgono sette impianti presso le sorgenti termali, e molti sono anche gli hotel tradizionali con onsen. Durante il popolarissimo tour "Yumeguri", puoi visitare diversi onsen in un solo giorno. La cosiddetta "onsengai", la strada principale del paese, è costellata invece di ristoranti e negozi di souvenir. Indossa il kimono in cotone yukata, conserva un asciugamano nel cestino di vimini e parti per una passeggiata tra i negozi. <https://kinosaki-spa.gr.jp/>



Le dune di sabbia di Tottori

Le dune del Parco nazionale di San'in Kaigan sono tra le più sinuose del Giappone. L'incredibile e vasto paesaggio è stato modellato dalla sabbia trasportata dai venti per tantissimi anni. Per la loro particolare bellezza, circa 146 ettari di questa zona sono stati nominati Monumento naturale. Increspature, venature e colonne sono le splendide caratteristiche geografiche uniche delle dune di sabbia in questo luogo. Partecipa a un'esperienza in cammello e pratica numerosi sport all'aperto. <https://www.sakuyu-vc.com/en/>

1

©Tottori Pref.

LAGO BIWA OCCIDENTALE & FUKUI

Biwa-ko (lago Biwa) è il lago più grande del Giappone. Ricco di risorse idriche, ha fatto prosperare le comunità attorno alle sue rive, tra culture locali originali e panorami impareggiabili. I monti che lo circondano hanno generato un interesse spirituale e infine sono divenuti il cuore dello shugendo (ascetismo montano). L'acqua per lungo tempo è stata usata nella regione per produrre il sakè, che a sua volta ha stimolato lo sviluppo della cultura del cibo fermentato.

Sul monte Hiei, che si erge in questa zona, è stata costruita una serie di importanti templi buddisti, noti complessivamente come Enryakuji. Questa montagna inoltre è stata il fulcro della scuola di buddismo Tendai, fondata nell'VIII secolo dal monaco Saicho. In seguito è diventata un sito di pellegrinaggio per molti monaci illustri, tra cui Dogen Zenji, che fondò la scuola di buddismo zen Soto e decise di costruire Eiheiji, a capo della sua nuova scuola, tra le montagne della prefettura di Fukui. Qui i monaci si dedicavano anima e corpo alla meditazione zazen, una pratica sostenuta da Dogen. Ancora oggi, molti monaci praticano la meditazione zazen presso il tempio Eiheiji, nella speranza di comprendere meglio gli insegnamenti di Dogen.

Le quattro stagioni sono ben distinte sulle montagne delle prefetture di Shiga e Fukui. In inverno, una fitta neve cade nella zona e l'acqua sorgiva pura forma ruscelli che serpeggiano fino al Mar del Giappone e al lago Biwa. Questo ambiente ha stimolato la formazione delle comunità locali attorno all'acqua incontaminata, con una cultura e un panorama urbano straordinariamente perfezionati. Scene pittoresche della zona, come quelle raffigurate in questo dipinto, vengono usate da tempo come ambientazione per opere artistiche e letterarie degne di nota.





©Biwako Visitors Bureau

4 Lago Biwa

Il lago Biwa (Biwa-ko) è un antico specchio d'acqua formatosi circa 4,4 milioni di anni fa e il più vasto di tutto il Giappone. La ricchezza delle sue risorse ha spinto a sviluppare metodi di pesca unici e una peculiare cultura gastronomica locale. L'area circostante ospita molti santuari e templi storici. Da epoche antiche, l'incredibile bellezza del lago Biwa è stata celebrata nella poesia e ancora oggi continua a incantare i visitatori.

! Molte spiagge e passeggiate circondano le rive del lago Biwa e tante sono le attività che si possono praticare: dal nuoto agli sport acquatici e alla pesca di spigole.



©Biwako Visitors Bureau

8 Crociera sul lago Biwa

In molti scelgono di effettuare una crociera sul lago per ammirare le spettacolari viste panoramiche o raggiungere le tre isole lacustri. Le crociere partono da Otsu, Hikone e Takashima.



©Biwako Visitors Bureau

7 Tempio Hieizan Enryakuji

L'Enryakuji è il tempio principale della scuola buddista Tendai, fondata oltre 1.200 anni fa dal monaco Saicho. Sorge sul monte Hiei, una vetta particolarmente sacra per il buddismo giapponese, con templi distribuiti su tutta la montagna. Il complesso nel suo insieme è chiamato Hieizan Enryakuji. Dichiarato Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO nel 1994, come parte dei Monumenti storici dell'antica Kyoto, il complesso incanta in ogni stagione, ma in autunno, quando le foglie donano all'ambiente una tonalità cremisi, lascia letteralmente senza fiato. Offre inoltre viste panoramiche, con Kyoto a ovest e il lago Biwa a est. <https://www.hieizan.gr.jp/en/>

! Prova la meditazione zazen o la calligrafia in un tempio nascosto in una fitta foresta. Guarda dentro di te e scopri tutta la ricchezza che possiedi. (Per dettagli contatta direttamente la persona responsabile)

3 Harie

Il distretto di Harie è un luogo insolito, dove l'acqua dei monti Hira, sgorga dal sottosuolo nelle case del posto. Quest'acqua sorgiva, potabile, si usa in cucina ed è una parte della quotidianità degli abitanti. Il paesaggio cittadino, che ruota proprio attorno a quest'acqua sorgiva, si tinge di nostalgia.

! Partecipa a un tour a piedi, condotto da una guida che ti accompagna in giro per questa città di acqua sorgiva. L'esperienza dura un'ora, da seguire al tuo ritmo, e puoi scegliere tra due orari ogni giorno, uno la mattina e uno il pomeriggio (È richiesta la prenotazione).

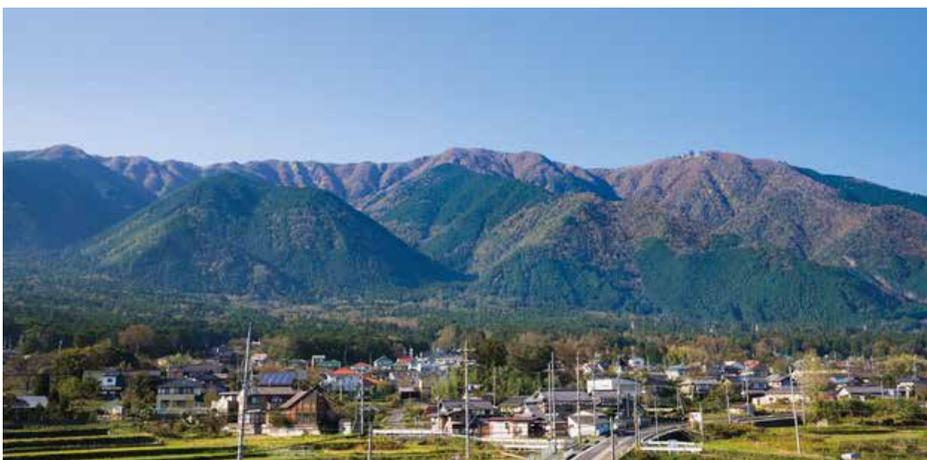




Passeggiata nella città di Kumagawa-juku lungo la Wakasa Saba Kaido (via degli sgombri)

2

La strada che collega la zona di Wakasa, affacciata sul mare, con Kyoto si chiama "saba kaido", o via degli sgombri, usata già in tempi antichi per trasportare gli sgombri e altro pescato fino a Kyoto. La città di Kumagawa-juku è sempre stata una tappa importante lungo questa via. Oggi, offre alloggi e musei completi di "bansho" (case di guardia) e costruiti nello stile "machiya" (residenza cittadina). Nelle vicinanze si trova un centro archivistico (Shiryokan), dove si può apprendere la storia della via degli sgombri, e un'area di sosta Michi-no-Eki, dove è possibile gustare cibo locale e comprare prodotti del posto.



Escursioni al monte Horai

6

Il monte Horai, nell'area centrale della catena degli Hira, è considerato una tra le 300 montagne più famose del Giappone. Dalla sua cima si gode di una spettacolare vista panoramica sul lago Biwa e il sentiero che conduce in vetta è ben tenuto, così l'arrampicata sarà facile e tranquilla. In alternativa, si può salire in funivia.



1 Eiheiiji

L'Eiheiiji è uno dei principali templi della scuola di buddismo zen Soto, fondata a metà del XIII secolo da Dogen Zenji. Incastonato tra le montagne e immerso in un ricco ambiente naturale, questo tempio è anche noto come il "dojo dello zen" (il luogo dell'addestramento zen). Serpeggianti tutto intorno ai suoi vasti terreni, numerosi sentieri collegano gli oltre 70 edifici templari, grandi e piccoli, costruiti all'interno del complesso. I tanti alberi secolari che crescono sui suoi terreni donano al tempio un'aura di solennità. <https://daihonzan-eiheiji.com/en/>

! Ogni giorno si tengono tre sessioni di meditazione zazen e i visitatori possono partecipare alla liturgia "otsutome" mattutina, un'opportunità per placare la mente e vivere un'autentica esperienza zen.



興 OKU JAPAN
Travel off-the-beaten-track



TAMBA

Il satoyama (campagna a gestione comune o foresta di comunità) è uno dei paesaggi tradizionali del Giappone. Ne è un esempio l'area di Tamba, di particolare rilevanza poiché vi si producono tutt'oggi raccolti e colture unici.

Rinomato luogo di ricche coltivazioni, Tamba si trova a circa 30 minuti in treno dal centro di Kyoto. Per oltre un millennio, quest'area racchiusa tra le montagne ha fornito legname per le costruzioni alla capitale Kyoto e prodotti agricoli vitali per la dieta dei suoi abitanti. Numerose arterie stradali attraversano Tamba, che è stata uno snodo importante per fornire i prodotti dei raccolti alla capitale. Ne è derivata una straordinaria prosperità per la città.

A Miyama, un tempo tappa intermedia sulla via per il trasporto del pescato dal Mar del Giappone, ancora si vedono case dal tetto in paglia di circa due secoli fa. Qui puoi scoprire la quotidianità di un satoyama.

A Tamba Sasayama, avrai un assaggio del Giappone di quattro secoli fa, tra case di samurai, città-castello (dove il castello ancora svetta), natura locale e un villaggio della ceramica di epoca Edo. Il tamba-yaki (ceramica tradizionale giapponese) è un famoso stile artigianale, che nacque qui nel XII secolo ed è oggi di fatto uno dei più antichi del Giappone.

Sono ancora in attività una sessantina di fornaci in questo villaggio della ceramica incastonato nella collina pedemontana. Partecipa a un'esperienza molto speciale: una visita allo studio di un vasaio locale per ammirarne le opere e parlarci faccia a faccia.



Villaggio dai tetti impagliati di Miyama (Kayabuki no Sato) **2**



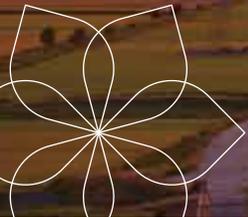
Passeggiando in bici a Kameoka, avrai la possibilità di incontrare persone del posto e osservare le diverse coltivazioni. Dopodiché, dirigiti verso l'antico borgo chiamato Miyama, a nord di Kyoto, rinomato per le sue tradizionali case con tetto in paglia. Qui potrai anche pernottare. Chiacchiera con gli abitanti del paese che vivono ancora del tutto indipendenti sulle montagne. Oltre a divertirti con attività legate al cibo, non mancare di visitare il paese natale del tamba-yaki (ceramica tradizionale giapponese) e fermati a parlare con gli artigiani locali. Poi scegli i tuoi piatti preferiti e portali a casa con te. Scopri in prima persona come i coltivatori locali sostengono le montagne, poi procedi verso il tuo hotel sui monti. Qui il ristorante è tutto per te! Gusta una fantastica cena preparata con il cibo locale che hai scoperto e servita tra stoviglie, alcolici e tutte le altre cose che hai conosciuto nel tuo viaggio.



Rovine del Castello di Sasayama **9**



Città di Kameoka **4**



In bici a Kameoka

A circa 30 minuti in treno dalla stazione di Kyoto, Kameoka è una città-castello, dove sorgono le rovine del castello Kameyama di Tamba. Da qui partono le gite in barca sul fiume Hozukyo Kudari, per raggiungere Arashiyama. A Kameoka, la coltivazione di verdure è da tempo un'attività molto florida, e oggi la zona è notoriamente produttrice delle verdure a marchio "Kyo-yasai" (verdure tradizionali di Kyoto). Passeggiando in questo panorama rurale, circondato dalle montagne, comprenderai appieno l'importanza dell'agricoltura nella vita locale.

4



Farmhouse NaNa

Questo alloggio in fattoria all'interno di un'autentica casa giapponese, immersa nel villaggio del satoyama, offre un accesso limitato: è consentito un solo gruppo di ospiti al giorno. Oltre alla casa principale, comprende un magazzino e un fienile, che permettono agli ospiti di capire appieno com'era la vita in Giappone nei tempi andati. Le camere per gli ospiti si affacciano tutte su un bellissimo giardino giapponese. Organizzando bene i tempi per la visita, potrai provare anche tu la raccolta della verdura dall'orto della fattoria. Se soggiorni qui nella stagione giusta, avrai anche modo di gustare i "Kyoyasai" (preziose verdure di Kyoto) appena raccolti. Per tutto l'anno, comunque, puoi preparare polpette di riso cotte nel tradizionale forno "kamado" a legna, oppure impastare una pizza al miele da cuocere su pietra refrattaria. <https://farmhousenana.wixsite.com/hozu/home>

3





Produttore di spade Masahiro Tantojo

Gestita da un fabbro considerato unico persino a Kyoto, città che vanta una tradizione e una storia nella produzione di spade, la fucina Masahiro Tantojo propone un'esperienza in cui potrai forgiare una piccola lama e comprendere il fascino che si cela attorno alle spade. In circa 3 o 4 ore, potrai produrre anche tu il tuo coltello personale con una lama lunga circa 15 cm. Questi coltelli sono realizzati con lo stesso materiale usato per le spade giapponesi: il "tamahagane", prodotto da sabbia ferrosa. Pertanto, più la rifinisci, più definito diventa lo "hamon" (motivo della lama). Prova a creare anche tu il tuo coltello assolutamente unico.

<https://morinokyoto.jp/masahiro/>

5

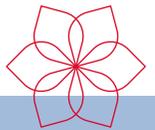


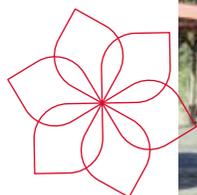
Miyama, il villaggio dai tetti in paglia (Kayabuki no Sato)

Con le sue tradizionali case dal tetto in paglia, il villaggio di Miyama è stato inserito tra i Distretti di conservazione importanti per gruppi di edifici tradizionali. Scorgendolo dalle colline circostanti, questo idilliaco satoyama sembra proprio un paesaggio delle fiabe. Il villaggio è incantevole in ogni stagione: circondato da ciliegi in sboccio in primavera, colorato di lussureggiante verde in estate, tinto dalle foglie che cadono in autunno o ricoperto di neve in inverno. Passeggia per le sue strade con la fotocamera in mano, perché avrai tantissime occasioni di immortalare scorci meravigliosi.

<https://miyamanavi.com/en/>

2





Fattoria Tautasya

1

Soggiorna, mangia in loco e partecipa a esperienze all'aperto. Il vasto sito di Tautasya comprende alloggi e un ristorante, tutti costruiti dagli abitanti stessi utilizzando legno locale. La fattoria è autosufficiente in termini di esigenze essenziali come cibo, acqua e legna da ardere. Oltre ai cervi selvatici e ai cinghiali cacciati dallo staff, composto da cacciatori esperti, i visitatori possono provare il "sansai" (verdure che crescono naturalmente in montagna), nonché funghi e verdure e riso coltivati nella fattoria.

<https://www.tautasya.jp/>



Esperienza di re-impagliatura

2

Prova anche tu la tecnica tradizionale giapponese di impagliatura, perfezionata a Miyama per diverse generazioni. Questa procedura viene applicata sul telaio di un tetto posato a terra, quindi è assolutamente sicura. Innanzitutto, vedrai un filmato per conoscere esattamente come procedere; dopodiché apprendrai di più sulla struttura dell'impagliatura usando il modello di telaio del tetto. Infine, indossarai il kimono "happi", una tradizionale tenuta da lavoro, e potrai provare in prima persona come si impaglia un tetto. Gli impagliatori esperti ti spiegheranno ogni fase del processo, quindi anche i principianti possono partecipare. L'esperienza si conclude con una fotografia celebrativa e un certificato di completamento del lavoro.

<https://www.veltra.com/jp/japan/kyoto/a/168460>



Tour alla fornace di Konda, a Tamba-Sasayama

10

Il villaggio di Konda ha una tradizione di oltre 800 anni di produzione di Tamba-yaki e ospita una delle sei fornaci più antiche del Giappone. Oggi, nel borgo esistono circa 60 laboratori di ceramica, che producono una variegata gamma di Tamba-yaki, in stile moderno o tradizionale. Esplora le varie officine: troverai sicuramente una ciotola o un piatto che ti piace. Partecipa anche a esperienze con la ceramica nel Museo dell'arte della ceramica o nel Parco dell'artigianato tradizionale di Tamba "Sue No Sato". Non perderti un giro turistico per la città, dove antichi templi storici e sorgenti termali sorgono nella rigogliosa natura.



Fornace Ichino Denichi

Produce in gran parte oggetti dai motivi di piante, fiori ed elementi naturali e offre un'ampia gamma di vasi di splendida fattura per piante.

<http://denichigama.com/>



Fornace Gen-emon

I prodotti più popolari realizzati presso questa fornace sono piatti a pois dallo stile nostalgico e al tempo unico. Per la maggior parte, questi articoli sono destinati all'uso quotidiano, per aggiungere un tocco di colore e bellezza alla giornata.

<https://tanbayaki.net/artists/ichinotaro/>



Taiga Kobo

In questa linea riccamente variegata di prodotti Tamba-yaki, lo stile è per lo più moderno: d'ispirazione popolare, ricco di colori e dalle tonalità audaci, come blu e giallo.

<http://taigakobo.com>





Esperienze nel satoyama

La Fattoria Kira rifornisce i ristoranti di Kyoto, Osaka e Kobe con verdure coltivate su ordinazione. Il proprietario, Yoshiteru Kira, è assolutamente contrario all'uso di fertilizzanti o pesticidi chimici e non lavora solo alla gestione della sua fattoria: si impegna infatti anche nella tutela dell'ambiente naturale circostante e offre formazione in tema agricolo. Partecipa a un tour dei campi e ascolta i racconti di Yoshiteru sulla fattoria. Qui puoi toccare con mano il cuore pulsante dell'agricoltura giapponese in armonia con la natura.



A passeggio per Fukusumi

6

Fukusumi è un centro postale sulla strada che dal Castello di Sasayama conduce a Kyoto. Sin dai tempi antichi, è una tappa fondamentale sulla via di San'in: nel periodo Edo era chiamata "Kyokaido", cioè "strada per Kyoto". In epoca moderna, la città è stata dichiarata un Distretto di conservazione importante per gruppi di edifici tradizionali. Le strade, ancora fiancheggiate da locande "hatago" e dimore di mercanti, offrono un assaggio del mondo passato. Sono numerosi inoltre i santuari, come Maruyama Inari e Sumiyoshi. Con il suo carattere rustico, la città è perfetta per essere scoperta con una passeggiata.



Magnum Coffee

Questo produttore di caffè tostato, che si trova nel distretto Fukusumi, offre una speciale miscela biologica. I suoi prodotti, inoltre, sono privi di organismi geneticamente modificati. <https://magnumcoffee.thebase.in/>



Tabijino Brewery

È un'azienda produttrice di birra artigianale situata a Fukusumi. Prodotta con ingredienti locali, la birra è fortemente radicata nella comunità locale. <http://t-brewery.jp/>



Villaggio di Maruyama



Villaggio di Maruyama

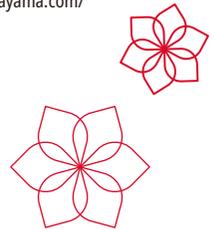


Sky Farm NIPPONIA Shitsukawa

In cima a una risaia terrazzata, la struttura sorge dove un tempo era costruita una tradizionale casa dal tetto in paglia. In questo spazio i tempi antichi si fondono con il comfort moderno, in un luogo perfetto per trascorrere del tempo in tranquillità e intimità, immersi nella natura. Vengono forniti ingredienti di produzione locale per la colazione, da preparare seguendo le ricette di uno chef di un ristorante esclusivo di Kyoto. Il riso, primo raccolto della stagione, coltivato in risaie terrazzate e preparato in pentole di argilla, è incredibilmente delizioso. Shitsukawa vanta la propria varietà locale di tè verde: gusta foglie fresche di tè durante la stagione del raccolto. <http://tenkunouen.tanbasasayama.com/>



7



Villaggio di Maruyama

Le vecchie dimore di questo borgo, per lungo tempo inutilizzate, sono state ristrutturate e trasformate in pensioni, e attorno vi sorgono case in stile tradizionale. Passeggia in questo paesino completamente immerso nella natura incontaminata, respirando la gioia della vita che poteva esserci nel vecchio Giappone. Puoi anche utilizzare le bici a noleggio messe a disposizione. Prova a realizzare con le tue mani giocattoli in legno o bambù o a spaccare la legna e, se ti trovi nella stagione giusta, potresti anche raccogliere fagioli neri e osservare le lucciole. Il villaggio ha un ristorante francese e uno di soba. <https://maruyama-v.jp/>

8



 Japan Wonder Travel.com





FUKUI, LAGO BIWA ORIENTALE & MIE

Questa zona è ricca di testimonianze della cultura risalente al periodo degli Stati belligeranti, nonché di quella dei samurai e dei ninja dell'epoca. Ha una lunga storia di scambi e commercio con l'antica capitale Kyoto e molte tradizioni artigianali sono ancora tramandate. L'area vanta vari onsen (sorgenti termali), innumerevoli cascate e tanti fiumi. Queste abbondanti risorse idriche hanno stimolato lo sviluppo di una ricca varietà artigianale tradizionale. La saggezza dei maestri artigiani continua a essere trasmessa in questa regione di acqua, guerrieri e tradizioni: la si ritrova nella produzione di armature, nei prodotti in ceramica di Shigaraki, negli occhiali di Sabae, nonché nella carta washi, nei coltelli e negli oggetti laccati di Echizen.

Molti castelli e resti costellano i dintorni del lago Biwa, tra questi figura il castello di Hikone. La cultura e la morale dei ninja, dei samurai e del bushido (codice di condotta del guerriero) ancora oggi è insegnata e tramandata da queste parti. Mentre i samurai erano guerrieri che seguivano il bushido, dedicandosi a servire un solo signore. I ninja erano piuttosto simili a mercenari, capaci e disposti a lavorare come spie. A Koka e Iga, entrambe un tempo luoghi di ritrovo di clan ninja, puoi scoprire la cultura ninja tramite i musei, le case tradizionali dotate delle tipiche trappole esplosive dei ninja e le esibizioni dimostrative dal vivo.

Castello di Hikone



Museo Megane



Associazione dei laccatori di Echizen

Museo Megane

Questo museo unico permette ai visitatori di scoprire la storia degli occhiali ("megane") in Giappone. Oltre il 90% degli occhiali prodotti in Giappone sono realizzati nella città di Sabae, nella prefettura di Fukui. In questo museo viene illustrata la produzione e come è cambiata nei secoli la forma di questi dispositivi ottici. Non mancano momenti interattivi, come il laboratorio di produzione degli occhiali e le sezioni pratiche. Il museo include anche un negozio che vende esclusivamente occhiali prodotti in Giappone.

<https://www.megane.gr.jp/museum/>

! Una delle esperienze più popolari e interattive offerte dal museo è la produzione personalizzata di occhiali: i partecipanti possono scegliere un materiale da tagliare e modellare, per poi rifinire il proprio paio di occhiali.
* È richiesta la prenotazione.

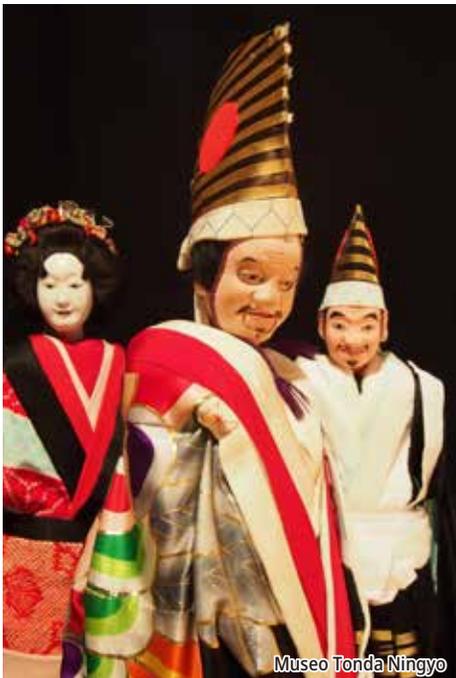


Associazione dei laccatori di Echizen

La laccatura degli oggetti a Echizen ha una storia di oltre 1.500 anni ed è stata dichiarata Prodotto artigianale tradizionale da parte del governo giapponese. Sue caratteristiche esclusive sono la sottile lucentezza del suo smalto e l'uso di tonalità intense e ricche. Da tempo è molto apprezzata dai giapponesi, che usano questi prodotti soprattutto per matrimoni e celebrazioni. Chi visita l'Associazione dei laccatori di Echizen potrà apprendere la storia della laccatura nella zona, assistere al processo di produzione e scegliere tra oltre 1.000 meravigliosi oggetti laccati in vendita.

<http://echizen.org/>

! Sono disponibili laboratori di "e-tsuke" (disegno), in cui puoi creare il tuo design personale copiando poi lo schizzo, da dipingere usando una lacca color oro. Altrettanto interessanti sono i laboratori di "fuki-urushi" (applicazione e pulitura della lacca), dove imparerai come applicare la lacca su legno grezzo.



Museo Tonda Ningyo



Villaggio del washi di Echizen

Museo Tonda Ningyo

Tonda Ningyo è una tradizionale forma di "ningyo joruri" (teatro dei burattini), risalente a circa 180 anni fa e tipico dell'area di Kita-tonda, nella città di Nagahama. Si dice che la tradizione sia iniziata quando una troupe di burattinai ningyo joruri provenienti da Awa (oggi prefettura di Tokushima), dopo aver messo in scena degli spettacoli, lasciò in città burattini e attrezzature come pagamento per le spese di viaggio. Ne è nata così una tradizione e le persone del posto si esibiscono nell'arte del ningyo joruri. Potrai anche "incontrare" le marionette, oltre a scoprire le attrezzature di scena.

<https://www.facebook.com/tonda.ningyo>

! Il museo organizza spettacoli due volte l'anno e propone anche esibizioni su richiesta sia in Giappone sia in altre parti del globo. Offre inoltre istruzioni alle scuole elementari e fornisce assistenza a studenti stranieri provenienti da tutto il mondo.



Villaggio del washi di Echizen

Echizen vanta la più grande fetta del mercato del washi (carta giapponese) artigianale di lusso di qualsiasi città del Giappone. In particolare, la zona di Goka a Echizen ospita molte cartiere tradizionali. Il villaggio del washi di Echizen dista 15 minuti a piedi da Goka e offre davvero tanto da vedere: il Museo della Carta & Cultura, in cui i visitatori apprendono la storia e l'importanza del washi a Echizen; il Museo della Carta & Artigianato Udatsu, dove si possono vedere gli artigiani al lavoro sul washi; e infine la Casa del papiro, che permette ai visitatori di produrre loro stessi il tradizionale washi.

<https://www.echizenwashi.jp/english/>

! Prova anche tu a realizzare la tua carta washi personalizzata con uno strumento chiamato "keta" (cornice). Userai i fiori pressati e le tinte per creare un motivo originale. Il tempo di asciugarla e la carta sarà pronta!



Castello di Hikone

Il castello di Hikone, completato nel 1622, è uno dei 12 castelli fortificati originali rimasti in Giappone. È noto anche come Konki-jo, cioè Castello della tartaruga dorata, per via di una statua della divinità Kannon che cavalca una tartaruga dorata un tempo posta in cima al monte Hikone, dove sorgeva il castello. È stato nominato Tesoro nazionale e molti degli edifici costruiti sui suoi terreni sono registrati come Proprietà culturali importanti: tra questi, le torrette Tenbin Yagura e Taikomon Yagura. Il castello è splendido in tutte le stagioni: circondato da ciliegi in sboccio in primavera, colorato di lussureggiante verde in estate, tinto dalle foglie che cadono in autunno o ricoperto di neve in inverno.

<https://visit-omi.com/poi/article/hikone-castle/>

! Il castello di Hikone sotto la luna riluce di particolare magia ed è uno dei cosiddetti "otto panorami del lago Biwa". In autunno, inoltre, si organizzano eventi di osservazione della luna.



Museo Hikiyama di Nagahama

Il museo Hikiyama illustra l'esclusivo festival Nagahama Hikiyama Matsuri. Questa tradizionale festa con carri allegorici si tiene dal 9 al 17 aprile di ogni anno per onorare il santuario Nagahama Hachimangu. Nel 2016, il festival è stato inserito nel Patrimonio Culturale Immateriale dell'UNESCO, come parte dei "festival con carri allegorici di Yama, Hoko, Yatai del Giappone". I cosiddetti "hikiyama" sono carri da parata, creati mettendo insieme tutte le competenze artigianali tradizionali. Sono come "gallerie d'arte in movimento" grazie alle loro grandi e colorate decorazioni, che includono guarnizioni in metallo, intagli ed elementi dipinti. Il museo comprende antichi hikiyama autentici e illustra anche la storia e i festival del villaggio.

<https://nagahama-hikiyama.or.jp/foreign/eng.html>



Castello di Hikone



Museo Hikiyama di Nagahama

Shigaraki Toen Tanuki Mura

Shigaraki è un villaggio della ceramica e ospita una delle sei fornaci più antiche dell'intero Giappone. I suoi prodotti sono rinomati per lo stile che evoca l'estetica del "wabi-sabi", la bellezza dell'imperfezione: sono infatti caratterizzati da segni lasciati dal calore del fuoco e da bruciature incredibilmente incantevoli. Nell'artigianato di Shigaraki, i modelli in ceramica del tanuki, il furetto giapponese, sono molto utilizzati, poiché considerati portafortuna. Se ne trovano ovunque nella zona ed è anche possibile partecipare a un laboratorio per realizzare un tanuki tradizionale.

<https://tanukimura.com/>

! Oltre all'esperienza al tornio, a mano o elettrico, i visitatori possono prendere parte a tante altre attività con la ceramica, come ad esempio la pittura su prodotti non smaltati o la creazione di un design.



Museo dei Ninja Iga-ryu

Si narra che i ninja venissero dalla regione montuosa che va dalla città di Iga nella prefettura di Mie fino a Koka nella prefettura di Shiga. È credenza popolare che i ninja fossero strettamente legati al culto della sacralità della montagna; inoltre, all'epoca dei samurai, erano attivi come "agenti segreti" grazie alla loro capacità di infiltrarsi tra i nemici. Puoi visitare una casa ninja, caratterizzata da tutta una serie di trucchi e dispositivi segreti, come porte rotanti, scale nascoste e trappole esplosive agli ingressi.

<https://www.iganinja.jp/>

! Lasciati rapire dalle "ninjutsu" (tecniche ninja) messe in mostra durante un'esibizione. Prova di persona a centrare l'obiettivo con un autentico "shuriken" (lama nascosta in mano), le stellette da lanciare. (Si applicano costi aggiuntivi.)



Shigaraki Toen Tanuki Mura



Museo dei Ninja Iga-ryu

HARIMA

Harima si trova proprio sul Mare interno di Seto, una rotta marittima cruciale per il Giappone sin dai tempi antichi. La zona è tuttora permeata dalla cultura profondamente radicata nel Medioevo giapponese.

Da qui parte una via che conduce alla ex capitale Kyoto e, a metà strada, sorge il castello di Himeji, un punto di difesa militare chiave.

La cultura del periodo degli Stati belligeranti, nonché quella dei samurai, qui sono decisamente preservate. Ad attendere i visitatori vi sono tradizionali fabbri produttori di spade e, nella parte più interna dell'area continentale, una serie di onsen (sorgenti termali), oltre a resti di castelli sulle colline e antichi templi e santuari. Si racconta che a Harima Miyamoto Musashi, il più virtuoso spadaccino del Giappone, abbia praticato il suo "musha shugyo" (pellegrinaggio del guerriero) per migliorare le proprie capacità in battaglia.

Tesoro di architettura e design tradizionali giapponesi, Shoshazan Engyoji è un complesso di templi in cima alla montagna con una storia di più di mille anni.

Procedendo a est, si incontrano il monte Rokko e Arima Onsen. Nota come una delle tre sorgenti termali più famose del Giappone, Arima Onsen un tempo era meta dei viaggi di monaci, aristocratici e samurai. Oggigiorno, la regione tra Harima e Kobe continua a svolgere un ruolo vitale per trasporti e commercio, a livello nazionale e internazionale. Inoltre, vanta una cultura variegata grazie alle diverse influenze subite nel corso del suo sviluppo.





Castello di Himeji

5

Il castello di Himeji, chiamato anche Castello dell'Airone Bianco per la bellezza dei suoi muri candidi, è stato il primo sito giapponese dichiarato Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO, insieme al tempio Horyuji di Nara. È uno dei soli 12 castelli fortificati originali rimasti in Giappone. Quello attuale fu costruito all'inizio del XV secolo. Il castello è stato amministrato da importanti comandanti militari del calibro di Toyotomi Hideyoshi e Ikeda Terumasa e il suo incantevole paesaggio urbano è ancora permeato dalla cultura dei samurai dei tempi passati.



Fabbrica di spade giapponesi Kikyo Hayamitsu

8

La fabbrica di Hayamitsu Kikyo, un tradizionale fabbro che si dedica a trasmettere le autentiche tecniche di forgiatura delle spade fino al giorno d'oggi. Qui si possono osservare i processi che portano alla realizzazione di autentiche spade giapponesi. Le scintille schizzano roventi mentre l'acciaio viene martellato e modellato dopo essere stato sottoposto a una temperatura di 800°. Ad alcuni visitatori volontari viene anche offerta la possibilità di lavorare loro stessi l'acciaio. Stringere tra le mani una spada giapponese splendidamente plasmata e affilata offre un assaggio unico dell'estetica tanto amata dai giapponesi.

! Prova anche tu a realizzare un'autentica spada che, completata la forgiatura, verrà conservata in un fodero di pelle, da portare con te fuori dal Giappone come bagaglio registrato.



Parco Otokoyama Haisuiike

5

A nord-ovest del castello di Himeji, questo parco offre una meravigliosa vista, che abbraccia la torre principale del castello fino alle torri più piccole a ovest, nord-ovest ed est. Il parco sorge in cima a una scalinata con 198 gradini. È un luogo spettacolare e panoramico, seppur celato, molto amato dalle persone del posto.

! Recandosi qui dopo il crepuscolo, si ammira una vista incredibile del castello di Himeji illuminato. Dalla scalinata vicina, potrai anche scorgere i lampioni stradali di Himeji.

Shoshazan Engyoji

6

Il tempio Shoshazan Engyoji, situato a 371 m sul monte Shosha, è un antico tempio della scuola di buddismo Tendai, costruito nel 966. Insieme a Enryakuji e Daisen-ji, è considerato uno dei tre più famosi templi buddisti della setta Tendai. Dalla funivia che conduce al tempio, puoi godere di una vista che si estende fino allo stretto di Akashi e all'isola di Shikoku. Nascosti tra i terreni fittamente boscosi del tempio, sorgono tanti altri edifici sacri che si possono vedere tutti con una passeggiata di circa 90 minuti.
http://www.shosha.or.jp/_en/

! Scegli tra le diverse esperienze legate alla formazione monastica, come meditazione zazen e calligrafia. Durano tutte da circa un'ora a un giorno intero.



©Myochin Honpo

Myochin Honpo

4

Le bacchette per maneggiare il carbone Myochin hibashi sono prodotti dell'artigianato locale, realizzate dalla famiglia Myochin, i cui membri hanno poi servito come armaioli i successivi signori di Himeji. Queste hibashi, prodotte grazie alla conoscenza familiare delle tecniche di forgiatura delle armature, tramandata per molte generazioni, sono usate nelle campanelle a vento per il loro meraviglioso suono mistico.



Escursioni sulla catena del monte Rokko a Kobe

2

Il monte Rokko è una popolare meta escursionistica, in parte per la sua vicinanza a Osaka e Kobe. Inoltre, è ben servita dal trasporto pubblico, inclusi treni e autobus: è quindi facilmente accessibile. Con segnali ben tenuti lungo la strada, anche i principianti potranno agevolmente raggiungere la cima della montagna seguendo varie opzioni. Dalla vetta del monte Rokko, si può godere di una vista mozzafiato dei paesaggi urbani di Kobe e Osaka; talvolta, si riesce persino a intravedere il Mare interno di Seto.

! Non mancare di recarti al belvedere più incantevole della catena montuosa, come Kikuseidai, da cui si ammira il monte Maya, e l'osservatorio Tenran della stazione della funicolare di Rokko Sanjo. Lungo la salita (o la discesa) si susseguono numerosi altri splendidi punti di osservazione.

Arima Onsen

1



Arima Onsen è uno dei villaggi termali (onsen) più antichi del Giappone. È menzionato nel "Nihon Shoki" (Annali del Giappone), uno dei primi racconti sulla creazione del Giappone, avvenuta da parte di antiche divinità, secondo quanto narrato. Nel paese ci sono sette sorgenti termali naturali che riempiono di vapore le strade circostanti. Da tantissimo tempo, Arima Onsen è una popolare città di terme terapeutiche per i residenti del Kansai e accoglie i visitatori nei tanti storici ryokan (alberghi tradizionali) disseminati lungo le sue strade. Il borgo inoltre offre onsen (terme) pubblici e una vasca pubblica gratuita, chiamata "ashiyu", dove si immergono solo le gambe.

! Arima Onsen è vicina al monte Rokko, dove i visitatori spesso fanno trekking o escursioni a fine giornata. Rinfresca i piedi stanchi nell'ashiyu dell'onsen Kin no Yu.



Produzione di sakè a Nada Gogo

3

Nada Gogo è una delle preminenti aree di produzione del sakè in Giappone, considerata tra le più importanti già dai tempi di massimo splendore del tradizionale sakè. Nada Gogo ha la rara fortuna di possedere tutti e tre gli elementi chiave per un fantastico prodotto: ottima acqua, squisito riso e una tecnica sopraffina. Le cinque zone che la compongono ("Gogo" significa letteralmente "cinque villaggi") ospitano una pletera di produttori di sakè, tra cui quelli più amati in tutta la nazione, come Hakutsuru, Kikumamune e Fukuju.

! Molte delle fabbriche vendono al dettaglio sakè prodotto in loco e includono mostre che raccontano la loro storia. Alcune offrono anche tour e degustazioni. <http://www.nadagogo.ne.jp/>

Passeggiate nelle città castello di Tatsuno e Ako

7 9

Tatsuno è una nostalgica città castello, caratterizzata da residenze d'altri tempi e magazzini delle fabbriche di fermentazione. È stata inserita dal governo giapponese tra i Distretti di conservazione importanti per gruppi di edifici tradizionali ed è famosa perché qui il brillante spadaccino Miyamoto Musashi intraprese il proprio addestramento da guerriero. Ako un tempo ospitava un castello e tracce della sua gloria passata si intravedono sui muri in pietra e su altri resti ritrovati in città.

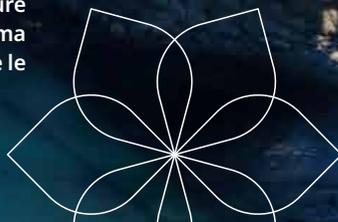


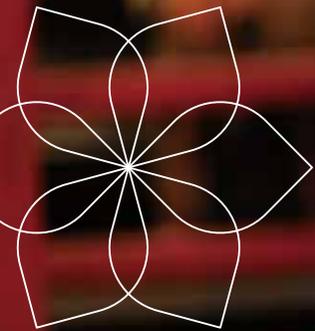
奥 OKU JAPAN
Travel off-the-beaten-track



KOBE, ISOLA AWAJI & TOKUSHIMA

Il mare in questa regione differisce da quello di altre località sull'oceano o sulla spiaggia. Calmo ma vasto e pregno di cambiamenti, con la sua posizione più interna è costellato da isolette e battuto da vorticanti correnti di marea. Il clima è caldo, simile a quello del Mar Mediterraneo, e la zona è ricca di frutti del mare e dei monti. Un altro tratto distintivo è il patrimonio di storia e cultura. L'isola Awaji è citata nel mito della creazione Kuniumi, che narra la nascita dell'antico Giappone. Attorno al bacino del fiume Yoshino, il secondo tratto fluviale più ampio della nazione, le colture di indaco e le relative industrie per la tintura si sono sviluppate grazie all'ottimo utilizzo del terreno da parte della popolazione locale, reso fertile dalle acque del fiume. La ricchezza di queste industrie ha prodotto a sua volta lo sviluppo di una cultura popolare, che comprende il teatro ningyo joruri e il festival Awa Odori. Kobe è cresciuta come porto internazionale, diventando il punto di accesso per culture diverse. Viaggiando da sud a nord e ammirando lo splendido panorama marino, tutte queste storie così diverse ti insegneranno a comprendere le persone del posto, la loro storia, la cucina e la cultura quotidiana.





Questo tour procede lungo la costa orientale del mare interno, dalla cittadina di Tokushima a nord-est dell'isola Shikoku, passando per l'isola Awaji, un importante atollo che nelle storie popolari è narrato come luogo fondamentale per la nascita del Giappone. Dopo aver conosciuto la radicata cultura di quest'isola rurale, proseguiremo verso Kobe, una moderna città-porto molto vivace, che si caratterizza per un grande onsen, una cucina locale unica (compreso il famoso manzo di Kobe) e un'eccellente rete di sentieri escursionistici sulla vicina catena montuosa.

Awa Odori



Awaodori Kaikan (Museo sul festival dell'Awaodori)

8

Questa struttura è dedicata alla conservazione e alla prosecuzione della tradizione della danza Awaodori, la cui storia è lunga più di quattro secoli. L'Awaodori qui si festeggia tutto l'anno. Oltre ad assistere alle esibizioni di danza, puoi salire sul palco e ballare anche tu insieme ai ballerini. Nel museo apprendrai la storia dell'Awaodori e potrai fare acquisti nel negozio di souvenir. Da qui inoltre parte la funivia che sale in vetta al monte Bizan.

<https://awaodori-kaikan.jp/en/>



Il museo dell'Awaodori ospita quattro esibizioni al giorno, ciascuna eseguita dal "ren" (team di performer) della struttura o da famosi "ren" della zona. Chiunque si esibisca, assisterai sempre a un autentico Awaodori. Costo: adulti 1.000 JPY; bambini (fino a 15 anni) 500 JPY



Esperienza di tintura indaco

Il peculiare colore della tintura indaco, noto in tutto il mondo come "blu Giappone", è particolarmente caro ai giapponesi sin dai tempi in cui, la popolarità della cosiddetta "aizome", cioè la tecnica di tintura indaco, ha colorato di blu l'intera nazione. Tokushima è stata il fulcro di questa moda, un luogo in cui si producevano tinte indaco di alta qualità, oltre che il cuore del sukumo, un colorante indaco fermentato. Le conoscenze e l'esperienza dei produttori e maestri tintori di Tokushima hanno svolto un ruolo centrale per la popolarità dell'indaco, e ancora oggi ne viene tramandata la tradizione. Prova a usare l'autentico Awa-ai (indaco coltivato ad Awa) per colorare i tessuti con tecniche tradizionali.

<http://www.indigo-dyeing.sakura.ne.jp/>
<https://www.entwo.com/>



Crociera con joruri a Tokushima

Si narra che l'Awa ningyo joruri nasca dal grande benessere generato dalle colture di indaco di alta qualità, prodotto dal terreno estremamente fertile del fiume Yoshino. Fai una gita in piccola barca sugli splendidi corsi d'acqua che scorrono nel cuore della città di Tokushima, poi attraversa il fiume Yoshino fino a raggiungere l'Awa Jurohe Yashiki (museo e teatro dei burattini). Dopo lo spettacolo di ningyo joruri, gusta un pranzo con ingredienti locali di Tokushima.

<https://www.east-tokushima.jp/feature/detail.php?id=10>



Escursione al monte Bizan

8

Il monte Bizan è una delle principali mete turistiche di Tokushima. L'ingresso al sentiero che conduce in cima si trova ad appena 10 minuti a piedi dalla stazione della città. La vetta raggiunge i 290 m sopra il livello del mare. I 400 scalini irregolari in pietra fino in cima, gli irti pendii e i sentieri montani lungo la tratta della funivia sono costellati da antiche statue di Buddha in pietra, che conferiscono a questa esperienza di escursione autenticità e ricchezza visiva. Dal belvedere in cima, si può ammirare una vista incontrastata del paesaggio urbano di Tokushima, del fiume Yoshino, dell'isola Awaji e persino in lontananza di Wakayama. Di notte la vista è assolutamente impareggiabile. La vetta del monte Bizan inoltre è raggiungibile in funivia o in auto.

<https://www.awanavi.jp/site/midokoro/bizan.html>



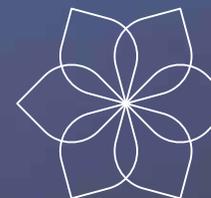


Tour in barca al vortice

7

Lo "uzushio" (vortice) di Naruto è il più grande al mondo. Durante la marea sizigiale, che si verifica in primavera e in autunno, il suo diametro può raggiungere fino a 20 metri. Le imbarcazioni dei tour che permettono di osservare questi vortici possono avvicinarsi alle aree in cui si verificano: guardali mulinare con i tuoi occhi mentre sprigionano tutta la loro potenza. Puoi scegliere di ammirare i vortici da una grossa imbarcazione turistica, stabile ma con leggere oscillazioni, o dall'oblò di una piccola barca sottomarina (richiede la prenotazione).

<https://www.uzusio.com/en/>



Museo d'arte di Otsuka

Questo museo ospita un migliaio di riproduzioni di ceramica a grandezza naturale di capolavori dell'arte occidentale, appartenenti a collezioni museali di 26 paesi di tutto il mondo. Potrai ammirare famosi dipinti di provenienza globale, pur restando in Giappone: in un percorso lungo 4 km, vedrai opere di Da Vinci, Monet e Van Gogh. Particolarmente spettacolari tra le mostre sono le riproduzioni del soffitto e dei muri della Cappella Sistina di Michelangelo e del Guernica di Picasso.

<https://o-museum.or.jp/en/publics/index/>

7

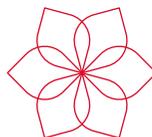


Museo di Awajishima

Questo museo illustra ai visitatori la storia e la cultura dell'isola Awaji, dai tempi antichi ai giorni nostri. Al primo piano si trova la Galleria storica, che spiega la storia di Awaji, mentre la Galleria grande ospita spettacoli di ningyo joruri e non solo. Inoltre, ti attendono la Galleria popolare al secondo piano, con mostre sugli strumenti quotidiani, agricoli e per la pesca, e la Galleria d'arte. Il terzo piano è dedicato invece a una galleria memoriale per Gyokusei Jikihara, un maestro di Nanga (pittura con acquerelli in stile cinese meridionale).

<https://awajishimamuseum.com/>

5



Escursione alle rovine del castello di Sumoto

Le rovine di Sumoto sono tra le più vaste del Giappone occidentale. Il complesso del castello si estende per circa 800 m da est a ovest e 600 m da nord a sud, includendo il castello inferiore. Sul sito è possibile visitare i resti delle mura in pietra inclinate ("nobori-ishigaki"), in buone condizioni come non se ne vedono altrove. Dalla torre principale del castello, si ammira una vista panoramica del paesaggio urbano, della pineta di Ohama e della baia di Osaka. Lo splendido paesaggio marittimo che circonda l'area è uno dei cosiddetti "otto panorami di Sumoto".

<https://www.city.sumoto.lg.jp/site/360panorama/7841.html>

5





Uma no Se **3**



Escursioni tra il parco Sumaura, l'Uma no Se e il santuario Takatori

Parti dal parco Sumaura, punto di partenza dell'itinerario per il monte Rokko: in circa un'ora attraverserai una strada di montagna con una meravigliosa vista, fino al cosiddetto Uma no Se. Il nome di questo luogo incredibile, traducibile letteralmente come "schiena di cavallo", deriva dalla forma che assume la distesa di irte rocce. Camminando per un'altra ora, arriverai al santuario Takatori. Da qui puoi osservare l'intero paesaggio urbano di Kobe e talvolta sbirciare addirittura fino allo stretto di Akashi e all'isola Awaji.

4

Escursione da Shin-Kobe ai giardini botanici Kobe Nunobiki

È un percorso escursionistico popolare adatto a tutti, dai principianti in poi. Cammina per una decina di minuti dalla stazione di Shin-Kobe: raggiungerai le cascate di Nunobiki, un luogo incantevole con quattro cascate collegate tra loro. I giardini botanici Kobe Nunobiki sono i più grandi del Giappone e vantano 75.000 fiori e piante di circa 200 tipi diversi. Rilassati dondolandoti su un'amaca tra i prati, mentre ammiri il paesaggio della città di Kobe. <https://www.kobeherb.com/en/>

! Partecipa a un tour guidato tra le piante per scoprire come si usano le erbe appena raccolte. Potrai anche assistere a una dimostrazione gratuita su come creare una sfera pomander usando limoni e spezie.

1

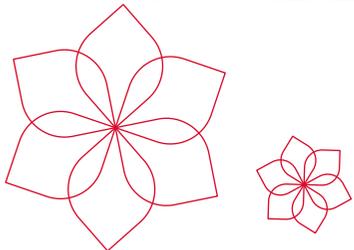




Museo degli strumenti di falegnameria di Takemura 2

È l'unico museo del Giappone dedicato agli strumenti di falegnameria, con un migliaio di oggetti in mostra. Le esposizioni dell'atrio comprendono un modello del Kondo (sala dorata) del tempio Toshodaiji e un modello della struttura di una sala da tè che evidenzia gli intricati dell'architettura stile Sukiya. Il museo offre un'ampia varietà di mostre che coinvolgono tutti e cinque i sensi, con video, guide audio e il profumo del legno. Qui si percepisce la ricchezza dell'artigianato giapponese tradizionale. <https://www.dougukan.jp/?lang=en>

! Prova anche tu le tecniche di falegnameria tradizionale giapponese, lavorando il legno con una levigatrice a mano con l'aiuto di un falegname esperto. Il museo, inoltre, offre dimostrazioni gratuite dell'utilizzo della "yariganna" (levigatrice a punta), un antico strumento per la lavorazione del legno. (Per dettagli contatta direttamente la persona responsabile)



奥 **OKU JAPAN**
Travel off-the-beaten-track





Hōryūji (tempio di Hōryū) ©Askaen

ISE & NARA

Secondo la mitologia, questa zona è stata il luogo natale del Giappone. Vi sorge il santuario di Ise, il luogo di massima importanza della religione shintoista indigena giapponese. Casa del sumo, del sake, dello shugendo (ascetismo montano) e dei giganteschi kofun (tombe megalitiche), è ancora oggi avvolta dall'aura di culla della politica e della cultura del Giappone odierno.

Questo luogo sacro si estende fino alla penisola di Kii e ingloba diversi monti sacri. Tra le sue foreste, popolate da cedri ultracentenari, sono venerati i "kami" (divinità) nativi da circa duemila anni. Il santuario di Ise è uno dei luoghi più sacri e rispettati del paese: per i giapponesi è "il cuore del Giappone". Nara si trova proprio al centro della regione del Kansai ed è nota in tutto il mondo poiché ospita i più antichi templi buddisti e santuari shintoisti. Essendo diventata il fulcro della politica e della religione giapponese nell'VIII secolo, qui sorgono molti dei più famosi templi del paese. Il più noto, il tempio Hōryūji, è stato dichiarato Tesoro nazionale e inserito tra i Patrimoni dell'Umanità dell'UNESCO. Di particolare pregio è la sua pagoda a cinque piani: la struttura in legno più antica al mondo. Per la sua innegabile bellezza vale certamente la pena visitarla.



Hōryūji (tempio di Hōryū)

Il complesso di Hōryūji (tempio Hōryū) ospita le più antiche strutture in legno al mondo ancora in piedi, che trasmettono un'idea del Giappone di oltre 1.300 anni fa, come esisteva nel periodo Asuka (da metà del VI secolo a inizio VIII secolo). L'Hōryūji vanta una veneranda osservazione della tradizione che perdura da ben 14 secoli di seguito, dalla fondazione a opera del principe Shōtoku, importante statista nonché fondatore del buddismo in Giappone. Il tempio Hōryūji preserva oltre 2.300 importanti strutture e oggetti storici e culturali, 190 circa dei quali sono stati dichiarati Tesoro nazionale o Proprietà culturali importanti. A dicembre 1993, il tempio, unico depositario della cultura buddista mondiale, è diventato il primo tesoro giapponese in assoluto a essere nominato Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO.

<http://www.horyuji.or.jp/en/>



Asuka-dera

Primo tempio buddista ufficiale in Giappone, Asuka-dera ospita la più antica statua del "daibutsu" (Grande Buddha) del paese, rimasta nella stessa posizione per circa 1.400 anni, nonostante l'edificio originario del tempio sia andato distrutto a causa di un incendio. L'espressione serena sul volto del Grande Buddha testimonia le influenze artistiche dell'Asia continentale.



©Askaen

Monte Yoshino

Simbolo del monte Yoshino, il Kinpusenji è il tempio principale dello shugendo, l'ascetismo montano fondato da En no Gyoja nella seconda metà del VII secolo. Sviluppato in una religione unica, combina elementi dell'antico culto montano giapponese con peculiarità dello shintoismo, del buddismo e del taoismo. La sala principale del tempio, chiamata Zaodo, ospita numerose effigi buddiste di pregio ed è la seconda costruzione in legno più grande di tutto il Giappone, dopo la Sala del Grande Buddha del tempio Todai-ji di Nara.

! In primavera, il monte si accende del colore dei circa 30.000 ciliegi in sboccio, piantati come simboli del culto shugendo. Il panorama è spettacolare in ogni stagione, però: immerso nel lussureggiante verde dell'estate, tinto del cremisi delle foglie autunnali o imbiancato di neve in inverno.



Tempio Hase

Costruito nella seconda metà del VII secolo, questo enorme tempio sorge nei dintorni del monte Hase, considerato sacro sin dall'antichità. Sui suoi vasti terreni si ergono diversi edifici storici, nonché oltre 1.000 preziose proprietà culturali.

<https://www.hasedera.or.jp/>





La cultura delle "ama"

Le acque tra Toba e Shima, con la loro ricchezza marittima, sono ancora oggi il "posto di lavoro" di oltre metà delle "ama" (tradizionali pescatrici subacquee) tuttora attive in Giappone. Queste donne si immergono alla ricerca di abaloni, lumache di mare e alghe, seguendo un metodo di pesca praticato allo stesso modo da quasi due millenni. Dai tempi antichi, le ama portano i prodotti che pescano al santuario di Ise come "shinsen", le offerte alle divinità shintoiste.

! Gusta prodotti appena pescati e cotti alla griglia sul momento in una capanna dove le ama si riposano dopo le immersioni. Puoi anche incontrare alcune delle ama attualmente in attività.
 Capanna ama Osatsu-Kamado: Da 3.500 JPY a persona
<https://osatsu.org/en/>
 Capanna ama Hachiman: Da 3.850 JPY a persona
<https://amakoya.com/>
 Capanna ama Satoumian: Da 3.850 JPY a persona
<https://satoumian.com/>

Meoto Iwa e Futami Okitama Jinja (Ise-Shima)

Sito di purificazione rituale dai tempi antichi, in questo luogo si recavano i visitatori del santuario di Ise per purificare il corpo e l'anima. In occasione del solstizio d'estate, il sole sorge esattamente tra le due formazioni rocciose Meoto Iwa, o Rocce Marito e Moglie, e la luna fa lo stesso durante il solstizio d'inverno. Questo luogo è inoltre un punto ideale da cui ammirare il sorgere del sole o della luna.



Santuario di Ise

Il santuario di Ise ha una storia lunga quasi duemila anni. Oltre a 125 santuari di varie dimensioni, comprende anche due importanti edifici: il Kotai Jingu, altrimenti noto come Naiku (il santuario interno), edificato sulle rive del fiume Isuzu, e il Toyoukedaingyo, chiamato anche Geku (il santuario esterno). Particolarmente caro a tutti i giapponesi, il Kotai Jingu è dedicato alla divinità Amaterasu-Omikami, l'antenata della famiglia imperiale. Vasti tratti di boschi incontaminati caratterizzano la zona. Avvicinandosi al tempio, attorniato da enormi e vetusti alberi, si avverte l'inequivocabile sacralità dell'ambiente.

<https://www.isejingu.or.jp/en/>

! Entrambi i santuari Naiku e Geku aprono alle 5:00. Alle prime ore del mattino, i visitatori sono tuttavia pochi e nel tempio si respira una tale pace, da sentire persino il delicato cinguettare degli uccelli e i passi sulla ghiaia di chi cammina.



©Isejingu



Festival Saioh

L'imperdibile "Saioh Gunko" in questo festival Saioh rievoca la processione da Kyoto al Saiku effettuata dalle Saioh. Con questo nome si indicavano le principesse non sposate scelte per venerare Amaterasu-Omikami presso santuario di Ise in rappresentanza dell'Imperatore.

Periodo: primo sabato e prima domenica di giugno di ogni anno.

©Meiwa Town Tourism Association



PENISOLA DI KII

I luoghi sacri e i sentieri di pellegrinaggio tra le montagne di Kii sono considerati tra i siti spirituali più potenti del Giappone: qui è palpabile l'armonia con l'ambiente naturale, uno dei più maestosi del paese. Le vie di pellegrinaggio del Kumano Kodo sono d'ispirazione per i pellegrini da più di un millennio e, conducendo a tre siti sacri, offrono loro l'occasione di scoprire le origini della spiritualità giapponese. Percorrendole, infatti, si raggiunge il Kumano Sanzan, il complesso dei tre grandi santuari fulcro della cultura spirituale del Giappone, in cui si fondono armoniosamente i culti indigeni shintoisti e il buddismo. Oltre a offrire una splendida vista sulle montagne, i sentieri del Kumano Kodo attraversano lussureggianti foreste e remoti villaggi, fino a luoghi ricchi di energia spirituale, come il santuario di Hananoiwaya e la scalinata in pietra Daimonzaka. Nella penisola di Kii puoi ripercorrere le orme dei pellegrini del passato. I viaggiatori possono poi placare anima, corpo e mente nell'unico onsen (sorgente termale) lungo il percorso. Queste sorgenti termali sono fonti di purificazione e hanno miracolosi poteri curativi.



Kumano Hongu Taisha

Quasi celato nella foresta tutt'intorno, il grande santuario Kumano Hongu Taisha è uno straordinario luogo di culto shintoista, la cui struttura in legno è interamente senza chiodi e si regge solo sulle intricate giunzioni che assemblano le assi. È un sito storico religioso, che affonda le radici in oltre duemila anni di culto della natura. A circa cinque minuti a piedi dal tempio, incontrerai un enorme torii (portale d'accesso) sui terreni dell'Oyunohara, eretto dove sorgeva in origine il santuario Kumano Hongu Taisha, nel punto in cui si credeva che le divinità venerate in questo luogo sacro fossero discese per prime sulla Terra.
<http://www.hongutaisha.jp/english/>

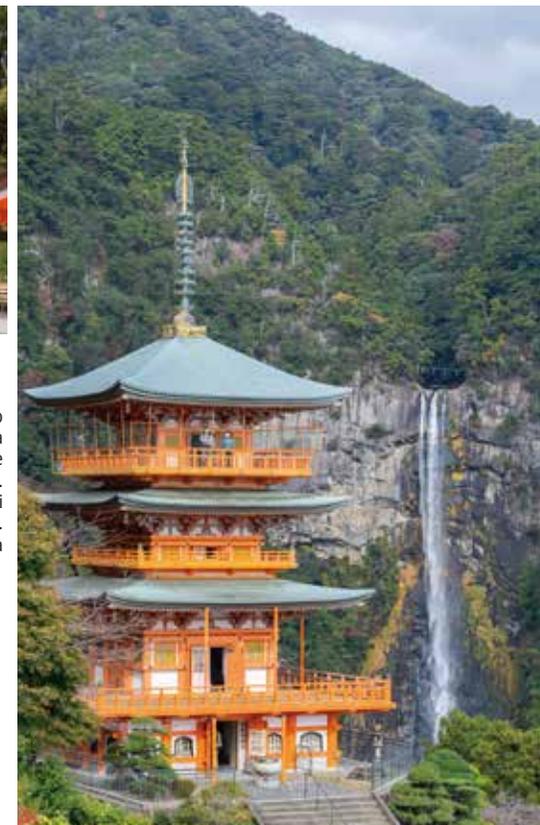
2



Kumano Nachi Taisha

Il grande santuario Kumano Nachi Taisha sorge in cima a un sentiero lastricato, dopo una scalinata in pietra ricoperta di muschio, chiamata Daimonzaka. Il santuario, proprio a metà strada dal monte Nachi, offre una vista panoramica sulle montagne circostanti e sull'Oceano Pacifico. È il soggetto ideale per le foto: il vermiglio del suo torii e degli edifici contrasta splendidamente con le verdeggianti montagne sullo sfondo. La vicina cascata di Nachi, alta circa 133 m, è l'emblema tangibile della bellezza e della sacralità della natura.
<https://kumanonachitaisha.or.jp/>

4



Kumano Hayatama Taisha

Il Kumano Hayatama Taisha è il principale di tutti i grandi santuari Kumano dell'intero Giappone. Sorge in un'area nota come "Shingu" ("nuovo santuario"), così chiamata da quando un nuovo santuario fu costruito qui per accogliere le divinità che per prime scesero dal paradiso sul sito della roccia Gotobiki-iwa sul monte Kamikura. Sui terreni del santuario cresce il Nagi, un albero millenario. Dai tempi antichi, era consuetudine che i visitatori ne portassero delle foglie a casa come amuleti per i viaggi, la sicurezza, il matrimonio e l'amore.
<https://kumanohayatama.jp/>

3





Kumano Kodo **5**

Kumano Kodo

Gli itinerari del pellegrinaggio sul cammino del Kumano Kodo si snodano nella boscosa penisola di Kii, strettamente legati all'antica mitologia giapponese. Percorsi dai pellegrini da un migliaio di anni, questi sentieri conducono a diversi siti sacri, tra cui i grandi santuari Kumano Sanzan (Kumano Hongu Taisha, Kumano Nachi Taisha e Kumano Hayatama Taisha), il monte Koya e il monte Yoshino. Nel 2004, il Kumano Kodo è stato dichiarato Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO e oggi è visitato da pellegrini provenienti da tutto il mondo. Attraversando queste antiche strade, ci si immerge nell'ambiente circostante, entrando in intimo contatto con le origini spirituali del Giappone.

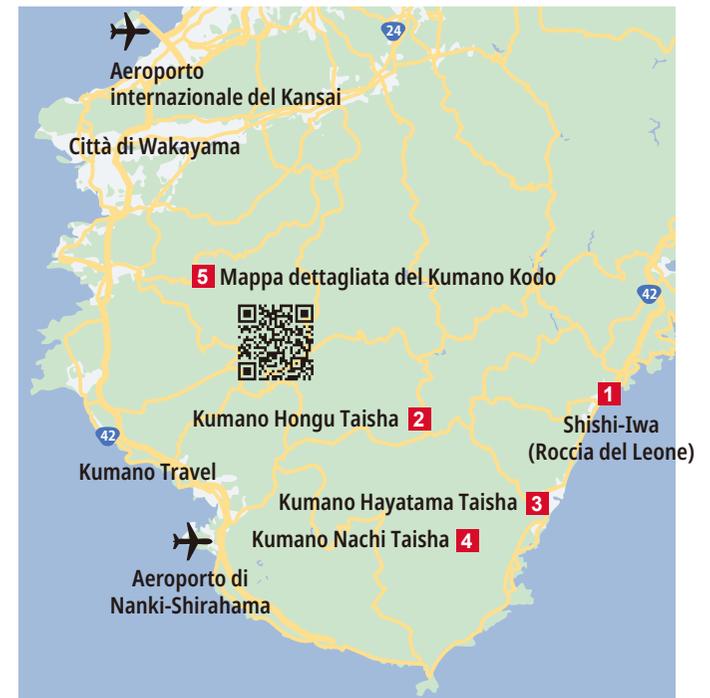
5



Shishi-Iwa (Roccia del Leone)

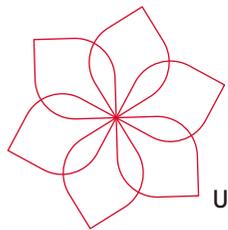
Così chiamata perché ricorda la figura di un leone che ruggisce, questa incredibile roccia alta 25 m è stata dichiarata Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO e monumento naturale del Giappone. È inoltre venerata come "komainu" (cane-leone guardia) del santuario Oma Jinja, posto sulla strada verso la fonte del fiume Ido.

1



 KUMANO TRAVEL

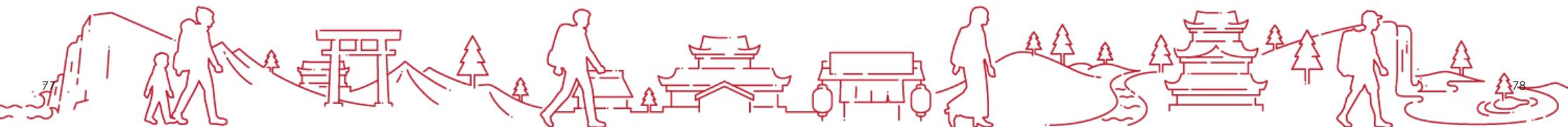




Uno degli scopi principali dei viaggi
è scoprire il vero significato della vita.

Esplorando il Kansai hai l'opportunità di riconnetterti al tuo Io,
alla natura, alla cultura e al modo di vivere delle persone.

Siamo certi che la tua vita verrà arricchita quando scoprirai le origini
della cultura giapponese, radicate nella regione del Kansai.



**THE EXCITING
KANSAI** The KANSAI contains
the real undiscovered
Japan.

