

Patrimoine mondial

Sentier d'Iseji de Kumano Kodô

Français
Brochure gratuite

熊野古道 伊勢路

*Suivez le chemin des pèlerins vers
les terres sacrées*

Préfecture de Mie



Patrimoine mondial

Sites sacrés et chemins de pèlerinage dans les monts Kii



Préfecture de Mie

Sentier d'Iseji

Présentation de l'itinéraire du sentier d'Iseji de Kumano Kodô



- 1 Col de Meki-tôge
- 2 Col de Misesaka-tôge
- 3 Col de Nisaka-tôge
- 4 Col de Tsuzurato-tôge
- 5 Col d'Ikkoku-tôge, col d'Hirakata-tôge et sentier de Kumagaya-michi
- 6 Col d'Hajikami-tôge
- 7 Col de Magose-tôge (voir page 4)
- 8 Traversée du mont Yaki-yama
- 9 Col de Miki-tôge et col d'Hago-tôge
- 10 Côte de Sonejirô-zaka et côte de Tarô-zaka
- 11 Col de Nigishima-tôge et col d'Ôkamizaka-tôge
- 12 Sentier d'Hadasu-no-michi
- 13 Col d'Ôbuki-tôge
- 14 Sentier de Kannon-michi
- 15 Col de Matsumoto-tôge (voir page 5)
- 16 Col de Yokogaki-tôge
- 17 Col de Fûden-tôge
- 18 Col de Tôri-tôge
- 19 Route d'Hamakaidô
- 20 Fleuve Kumano (sentier de Nakahechi)

Remarque : Les sentiers et cols indiqués ne sont pas tous classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Les trois sites sacrés de la région montagneuse de Kii, située approximativement au centre du Japon, « Kumano Sanzan », « le mont Kôya-san » et « Yoshino-Ômine » ont donné naissance à de nombreuses formes de cultes religieux allant du shintoïsme, religion indigène vénérant les forces de la nature, au bouddhisme qui a été importé depuis la Chine, mais a connu un développement unique au Japon, en passant par des formes de syncrétismes telles que les pratiques ascétiques du shugendô qui allie les deux religions précédentes. En juillet 2004, la valeur universelle de ces trois sites sacrés ainsi que les sentiers de pèlerinage y menant et les traditions culturelles qui s'y sont formées a été reconnue par l'UNESCO qui les a classés au patrimoine mondial sous l'appellation de « Sites sacrés et chemins de pèlerinage dans les monts Kii ».



« Kumano Kodô », les sentiers de pèlerinage menant à Kumano Sanzan

«Kumano Sanzan» ou «les trois sanctuaires de Kumano» désigne les sanctuaires Kumano Hongû-taisha, Kumano Hayatama-taisha et Kumano Nachi-taisha. Ces trois sanctuaires qui étaient à l'origine des lieux de culte animistes distincts sont devenus un lieu de culte syncrétique shinto bouddhique dans lesquels les kamis qui y étaient révéérés étaient considérés comme des manifestations du bouddha Amitabha et furent appelés «Kumano Sansho Gongen».

Ces trois sanctuaires sont devenus un lieu de pèlerinage attirant de nombreux fidèles de tout l'archipel japonais, ce qui a conduit à la création de plusieurs sentiers de pèlerinages : le sentier «Nakahechi» qui part de Tanabe pour serpenter à travers la montagne, le sentier «Ôhechi» qui longe la côte, et le sentier «Kohechi» qui relie le mont Kôya-san aux trois sanctuaires de Kumano et «Iseji» qui relie le sanctuaire d'Ise-jingû aux sanctuaires de Kumano. Tous ces sentiers de pèlerinage menant aux trois sanctuaires de Kumano ont été regroupés sous l'appellation de «Kumano Kodô», les «vieux sentiers de Kumano».

« Kumano Kodô Iseji », un sentier reliant deux grands sites sacrés

Le sentier de pèlerinage «Kumano Kodô Iseji» relie deux grands sites sacrés : le sanctuaire d'Ise-jingû, particulièrement important pour les Japonais, et Kumano Sanzan. À l'époque d'Edo (1603-1868), on disait qu'on devait faire dans une vie «7 pèlerinages à Ise et 3 pèlerinages à Kumano», ce qui illustre bien le culte qui était voué à ces sanctuaires.

Les pèlerins, après s'être recueillis au sanctuaire d'Ise-jingû, revêtaient un habit de pèlerin pour se diriger ensuite vers Kumano, par un sentier escarpé passant à travers la montagne, afin de se recueillir devant les kamis de Kumano. Aujourd'hui encore, ce sentier de «Kumano Kodô Iseji» offre des paysages inchangés, chargés d'histoire et de culture.



Sanctuaire Kumano Hongû-taisha



Sanctuaire Kumano Hayatama-taisha



Sanctuaire Kumano Nachi-taisha

Col de Magose-tôge

Localisation : entre la commune de Kihoku et la ville d' Owase, dans la préfecture de Mie
 Itinéraire de randonnée : environ 7 km/3 heures de marche

Le sentier pavé qui mène au col de Magose-tôge à travers des forêts de cyprès du Japon est l'un des plus beaux des sentiers de Kumano Kodô et sa facilité en font l'un des passages les plus populaires du sentier d'Iseji.



Sites à voir



1 Statue Yonaki-jizô

Ce jizô, ou statue représentant le bodhisattva Kshitigarbha, protecteur des voyageurs et des enfants est vénéré pour sa capacité à faire arrêter les pleurs des enfants la nuit.



2 Sentier pavé

Cette partie du sentier a conservé son pavage de grosses pierres naturelles entassées les unes sur les autres.



3 Magose-fudôson

Fudô Myô-ô, la forme bouddhique japonaise d'Achalanâtha et En-no-Gyôja, le fondateur du Shugendô sont révéérés ici, aux abords d'une splendide cascade d'une vingtaine de mètres.



Forêt de cyprès du Japon d'Owase (une des trois plus belles forêts artificielles du Japon)

Cette forêt de grands cyprès du Japon aux troncs rectilignes dont les feuillages vert profond laissent passer parcimonieusement la lumière du soleil a une atmosphère particulièrement mystérieuse.

Panoramas exceptionnels



A Mont Tengura-san (env. 30 min depuis le col de Magose-tôge)

Le sommet, accessible par une échelle, offre un panorama exceptionnel sur la ville d'Owase et les montagnes avoisinantes.



B Mont Binshi-yama (Env. 120 min depuis le col de Magose-tôge)

Le sommet du mont est constitué d'un rocher monumental ressemblant au dos d'un éléphant et du haut duquel la vue est absolument magnifique !

Sites touristiques avoisinants



Rivière Chôshi-gawa

La rivière Choshi est d'une limpidité extraordinaire sur toute sa longueur, d'amont en aval. On peut observer à son embouchure sur la mer, une « zone d'ondoiement » ressemblant à du sirop de gomme, se produisant à l'endroit où les eaux douces de la rivière rencontrent l'eau de mer.



Camp inn Miyama

Ce camping est situé au bord de la rivière Chôshi-gawa. On peut y faire des barbecues, s'y amuser dans la rivière, bref, s'y relaxer au beau milieu de la nature !



Marché aux poissons d'Owase, « Ototo »

Magasin géré directement par une entreprise de produits halieutiques, vendant une grande variété de poissons pêchés localement et de spécialités locales consommées dans la région, à la fraîcheur incomparable ! Le magasin dispose également d'un restaurant annexe dont nous vous recommandons les bols de riz surmontés de fruits de mer crus (kaisendon) et les sushis.

Col de Matsumoto-tôge

Localisation : ville de Kumano, préfecture de Mie
Itinéraire de randonnée : environ 5 km/2 heures de marche



Situé à une altitude peu élevée, le col de Matsumoto-tôge est facile d'accès, même pour les randonneurs débutants. Il a conservé un magnifique sentier pavé qui traverse des fourrés de bambous. Il passe également à proximité de nombreux points d'intérêt classés au patrimoine mondial, tels qu'Oniga-jô ou Hana-no-Iwaya.

Sites à voir



1 Sentier pavé datant de l'époque d'Edo (1603-1868)

Ce sentier pavé en escalier a été construit à l'époque d'Edo (1603-1868). Il est renforcé de part et d'autre de contreforts en pierre.



2 Jizô du col de Matsumoto-tôge

Cette statue de jizô comporte un trou dans le pan gauche de sa robe dû à l'impact d'une balle tirée par un tireur d'élite qui l'aurait pris pour une apparition.



3 Shishi-iwa

Il s'agit d'un rocher haut de 25 m ressemblant à une tête de lion rugissant face à la mer de Kumano.



4 Sanctuaire Hana-no-Iwaya

Ce sanctuaire shinto abritant le tombeau de la divinité Izanami-no-Mikoto serait le plus ancien du Japon.



Grand feu d'artifice de Kumano
Organisé chaque année le 17 août.
* Reporté en cas de pluie ou de mer agitée.

Points de vue exceptionnels



A Oniga-jô

Une succession de rochers aux formes étranges s'étendant sur près de 1,2 km et formés par l'érosion causée par les vagues et le soulèvement du socle rocheux.



B Belvédère d'Oni-no-Miharashidai

Il est situé à environ 35 minutes du col de Matsumoto-tôge. Il offre un panorama magnifique sur la mer de Kumano et fera un lieu parfait pour se délasser.

Sites touristiques avoisinants

Office du tourisme de la ville de Kumano

Vous pourrez y trouver non seulement des informations touristiques, mais également y louer un vélo ou y déposer vos bagages.



Otsuna Chaya

Cet établissement propose à la vente des produits et spécialités locales célébrant le sanctuaire Hana-no-Iwaya et comporte également un musée dédié au sanctuaire.



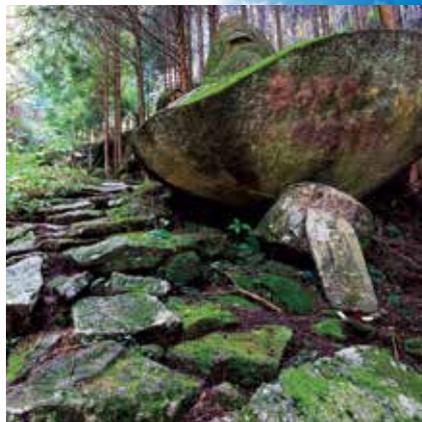
Autres sites à voir sur le sentier d'Iseji

Outre les cols de Magose-tôge et de Matsumoto-tôge, le sentier d'Iseji de Kumano Kodô peut être parcouru selon divers autres itinéraires que nous vous recommandons.



Rivière Kumano-gawa et barques *sandanbo* (page 2/itinéraire ⑳)

La rivière Kumano-gawa a été classée au patrimoine mondial comme voie de pèlerinage avec ses barques à trois voiles appelées « *sandanbo* » qui naviguent gracieusement sur la rivière. Ces barques constituent un excellent moyen pour passer un agréable moment tout en admirant de magnifiques paysages.



Traversée du mont Yaki-yama (page 2/itinéraire ⑧)

Cet itinéraire avait la réputation d'être un des plus difficiles de tout l'ouest du Japon. Il s'agit d'un sentier escarpé serpentant à travers la montagne dont le parcours est assez fatiguant, mais qui a conservé un beau pavage, est parsemé de nombreux vestiges historiques et permet d'admirer de magnifiques paysages.



Col de Tsuzurato-tôge (page 2/itinéraire ④)

Conformément à son nom « Tsuzurato » qui signifie « route en zigzag », ce col n'est accessible qu'à partir d'un sentier particulièrement sinueux. Le pavage du sentier et le mur en pierre qui le borde sont très bien conservés.

— Informations pour les voyageurs —



Guide vocal multilingue (Anglais / Chinois / Taiswanais / Coréen / Français)

Le Centre d'accueil de Kumano Kodo vous propose un guide vocal multilingue que vous pouvez utiliser à l'intérieur de la structure.

Une base pour votre voyage Centre préfectoral de Kumano Kodô de Mie



Cet office de tourisme offre de nombreuses informations pour mieux comprendre les sentiers de pèlerinage de Kumano Kodô. 6.549 cyprès du Japon au grain particulièrement remarquable ont été utilisés pour construire ce magnifique bâtiment en bois. On peut y découvrir de nombreuses informations et présentations sur les sentiers de Kumano ainsi que sur l'histoire, l'environnement naturel, ou la culture de la région et il sert également de lieu d'échange et d'apprentissage pour les touristes et la population locale.

Adresse 12-4 Mukai, 519-3625 Owase, préfecture de Mie

Renseignements 0597-25-2666

Accès

Env. 10 min en prenant un bus Fureai (en direction de Kii Matsumoto) depuis la gare JR d'Owase et en descendant à l'arrêt Kumano Kodo Center Mae.

Ou env. 10 min en prenant un bus Mie Kotsu (ligne Kumano Kodo) à l'arrêt Owase Ekiguchi et en descendant à l'arrêt Kumano Kodo Center.

URL <https://kumanokodo-center.com/>



À proximité du centre préfectoral de Kumano Kodô de Mie

Yume Kodô Owase

Ce complexe est composé de plusieurs établissements que nous vous recommandons pour vous détendre après avoir arpenté les sentiers de montagne. Vous pourrez ainsi vous y relaxer dans un bain d'eau de mer des grands fonds ou dans un sauna à microvapeur qui sont rares au Japon. Vous pourrez y acheter des spécialités locales ou bien déguster des produits de la mer dans le restaurant « Isabaya », géré par une entreprise de produits halieutiques.

URL <http://yumekodo.jp/>



Kumano Kodo Iseji navigator



Présentation des itinéraires de randonnées le long des sentiers de pèlerinage de Kumano Kodô et des informations touristiques relatives sur Google Maps.

URL <https://www.kodo.pref.mie.lg.jp/navi>



Site du Tourisme dans la préfecture de Mie

Consultez ce site pour obtenir des informations concernant votre hébergement, etc.

URL <https://www.kankomie.or.jp/>



Donnez des couleurs à votre voyage! Gastronomie et curiosités locales

Cette région qui a gardé un magnifique environnement naturel recèle d'une gastronomie succulente et de mille curiosités telles que les produits de l'artisanat local ou les sources thermales (*onsen*).



Kaisei-don, Bol de riz recouvert de tranches de poisson cru et de fruits de mer

La région bénéficie du courant marin Kuroshio peut s'enorgueillir d'une industrie de la pêche prospère dont la production se caractérise par une grande variété d'espèces pêchées. Nous vous recommandons ainsi ce plat copieux constitué d'un bol de riz recouvert de tranches de poisson cru et de fruits de mer.



Owase Wappa

Il s'agit d'objets traditionnels en laque fabriqués minutieusement à la main avec du bois de cyprès du Japon de qualité produit à Owase. Ils sont parfaits pour servir de boîte à déjeuner et contenir vos *bentô*.



Mandarines

La région produit une grande variété de mandarines tout au long de l'année. Le climat doux et l'influence de l'air marin permettent de cultiver des mandarines dont le taux de sucre est particulièrement élevé.



Poulet de Kumano

Le poulet de Kumano est élevé dans la nature en lui prodiguant les plus grands soins. Il se caractérise par une texture charnue en bouche et une saveur particulièrement succulente.



Onsen, sources thermales

Quoi de mieux qu'un bain dans une source thermale (*onsen*) pour se délasser après avoir arpenté les cols environnants? Les caractéristiques minérales de l'eau varient selon les sources ce qui leur donne divers effets bénéfiques sur la santé.



Himono, poissons séchés

Il s'agit de poissons ou de fruits de mer mis à sécher à l'air libre immédiatement après avoir été pêchés. Le séchage permet de condenser leurs qualités gustatives et d'allonger leur durée de conservation.



Mehari Sushi

Il s'agit d'un plat de sushi fabriqué avec des feuilles de moutarde brune saumurées. Le nom de ce plat proviendrait de la grosseur et de la saveur de ces sushis qui ferait rouler les yeux d'étonnement (« *mehari* » en japonais).



Sanma Sushi

Il s'agit de sushis confectionnés avec du balaou du Japon, un poisson appelé « *sanma* » en japonais, confit dans le sel. Ceci donne de la fermeté à la chair du poisson et lui confère une saveur fraîche dénuée d'arrière-goût.



Kihô-chô Umigame Kôen, Parc des tortues de mer de la commune de Kihô

Il s'agit d'un site dédié à la protection des tortues de mer qui sont en voie de disparition, et à la sensibilisation à leur préservation. Il dispose d'un aquarium consacré aux tortues de mer où vous pourrez observer de près des tortues marines, mais également des tortues terrestres. Le musée expose des tortues naturalisées et permet d'apprendre à leur sujet.

URL <https://umigamekouen.com/>

Rizières en terrasse de Maruyama Senmida

Au-delà du col de Matsumoto-tôge, en direction de l'ouest, aux environs du col de Tôri-tôge, s'étalent à flanc de coteau des rizières considérées comme les plus belles du Japon. Entre mai et juin, au moment du repiquage du riz, les rizières remplies d'eau étincellent de manière splendide à la lumière du soleil.



PLAN D'ACCÈS



- Sentier d'Iseji de Kūmano Kōdō
- Route nationale/préfecturale
- Autoroute (les pointilles indiquent des tronçons en projet)
- Ligne de chemin de fer privée
- Ligne du Shinkansen
- Ligne JR (Japan Railway)
- Port
- Aéroport

Accès en train



Accès en voiture



Accès en autocar



Accès par avion



Informations mises à jour en décembre 2023. Nous vous prions de bien vouloir les vérifier avant votre départ.