

Guía básica del Japón

Japón es una mezcla insólita entre las ciudades más modernas y cosmopolitas, formas de vida tradicionales y espacios naturales espectaculares. Aquí le ofrecemos una pincelada de lo más destacado, las ciudades y lugares que no puede dejar de vivir si quiere conocer el país y sus gentes.

Porque Japón es mucho más que un país. Japón son santuarios, templos con techos de oro y jardines de simplicidad zen y refinamiento absoluto. Japón es naturaleza y paisajes naturales maravillosos y absolutamente hermosos. Japón son mercados callejeros y placeres para el paladar. Japón son festivales y celebraciones asombrosas. Japón es arquitectura, de la más tradicional a la más moderna e innovadora. Japón es alta tecnología. Japón es todo esto a la vez y mucho más.

Tokyo (東京都, Tōkyō-to, “capital del este”) y sus alrededores

Santuarios, templos y jardines. Mercados callejeros y placeres gastronómicos. Museos y galerías de arte. Artes tradicionales del espectáculo y artes de lo efímero. Arquitectura. Alta tecnología. Todo eso es Tokyo... y mucho más.



Descubrir [Tokyo](#) es adentrarse en una metrópolis fascinante donde convive la tecnología moderna y vanguardista junto a una cultura milenaria y refinada. Sorprenderse con una chica ataviada con un bello kimono paseando junto a imponentes y modernos rascacielos que relejan en sus

fachadas milenarios templos y hermosos jardines zen o disfrutar de su selecta gastronomía.

Tokyo es una metrópolis gigantesca. Es enorme. Suba al mirador de las torres del Gobierno Metropolitano en Shinjuku y la jungla de hormigón y asfalto no tiene fin.

Al anochecer las luces de los rascacielos y edificios centelleando en el horizonte nos recuerdan a una película de ciencia ficción. Las luces del día nos muestran la imponente silueta del monte Fuji, hacia el oeste y la formidable bahía de Tokyo atravesada por el puente Rainbow al sur.

Es una metrópolis ordenada, segura y limpia. Bueno, ordenada no precisamente, desde el punto de vista urbanístico. En el corazón de Tokyo se encuentra actualmente el Palacio Imperial, antigua ubicación del Castillo de Edo, nombre originario de la ciudad. Edo se desarrolló alrededor del castillo del Shogun Tokugawa. Los sucesivos incendios, referidos orgullosamente por

los propios “Edo-Ko” (hijos de Edo) como las “flores de Edo”, los terremotos (terremoto de Kanto en 1923) y los devastadores bombardeos sufridos por la ciudad en la II Guerra Mundial han obligado a una constante labor de reconstrucción urbana.

El [“centro” de Tokyo \(mapa\)](#) como orientación básica, es el área englobada y circundante con la línea de tren Yamanote (algo así como la Circle Line de Londres), línea circular que conecta las principales zonas de ocio y servicios. La línea Yamanote tiene 29 estaciones de tren. Cada 2 minutos pasa un tren. Alrededor de 3,5 millones de personas utilizan la línea Yamanote cada día. En el centro del círculo se encuentra el Palacio Imperial y en el perímetro del círculo se suceden las estaciones de Tokyo, Shinagawa, Ebisu, Shibuya, Shinjuku, Ikebukuro, Ueno... unidas por la línea Yamanote, formando un conglomerado de centros urbanos, ciudades dentro de la ciudad. En efecto, alrededor de estos verdaderos centros urbanos encontramos bulliciosas y ajetreadas zonas comerciales. Impactantes carteles luminosos en llamativos caracteres orientales, gigantescas pantallas de televisión con reclamos publicitarios, una variedad increíble de productos y servicios. Alucinante la multiplicación de pantallas, luces y sonidos. La metrópolis está perfectamente conectada por una moderna, eficaz y tupida red de comunicaciones e infraestructuras de transportes que con frecuencia atraviesa el paisaje urbano en forma de autopistas elevadas y líneas de trenes y Shinkansen (tren bala), además de las líneas subterráneas de metro, etc... Moverse a través de esta red de comunicaciones no es complicado. En todas las estaciones, junto a los paneles en japonés existen paneles informativos en caracteres occidentales, romanos. Los principales lugares turísticos también tienen información destinada a los no japoneses, folletos y mapas de las atracciones turísticas en varios idiomas. Paradójicamente detrás de cada uno de estos centros urbanos se extienden encantadores barrios residenciales con apiñadas casas

unifamiliares, entre estrechas y laberínticas callejuelas, rincones para descubrir increíbles templos o tradicionales comercios. Ya sea en las grandes zonas comerciales o en las tranquilas áreas residenciales es un verdadero privilegio contemplar tranquilamente la vida en Tokyo.

Un Tokyo seguro y limpio, donde te sorprenderás por el sentido cívico y la educación de los japoneses en el trato diario.

El [Palacio imperial](#), que antaño era el Castillo de Edo, sigue estando apartado detrás de los profundos fosos originales que fueron cavados. Unas espléndidas puertas y antiguas torres apuntalan el recinto a intervalos regulares. El Nijubashi, un elegante puente con dos arcos, conduce a la entrada principal, abierta al público en algunas ocasiones. El Jardín Este (Higashi Gyoen) estaba antaño ocupado por la torre del homenaje original. Cada estación del año, flores y floraciones embellecen el jardín convirtiéndolo en un lugar de descanso ideal para todos. Al oeste de la estación de Tokyo se encuentra **Marunouchi**, la zona comercial más inmensa del Japón. Aquí podemos ver innumerables edificios que no sólo albergan oficinas comerciales, sino también tiendas de moda, restaurantes y cafeterías que atraen la vista de los visitantes e invitan a pasar ratos amenos. Un paseo de unos diez minutos les llevará hasta [Ginza](#), famosa en el mundo entero por la elegancia de sus boutiques y por el destello multicolor del neón de sus rótulos luminosos. El [Teatro de Kabuki-za \(en inglés\)](#) sólo está a unos pasos de allí. Alejándose de la agitación de Ginza y de Yurakucho, giren hacia el espacioso barrio de Ueno donde les está esperando el [Parque Ueno](#), el más grande de la capital. Desde principios del mes de abril, el jardín se convierte en un paraíso de cerezos en flor que inundan el verdor con un suave rosa pálido y atraen una multitud de paseantes y excursionistas con sus cestas de comida. El parque, rodeado de numerosos y variados museos, forma un vasto núcleo de arte y cultura.

Si les apetece una escapada por el pasado de Tokyo, nada mejor que el barrio de [Asakusa \(en inglés\)](#). Las numerosas calles apartadas y estrechas están bordeadas por casas antiguas y tenderetes donde se venden artículos tradicionales, kimonos de tela peinada fabricados a mano. El [Templo Sensoji \(en inglés\)](#) de Asakusa, en cuyo recinto hormiguean los pasajes comerciales, es un lugar ideal para hacer provisiones de souvenirs.

[Shinjuku](#), en la parte oeste y enlazada con la ciudad, es una mezcolanza de bares y clubes nocturnos populares y ruidosos con grandes almacenes y boutiques que les ofrecerán compras refinadas y sofisticadas. En estas afanadas intermediaciones, el [Jardín Nacional de Shinjuku Gyoen](#) les parecerá un resquicio de paz. En el barrio de Hatsudai, muy cerca, el complejo de **Tokyo Opera City** alberga dentro de sus muros una ópera de gran envergadura.

[Shibuya](#), cerca del apacible [Santuario Meiji \(en inglés\)](#) y de [Harajuku](#) y [Aoyama \(en inglés\)](#), los barrios de moda, es el lugar soñado para aquéllos que quieren hacer compras y entretenerse a la vez. Muy frecuentado, principalmente por los jóvenes conectados de la capital, Shibuya es el centro por donde pasan todas las innovaciones que se producen en Tokyo y a partir del cual permanentemente se divulga la "cultura de la juventud". Asimismo, aquí es donde se ha instalado el escaparate de la vanguardia de la moda y del arte internacional. Sentarse en la terraza de una cafetería y tomar una copa observando el insólito desfile de las gentes que van y vienen es un goce al que les será difícil resistirse.



El Rainbow Bridge, iluminado de noche

Roppongi, lleno de lugares de diversión nocturna que deleitan a los turistas internacionales, presenta otra faz como un centro artístico y cultural con la inauguración de [Tokyo Midtown \(en inglés\)](#), el **Centro Nacional de Arte de Tokyo**, y [Roppongi Hills](#).

[Odaiba](#), construido sobre tierras ganadas al mar en el Puerto de Tokyo, es una zona que nos ofrece diversos puntos atractivos así como el centro comercial Palette Town y las instalaciones balnearias que recrean una atmósfera de la época de Edo, Oedo Onsen Monogatari.

Alrededores de Tokyo

[Tokyo Disney Resort](#), el parque temático que más les gusta a los japoneses, se accede a éste a partir de la estación Maihama, a 17 minutos en tren desde la estación de Tokyo.

[Yokohama](#), la segunda ciudad más grande de Japón, es una de las primeras ciudades que se abrió a los residentes extranjeros durante la Restauración de Meiji (1868-1912). Hoy en día, es una ciudad portuaria hirviente de actividad y con varias construcciones inscritas en la historia del país. Asimismo, el extenso [Jardín Sankeien](#). [Minato Mirai 21](#), frente al mar, es un polo de atracción para la joven generación. Allí podrán ustedes dedicarse a las compras más agradables, tomándose una pausa para intentar una aventura culinaria excepcional. El barrio chino de Yokohama, China Town, está también jalonado por excelentes restaurantes.

[Kamakura](#), a una hora en tren desde Tokyo, es una tranquila y pequeña ciudad costera salpicada de templos con atmósfera silenciosa. De la presencia del gobierno feudal que tomó posesión de sus barrios en

1192, ésta conserva hoy una herencia histórica de primerísima importancia. Por supuesto, es el **Gran Buda** de bronce del [Templo Kotokuin](#) el que atrae a Kamakura el mayor número de visitantes. Este impresionante “**Daibutsu**” es un gigante de 13,35 metros de alto y 93 toneladas, y está meditando bajo la bóveda celeste en la postura del loto.

Muy cerca de la estación de Kamakura se encuentra el [Santuario de Tsurugaoka Hachimangu](#) y las calles del barrio ya no cuentan sus innumerables templos budistas, sencillos o más imponentes. Un despreocupado paseo por aquí les hace deslizarse hacia el siglo XII, en plena época de Kamakura. Y cualquiera que sea el templo cuyas murallas elijan franquear, serán acogidos por los suaves murmullos de sus flores y su manto de verdor.

La [península de Izu](#), al sur de Hakone, es un destino muypreciado por sus estaciones termales. La cadena montañosa de **Amagi**, con sus innumerables baños calientes y sus cascadas de agua, forma la espina dorsal de la península. Las [siete islas de Izu](#) son un maravilloso lugar de vacaciones, ofreciendo a la vez unos magníficos paisajes marinos y una impresionante estructura volcánica. La isla de Oshima, por ejemplo, de las más apreciadas, sólo está a 1 h 45 en barco de gran velocidad con salida desde Tokyo, lo que les permite descubrirla haciendo una excursión de un día.

El [onsen de Kusatsu \(en inglés\)](#) es una de las estaciones termales más famosas de Japón y se encuentra a menos de cuatro horas de Tokyo en una línea directa de autobús. El agua mineral de los balnearios, extremadamente ácida y suficientemente activa como para disolver una pieza de 1 yen en una semana, es extraordinariamente eficaz.

Nikko

Gran parte del área montañosa de [Nikko](#) es área protegida, y forma parte del [Parque Nacional de Nikko \(en inglés\)](#). La actual [Nikko \(mapa\)](#) es el resultado de la unión de las ciudades de **Imaichi**, la antigua **Nikko**,

Fujihara, **Ashio** y **Kuriyama**.

Desde que la montaña de Nikko fuera fundada por el sumo sacerdote Shodo a finales del siglo VIII, Nikko había sido adorado como un lugar sagrado. Una vez que el [santuario de Toshogu](#) fue construido como mausoleo del Shogun Tokugawa Ieyasu a

principios del siglo XVII, la antigua ciudad de Imaichi prosperó como ciudad de postas en el punto de intersección de las carreteras de Nikko, Kaido y Aizu-Nishi, mientras que la antigua ciudad de Nikko floreció como el monzenmachi o santuario y la ciudad del templo de Nisha Ichiji (que significa "dos santuarios y un templo"; se refiere al santuario Toshogu, al [santuario de Futarasan Jinja](#) y al [templo Rinnoji](#), que son Patrimonio de la Humanidad). Por otra parte, la ciudad anterior de Fujihara, donde las [fuentes termales del Kinugawa-Onsen \(en inglés\)](#) fueron descubiertas a finales del siglo XVII, seguidas por las [fuentes del Kawaji-Onsen](#) a principios de siglo XVIII, se desarrolló como uno de los principales centros termales de Japón. La ciudad **Ashio**, también fundada por el sumo sacerdote Shodo, fue donde se sitúa el templo principal de la secta religiosa conocida como la fe Koshinko. Tras el descubrimiento de vetas de cobre a principios del siglo XVII, Ashio prosperó como la mina de cobre más importante del Japón, y ha contribuido en gran medida a la modernización de Japón.

En cuanto al antiguo pueblo de **Kuriyama**, sus orígenes se dice que se encuentran en el asentamiento construido por guerreros Heike huidos, y todavía quedan árboles de cedro conocidos como Heike-sugi y sitios históricos como Heike-Zuka . Kuriyama también ha prosperado como un complejo termal con las aguas termales de Yunishigawa y Oku-Kinu.



Templo de Futarasan, en Nikko

Mt Fuji & Hakone

El [Monte Fuji](#) es considerado sagrado desde la antigüedad, tanto que incluso les estaba prohibido a las mujeres llegar a la cima hasta la era Meiji (finales del s. XIX). Actualmente es un conocido destino turístico, así como un destino popular para practicar el alpinismo. La temporada "oficial" para practicar el alpinismo dura desde principios de julio hasta finales de agosto. Son mayoría los que escalan por la noche para apreciar la salida del sol.



[Hakone](#), a 1 h 30 en tren desde la estación de Shinjuku, en Tokyo, es un lugar de vacaciones famoso por sus fuentes calientes. Esta ciudad está situada en la hermosísima región montañosa donde se encuentra el Parque Nacional de Fuji-Hakone-Izu. Uno de los lugares más

interesantes para visitar aquí es el **Museo al aire libre**, que cuenta con centenares de esculturas. Les resultará imposible pasar por al lado sin probar el placer de relajarse en una de las numerosas albercas de agua caliente, y embarcarse para un viaje alrededor del [Lago Ashi](#) les hará descubrir el Monte Fuji desde una perspectiva inédita, ofreciéndoles sus mágicos paisajes. En [Owakudani \(en inglés\)](#), se dejarán sorprender por los chorros de vapor de agua y azufre que emanan de las grietas disimuladas en las rocas.

El **Monte Fuji**, que se eleva a 3.776 metros de altitud, es la cima más alta de Japón, pero es principalmente su símbolo más conocido. Durante los meses de julio y agosto, es un lugar ideal para la escalada, pero el Monte Fuji es asimismo una zona natural de descanso que ofrece una gran variedad de posibilidades. Al norte, se encuentra el distrito de los [Cinco Lagos del Monte Fuji \(en inglés\)](#), donde podrán dedicarse a su aire a caminar, subir en barca, pescar, acampar o ir de picnic.



Vista del Monte Fuji

Kyoto

La antigua capital, que conserva tesoros incalculables y unas tradiciones a las que nunca se les ha opuesto resistencia, durante siglos no ha estado afectada por el paso del tiempo. Los templos consagrados y las calles tradicionales perfumadas de serenidad no pueden evocar mejor la imagen de ese Japón con el que han soñado tantas veces.

Seguro que has oído hablar de la ciudad de [Kyoto](#) en temas relacionados con el cambio climático y las emisiones de gases, el famoso *Protocolo de Kyoto*, pero esta ciudad japonesa es conocida en el país por haber sido el centro político y espiritual de Japón. Durante diez siglos ha ostentado la capitalidad cultural y ha sido residencia oficial de la familia real nipona. En la actualidad conserva el espíritu imperial de Japón, y muchos japoneses siguen considerando a la ciudad como la capital espiritual del país. Sus maravillosos jardines y hermosos templos mantienen su encanto señorial, nos trasladan a un tiempo ancestral y nos hacen partícipes de una cultura tradicional y milenaria. Paseando por sus jardines aún podemos contemplar geishas, pues es un lugar donde aún se conserva esta tradición y barrios como *Gion* y *Pontocho* aún son lugar de residencia de muchas de ellas.

En la cultura nipona la integración de la naturaleza en las construcciones arquitectónicas alcanza el grado de simbiosis. Los majestuosos templos construidos con elementos naturales como madera, papel, piedra o el agua se integran en los encantadores jardines y estanques que en otoño se tiñen de miles de tonalidades. El ejemplo más

significativo es el templo de oro, Kinkakuji, recubierto de este preciado mineral por dentro y por fuera. Se encuentra rodeado de un lago y el resplandor dorado se refleja en sus cristalinas aguas.

En Kyoto surgió la ceremonia del té, el arte del ikebana (el arreglo de flores), la construcción de casas a base de madera, los jardines Zen, el tatami como cama. El floración de los cerezos es un acontecimiento nacional que esta ciudad es de una belleza significativa.

Viajar hasta Japón y no visitar esta preciosa ciudad es un error imperdonable, por ello si tenemos pensado un viaje por el país del *Sol Naciente* deberemos reservar unos días para conocer la auténtica cultura japonesa.

En el centro de [Kyoto \(mapa\)](#) se encuentra el [Palacio Imperial](#), cuya arquitectura es famosa por haber



alcanzado la quintaesencia de la simplicidad de las formas (entrada con reserva previa). Cerca del palacio, se encuentra el [Castillo Nijo](#), con la más suntuosa arquitectura. Fue la residencia del shogún Tokugawa Iyasu durante sus escasas visitas a la ciudad.

[Gion Corner \(en inglés\)](#), cerca de Shijo-Kawaramachi, es el lugar ideal para descubrir el teatro y las artes tradicionales. Los restaurantes de estilo antiguo, con una decoración de exquisito gusto, agudizan aún más la atmósfera refinada que se respira en este barrio. En el sector de Higashiyama, el [Templo de Sanjusangendo](#) se distingue por las 1.001 estatuas de madera dorada de Kannon, diosa de la misericordia. El [Templo Kiyomizu](#) es famoso por su espectacular construcción con pilares de madera que lo sostienen sobre un valle lleno de delicias, permitiéndole ofrecer una magnífica panorámica de la ciudad. El [Templo Ginkakuji](#), o Pabellón de plata, debe su fama tanto a su hermosa arquitectura como a sus jardines minimalistas con diseño paisajista. La [Villa imperial de Katsura](#), situada en los barrios oeste de Kyoto, está considerada como uno de los más hermosos ejemplos de la arquitectura y del jardín paisajista tradicionales de Japón. La [Villa imperial de Shugakuin \(en inglés\)](#) fue construida en el siglo XVII por el shogunato de Tokugawa a fin de servir de retiro al Emperador Go-Mizuno.

Arashiyama, a 20 minutos en tren desde el centro de Kyoto, cuenta con un gran número de templos y tenderetes. Apreciarán lo fácil que es hacer una visita a pie o en bicicleta, y su paseo resultará una delicia los días que hace buen tiempo. Al oeste de Kyoto es donde se encuentra el Eldorado de los turistas: los templos [Kinkakuji](#) y [Ryoanji](#). El reluciente Kinkakuji, llamado el **Pabellón de Oro**, ofrece un notable contraste con el Templo Ryoanji cuyo jardín de piedras, hecho de rocas y de arena blanca, encarna la más pura simplicidad de las formas.



Jardines del templo Toji, en Kyoto

Nara

A tan solo 42 km al sur de Kyoto, [Nara](#) es otra de las visitas obligadas. Cuna de la cultura japonesa, fue capital imperial durante el periodo de Hara (del 710 al 784 d.C.), cuando el budismo se implanta con fuerza y se construyen templos por todo el país.



Es conocido el [parque de Nara \(en inglés\)](#) por sus **ciervos sika**, los cuales campan libremente por toda el área verde de Nara y es una de las principales atracciones turísticas tras los templos de la zona. Estos ciervos son muy populares en Nara y los habitantes y

lugareños de la zona venden todo tipo de complementos con la cara de un ciervo como símbolo de la ciudad, también es posible comprar "comida de ciervo" (galletitas preparadas por los vendedores) para alimentarlos y con paciencia acariciar a estos animales, los cuales están tan acostumbrados a la gente que se dejan tocar.

Al oeste del parque se encuentra el [Templo Kofukuji](#), edificado en el año 710. Un gran número de estatuas búdicas de gran valor están expuestas en la **Casa del Tesoro Nacional**. El recinto del templo encierra una pagoda de cinco pisos que se refleja en las aguas del estanque Sarusawa. El **Museo Nacional de Nara** posee una importante colección de arte búdico, con piezas características de cada época de su historia. Pero es quizás el [Templo Todaiji](#), que acoge al **Gran Buda de Nara**, el más célebre de los monumentos antiguos de la ciudad. El **Daibutsu-den**, donde se encuentra la estatua de bronce (la mayor estatua de buda en bronce del mundo), es asimismo la construcción de madera más grande del mundo.

Otro punto de afluencia es el [Gran Santuario Kasuga](#), levantado en el año 768 y uno de los más célebres santuarios shinto de Japón. Sus edificios lacados de color rojo vivo forman un contraste llamativo y lleno de belleza con la vegetación del lugar. 1.800 linternas de piedra bordean el recinto del santuario y un millar de linternas de metal están colgadas en los aleros de sus corredores.

El [Templo Horyuji](#), a 45 minutos en tren desde la estación de Nara, además de ser de una hermosa resplandeciente, es uno de los lugares de culto más importantes de Japón. El templo, cuyo conjunto de construcciones permanece intacto, es el más antiguo del país, pues fue construido en el año 607. Está formado por unos cuarenta edificios y se dice que es la estructura de madera más antigua del mundo.



Templo Todaiji, en Nara

Nagoya y alrededores

Nagoya se encuentra a 366 km y a 1 h 50 en Shinkansen (tren bala) desde Tokyo, o a 1 h saliendo de Shin-Osaka. Cuarta ciudad de Japón, Nagoya es una antigua ciudad fortificada, donde las calles y los anchos bulevares forman una red mallada. La región es el corazón de la industria de la porcelana, de las lacas, de los “shibori-zome” (tejidos anudados, trenzados y teñidos), y de muchas otras formas de arte y artesanía. Cerca del centro de la ciudad se encuentra el [castillo de Nagoya](#), que en su origen fue una de las residencias y el cuartel general del clan de los Tokugawa. El **Museo Tokugawa**, en el barrio de Sakae, bien se merece una visita por las aproximadamente 10.000 obras y objetos recogidos por la familia Tokugawa.



En los alrededores de Nagoya están establecidos varios centros que producen cerámica. Seto, a 30 minutos en tren desde Nagoya, es la ciudad estrella de la cerámica en Japón, famosa por su alfarería y sus hornos de cocción. Encontrarán por todas partes tiendas y talleres que ofrecen a

los visitantes estrenarse en la fabricación de una figura de barro. Los platos de souvenirs, a precios razonables, son muy apreciados por el turista que va de paso.

Tokoname, a 40 minutos en tren desde Nagoya, desde hace mucho tiempo es conocido por la originalidad de su cerámica Tokoname-yaki.

Su castillo con murallas blancas, la fortaleza más antigua que existe todavía en Japón, ha dado la fama a [Inuyama](#), que se encuentra a 30 minutos en tren desde Nagoya.

El **Museo de Meiji Mura**, a 90 minutos en autobús desde Nagoya, es un impresionante museo al aire libre donde están agrupadas edificaciones que datan de la era Meiji (1868-1912).



Castillo de Nagoya

El santuario de Ise y la Isla de las Perlas


El Parque Nacional de Ise-Shima alberga el [Gran Santuario de Ise](#), pero también numerosas pesquerías de perlas a lo largo de su magnífico litoral. El Gran Santuario de Ise, que se encuentra a aproximadamente 1 h 30 en tren desde Nagoya, es el más venerado de todos los santuarios shinto

de Japón. El edificio principal es íntegramente reconstruido cada 20 años.

Toba, a 20 minutos en tren o a 40 minutos en autobús desde la salida de Ise, es una ciudad portuaria famosa por sus **“rocas casadas”** ([Meoto-Iwa](#)), dos islotes entrelazados por una cuerda gigante, uno de los lugares de veneración más sagrados del archipiélago. No dejen de visitar la [Isla de las Perlas \(en inglés\)](#), donde las primeras perlas de cultivo fueron producidas.



Meoto-Iwa, las “rocas casadas”

Takayama, Shirakawago, Kanazawa y Matsumoto

[Takayama](#), a 2 h 10 desde Nagoya en semi-expreso, es una antigua ciudad fortificada que está situada en un valle, en medio de los Alpes japoneses. Takayama ha permanecido muy impregnada de la atmósfera del Japón de antaño. La ciudad en sí es un verdadero museo, pues cada calle o callejón ofrece al visitante alguna curiosidad que descubrir. Cuenta con un gran número de pequeños museos dedicados a las artes tradicionales, donde se trasluce la larga tradición de la ciudad en la creación de una excelente artesanía. Un trayecto de 40 minutos en autobús les llevará hasta el poblado de montaña de [Shirakawa-go](#). Oculto en un entorno rural que parece salir del antiguo Japón, Shirakawa-go es célebre por sus granjas tradicionales con los techos de paja del estilo **“gassho-zukuri (en inglés)”**. Por demás, ustedes podrán alojarse en algunas de ellas, convertidas en hotelitos familiares.



La torre del homenaje o torre principal del [Castillo de Matsumoto](#) ha sido llamada el “Castillo de los cuervos” a consecuencia del color negro de sus muros. El castillo fue construido en la época de las Guerras civiles y, por consiguiente, sólo tiene una decoración bastante simple, si

bien irradia una belleza simple y masculina. [Kanazawa](#), a 3 h de Nagoya o de Osaka en semi-expreso, fue en otros tiempos una plaza fuerte y sigue estando impregnada de la atmósfera de principios de la época feudal. Las prácticas corrientes entre sus habitantes del teatro No, de la ceremonia del té o del arreglo floral, son el resultado de un largo período de paz que dejó en vida a sus ancestros entre los siglos XVII y XIX, pudiendo éstos dedicarse a otras actividades que no fuera el arte de la guerra. El [Parque de Kenrokuen](#), creado en 1822, está en pleno centro de la ciudad. Es uno de los tres jardines con diseño paisajista más hermosos de Japón, junto con el [Jardín Kairakuen \(en inglés\)](#) de Mito y el [Korakuen \(en inglés\)](#) de Okayama. Un trayecto de una hora y media en tren con salida desde Kanazawa y pasando por Fukui, les lleva hasta el [Templo Eiheiji](#), célebre por ser uno de los centros de la secta Soto del Budismo Zen. Fue fundado por el sacerdote Dogen (1200-1253), quien llevó de China a Japón los preceptos del Budismo Zen.



Casas tradicionales en Hida-Takayama

La región de Kansai: Osaka, Kobe, Himeji y Koya-san

La región de [Kansai](#), capital del comercio desde los tiempos más remotos, siempre ha sido próspera. Esta prosperidad le da esa vitalidad y esa energía particulares que todavía conserva hoy en día, creando una atmósfera muy especial que impregna a todos los visitantes.

[Osaka](#), a 3 h de Shinkansen (tren bala) o a 1 h en avión desde Tokyo, es la tercera ciudad más grande de Japón y el centro industrial y comercial de la parte occidental de Japón. Situada en la embocadura del río



Yodo que desemboca en la bahía de Osaka, la ciudad dispone de una red de canales que se entrecruzan bajo sus animadas calles y que han desempeñado un papel importante en su progreso hacia la prosperidad. Ciudad antigua a la vez que metrópolis

contemporánea, Osaka se siente orgullosa de haber

visto nacer dentro de sus muros el [teatro de marionetas Bunraku](#). La zona de la [Bahía de Osaka \(en inglés\)](#) es un centro de atracciones urbanas más novedosas y atrayentes de la actualidad que los visitantes no deben faltar. Aquí se encuentran el [acuario Kaiyukan](#) y los [Universal Studios Japan](#), un parque temático del cine de Hollywood, y muchos otros más. Si sólo tienen un lugar para visitar, uno solamente, será obligado que ése sea el [Castillo de Osaka](#). Éste fue antaño el más importante de Japón, construido en 1586 por Toyotomi Hideyoshi. La fortaleza actual, que se eleva en cinco pisos, es una copia del edificio original y contiene un gran número de documentos y obras de arte cuya historia está directamente vinculada con la familia Toyotomi y con el Osaka del pasado.

[Nakanoshima](#), edificada sobre un pequeño delta entre dos brazos del Río Yodo, es el centro administrativo de la ciudad. En su extremo se encuentra el [Santuario Temmangu](#), consagrado a Michizane Sugawara, un ilustre erudito. Muy cerca, encontrarán la calle comercial [Tenjinbashi](#), la cual durante mucho tiempo ha prosperado ofreciendo comidas y bebidas a los peregrinos y a los visitantes del santuario. A lo largo de toda la calle, su galería de tiendas pone a la vista el modo de vida de los habitantes del barrio. Si tienen ganas de distraerse o de hacer algunas compras, no se pierdan ir a los barrios de **Umeda** y de **Namba**. [Umeda \(en inglés\)](#), que se extiende alrededor de la estación de Umeda, posee numerosas galerías subterráneas del mayor modernismo donde siempre se

precipitan visitantes y compradores. Orgullosa de su reputación de “kuidaore” (la delicia epicúrea de gozar sin límites de los placeres de la mesa), Osaka no puede más que satisfacer a los gourmets. Tendrán que probar los platos más apreciados de la cocina local, como el “[yaki-niku](#)” (lonchas de carne al grill y sazonadas), el “[fugu-nabe](#)” (un ragut de pez globo), las “[kushi-katsu](#)” (pinchitos de carne de cerdo con cebollas fritas), las “[sushi](#)”, evidentemente, o las “[tako-yaki](#)” (albóndigas cocidas al horno y rellenas de un trozo de pulpo cocido en caldo corto). Está claro que estos platos no son más que algunos ejemplos escogidos de una carta que le corta a uno el respirar.

[Kobe](#), a 30 minutos en tren desde Osaka, es un puerto marítimo de primera importancia que se ha desarrollado muy rápidamente desde el principio de la Restauración de Meiji, en 1868. Edificada sobre unas colinas, en Kobe existen innumerables pequeños caminos y senderos que suben y bajan serpenteando sobre los contrafuertes de Rokko, dando a la ciudad una imagen de fondo en la cual podemos perdernos con deleite. La **Torre del puerto** de Kobe, con su punto culminante a 108 metros de altura, está maravillosamente iluminada por la noche. Al otro lado se encuentra Harborland, recientemente construido frente al mar. El barrio es un hormiguero de paseantes que vienen en cuanto cae la noche para admirar la panorámica de esta gran ciudad portuaria iluminada.

Otra visita que es obligada hacer en el oeste de Japón les llevará a la ciudad de Himeji. El [Castillo de Himeji](#) es uno de los más bellos que se puedan encontrar en el archipiélago. Con sus caminos y pasajes de laberintos, que imposibilitaban la invasión del recinto, y su colorido de alabastro desgastado (los muros de escayola y los edificios originales), el castillo es un tesoro nacional que es obligado descubrir.

Para vivir otra experiencia inolvidable y muy diferente, vengán a pasar una estancia en el [monasterio](#) situado en la cima del [Monte Koya](#), a 2 h en tren desde Osaka. Fundado en el año 816 por Kobo Daishi, el principal jefe de fila del budismo Shingon, el monasterio reúne más de 120 templos, de los cuales 53 les ofrecen alojamiento y comidas vegetarianas a precios razonables. Cada año, un millón de peregrinos vienen al monasterio para su recogimiento.



Jardines del templo Kongobu-ji, en Koya-san

El Mar Interior: la isla de Shikoku

La carretera de [Shimanami-kaido](#), desde hace poco en servicio, enlaza las principales islas de Honshu y de [Shikoku](#) pasando por siete magníficos puentes. El itinerario que atraviesa el [Mar Interior de Seto](#) está jalonado por extraordinarios paisajes en medio de los cuales se deslizan penetraciones de un mar azul dominado por barcos y buques de todos los tamaños y sembrado de pequeñas islas pintorescas.



El **Mar Interior**, Seto-Naikai en japonés, está delimitado por las tres islas principales de Honshu, Shikoku y Kyushu. Hacer la travesía entre las islas de Honshu y Shikoku es hoy extremadamente sencillo y agradable gracias a los siete puentes existentes, entre ellos los de

Seto Ohashi, Akashi-kaikyo Ohashi y Shimanami-kaido. Asimismo, barcos y ferries unen las dos islas con salida desde las ciudades de **Osaka**, **Kobe**, **Hiroshima**, **Onomichi** y **Wakayama**. El Mar Interior, que posee espléndidos paisajes marinos y goza de un clima templado, es admirablemente tranquilo, apacible y hermoso. Más de 600 islas salpican su superficie que se extiende sobre un área de 8.200 kilómetros cuadrados. No hay nada que sea más agradable que ir caminando o circulando en bicicleta por la **Shimanami-kaido**, una carretera de 60 kilómetros en total, si desean saborear todas las maravillas que les ofrece el panorama. La Shimanami-kaido, que con sus siete puentes enlaza a seis islas más pequeñas que se suceden entre Honshu y Shikoku, ofrece una panorámica ideal. El paisaje costero, muy rico en cuanto a su diversidad, es una interesante mira telescópica que permite descubrir pequeños puertos, pueblos pesqueros, salinas y granjas posadas en las suaves pendientes de las islas.

Se puede llegar al pueblo cultural de [Naoshima \(en inglés\)](#), en la isla de Naoshima en el Mar Interior, en 1 h 30 en tren, autocar o ferry desde la salida de **Okayama**. El pueblo posee un hermoso museo de arte contemporáneo y su arquitectura se funde armoniosamente en el apacible entorno natural de la isla.

La isla de **Shikoku** está dividida en cuatro prefecturas y la capital de cada una de ellas es una antigua ciudad fortificada. Su belleza natural, ilustrada por la pintoresca costa del Mar Interior y la costa más dinámica del Océano Pacífico, resalta el atractivo turístico de la isla de Shikoku. Su acceso es actualmente muy cómodo desde que una línea directa

de autobús enlaza las principales ciudades de la región de Kansai, de la parte Honshu, a las de Shikoku.

[Takamatsu \(en inglés\)](#), a 1 h en tren saliendo desde Okayama, es el principal punto de acceso para ir de Honshu a Shikoku y un punto de salida práctico para viajar a través de la isla. Muchas son las cosas que merecen descubrirse en Takamatsu. El [Parque Ritsurin](#), por ejemplo, es uno de los más hermosos jardines tradicionales de la región. Fue diseñado hace aproximadamente 350 años en el lugar de la villa del clan Matsudaira.

[Matsuyama](#), la ciudad más grande de Shikoku, está a 3 h en semi-expreso desde la salida de **Takamatsu**, o a 1 h en barco desde **Hiroshima** o **Kure**. El [Castillo de Matsuyama](#) es uno de los mejores conservados del país. La [estación termal de Dogo](#), a 20 minutos en tren desde Matsuyama, es una de las más antiguas de Japón. [Kochi \(en inglés\)](#), a 3 h en semi-expreso con salida desde Takamatsu, es la capital de la prefectura que ocupa la costa sur y central de Shikoku y posee ricas pesquerías y tierras arables. Su costa sudoeste se ha convertido en un parque nacional y ofrece una gran diversidad de actividades al aire libre, desde el buceo hasta la observación de las ballenas.

Se puede llegar a la Prefectura de Tokushima desde el Kansai en aproximadamente 2 h 30 en un autobús directo. Su capital, la ciudad de Tokushima, es célebre por su [festival de danza Awa-Odori \(en inglés\)](#) que se celebra todos los veranos. **Naruto**, a 40 minutos en tren desde la ciudad, es conocida por los [gigantes remolinos \(en inglés\)](#) que se agitan en el estrecho de Naruto. Si desean ver más de cerca estos fascinantes remolinos, pueden reservar una excursión en un barco de placer.



Parque Ritsurin, en Takamatsu

La región de Chugoku: Hiroshima & Miyajima, Okayama, Kurashiki

La región de Chugoku está apuntalada por ciudades y pueblos pequeños pero apacibles y encantadores. Aldeas y poblados de pescadores se ocultan entre mar y montaña. Aquí es donde tienen que venir si lo que buscan son paisajes con perfume de nostalgia y reminiscencias del Japón antiguo.



[Okayama \(en inglés\)](#), a 1 h en Shinkansen (tren bala) desde Shin-Osaka, es una puerta que se abre hacia la región de Chugoku y la isla de Shikoku. El más hermoso atractivo del lugar lo representa el [Jardín de Korakuen \(en inglés\)](#). Todo el año en flor, esta obra maestra paisajista fue creada en 1700 por el

señor feudal que en aquella época dirigía el clan Okayama y que se pasó 14 largos años perfeccionando la belleza de este lugar.

[Kurashiki \(en inglés\)](#), donde el pasado está espléndidamente conservado y se mezcla con el presente de forma natural, está a 15 minutos en tren desde Okayama. Vengan a pasear por los callejones del antiguo barrio de los mercaderes, observando las casas con los techos de tejas y los canales bordeados de sauces; muy pronto se impregnarán de la atmósfera de esta preciosa ciudad. Kurashiki posee varios museos. Entre ellos, el [Museo de Arte Ohara \(en inglés\)](#) es admirable. Contiene una preciosa colección de pinturas y esculturas famosas en el mundo entero. Las piezas del artesanado japonés y las obras maestras del arte de la antigüedad oriental que allí se exhiben son impresionantes.

[Hiroshima](#), antigua ciudad fortificada, está a 2 h en Shinkansen (tren bala) desde Shin-Osaka. La ciudad actual ha sido reconstruida sobre las cenizas del bombardeo atómico de la Segunda Guerra Mundial. Dentro del recinto del [Parque Memorial de la Paz](#), el Museo Memorial de la Paz exhibe una importante colección de fotografías y objetos que dan testimonio del cataclismo. Aquí, la Llama de la Paz arde frente al Cenotafio del Memorial y tendrá que arder hasta que desaparezcan todas las armas nucleares. A 25 minutos en tren desde Hiroshima y a 10 minutos en barco desde Miyajima-guchi, encontrarán la **isla de Miyajima** y en ella el [Santuario de Itsukushima](#), siendo ambos indefectibles. La isla entera, con una superficie de 30 km², está catalogada por el gobierno como Sitio Histórico Especial y Lugar Panorámico Especial. Los edificios del santuario están enlazados por corredores que se extienden por encima de las aguas, y con la

marea alta toda la estructura parece flotar sobre el mar. El **torii** hecho de madera de alcanforero rojo que emerge de las aguas es el emblema del santuario. Un gran número de festivales se celebran aquí a lo largo de todo el año, pero el más espectacular es el **Kangen-sai**, en julio o en agosto. Ese día, la divinidad Itsukushima es embarcada en una barca para un viaje de un día que la lleva hacia los santuarios cerca del Mar Interior. Durante todo el festival, se oirá música sagrada tocada con antiguos instrumentos japoneses.



Castillo de Okayama

Kyushu y Okinawa

Kyushu, situada al sudoeste de la isla principal de Honshu, lo reúne todo a la vez: un clima templado, una naturaleza de un verde lujurioso, fuentes calientes y formaciones volcánicas con unas formas misteriosas.



Debido a su proximidad a Corea y China, desde el siglo IV **Kyushu** ha estado influenciada por las culturas más sofisticadas de sus vecinos. Asimismo, ha sido la primera base de los contactos con Occidente, cuando los portugueses desembarcaron en la isla en el siglo XVI.

Fukuoka, a 6 h en Shinkansen (tren bala) desde Tokyo y a 3 h desde Shin-Osaka, es el punto de salida en red de ferrocarril más práctico para descubrir Kyushu. Estos últimos años, la ciudad ha resultado ser un centro estratégico para los intercambios internacionales con el resto de Asia. El intrigante **Museo de Bellas Artes Asiáticas** de Fukuoka, con pretensión de ser el escaparate del presente de Asia, se tiene muy merecida una visita. [Arita \(en inglés\)](#), a 1h 20 min. desde Hakata, es una zona muy conocida por su cerámica cuya historia asciende a más de 4 siglos. Hay unos 150 hornos en la zona. En [Dazaifu \(en inglés\)](#), a 20 minutos en coche desde Fukuoka, podrán admirar un gran número de descubrimientos arqueológicos de la antigua cultura de la corte de Japón.

Nagasaki es la base de salida para Unzen. La ciudad fue el único puerto japonés abierto al comercio exterior por el shogunato de Tokugawa durante el cierre de Japón, entre 1639 y 1859. Nagasaki también ha sido el blanco de la segunda bomba atómica lanzada sobre el país durante la Segunda Guerra Mundial.

Las principales visitas a la ciudad tendrán que hacerse al [Templo Sofukuji \(en inglés\)](#), conocido con el nombre del **Templo Chino**, a la [Iglesia Católica Oura \(en inglés\)](#), un tesoro nacional, y la [Glover Mansion \(en inglés\)](#) y sus jardines, una casa de estilo occidental que data del siglo XIX. Asimismo, fue en Nagasaki donde Puccini ideó la decoración de su ópera, *Madama Butterfly*.

El **Parque de la Paz** de Nagasaki se abrió para conmemorar el lugar exacto de la explosión atómica que tuvo lugar el 9 de agosto de 1945, tres días más tarde de que la primera bomba fuera lanzada sobre Hiroshima.

Unzen, a 2 h por un agradable trayecto desde Nagasaki, ofrece **fuentes calientes** a la vez en las montañas y al borde del mar. El [Monte Unzen \(en inglés\)](#), un **volcán** todavía activo, está formado por tres

picos, siendo el más alto el **Fugendake** que culmina a una altitud de 1.360 metros. Es en [Shimabara \(en inglés\)](#) donde se erigió el Castillo del mismo nombre y del que no queda más que la torre del homenaje que se ha reconstruido. Actualmente, es un museo donde se exhiben registros y documentos sobre la historia de los Cristianos de la región que vivieron aquí, en 1638, los últimos momentos de su lucha contra la persecución por parte del Shogunato.

Kumamoto está a 1 h 30 en semi-expreso desde la estación de Hakata y atrae principalmente a los turistas por el [Castillo de Kumamoto](#) y el [Parque Suizenji \(en inglés\)](#). La ciudad está asimismo en la entrada del **Parque Nacional Aso-Kuju**, donde se encuentran varios volcanes, el [Monte Aso \(en inglés\)](#), por ejemplo, con la caldera volcánica más grande del mundo, o el **Monte Kuju**.

La [estación termal de Beppu \(en inglés\)](#), a 15 minutos en tren desde Oita, está situada en la costa este de Kyushu. Es célebre por sus estanques hirviendo de barro, entre los cuales los más activos detonan ruidosamente, despidiendo al aire **géiseres** oscuros. El centenar de instalaciones públicas que abren un acceso a las fuentes calientes es la prueba elocuente de su reputación. Prueben varios de los baños, uno después del otro, así podrán apreciar la gran variedad de las aguas de estos manantiales.

[Miyazaki \(en inglés\)](#), a 3 h 20 en semi-expreso desde Oita, es un lugar de vacaciones privilegiado. El **Parque Nacional Nichinan Kaigan**, con una extensión de aproximadamente 100 km² a lo largo del litoral sur de Miyazaki, es la principal atracción turística del lugar. La isla de [Aoshima \(en inglés\)](#), un minúsculo islote cubierto por una densa vegetación de "biro" y palmeras con nueces de betel, es la que atrae a más visitantes.

[Kagoshima \(en inglés\)](#) está a 2 h 20 desde Miyazaki en semi-expreso. La ciudad es un hormiguero de espléndidos panoramas, sitios históricos y fuentes calientes, y está dominada por un volcán en actividad, el [Sakurajima](#).

A una hora en tren desde la estación de Nishi-Kagoshima, se encuentra [Ibusuki \(en inglés\)](#), uno de los **balnearios** con fuentes calientes más apreciados de Japón. Situada en la extremidad de la punta sur de la Península de **Satsuma**, debe en parte su popularidad a su preciosa playa de arena blanca y a su lujuriente vegetación subtropical. El baño de arena, del que solamente podrán disfrutar aquí, es un medio de relajación sin igual.

En la isla de [Yakushima](#), a 40 minutos en avión desde el aeropuerto de Kagoshima, podrán ustedes perderse en una **selva virgen** de cedros "Yaku-sugi" seculares. Allí disfrutarán asimismo de un gran número de actividades al aire libre, entre ellas la escalada, el trekking, la práctica de deportes en canoa o el ecoturismo.

La principal isla de [Okinawa](#) y la más popular de este archipiélago está situada a 2 h 30 en avión desde Tokyo y a 2 h 15 desde Osaka. Es uno de los destinos favoritos de los visitantes debido a su pasado histórico,

sus arrecifes de corales, su mar color esmeralda, sus cielos soleados y su vegetación subtropical. El [Santuario Naminoue \(en inglés\)](#), consagrado a tres divinidades que en la mitología japonesa son los antepasados de la familia imperial, es uno de los principales sitios turísticos de [Naha](#), sede de la prefectura. El [Templo Sogenji \(en inglés\)](#), que fue erigido hace más de 450 años y donde descansan los antiguos reyes de Okinawa de la Dinastía Ryukyu, y el **Shurei-no-mon**, o **Puerta de la Cortesía**, que es la segunda puerta del [Castillo de Shuri \(en inglés\)](#) construido durante el reinado del Rey Shosei, son otros dos lugares turísticos importantes. El **Parque Nacional de Okinawa Senseki** está formado por monumentos dedicados a la memoria de los 200 000 caídos en la Segunda Guerra Mundial.

Alrededor de la isla principal se encuentran unas islas más pequeñas que están rodeadas por las aguas más cristalinas que existen y por espléndidos arrecifes de corales, ofreciendo a los turistas un entorno submarino ideal para bucear.



Volcán Sakurajima

Tohoku

La parte norte de la isla principal de Honshu se llama [Tohoku \(en inglés\)](#). El clima siempre es agradablemente fresco en sus montañas y las temperaturas estivales son 10°C más bajas que en el sudoeste. Por todas partes existen **fuentes calientes** al aire libre que atraen desde todos los rincones de Japón a un gran número de enamorados de los **onsen**. Todas las fuentes son conocidas por su valor medicinal y han sido lugares de tratamiento desde los tiempos más remotos.



El portal que conduce a la zona de la costa del Pacífico es [Sendai \(en inglés\)](#), a 2 h en Shinkansen (tren bala) desde Tokyo. Es una base de salida para **Matsushima**, que desde allí ya sólo está a 40 minutos en tren. Matsushima es uno de los tres lugares más bellos de Japón, con una [bahía](#)

[\(en inglés\)](#) cuyo panorama forma una constelación de cientos de islotes. Para saborear mejor el lugar, será necesario a toda costa hacer una excursión alrededor de la bahía en un barco de placer.

Hiraizumi, a 1 h 30 en tren desde Sendai, originalmente fue construida sobre el modelo de Kyoto y alberga el [Templo Chusonji \(en inglés\)](#), construido en 1109. El **Konjikido** del templo, o sala dorada, contiene 11 representaciones de Buda y sus paredes fueron recubiertas con laca negra y hojas de oro en el momento de su edificación.

[Aomori \(en inglés\)](#), a 2 h 30 en semi-expreso con salida desde Morioka, es un punto de partida hacia el **Lago Towada** y el Valle Oirase, que se encuentran en el corazón del **Parque Nacional de Towada-Hachimantai**. El Lago Towada, en el mismo centro del parque, es uno de los más pintorescos de Japón. En su margen este, el Valle Oirase se extiende a lo largo de 14 kilómetros. Un paseo, serpenteando a lo largo de la garganta bordeada por densos bosques, ofrece un refrescante panorama de las aguas transparentes y de los saltos de agua de todos los tamaños. Es imprescindible, pasando por la ciudad de Aomori, ir a ver las antiguas ruinas de [Sannai-Maruyama \(en inglés\)](#), a 30 minutos en autobús desde el centro. Datando aproximadamente de 4.000 o 5.500 años, es uno de los lugares arqueológicos más grandes de Japón con vestigios de las comunidades de la era Jomon. Reproducciones de objetos encontrados en los lugares de antiguas residencias se exhiben al público. El [Festival Nebuta \(en inglés\)](#) se celebra en la ciudad en el mes de agosto en honor de todo el país y atrae a muchísimas personas que vienen a sumarse a la fiesta.

Hirosaki está a 30 minutos de Aomori en semi-expreso. Todos los años, a principios del mes de mayo, el [Castillo de Hirosaki \(en inglés\)](#) y sus entornos despiertan de las escarchas del invierno con una explosión de flores que flotan en los pétalos rosas de los aproximadamente 5.000 cerezos. Las montañas de [Shirakami-Sanchi](#), extendiéndose más allá de los límites de la prefectura entre Aomori y Akita, están recubiertas por una extensa selva de **hayas milenarias**, conservando así un espacio de naturaleza todavía virgen. Podrán intentar el recorrido de caminata "Mini Shirakami" que está muy cerca.

La ciudad de [Akita \(en inglés\)](#), a 2 h en el Shinkansen (tren bala) Akita desde Tokyo, celebra el **Festival de Kanto** en el mes de agosto, otra celebración importante en Tohoku.

[Kakunodate](#), a 75 minutos de Akita en Shinkansen (tren bala), es una ciudad histórica donde todavía existen bastantes residencias de **samurais** y antiguos tenderetes. Estas residencias han sido transformadas en museos y restaurantes, permitiendo de esta manera a los viajeros adentrarse de verdad en el modo de vida del antiguo Japón. La Prefectura de Yamagata, a aproximadamente 3 h de Tokyo en Shinkansen (tren bala), ofrece a los visitantes sus **onsen** y, en invierno, sus pistas de esquí en las pendientes del [Monte Zao \(en inglés\)](#). El okama, el cráter, del Zao forma un lago caldera con su perfume místico y sus aguas relucientes color verde esmeralda. Procuren sobre todo no olvidarlo en su periplo.

Aizu Wakamatsu, la ciudad fortaleza del [Castillo de Tsuruga](#), está aproximadamente a 2 h 30 desde Tokyo en Shinkansen (tren bala) o en semi-expreso JR. Muy cerca, el [Monte Bandai \(en inglés\)](#) y el [Lago Inawashiro \(en inglés\)](#) ofrecen en invierno famosas pistas de esquí.



Bahía de Matsushima

Hokkaido

Los japoneses siempre han considerado [Hokkaido](#), su segunda isla más grande, una tierra salvaje. Los visitantes disfrutan con su naturaleza intacta y sus maravillosos paisajes. Hokkaido representa del 22% del territorio nacional pero sólo vive aquí el 5% de la población. El clima de la isla es siberiano con inviernos largos y fríos y veranos cortos y frescos. Hokkaido es el Japón más alejado de la civilización. De las restantes regiones de Japón se puede decir que las ciudades dominan sobre el campo. No sucede lo mismo en Hokkaido, sus ciudades y pueblos son como enclaves de la moderna civilización urbana que las agrestes montañas, bosques intactos, lagos de zafiro y litoral batido por la espuma, logran mantener a raya.



Hokkaido es la última frontera de Japón y las costumbres de sus habitantes guardan una estrecha relación con las de los antiguos pioneros del oeste americano o de cualquier otro límite de la civilización.

Sapporo

[Sapporo](#) es la capital de Hokkaido y su ciudad principal.

Sapporo resulta sorprendentemente verde, es una ciudad moderna y dinámica, agradable y cosmopolita en su calidad de principal centro de comunicaciones de la isla. Sapporo fue diseñada y construida en el último tercio del s.XIX con forma de damero, con amplias avenidas y parques no es la exótica y tradicional ciudad que cabría esperar en Japón. Por esta razón carece de lugares históricos anteriores a la Restauración Meiji. Por otro lado se puede caminar sin tener que abrirse paso a empujones como en otros lugares de Japón. Agradable y cosmopolita, en Sapporo vale la pena hacer una parada. Atravesada de este a oeste por el [Parque de Odori-koen \(en inglés\)](#), que discurre por el centro de la ciudad con una serie de jardines, árboles, monumentos y fuentes. Podemos visitar los [Jardines Botánicos de Shokubutsu-en](#) (variedad en flores sobre todo alpinas de plantas y árboles tanto locales como del resto del mundo) son un encantador oasis de verdor creado en 1884, incluye el [Museo Ainu \(en inglés\)](#), que expone arte y artesanía de los ainu. El símbolo de Sapporo, su famosa [Torre del Reloj \(en inglés\)](#), es el lugar más fotografiado de la ciudad. Este edificio de madera tiene el aspecto de una escuela de Nueva Inglaterra y se alza empujoneada entre los bloques adyacentes de hormigón a unos 400 m al sur de la estación. Lo último es el [Sapporo Factory \(en inglés\)](#), es un complejo comercial muy nuevo y de ocio con árboles, arroyos y una vieja fábrica de cerveza de ladrillo rojo, así como otros edificios, todos en el interior

de un espacio cubierto por el techo de cristal más grande de todo Japón.

Daisetsuzan – Asahikawa

[Asahikawa \(en inglés\)](#) es la segunda ciudad de Hokkaido y el principal acceso al [Parque Nacional de Daisetsuzan \(en inglés\)](#). Los principales atractivos turísticos de Asahikawa son el **Ainu Kinenkan** y el [Festival de la Nieve](#) que se celebra en febrero. El Parque Nacional de Daisetsuzan es el parque nacional más grande de todo Japón, e incluye varias cadenas montañosas, volcanes, onsen, y lagos. Centro geográfico de Hokkaido, Daisetsuzan, que significa "grandes montañas nevadas", es la esencia del Hokkaido agreste y salvaje: grandes llanuras, impresionantes montañas que se levantan ante nuestra vista, gargantas ocultas, cascadas, flores silvestres, bosques, sendas para hacer excursiones y por descontado, onsen. El nombre de Daisetsuzan hace referencia a las cinco cumbres principales del parque, que alcanzan una media próxima a los 2.000 metros de altitud. Su presencia domina toda la región y desafía la entrada de los hombres al parque. En la zona oeste del parque, los pueblos balneario del [onsen Asahi-dake \(en inglés\)](#) y del onsen Shirogane son centros de excursiones en verano y estaciones de esquí en invierno. [Las Gargantas de Soukkyo \(en inglés\)](#) con su intenso colorido y sus bellas cascadas algunas de hasta una caída de 150 metros sobre todo las situadas sobre los riscos Obako y Kobako son una excelente zona para el senderismo. Al sur de Asahi-dake está el otro desfiladero del parque, Temin-kyo. A unos 50 km al sudoeste de Asahikawa encontramos [Furano \(en inglés\)](#) una zona importante por los deportes de invierno, los paisajes y la agricultura. Se ha hecho muy popular entre los japoneses por sus vastos campos de lavanda.

Abashiri – Parque Nacional de Shiretoko

[Abashiri](#) está en la desembocadura del Abashiri-Gawa, en el mar de Ojotsk. Es un puerto dedicado a la industria de la pesca de la trucha y del salmón. De diciembre a marzo el puerto permanece cerrado porque la bahía se llena de bloques de hielo flotante. Abashiri es sobre todo la puerta de entrada al [Parque Nacional de Shiretoko](#), las únicas tierras verdaderamente salvajes de Japón. Shiretoko ocupa los últimos 50 km de una escarpada península que se extiende unos 70 km y que señala como un dedo hacia el mar de Ojotsk, e incluye picos y laderas muy boscosas. El nombre de Shiretoko significa "fin del mundo" (finisterre). Zorros, corzos y osos vagan por los últimos 40 km de la península. Al Parque Nacional de Shiretoko no vienen sino los más intrépidos entre los turistas japoneses. Una mezcla de carreteras dificultosas, condiciones climatológicas imprevisibles y la población de osos frena a los excursionistas menos avezados. Por esta razón, Shiretoko es el más interesante de todos los parques nacionales de Japón. La zona se explora a pie o en barco desde Utoro (un viaje de tres a cuatro horas

alrededor del cabo). A unos 10 km al noreste de Utoro se halla uno de los puntos de interés del Parque, los hermosos "Cinco Lagos de Shiretoko", donde unas pasarelas de madera circundan masas de agua en bosques vírgenes cruzados por senderos. Unos 10 km más lejos está Kamuiwakka-notaki, una zona onsen caracterizada por un río que ofrece la novedosa experiencia de bañarse en cascadas y saltos de agua caliente.

Parques Nacionales de Akan y Kushiro-Shitsugen

Al sudoeste de la península de Shiretoko, hacia el centro de la zona oriental de la isla de Hokkaido, se extiende el [Parque Nacional de Akan \(en inglés\)](#), una idílica reserva de densos bosques, lagos transparentes y montañas volcánicas. La población de Abashiri al norte es el mejor punto de acceso al parque. El parque incluye 3 lagos principales: [Akan \(en inglés\)](#), [Mashu \(en inglés\)](#) y [Kussharo \(en inglés\)](#). Salpicado de islitas y rodeado de bosques, el Lago Akan con su paisaje alpino es famoso por las curiosas plantas en forma de bola llamadas "marimo" que se forma en sus aguas. En Akan hay numerosos balnearios sobre todo en Akan-Kohan en la orilla sur. Es una buena base desde la que ascender los 1.371 metros del O-akan-dahe. El lago Mashu ocupa una caldera rodeada de escarpados precipicios. Las aguas puras del lago, además de intensamente azules en un día despejado, son totalmente transparentes, permitiendo la visibilidad hasta una profundidad de 35 metros. Una buena excursión es subir al lo-zan (monte sulfuroso), que, con sólo 512 metros de altura, en términos geotérmicos supera todo lo conocido, su fascinante y sobrecogedor paisaje está vivo a través de sus pozos burbujeantes y surtidores de vapor sulfuroso. El Lago Kussharo, el mayor de Hokkaido, tiene una circunferencia de 57 km y es muy visitado por los bañistas en verano. En una playa de la orilla este del Sunayu Onsen las altas temperaturas del agua subterránea llegan incluso a calentar la arena.

[Kushiro](#) se encuentra al sur del Parque Nacional de Akan. Su principal atractivo es el [Parque Nacional de Kushiro-Shitsugen \(en inglés\)](#), los humedales más grandes de Japón (200 km²) y una reserva de aves. Es el hábitat invernal de la amenazada grulla japonesa, símbolo de longevidad y felicidad. El parque lo recorre un tren panorámico de madera.

Otaru

Al oeste de Sapporo se encuentra la [Shakotan Kanto \(en inglés\)](#) y sus rocas de formas misteriosas que surgen como colmillos de la inmensidad azul de Nihonkai. La península es perfecta para recorrer en coche sus acantilados y en zonas menos escarpadas para bajar hasta la orilla del mar. De camino se puede hacer un alto en la ciudad portuaria de [Otaru](#). Hacia el interior, la zona de vacaciones de Niseko tiene agradable chalés y rústicas fuentes termales al aire libre en las que los amantes de la naturaleza descansan y cargan las pilas mientras pasan unos días esquiendo,

caminando o dando paseos en balsa. Otaru es famosa por sus canales y sus antiguos edificios de estilo occidental, una encantadora y romántica ciudad portuaria. Otaru se ha ganado el sobrenombre de "la Venecia de Japón".

Parque Nacional de Shikotsu-Toya

Este [parque \(en inglés\)](#), situado cerca de Sapporo, combina algunos de los escenarios más hermosos de Hokkaido con las aguas termales, lo que lo convierte en uno de los destinos más populares de la isla. Recibe su nombre de los lagos [Toya](#), al sudoeste y [Shikotsu \(en inglés\)](#) al este, que son sus principales puntos de interés. El lago sin hielo más septentrional de Hokkaido es el escénico Shikotsu, rodeado de montañas volcánicas. Aunque en verano es un paraíso para los senderistas, montañeros y amantes de la naturaleza, entre los pescadores es popular durante todo el año. Este lago ocupa una caldera volcánica de 77 km². Se llega a él por Shikotsu Kohan, una población que se extiende por los bosques de la orilla oriental del lago. Incluso los onsen siguen siendo rústicos con el énfasis puesto en los rotenburo (baños al aire libre).

Toya, el menor y más popular de los dos lagos del parque, cuenta con una isla central con el popular ciervo de Ezo (antes Hokkaido era llamada Ezo). Además cuenta con abundantes fuentes de aguas termales en sus orillas. El lago Toya atrae a los entusiastas del onsen durante todo el año. Al sur está el [Monte Usu \(en inglés\)](#), un volcán activo, imprescindible para los aficionados al vulcanismo. El onsen Toyako es famoso por sus aguas medicinales, pero su principal atractivo geológico es el [Showashinzan](#), que significa "nueva montaña de la era Showa", el volcán más reciente de Japón, que surgió en 1943 ante la sorpresa de todos. En el transcurso de dos años siguió creciendo de forma constante hasta alcanzar su actual altitud de 400 metros.

Noboribetsu Onsen

Cerca de la costa sur del parque está [Noboribetsu-onsen](#), que se jacta de tener los manantiales de agua caliente más caudalosos de Japón. Este es el pueblo balneario más famoso de Hokkaido, quizás incluso de todo Japón. Se dice que son bombeados cada hora unos 130.000 litros de agua termal, lo cual lo convierte en el balneario de aguas termales más grande de Asia. Sus 11 tipos diferentes de aguas se dice que curan enfermedades como el reumatismo o la diabetes.

Noboribetsu-Onsen es un pueblo turístico donde lo haya. Hay un arroyo que pasa por él, su calle mayor está adoquinada y en invierno se ven salir los vapores infernales de todas las rejillas de las calles. Además lo que es más importante los edificios no ocultan la presencia de las montañas. La mayoría de hoteles cuentan con sus propios baños termales y los mayores son los de Dai-chi Takimoto-kan.

Jigokudani o Valle del Infierno, es un cráter volcánico que parece un valle con perfil en forma de arco. De miles de agujeros sale el agua hirviendo con un sonido

que algunos identifican con los latidos del centro de la tierra. Mientras que las fuentes termales del resto de Japón se utilizaban para deshacerse de los misioneros extranjeros más exaltados durante períodos de xenofobia, las hirvientes aguas de Jigokudani fueron el lugar favorito de los suicidas.

Parque Nacional de Onuma y el sur

Situado al oeste de Hokkaido, al norte de Hakodate. Lo preside el [Monte Komagatake](#) (1.133 metros) un volcán conocido por la belleza de sus picos escarpados y suaves pendientes, que en verano aparecen recubiertas de flores alpinas. Aquí los senderistas y montañeros se ven recompensados por unas estupendas vistas al sur de la montaña sobre los lagos gemelos de Onuma, que da nombre al parque, y Konuma. Ambos son dos lugares de belleza sin parangón. Onuma, en cuyas aguas se refleja el Komaga-take, está salpicado de islotes arbolados que en otoño adquieren un bello colorido. El lago Konumako no resulta menos hermoso; los ciervos Ezo vagan por su perímetro y sus tres islas son el hábitat invernal de los cisnes salvajes.

Al sudoeste del parque cerca del lugar en que la península se une a Honshu a través del [túnel de Seikan](#) se encuentra [Matsumae \(en inglés\)](#), prácticamente el único sitio de Hokkaido que conserva vestigios de su pasado feudal. El [castillo \(en inglés\)](#) es una reproducción del original, construido en 1854 y destruido al finalizar la era medieval en 1868 excepto la puerta principal.

Hakodate

[Hakodate](#) es una de las principales terminales de los transbordadores que van y vienen de Honshu, y también una de las ciudades más interesantes de la prefectura. Ninguna otra cuenta con tantos edificios y recuerdos de los períodos Meiji y Taisho. En el centro

de la ciudad se encuentra está [Goryokaku \(en inglés\)](#), una fortaleza de estilo occidental terminado en 1864. Su diseño no es habitual en Japón sobre todo por la planta con forma de estrella de cinco puntas que permitía a los defensores barrer al enemigo con fuego cruzado. Nada queda del interior del castillo pero hay un pequeño museo con reliquias de batallas. En la actualidad la zona del fuerte se ha convertido en un parque Parque de Goryokaku-koen, con unos 4.000 cerezos, que cuando florecen a finales de abril, hacen que la escala en Hakodate merezca la pena, zona de paseo para embarcaciones de recreo. Una visita que no se pueden perder es el mercado matinal de pescados y verduras "Asa-ichi", que en realidad es algo más que un mercado con 400 tiendas en las que se vende de todo, desde cangrejos a erizos de mar, desde espárragos a cerezas. Los restaurantes de tallarines, abiertos ya para desayunar, son famosos por sus sopas de marisco. Este mercado abre sobre las 04.00 horas de la mañana con la venta de capturas recientes y cierra a primera hora de la tarde, aunque hay puestos que continúan abiertos hasta más tarde.

El cabo Esan-misaki a unos 60 km de la ciudad es apreciado por sus dos picos volcánicos que se cubren de azaleas y plantas alpinas a finales de primavera y durante el verano.



Templo a orillas del lago Toya, en Hokkaido

Consejos y recomendaciones para el viaje

Clima:

Japón está situado en la zona templada del hemisferio norte, y por tanto su clima es templado y suave, similar al del centro y sur de Europa.

	Enero	Abril	Julio	Octubre
Tokyo	5	14	25	18
Kyoto	4	14	26	17
Sapporo	-5	6	20	11
Nagoya	4	14	26	17

Temperatura media (° C)

Las estaciones están claramente diferenciadas:

Primavera: quizás la mejor época para visitar el país.

Verano: empieza con tres o cuatro semanas de lluvias abundantes, y continúa con calor y humedad abundante.

Otoño: la estación más agradable, con temperaturas más frescas y paisajes maravillosos

Invierno: frío y seco, aunque no demasiado severo, excepto en el extremo norte.

Días festivos:

1 de enero	Año Nuevo
2º lunes de enero	Día de los Adultos
11 de febrero	Día de la fundación de Japón
20 o 21 de marzo	Equinoccio de primavera
29 de abril	Día de Showa
3 de mayo	Día de la Constitución
4 de mayo	Día Verde
5 de mayo	Día de los Niños
3er lunes de julio	Día del Mar
3er lunes de septiembre	Día del Respeto a los Ancianos
23 o 24 de septiembre	Equinoccio de otoño
2º lunes de octubre	Día de la Salud y el Deporte
3 de noviembre	Día de la Cultura
23 de noviembre	Fiesta del Trabajo
23 de diciembre	Aniversario del Emperador

Nota:

(1) Cuando un día festivo cae en domingo, el lunes siguiente pasa a ser festivo.

(2) Cuando un día está entre dos días festivos (salvo los domingos y los lunes que acabamos de mencionar) también es festivo.

Direcciones y teléfonos de interés:

Policía: 110

Bomberos y ambulancia: 119

Embajada española: 3-29, 1-chome, Roppongi, Minato-ku, Tokyo 106-0032; Tel: 03.3583.8531

Electricidad:

La corriente eléctrica en Japón es de 100 voltios. En el

este y en Tokyo la frecuencia es de 50 hercios, y en el oeste, Nagoya, Kyoto y Osaka de 60 hercios. En hoteles de categoría superior hay tomas de corriente eléctrica de 110 y 220 voltios.

Emergencias:

Marquen el 110 para llamar a la policía y el 119 para avisar de un incendio o llamar a una ambulancia. Para estas llamadas no necesitan utilizar moneda de 10 ¥. Si llaman desde un teléfono público verde, descuelguen el aparato y pulsen el botón rojo antes de marcar el número. Para los teléfonos públicos grises o con tarjetas IC, descuelguen simplemente el aparato y marquen el número.

Formalidades aduaneras y documentación:

Para estancias de hasta 90 días en Japón los ciudadanos de nacionalidad española necesitan únicamente el pasaporte en vigor, con una validez de al menos seis meses.

Basta con que hagan una declaración oral de sus efectos personales, salvo: (1) cuando llevan bultos sin acompañamiento; o (2) cuando introducen artículos que sobrepasan la cantidad autorizada para estar exentos de impuestos. En estos dos casos, se les pedirá en la aduana una declaración por escrito. Los efectos personales no están sujetos a ningún impuesto de aduanas siempre que su contenido y su cantidad sean considerados como razonables por el oficial de aduanas. Además, tienen la posibilidad de llevarse sin pagar impuestos: (1) 500 gramos de tabaco, 400 cigarrillos o 100 puros; (2) 3 botellas de 760 ml de alcohol; (3) 60 ml de perfume; (4) regalos y souvenirs adicionales a los ya citados y cuyo valor mercantil total no sea superior a 200 000 yenes. Las personas con edades inferiores a los 20 años no tienen derecho al tabaco ni a las bebidas alcohólicas.

Todos los animales, productos de origen animal y plantas están sometidos a una inspección en cuarentena en los aeropuertos y puertos de Japón. La importación de determinados de estos animales o artículos está prohibida. Cuando la importación es autorizada, tienen que llevar un certificado de inspección emitido por las autoridades gubernamentales competentes del país exportador, dando fe de la calidad sanitaria del animal o del artículo correspondiente.

Gastronomía:

La comida, de todos los tipos y todos los países del globo, es uno de los grandes placeres de la vida en Japón. El archipiélago no solamente ha elaborado una de las cocinas más refinadas del mundo, ofreciendo al

paladar unas misteriosas sensaciones que van de las alegrías sutiles del “sashimi” a la satisfacción roborativa de los tallarines, sino que también algunos de las grandes chefs han venido a ocupar sus barrios en Japón, cocinando para gourmets con gusto aguzado. Tokyo, muy especialmente, se aprovecha de su estatuto de capital de las finanzas y los negocios para ofrecer un delicioso cuerno de abundancia de texturas y sabores. Los bares y restaurantes que se aglutinan en las proximidades de una estación de tren o de metro presentan una plétora de manjares de la cocina familiar, a precios muy razonables. Para todos aquéllos que no hablan japonés, algunos restaurantes ponen en el escaparate, a título de ejemplos, unas muestras de plástico o de cera de los platos que verán servirles en su mesa, o les entregan una carta ilustrada con fotografías en color.

El **Sukiyaki** se prepara directamente en la mesa dejando rehogar la ternera cortada en finas lonchas con verduras, tofu y fideos.

La **Tempura** consiste en ingredientes fritos en aceite vegetal, gambas, pescados o verduras, después de haberlos rebozado en una mezcla de huevos, agua y harina de trigo.

Los **Sushi** son pequeñas lonchas de pescado o de marisco crudo, cubriendo una bolita de arroz avinagrada. Los ingredientes más corrientes son el atún, la gamba o el calamar. De la misma manera se sirven también pepinos, rábanos marinados y tortillas ligeramente azucaradas.

Las **Sashimi** son lonchas de pescado crudo que se comen con salsa de soja.

La **Kaiseki Ryori** está considerada en Japón como el más delicado de los refinamientos culinarios. Los platos se componen principalmente de verduras y pescado acompañados con algas y champiñones, variando según la estación del año, y tienen un sabor particularmente sutil.

Las **Yakitori** son pinchitos de trocitos de pollo, hígado y verduras al grill de carbón incandescente.

El **Tonkatsu** es un escalope de cerdo empanado y frito. El **Shabu-shabu** se cocina a partir de finas y tiernas lonchas de ternera, ligeramente cocidas en un caldo corto y mojadas en una salsa.

Soba y **Udon** son dos tipos de tallarines japoneses. Las Soba se hacen a partir de harina de sarraceno y las Udon de harina de trigo. Se sirven ya sea con un hervido ya con una salsa, y existen por centenares con deliciosas variaciones.

El **sake** japonés, un vino de arroz, pega de maravilla con la variedad de las comidas. Fermentado a partir de arroz y agua, el sake es una bebida alcohólica que los japoneses toman desde tiempos inmemoriales. Se puede beber caliente, produciéndose así antes su efecto y calentando todo el cuerpo en invierno, pero también se degusta frío. Existen destilerías de sake en todas las regiones de Japón, produciendo cada una un sake con un sabor caracterizado por la calidad del arroz y del agua que han utilizado, así como por los

procedimientos utilizados en la fermentación.

Horario:

Japón lleva 8 horas de ventaja (7 en verano) respecto de la hora oficial peninsular española. Los horarios son de tipo europeo: Almuerzo hacia las 12 del mediodía, y cena alrededor de la 7 de la tarde. Los comercios abren generalmente entre las 10:00 y las 19:00.

Idioma:

El idioma oficial es el japonés. No espere encontrar demasiada gente que hable inglés, a excepción de hoteles, oficinas de turismo, y puntos de información en aeropuertos y estaciones de tren.

Moneda y cambio:

El Yen japonés (¥) es la moneda de curso legal en Japón. Puede adquirirse en bancos, oficinas de cambio situadas en aeropuertos y estaciones de tren, hoteles y comercios autorizados.

Está permitido entrar y salir por las fronteras japonesas con todas las divisas que deseen. Sin embargo, si llevan dinero u otros medios de pago que superen 1 millón de yenes o su equivalente, tendrán que declararlo en la aduana.

Propinas:

En Japón no se suele dar una propina ya que un porcentaje del 10 al 15% en concepto de servicio es automáticamente añadido en la cuenta de los principales hoteles y ryokan, así como en los restaurantes de lujo. Ninguna propina es necesaria a menos que se soliciten servicios especiales adicionales.

Red de información “Visit Japan”

Cuando viaje a Japón, utilice la red de información “V”, actualmente presente en 150 localizaciones. Cada centro “V” será para ustedes una fuente de información en la zona que representa. Los centros “V” están situados por lo general en las estaciones de trenes o en el centro de las ciudades, y son fácilmente reconocibles por su logotipo: un punto de interrogación rojo en la parte superior de la palabra “información”.

Religión:

Las principales religiones del Japón son el shintoísmo y el budismo. También hay protestantes, ortodoxos, católicos y otros grupos religiosos. Las principales iglesias tienen oficios en inglés.

Salud:

No es necesario ningún tipo de vacunación para viajar al Japón. El agua del grifo es completamente segura en todo el país. Los servicios médicos del país son inmejorables, aunque recomendamos viajar siempre provistos de un seguro de viaje.

Seguridad:

Japón es un país bien conocido por la seguridad que reina en las calles de sus ciudades, pero para darse cuenta de hasta qué punto el riesgo allí no existe, ustedes tienen que aventurarse dentro del propio país. Las mujeres pueden pasear solas de calle en calle casi por todas partes, a todas las horas del día y de la noche. No es extraño ver a niños viajar solos en el metro, ¡y dormirse en los trenes es casi un deporte nacional! Una chaqueta o un bolso que se quede en la mesa de un bar o de un restaurante a la espera de su dueño no preocupa ni tonta a nadie. Todo el mundo, o casi, tiene una historia que contar sobre la cartera que perdió y se la trajo la policía, o la volvió a encontrar

unos días más tarde, en el mismo lugar y sin que nada faltara. Por supuesto, esto no quiere decir que puedan ustedes olvidarse de las normas elementales de seguridad. El sentido común se aplica en Japón como en todos los demás sitios. Cuiden de sus objetos personales y estén atentos a lo que ocurre a su alrededor. ¡Pero sin agobiarse, y viajen absolutamente seguros!

Usos sociales y normas de etiqueta:

Los japoneses son tolerantes con los extranjeros, pero les gusta que los visitantes conozcan sus costumbres y se adapten a ellas. Al saludar es costumbre hacer una inclinación de cabeza, renuncie a besar la mejilla o dar la mano, a no ser que su interlocutor se la tienda primero.



Fiestas, festivales y tradiciones

Fiestas de Primavera, el imperio de los cerezos en flor

A partir de los primeros días de marzo, cuando los últimos pétalos de los cerezos en flor caen al suelo, en el norte de Japón la primavera marca el tiempo del renacimiento y de la celebración de la naturaleza y de los hombres en todo el país. En Japón, la primavera es sinónimo de flores, que se abren formando un arco iris embriagador de colores y de formas. La floración de las camelias, los lirios, los lotos y las flores de mostaza es de una prodigalidad particular. En todas partes se celebran festivales en honor de las flores.

Del 1 al 14 de marzo. Omizutori es el festival de la extracción del agua sagrada en el Templo Todaiji de Nara. El solemne ritual realizado bajo luz vacilante de las antorchas de pino alcanza su apogeo la noche del día 12.

3 de marzo. El Hina Matsuri, Fiesta de las Muñecas, se celebra en todo el país. Este festival, que divierte más particularmente a las niñas pequeñas, se celebra en todas las casas, decoradas con muñecas en miniatura para esta ocasión.

15 de marzo. El Otaue Matsuri del Santuario Kasuga, en Nara, pone en escena danzas tradicionales cuya coreografía data de hace un millar de años.

Mediados de marzo (durante 15 días). Segundo torneo de **Sumo**, en Osaka.

Del 1 al 30 de abril. Miyako Odori o Baile de los Cerezos en Kyoto, durante el cual las Maiko, niñas jóvenes aprendices de geisha, presentan bailes japoneses tradicionales.

8 de abril. Es el Festival de las Flores, Hana Matsuri, que conmemora el nacimiento de Buda en todos los templos.

14 y 15 de abril. Takayama Matsuri del Santuario de Hie, en Takayama, con un desfile de suntuosas carrozas.

16 y 17 de abril. El Yayoi Matsuri del Santuario Futarasan, en Nikko, presenta una marcha en desfile de carrozas decoradas.

3 y 4 de mayo. Una marcha en desfile a caballo de dioses legendarios marca el **Hakata Dontaku** en Fukuoka.

Del 3 al 5 de mayo. Festival de las Cometas, en Hamamatsu. Los competidores enfrentan entre sí gigantescas cometas en vuelo tratando a la vez de cortar las cuerdas al oponente.

5 de mayo. Es la Fiesta de los Niños, celebrada en todo el país. Se cuelgan carpas de tela multicolores que ondean en la brisa primaveral.

11 de mayo. Pesca de cormoranes en el Río Nagara, en Gifu. (hasta el 15 de octubre)

15 de mayo. El Aoi Matsuri, o Festival “de las malvarrosas”, en Kyoto ofrece una magnífica reconstitución de la época Heian.

Mediados de mayo (durante 15 días). Tercer torneo de **Sumo**, en Tokyo.

Mediados de mayo. Kanda Matsuri del Santuario Kanda Myojin en Tokyo (que se celebra todos los años impares). Docenas de mikoshi, altares portátiles, son llevados por las calles en desfile.

17 y 18 de mayo. Es el Gran Festival del Santuario Toshogu de Nikko. Su punto culminante es una espectacular procesión de unos mil hombres vestidos con armaduras de samurais.

3er domingo de mayo. Mifune Matsuri en el Río Oi, en Kyoto, ofreciendo un desfile de barcos antiguos.

3er viernes, sábado y domingo de mayo. Sanja Matsuri, el Festival del Santuario de Asakusa presenta un desfile de tres grandes altares portátiles y más de cien mikoshi (altares portátiles) más pequeños.



Festival Hojo Godai, en Odawara, el 3 de mayo

Fiestas de Verano, la estación de los placeres y la calma

El verano que ve renacer el verdor en todo el país es la estación del repicado del arroz. Las hojas verdes de los cerezos, los arces, los robles y los avellanos que moran en los bosques de montaña contrastan con los tintes más oscuros de los pinos y el verde suave de los tallos de bambú que se balancean con dulzura aquí y allá. El verano es también la estación de los fuegos artificiales. Casi todas las noches, un poblado u otro hace explotar sus fuegos artificiales, iluminando de colores los cielos de la noche. El verano culmina en Japón con los grandes festivales, de los que muchos de ellos ofrecen demostraciones de baile folclórico, o con el “Bon odori”, cuyos bailes tradicionales hipnotizan a los habitantes del terruño, sus amigos de paso y al afortunado viajero.

Mediados de junio. El Sanno Matsuri del Santuario de Hie en Tokyo pone en escena una procesión de

mikoshi (altares portátiles) por las calles ajetreadas del barrio de Akasaka (cada 2 años).

2º sábado de junio. La Fiesta del caballo, **Chaguchagu Umakko** tiene lugar en Morioka donde por sus calles se lleva a cabo un desfile de caballos con coloridas decoraciones.

7 de julio. Es el Tanabata o Fiesta de las Estrellas en todo Japón. La más célebre tiene lugar en Sendai donde se decoran ramas de bambú con cintas de papel multicolores.

Mediados de julio (durante 15 días). Cuarto torneo de **Sumo**, en Nagoya.

Del 13 al 15 de julio (o en el mes de agosto en varias regiones). **El Bon**, o Fiesta de los Difuntos, tiene lugar en todo el país. Se celebran ritos religiosos en memoria de los difuntos. Se les dedican los bailes folclóricos del Bon odori para calmar sus almas.

14 de julio. El Himatsuri del Santuario Nachi, o Festival del Fuego, tiene lugar en Nachi-Katsuura donde 12 antorchas gigantes son llevadas en procesión por sacerdotes vestidos de blanco.

Del 1 al 15 de julio. Hakata Gion Yamagasa en Fukuoka culmina el día 15 con un desfile de carrozas gigantes.

16 y 17 de julio. El Gion Matsuri, el festival más importante de Kyoto, se remonta al siglo IX. Tradicionales carrozas suntuosamente decoradas con colgaduras y telas antiguas atraviesan en desfile las principales arterias de la ciudad.

Último sábado de julio. Espectacular castillo de fuegos artificiales celebrado en el Río Sumida en Tokyo.

Julio o agosto. El festival de música de Kangensai en el Santuario Itsukushima de Hiroshima ofrece música y danzas de la corte.

24 y 25 de julio. El Tenjin Matsuri del Santuario Temmangu de Osaka representa un desfile de barcas

que transportan mikoshi (altares portátiles) bajando por el Río Dojima.

Del 1 al 7 de agosto. Nebuta Matsuri en Aomori (del 2 al 7 de agosto), y Neputa Matsuri en Hirosaki (del 1 al 7 de agosto), con desfiles de enormes estructuras de papel mascado que representan guerreros, animales o escenas legendarias y que, iluminadas, son transportadas por carrozas.

Del 3 al 6 de agosto. Kanto Matsuri en Akita, presenta un desfile de largos postes de bambú decorados cada uno con unas cuarenta linternas encendidas.

Del 5 al 7 de agosto. Hanagasa Matsuri en Yamagata, con un desfile en el que van bailando unas diez mil personas con sombreros de paja tradicionales decorados con flores artificiales.

Del 12 al 15 de agosto. Festival de bailes folclóricos Awa Odori en Tokushima. En toda la ciudad resuenan los cantos y los bailes, de día y de noche.

16 de agosto. Daimonji: se encienden hogueras en las colinas que rodean Kyoto para marcar el final del Bon.



Festival del Fuego, en Yoshida (Mt. Fuji), el 26 de agosto

Fiestas de Otoño, la época de la recolección

Mientras que el verano se rezaga acá y allá mordiendo los días de septiembre, octubre le trae a Japón esos días de picante frescor del otoño. El otoño agita Japón con ritmo danzante dentro de un remolino de hojas cambiantes, resplandecientes de colores púrpura, oro, bronce y amarillo, e iluminando las colinas y las montañas con una alfombra colorida. Es igualmente la estación de la siega. En las zonas rurales, los arrozales cobran un tinte dorado, el grano está listo para ser cortado y los campos escardados. En todo el país es una época rica de festivales, encuentros deportivos y acontecimientos culturales. Asimismo, una gran afluencia de personas acude a las numerosas exhibiciones de crisantemos que tienen lugar en los cuatro rincones del país.

16 de septiembre. Yabusame, una exhibición de tiro con arco sobre caballo, tiene lugar en el Santuario de Tsurugaoka Hachimangu en Kamakura.

Mediados de septiembre (durante 15 días) Quinto torneo de **Sumo**, en Tokyo.

Del 7 al 9 de octubre. Una danza de dragones de origen chino marca el **Festival Kunchi** del Santuario de Suwa en Nagasaki.

9 y 10 de octubre. El Takayama Matsuri del Santuario Hachimangu es famoso por su desfile de carrozas llenas de colorido.

Mediados de octubre. El Festival de la ciudad de

Nagoya, tiene lugar una procesión de señores feudales por las calles de la ciudad.

14 y 15 de octubre. El Kenka Matsuri del Santuario de Matsubara, en Himeji, alcanza su apogeo el día 15.

Mediados de octubre – mediados de noviembre. Exhibiciones de crisantemos tienen lugar en el Santuario Meiji y en el Templo Kannon de Asakusa en Tokyo.

17 de octubre. El festival de otoño del Santuario Toshogu, en Nikko ofrece un desfile de palanquines escoltados por guardias con armaduras.

22 de octubre. El Jidai Matsuri o "Festival de las

épocas históricas” del Santuario Heian en Kyoto es uno de los tres festivales más importantes de la antigua capital. Este festival resume en su procesión cientos de años de historia de Kyoto (desde el siglo VIII al XIX) a través de la vestimenta de los participantes. La procesión se inicia en el Palacio Imperial y tiene como destino el santuario de Heian.

22 de octubre. El Festival del fuego del Santuario Yuki, Kurama, en Kyoto, donde se ven desfilar largas procesiones de antorchas ardiendo que suben hacia el Santuario.

Del 2 al 4 de noviembre. Okunchi del Santuario Karatsu de Saga es célebre por su desfile de carrozas llenas de colorido.

3 de noviembre. Daimyo Gyoretsu en Hakone es una fiel reproducción de una procesión de señores feudales.

Mediados de noviembre. Tori-no-ichi, o Fiesta del Rastrillo, tiene lugar en el Santuario Otori en la región

de Kanto.

Mediados de noviembre (durante 15 días). Sexto torneo de **Sumo**, en Fukuoka.

15 de noviembre. Shichi-go-san (7-5-3) es el día de visita a los santuarios de los niños con 3, 5 y 7 años de edad. Allí van a dar las gracias a los dioses por haberles concedido salud y protección y para rezar por su futuro.



Festival Daimyo Gyoretsu, en Hakone, el 3 de noviembre

Fiestas de Invierno, la estación del Año Nuevo

A excepción del extremo norte, el invierno no es en Japón de un rigor demasiado grande, y a menudo suele ser templado con un sol resplandeciente y cielos azules. Más lejos, en las escarchas de las regiones del norte, se celebran festivales en honor de la nieve y el hielo. Turistas y habitantes aprecian en su justa medida las enormes esculturas de hielo y participan de la tradición acudiendo a las celebraciones rurales de esta estación. Muchas celebraciones y ferias tienen lugar en todas partes en Japón en el período de Año Nuevo, que es el día más importante para los japoneses.

Del 15 al 18 de diciembre. El **On-matsuri** del Santuario Kasuga de Nara consta de una procesión de personajes históricos.

Del 17 al 19 de diciembre. Es la Fiesta de las Raquetas, **Hagoita-ichi** del Templo Kannon de Asakusa en Tokyo.

31 de diciembre. El Okera Mairi del Santuario Yasaka de Kyoto es una ceremonia durante la cual se enciende un fuego sagrado.

31 de diciembre. Namahage de la península de Oga, en la Prefectura de Akita. Hombres disfrazados van pasando de casa en casa donde hay niños y éstos últimos se divierten a lo grande gritando de pavor al ver sus máscaras de demonios.

1 de enero. O-shogatsun, día de Año Nuevo. Del día uno al tres, la mayoría de las empresas, fábricas y comercios están cerrados. Las familias celebran el Año Nuevo preparando comidas especiales, vistiendo sus trajes más bonitos, kimono o ropa occidental, y acudiendo a los templos o santuarios para pedir felicidad y salud para todo el año.

6 de enero. Dezomeshiki es el desfile de Año Nuevo de los bomberos de Tokyo. Durante el mismo hacen exhibiciones acrobáticas en la cima de las escalerillas de bambú.

Mediados de enero (durante 15 días). Primer torneo

de Sumo, en Tokyo.

Vispera del Día de los Adultos (2º lunes de enero). Se celebra una ceremonia alrededor de un fuego de rastrojos en el Monte Wakakusayama, en Nara.

Principios de febrero, durante 7 días. **Festival de la Nieve** en Sapporo, en el Hokkaido. Es el festival de la nieve más famoso de Japón, y se ven numerosas esculturas gigantes y muy elaboradas de hielo y nieve.

Principios o mediados de febrero. Festivales de la Nieve en Asahikawa, Abashiri y en otras ciudades del Hokkaido.

3 o 4 de febrero. El Setsubun, o Fiesta de Tirar Frijoles, es celebrado en los principales templos del país.

3 o 4 de febrero. Festival de los Farolillos en el Santuario Kasuga en Nara.

16 y 17 de febrero. Festival Bonden en Yokote, en la Prefectura de Akita. Docenas de Bonten, símbolo del Dios de la Creatividad, son llevadas por personas jóvenes.

15 y 16 de febrero. Kamakura Matsuri en Yokote, en la Prefectura de Akita. Se construyen casas hechas de nieve en honor del Dios del Agua.

3er sábado de febrero. Eyo o Hadaka Matsuri (Fiesta de la desnudez) en el Templo Saidaiji, en Okayama.

