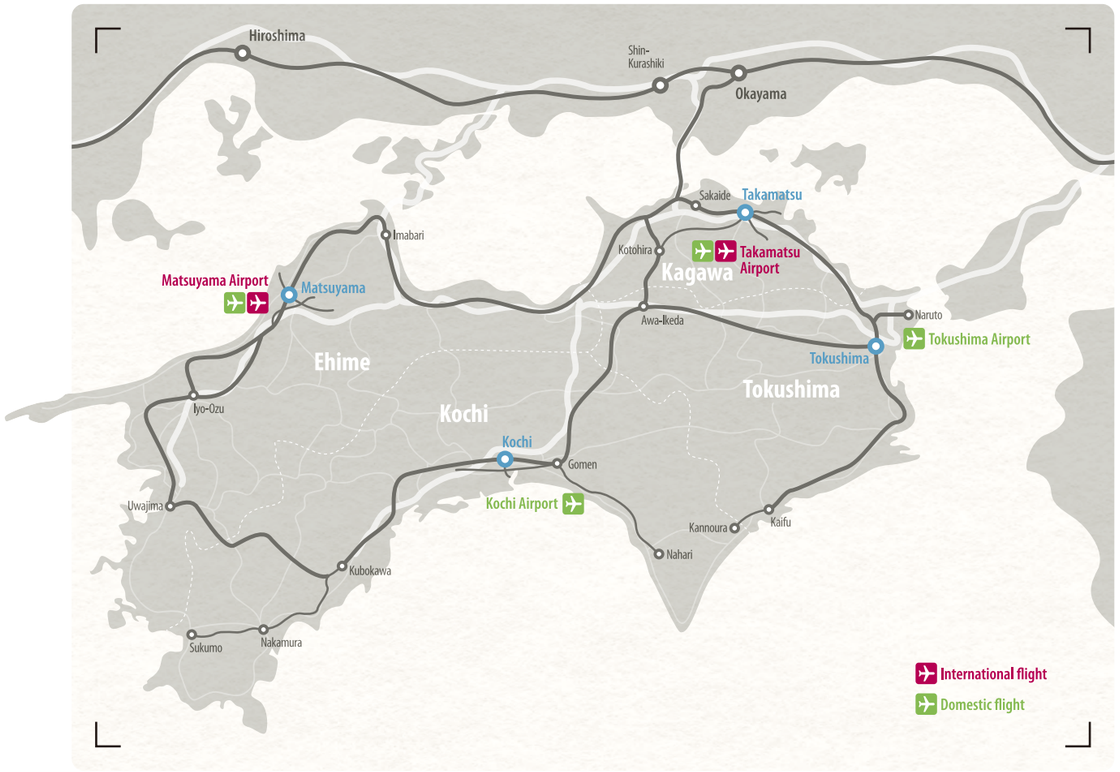


교통 안내 등 자세한 내용은
시코쿠 투어리즘 창조기구의 웹 사이트를 참조하십시오.

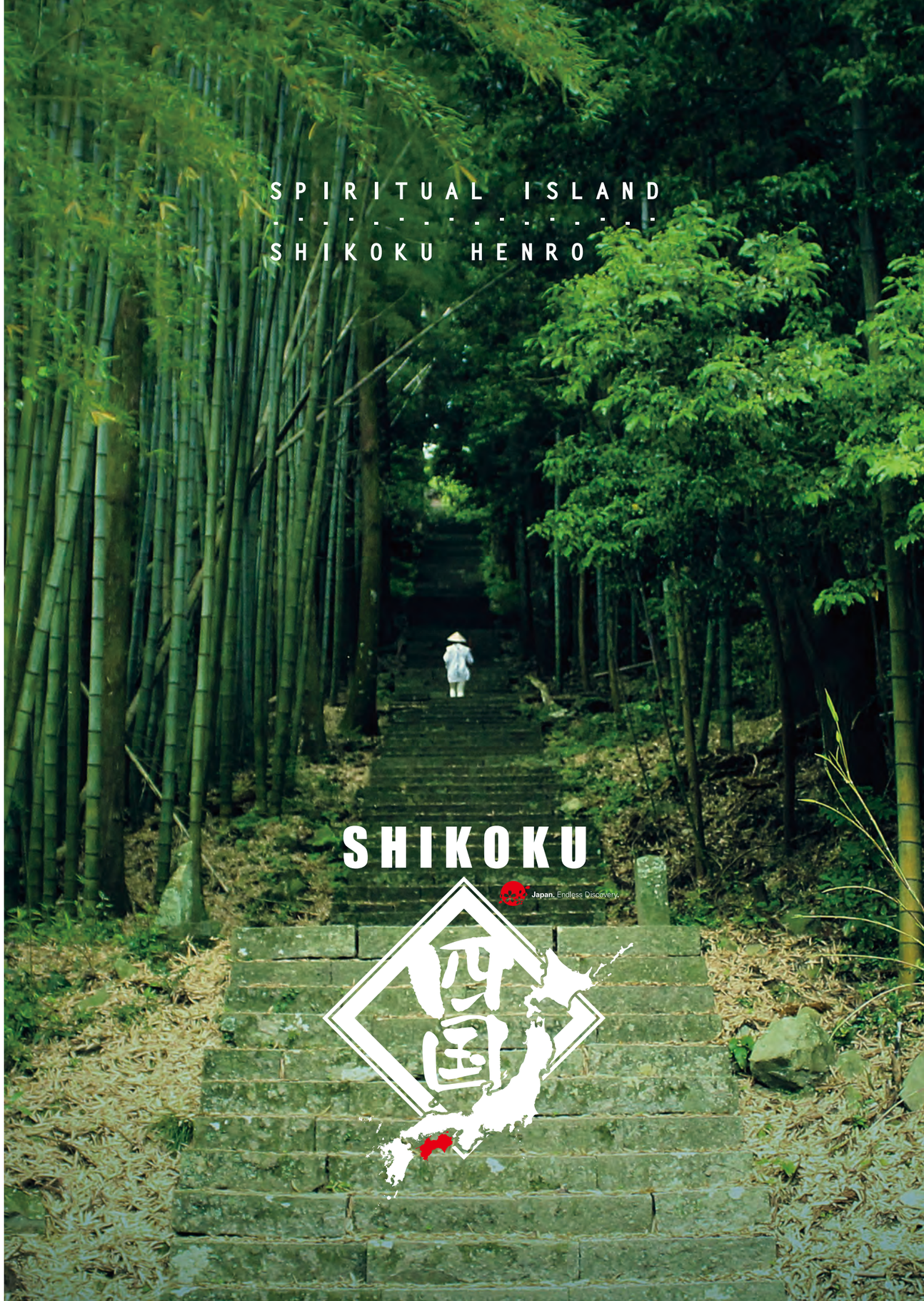
tourismshikoku.org/kr

그리고 시코쿠 내를 이동하실 때에는, JR 시코쿠를 비롯하여 시코쿠 내 6개 철도회사의 노선을 정해진 기간 내에 자유롭게 무제한 이용할 수 있는 외국인 여행자용 레일 패스 'ALL SHIKOKU Rail Pass'가 편리합니다.

또한, 철도를 이용한 여행이 어려운 장소에서는 버스나 렌터카를 이용하시기 바랍니다.

ALL SHIKOKU Rail Pass
shikoku-railwaytrip.com/kr/

Japan. Endless Discovery. | Japan Tourism Agency



마음이 이끄는 대로 걷는 여행

사람은 일상에서 벗어남으로써 마음속 깊은 곳에 가두어 두었던 자기 자신과 마주하고 대화를 합니다. 여기 시코쿠에는 자신과 마주하고 싶어 하는 여행자가 전 세계에서 모입니다. 그것은 예로부터 이 땅에 전해지는 '신비한 장소의 힘'이 그들의 마음에 공감하기 때문인지도 모릅니다.

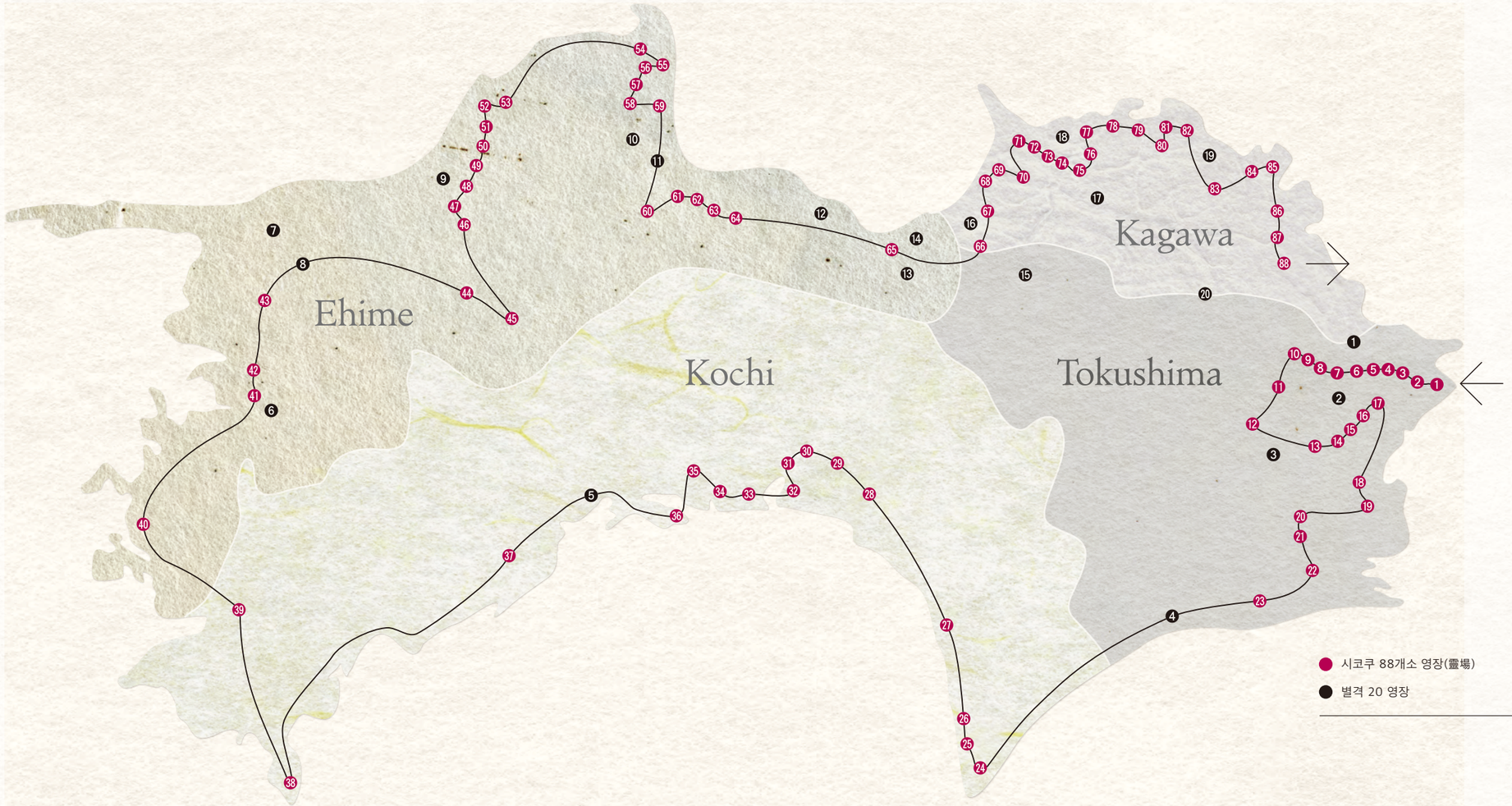
시코쿠에 전해지는 불교의 가르침은 신앙심의 유무와 관계없이 수많은 미혹과 고통받는 마음을 풀어 왔습니다. 승려들의 '호마 태우기'(불을 피우고 거기에 공물과 호마목을 던져 재앙이나 악업을 불태워 없애는 의식)또한 신의 생각을 전달하는 가르침의 하나입니다. 시코쿠에 산재한 많은 영장 중에는 당신이 공감할 수 있는 장소가 반드시 있을 것입니다.

시코쿠를 도는 여행을 하면서 무언가 한 가지 좋은 에너지를 발견하여 가져가시기 바랍니다. 바람에 가지를 흔들며 긴 세월에 걸쳐 힘을 축적해 온 신목(神木)도 그중의 하나입니다. 그 굵은 줄기에서 전해지는 온기는 당신의 마음을 울릴 것입니다.

첫 시코쿠 순례

고보 대사 (구카이)

호키 5년(774년)6월 15일에 사누키 국에서 태어났습니다. 아명(兒名)은 '마오'로, 어릴 때부터 총명하였다고 합니다. 15살에 교토로 가서 불교를 배우고, 학문만으로는 사람들을 구할 수 없다며 출가하여 22세에 계율을 받았습니다. 이름을 구카이(空海)로 고치고 약 1200년 전인 홍인 6년(815년)에 시코쿠 영장을 개창하였습니다.



숙방

숙방에서는 독경과 좌선, 사경, 설법 등을 체험할 수 있습니다. 또한, 일상생활에서 벗어나 '마음을 가다듬는 장소'로, 힐링을 경험할 수 있습니다. 전통문화를 마음으로 느끼고, 예로부터 지켜온 역사를 배우며, 반드시 무엇인가를 얻을 수 있을 것입니다.

순례 용구

순례에 필요한 용품은 흰 장삼, 삿갓, 와게사라고 하는 약식 가사, 오사메후다 (이름과 주소와 날짜를 적은 종이), 향, 초, 납경장(순례지를 방문했다는 증표로, 각 사찰의 묵서와 도장을 찍어 주는 공책) 등입니다. 원래 위아래 흰 소복을 입어야 하지만, 평상복 위에 흰 장삼과 삿갓을 착용하고, '곤고즈에'라고 불리는 나무 지팡이와 염주를 지닌다면 순례의 마음가짐이 될 것입니다.

또한, 최근에는 캐주얼한 복장으로 순례하는 사람도 많고 자유로운 스타일로 순례할 수 있습니다.

시코쿠 88개소 영장(靈場)

'시코쿠 헨로'는 시코쿠에 있는 88개소 영장(靈場)을 순례하는 행위로, 88개 영장은 모두 오래된 역사를 가지고 있으며 고보대사(구카이)와 유서가 있다고 전해지고 있습니다.

도쿠시마 현의 1번 사찰인 료젠지에서 가가와 현의 88번 사찰인 오쿠보지까지를 번호순으로 도는 순례가 '준우치'라고 하는 일반적인 순례 방법이지만, 여름의 료젠지, 봄의 지쿠린지, 겨울의 이와야지, 가을의 오쿠보지 등 순례지를 스스로 코디네이트하여, 보고 싶은 계절에 자유롭게 방문해 보시기 바랍니다.

그리고 88번 사찰부터 순례하는 것을 '갸쿠우치(역 순례)'라고 하는데, 윤년에 순례지를 끝에서부터 역방향으로 순례하면 세 배의 효험이 있는 것으로 전해지고 있습니다.

도보 순례

'도보 순례'는 시코쿠의 아름다운 자연 속으로 녹아들어서 사람들과의 교류나 뜻밖의 놀라움을 매일 경험할 수 있습니다. 아와(발심의 도장), 도사(수행의 도장), 이요(보리의 도장), 사누키(열반의 도장)의 총 약 1,400km의 거리를 걷는 과정에서 마음도 몸도 깨끗해진다고 합니다. 또한, 가장 가까운 역까지 공공 교통기관을 이용하는 방법이나 자동차(렌터카)를 이용하는 자동차 순례 등 기타 다양한 순례 방법이 있습니다.

오셋타이

'오셋타이'는 현지에 살고 계신 분들이 순례자들을 환대하는 것으로, '고보대사님의 은혜를 받는다'라는 의미가 있습니다. 오셋타이를 받는 쪽은 그것을 거절하지 말고 받아들이는 것이 중요합니다. 또한, 오셋타이를 받았을 경우, 그 답례로써 자기의 '오사메후다'를 건네시기 바랍니다. 현대에서는 사라지고 있는 친절한 접대 문화를 접하고 사람들의 따뜻한 인정에 감동할 것입니다.

별격 20 영장

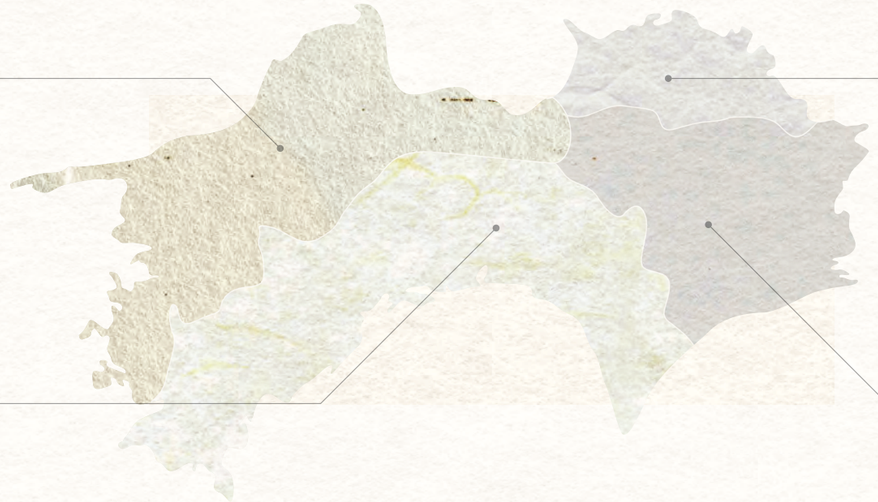
시코쿠 88개소 영장에 시코쿠 별격 20 영장을 더하면 108개가 되는데, 인간의 백팔번뇌와 같은 수가 되는 것에서 '번뇌를 없애는 데도 좋다'고 합니다.

1 2
3 4

1. 시마나미 | 에히메 2. 엔젤 로드 | 가가와 3. 아시즈리미사키 곶 | 고치 4. 쓰루기산 | 도쿠시마

愛媛
에히메

세토 내해에 접한 에히메는 이요 수군의 역사를 계승하여 적극적으로 해운업과 해상 교통을 지탱해 왔습니다. '도미밥'도 이요 수군이 선상에서 즐긴 것에서 시작되었습니다. 태양과 바다에서 반사되는 풍부한 빛을 받고 자란 '귤'은 세토 내해가 주는 은혜의 산물이라고 할 수 있습니다.



香川
가가와

일본에서 제일 작은 현이라고 불리면서도 세계에서 가장 큰 세토대교와 일본 제일의 우동으로 유명한 곳이기도 한 가가와. 고대부터 좋은 밀가루, 간장, 소금의 명산지이며, 지금도 '사누키 우동'으로 사람들에게 사랑받고 있습니다. 닭 다리를 통째로 굽는 '호네쓰키 도리'는 촉촉한 살와 풍부한 육즙이 식욕을 불러일으킵니다.

高知
고치

일본에서 가장 수질이 좋다고 하는 니요도가와 강과 시만토가와 강. 그 맑은 물로 빚어지는 술안주 또한 호쾌하고 맛있습니다. 볏짚의 불꽃과 고소한 향기가 오감을 자극하는 '가다랑어 다타키', 바삭바삭하면서도 속은 촉촉하여 자꾸 찾게 되는 '곰치 튀김'은 살도 껍질도 영양 만점입니다.

徳島
도쿠시마

시코쿠 헨로의 첫 번째 순례지로 많은 사람이 방문하는 도쿠시마. 다양한 생각을 가진 순례자를 맞이하는 것은 힘차고도 부드러운 도쿠시마 요리입니다. 국물에 돼지 삼겹살과 생 달걀이 어우러져 마치 전골을 먹는 듯한 '도쿠시마 라면'. 은은한 단맛과 쌀가루의 말랑말랑한 식감을 가진 '아와우이로'는 정겨운 맛이 납니다.

道後温泉 | 도고 온천

3000년의 역사를 지닌 일본에서 최고로 오래된 온천이라고 합니다. '가미노유(神の湯)'와 '다마노유(靈の湯)'라는 두 개의 욕탕이 있고, 넓은 공동 휴게실이나 개인 휴게실에서 쉴 수도 있습니다. 영화 '센과 치히로의 행방불명'의 모델이기도 한 근대 일본식 건축은 이공간(異空間)에 온 것 같은 신기한 느낌을 맛볼 수 있습니다.

遊子水荷浦の段畑

유수미즈가우라의 계단밭

'밭을 갈아서 하늘에까지 다다른다'라고 표현되고 있는 계단식 밭. 폭과 높이가 모두 1m인 돌담이 아득히 먼 정상까지 이어집니다. 사람들이 가파른 산비탈을 개척해 온 오랜 역사와 아름다운 조형미에 압도됩니다.

栗林公園 | 리쓰린 공원

일본의 특별 명승지로 지정된 리쓰린 공원은 영주가 만든 정원으로, 사계절의 풍경을 만들어내는 꽃들과 돌, 나무들이 아름다운 풍광을 자아냅니다.

봄에는 벚꽃, 가을에는 단풍과 같은 계절 이벤트를 만끽할 수 있습니다.

金刀比羅宮 | 고토히라구 신사

고토히라구는 해상 교통의 수호신으로 신앙되어 왔으며, 연간 300만 명의 관광객이 방문합니다. 산 중턱에 세워져 있어서 길게 이어지는 돌계단이 유명하며, '본궁'까지 785개, 정상에 있는 '오쿠샤'까지는 돌계단이 1,368개나 됩니다.

넓은 경내에는 중요문화재 '아사히샤(旭社)' 등 유서 깊은 신사나 불당들이 산재해 있는 것 외에도 참배길의 양 옆에는 토산물과 우동 가게가 늘어서 있고 볼 곳도 많이 있습니다.

되돌아본다. 정리한다. 나아간다.

사람들의 인생이 각각 다르듯이, 시코쿠를 즐기는 방법도 각각 다릅니다. 여기에는 자기에게 맞는 속도로 자유롭게 순례하고 느끼고 해석할 수 있는 심오한 시간과 공간이 있습니다. 거기에서 당신은 무엇을 생각하고 무엇을 발견할 것인가? 당신의 인생을 긍정적으로 만드는 섬, 그것이 시코쿠입니다.

四万十川 | 시만토가와 강

일본의 마지막 청류(清流)로 불리는 시만토가와는 길이 196km로 시코쿠에서 가장 긴 강입니다. 이라즈 산의 산청수가 모여서 흘러든 이 강은 청류라는 이름에 걸맞는 투명한 물이 흐릅니다. 수위가 높아졌을 때에는 가라앉도록 설계된 침하교(沈下橋)는 시만토가와의 대명사이기도 하며, 주위의 산들에 녹아 든 풍경이 어딘가 정겹고 향수를 불러일으킵니다.

大歩危小歩危 | 오보케 고보케

2억 년의 세월에 걸쳐, 시코쿠 산지를 가로지르는 요시노가와 강의 격류에 의해 만들어진 약 8km에 걸친 계곡. 그 기묘한 기암괴석의 풍경에서 수많은 요괴 전설이 탄생했습니다.

대리석 조각이 우뚝 솟은 것 같은 아름다운 경관을 자랑하며, 스릴 만점의 래프팅을 즐길 수 있습니다.

室戸岬 | 무로토곶

시코쿠의 동남단에 위치하며 태평양 쪽으로 돌출된 곶. 해안에는 기이한 형태의 바위들이 펼쳐져 있고 아열대성 수림이 우거져 있습니다. 곶 일대를 포함한 무로토 지오파크는 천연 삼나무 거목과 옛 모습 그대로를 간직하고 있는 거리를 투어 체험할 수 있습니다.

鳴門の渦潮 | 나루토의 소용돌이

세토 내해와 태평양을 잇는 나루토 해협에서 발생하는 소용돌이. 세계 삼대 조류로 꼽힐 정도로 조류가 매우 빨라서, 밀물이 가장 높은 때에는 소용돌이의 지름이 20m에 달하기도 합니다.