

# 시코쿠 순례길 안내(한국어판)



나오유키 마츠시타 松下直行

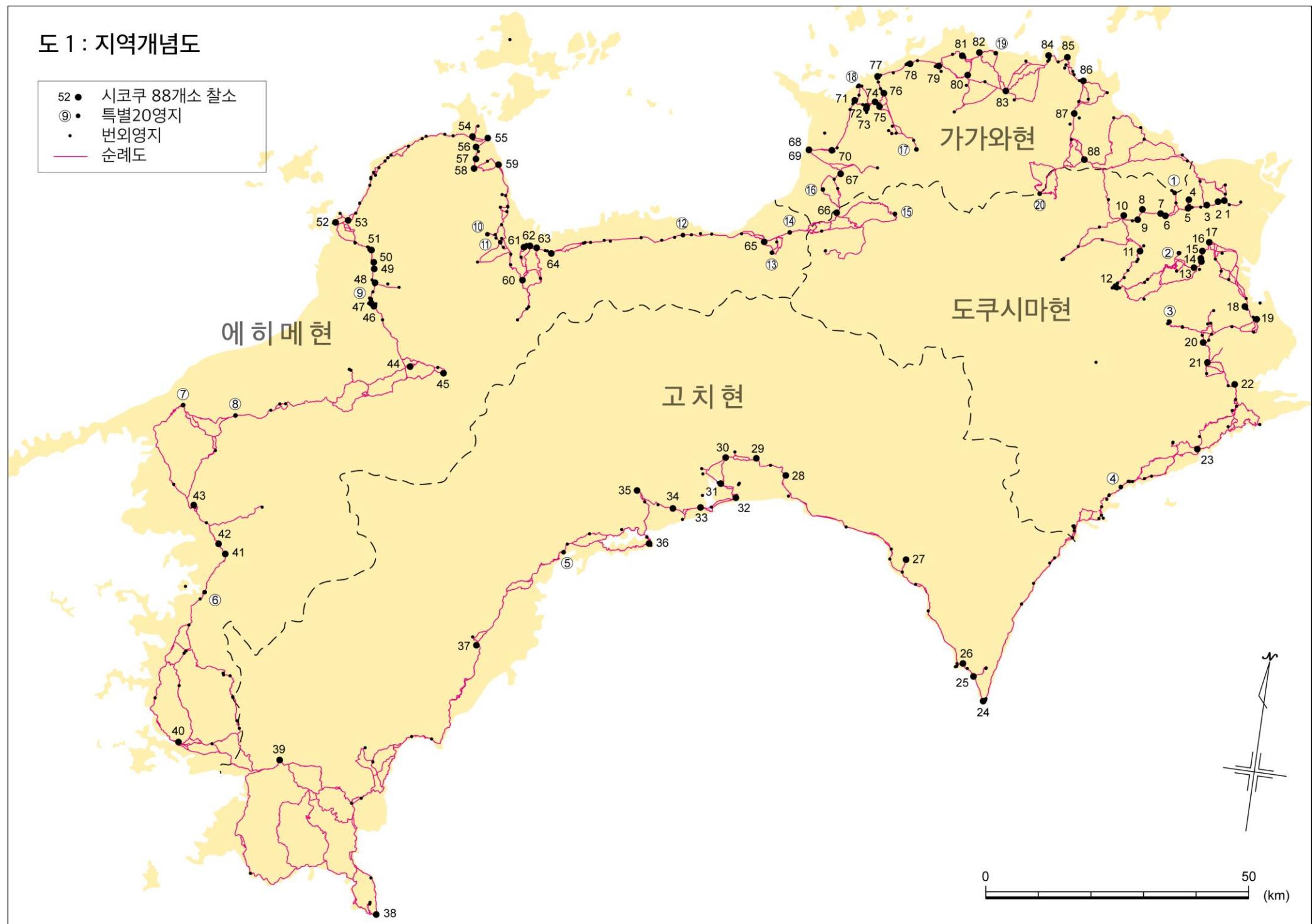
번역자 : 정재민

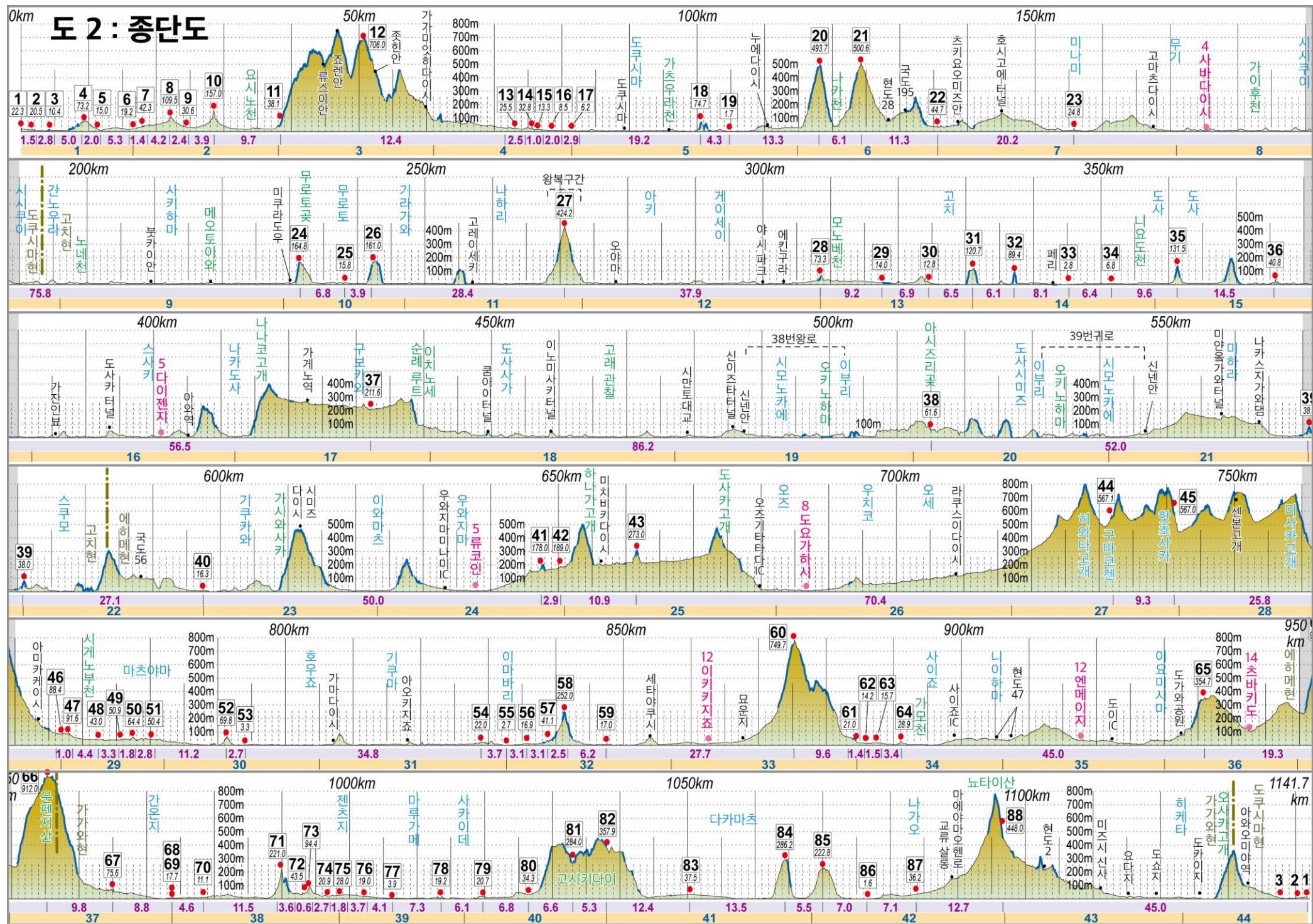
협력 : 도쿠시마현 관광협회

All Rights Reserved 2016

## 도 1: 지역개념도

- 52 ● 시코쿠 88개소 찰소
- ⑨ ● 특별20영지
- 번외영지
- 순례도





## 머릿말

태어난 갓난아기는 오직 자신의 몸 하나만을 가지고 태어난다. 그것이 살아가면서, 나이가 들어가면서 여러가지 필요한 것에서부터 불필요한 것까지 자신의 신변에 따라 다닌다. 그리고 죽음에 이르러서는 친척 · 유품 · 꽃 · 추억에 훌싸인다.

이쯤에서 멈춰서서 만물에 평등하고 꾸밈 없는 자연 그리고 우주에 자신의 몸을 던져보는 것은 어떠한가? 동식물처럼 자연의 영위에 몸을 맡길 수 있는 간소하고, 검소한 세계가 거기에 있다.

순례 여행은 훈자 하는것이 좋다. 앞으로 좋은 삶을 살기 위해 순례를 떠나자.

순례라는 엄청난 깊이의 잡을 수 없는 개념에 마주 하고, 끝없이 자문자답을 반복하며 혼돈 속을 해매면서도 다시 순례 여행을 시작하는 내가 있다.

그리고 사람이 정신적인 「높은 곳」을 요구하는 신성한 여행에는 끝이 없다. 인생은 순례의 길이다.

본서는 일본인과 비교하여 기상 상황과 역사 인식 등 모든 면에서 예비 지식이 적은 외국인 순례자의 걱정을 없애는 것이 목적으로 종합적인 정보를 수집하여 간결하게 집약하였습니다.

주로 도보 순례자를 대상으로 하고 있지만, 그 외의 자동차를 이용하는 순례자등의 정보도 포함되어 있으므로 자신에게 필요한 정보만을 참고 하세요.

그리고 「22. 길가에서 전해지는 순례 관계의 전설·구전」의 장에서는 시코쿠 순례길을 걷는 외국인을 위하여 순례자가 보거나 듣거나 하는 사항이 어떤 의미와 역사적 배경이 있는 것인지를 알리는 것으로 시코쿠 순례를 보다 깊게 이해할수 있고 순례 여행을 보다 의의 깊게 느낄 수 있도록 편집하였습니다.

본서는 종교를 다루고 있는 가운데 최대한의 보편성에 주의 하면서 편집하였습니다만 개인의 이해와 해석의 차이등에 의한 내용에 과부족이 있는 경우가 있음을 이해해 주시기 바랍니다.

나오유키 마츠시타

Naoyuki Matsushita

松下直行

<http://henro88map.com/>

번역자 : 정재민

## 목차

1. 순례(헨로) 라는 것은 .....	1
2. 시코쿠의 지역성 .....	3
3. 순례 시기 .....	4
4. 소요일수와 데이터 .....	5
5. 순례 방법 .....	8
6. 순례 수단 .....	10
7. 비용과 ATM .....	13
8. 보행 · 공정입안 조언 .....	16
9. 숙박 .....	21
10. 여행관련정보 .....	26
11. 순례의 장비 .....	29
12. 방법 .....	36
13. 순례의 훈계 .....	42
14. 접대(오셋타이) .....	43
15. 코우보우 대사 (공해 - 쿠우카이) .....	44
16. 순례의 역사 .....	46
17. 순례단지식 .....	48
18. 불상의 설명 .....	57
19. 접근방법 .....	61
20. 여행 중 사용하는 일본어 .....	64
21. 외국어 가능 안내소 .....	68
22. 길가에서 전해지는 순례 관계의 전설·구전 .....	70

## 1. 순례(헨로) 라는 것은

시코쿠 순례(「오시코쿠」라고도 한다)라는 것은 코우보우대사 (공해(쿠우카이)) [774–835]가 수행하였다고 알려져 있는 시코쿠에 점재한 여덟곳의 영지를 고리 모양으로 순회하는 장대한 사찰순례를 뜻 합니다.

총 구간 1142km 의 길을 찰소((札所 후다쇼)사찰 순례자가 참배의 표시로 패를 받는 곳)에게, 길가의 자연에게, 바람과 땅에게, 사람들에게, 문화에게, 돌 부처에게, 이러한 보물들에 둘러싸여「깨달음」의 경지에 접근하려는 행위가 아닌가 생각합니다.

또한, 현대에 와서는 그 목적은 종교적인 수행뿐만 아니라 병의 치유, 근친자의 공양, 가내안전등 외에, 마음의 위안과 충실을 찾어 휴식과 건강증진, 등산이나 하이킹의 연장, 관광여행의 일환등 사람마다 실로 다양한 현대인의 힐링 여행으로서 재검토 되어지고 있습니다.

원래는「성스러운 수행의 여행」이기 때문에 현지의 사람들도 따뜻하면서도 엄숙하게 맞이하여 줍니다. 그렇다고해도 너무 딱딱하게 생각하지 말고 일단 여행을 시작하게되면 순회중에 신앙심이 생겨 자기자신을 다시 보게 되는 기회를 얻는 것으로 인하여, 새로운 자신을 재발견 할 수도 있는 여행입니다.

또한, 문호는 넓어 그 사람의 국적, 성별, 연령, 사회적 지위, 복장 등에 관계없이 누구라도 받아 줍니다.

걷고 있으면 여러가지가 자신의 뇌리를 스칩니다. 예를들면 자신의 과거 행적이 옳았는지 아닌지, 순례길에서 보거나 듣거나 했던 것을 돌이켜 생각해보며 자문자답을 반복하는 일도 있습니다. 이러한 기회를 주는 비일상적 공간이 시코쿠 순례입니다.

그렇다면 왜 시코쿠 인걸까요?

순례 여행에서는 목적지에 도달하는 것보다도 중요한 것은 그 순례길에 있습니다. 당신은 자신의 행동에 정신적인 충실감을 얻을 수 있습니다. 또한 순례 여행에서는 다양한 국면과 조우합니다.

험한 산길, 단조로운 포장 도로·비·길을 잊고 헤매는 등 이것들 하나하나가 잊을 수 없는 기억이 되어, 그 후 당신의 인생에 영향을 미칠지도 모릅니다.

이것들은 다른 트레일에서도 경험이 가능할 것입니다. 그러나 시코쿠에는 그 여행 도중에는 통과의례와 같이 영적인 찰소가 있습니다. 시코쿠 순례길은 풍푸한 자연·풍토의



빗이라는 밝은 측면과, 한편 슬프고 덧없는 인생과 정면으로 마주 하는 엄숙한 측면 모두를 갖추고 있습니다.

각 찰소에서는 납경을 행하고, 그 증거로서 납경장에 주인(朱印)을 받지만 주인을 모으는 것 뿐만 아닌, 여행을 통해서 값어치가 있는 경험을 쌓는 의미에서 스탬프 랠리와는 다릅니다. 자신의 몸뿐만 아니라 마음까지도 기분 전환되는게 순례입니다.

그 1142km의 여정을 4개의 스테이지(도장 : 수행의 장소)로 나뉘어 있는 것도 훌륭한 연출입니다.

시계 방향으로

도쿠시마현 (아와)	발심의 도장 = 결심, 행동을 시작하는 것
고치현 (도사)	수행의 도장 = 정신성을 높이는 트레이닝
에히메현 (이요)	보리의 도장 = 번뇌를 끊고 극락정토로 향한다
가가와현 (사누키)	열반의 도장 = 번뇌에 이겨 초월한 해탈의 경지

( )는 1868년 까지의 봉건시대의 옛지명입니다만, 시코쿠의 경우는 현대의 현과 경계가 일치하므로 일본 다른 지역에 비해여, 현재에도 옛지명이 일상적으로 사용되고 있습니다.



## 2. 시코쿠의 지역성

시코쿠는 일본열도를 구성하는 주요 4 개 섬 중 가장 작은 섬이고 면적은 일본 국토의 5%·인구는 3%·경제력은 3%이하입니다. 경제발전에 따른 사회 자본이 충실했던 일본 속에서, 아름다운 자연과 전통적인 생활 양식이 잘 남아있는 지역이며 그 문화와 맞물린, 마음이 따뜻한 지역주민과의 접촉이 가능한 지역입니다.

일본인에게 시코쿠의 이미지는 자연으로는 평온한 세토나이카이의 아름다운 섬들과, 반면 다이나믹한 태평양의 해안미, 한가로운 전원풍경, 온화한 기후, 일본에서 가장 오래된 온천이라 하는 도고온천.

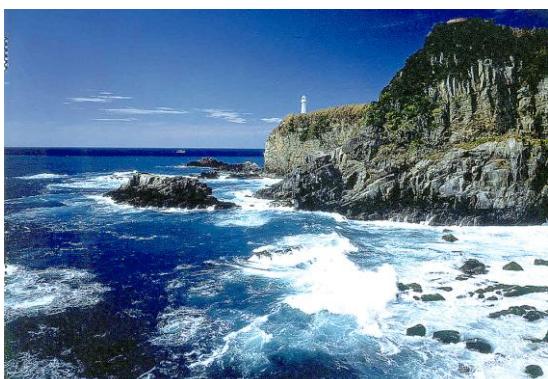
식문화로는 신선하고 독자적인 조리법과 풍부한 해산물, 사누키 우동과 감귤계 과일등을 들 수 있습니다.



에히메현 (도고온천)



가가와현 (사누키 우동)



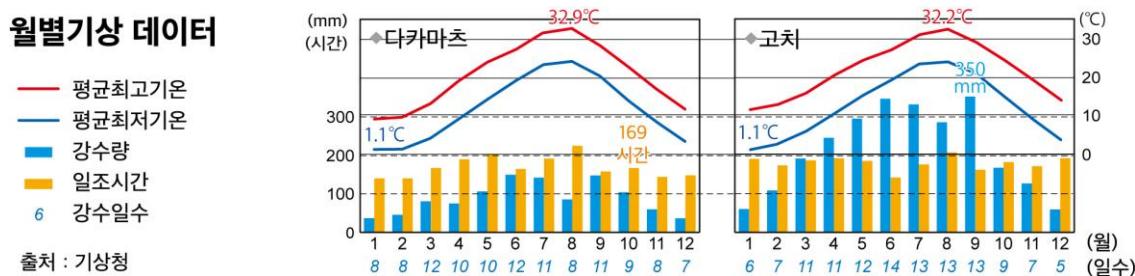
고치현 (아시즈리 곶)



도쿠시마현 (아와오도리)

### 3. 순례 시기

기온·강수량·일조시간·강우일수 (월별)



순례 여행은 기온과 날씨를 고려하면 봄 3월 중순부터 5월, 가을 10월부터 11월이 가장 좋은 시기입니다.

1년을 통한 기상 사이클은 6,7월 중순에는 장마이기 때문에 비가 많고 8,9월은 안정적인 날씨이지만 종종 태풍이 오는 시기입니다.

또 12월부터 2월의 최저 기온은 0°C정도로 한파가 내습하면 산간부에서는 눈이 쌓이거나 도로가凍結되기도 합니다.

또, 7,8월 최고 기온은 35°C를 넘는 일이 드물지 않고, 낮에는 강한 햇살로 예년 열중증 때문에 응급 이송되는 순례자도 나옵니다.

동지(12월하순)	일출 7:00am / 일몰 5:00pm
하지 (6월하순)	일출 5:00am / 일몰 7:20pm

세토나이카이측은 일본에서 가장 강수량이 적은 지역이지만, 반면 태평양 측은 가장 강수량이 많은 지역 중 하나입니다. 단 두 지역의 강수 일수가 큰 차이는 없습니다. 이점은 세토나이측은 가랑비가 내리고 태평양측은 한번에 많은 양의 비가 내린다는 것입니다.

기온은 세토나이카이측과 태평양측은 큰 차이가 없습니다. 계절에 따라 준비를 하시면 됩니다.

3월 하순부터 4월 상순은 벚꽃의 계절로, 그 뒤 4월 하순부터 5월 상순은 신록을 즐길 수 있습니다. 또 11월 하순은 몇가지 단풍으로 유명한 찰소도 있습니다. 여름의 순례자에 대한 조언으로는 비교적 시원한 새벽과 저녁에 활동하고 정도 전후의 시간대(10시부터 4시경)은 그늘에서 휴식을 취하는 것을 고려하여야만 합니다. 산길을 반나절정도 걷기 전에는 2L정도의 물을 준비하여야 합니다.

겨울 순례자에 대한 조언으로는 낮동안의 활동 시간대는 필요 이상으로 옷을 껴입지 않아도 걸을 수 있겠지만, 해가 저물면 일시에 체감온도가 떨어집니다. 또 비에 젖으면 저 체온증에 걸리기 때문에 우천시 방수 대책은 꼼꼼하게 하여야 합니다. 일반적인 복장 기준으로는 6-9월이 반팔, 반바지의 계절이고 12-2월이 다운 웨어의 계절입니다.

이러한 기상 조건 속에서 순례하기에 적당한 시기에는 순례자 수도 부쩍 늘어납니다. 특히 주말이나 명절, 그리고 순례 투어 버스가 찰소에 도착하였을 때에는 납경소에서 기다리는 경우가 있습니다. 그런 경우는 참배 전에 먼저 납경하거나 대기 시간을 활용하여 찰소의 세부 견학을 하거나 하는걸로 대응하도록 합시다. 수행의 여정이기 때문에 자기 중심적으로 짜증내거나 하면 안됩니다.

## 4. 소요일수와 데이터

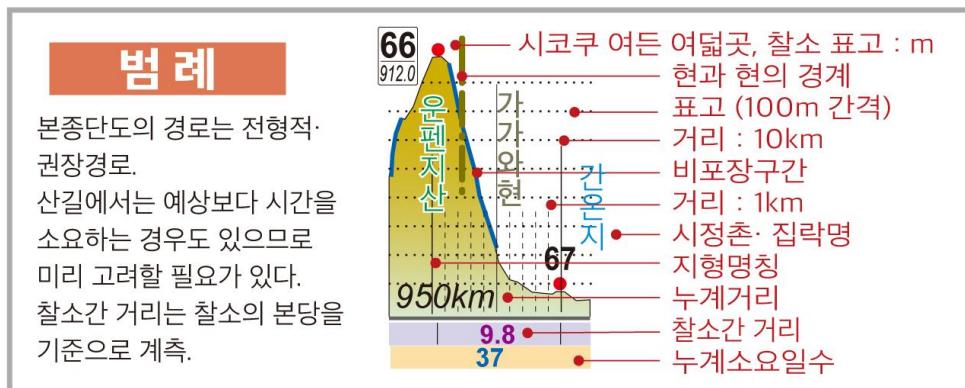
순례 여행에 걸리는 소요 시간은 개인차가 있으므로 일괄적으로는 말할 수 없지만 (도 2 : 종단도)는 측량사인 제가 꼼꼼하게 거리와 높이를 도상 계측하여 하루의 출발지와 도착지인 숙소의 소재지와 그리고 찰소에서의 납경시간 (30분)을 고려하면서 평균적인 체력의 사람들로 산정하여 시속 3.5km (산간부의 비포장 도로는 2.0km정도)로 고안한 전형적인 순례자 플랜이므로 참고 하세요.

순례자의 경로는 여러가지가 있지만 가장 기본적인 경로로 작도하였습니다. (PC-Mapping 으로)

또한 거리의 정의는 수평 거리이고 경사는 고려하지 않았음을 첨가해 두겠습니다.  
활동 시간은 7:00am-5:00pm 로 점심, 휴식시간 포함.

(표지 도 2 : 종단도 참조)

총연장 (T1-T1)= 1,141.7km, (T1-T88)=1,096.5km



## 획득표고 · 거리

높이에 관한 정보는 국토 지리원 기반 지도 정보 수치 표고 모델 5m 및 10m 메시을 기초로 PC-Mapping에 의해 산출

구간	오르막 (m)	내리막 (m)	거리 (m)	구간	오르막 (m)	내리막 (m)	거리 (m)
1-2	11	-13	1.5	46-47	18	-15	1.0
2-3	22	-28	2.8	47-48	2	-51	4.4
3-4	115	-55	5.0	48-49	16	-8	3.3
4-5	11	-68	2.0	49-50	39	-25	1.8
5-6	27	-24	5.3	50-51	31	-46	2.8
6-7	26	-3	1.4	51-52	122	-103	11.2
7-8	92	-24	4.2	52-53	7	-74	2.7
8-9	0	-79	2.4	53-54	293	-274	34.8
9-10	137	-9	3.9	54-55	49	-68	3.7
10-11	72	-193	9.7	55-56	15	0	3.1
11-12	1,369	-700	12.4	56-57	33	-9	3.1
12-13	569	-1,251	22.4	57-58	254	-43	2.5
13-14	41	-34	2.5	58-59	31	-266	6.2
14-15	3	-21	1.0	59-60	886	-153	27.7
15-16	2	-7	2.0	61-61	255	-984	9.8
16-17	1	-3	2.9	61-62	7	-14	1.4
17-18	111	-43	19.2	62-63	8	-7	1.5
18-19	52	-125	4.3	63-64	43	-29	3.4
19-20	574	-76	13.3	64-65	765	-444	45.0
20-21	485	-477	6.1	65-66	1,045	-484	19.3
21-22	260	-723	11.3	66-67	112	-954	9.8
22-23	267	-286	20.2	67-68	38	-91	8.8
23-24	702	-562	75.8	68-69	0	0	0
24-25	62	-212	6.8	69-70	22	-28	4.6
25-26	169	-23	3.9	70-71	256	-48	11.5
26-27	672	-401	28.4	71-72	66	-242	3.6
27-28	256	-615	37.9	72-73	52	-1	0.6
28-29	30	-89	9.2	73-74	9	-82	2.7
29-30	80	-81	6.9	74-75	11	-4	1.8
30-31	157	-49	6.5	75-76	6	-16	3.7
31-32	135	-171	6.1	76-77	2	-17	4.1
32-33	25	-107	8.1	77-78	39	-23	7.3
33-34	35	-31	6.4	78-79	36	-35	6.1
34-35	154	-29	9.6	79-80	56	-43	6.8
35-36	306	-396	14.5	80-81	433	-184	6.6
36-37	1,322	-1,152	56.5	81-82	312	-238	5.3
37-38	1,322	-1,535	86.2	82-83	119	-440	12.4
38-39	830	-790	52.0	83-84	299	-50	13.5
39-40	963	-985	27.1	84-85	236	-299	5.5
40-41	1,362	-1,202	50.0	85-86	53	-274	7.0
41-42	68	-55	2.9	86-87	62	-27	7.1
42-43	457	-374	10.9	87-88	770	-359	12.7
43-44	1,688	-1,394	70.4	88-1	879	-1,305	45.0
44-45	640	-632	9.3				
45-46	907	-1,394	25.8	total	24,376	-24,376	1,141.7

## 특별(別格) 20 개 영지를 추가한 데이터

특별 20 개 영지는 1966 년에 조직된 것이며 전통적인 순례길은 존재하지 않기 때문에 일반적인 경로를 순례길로 채용하여 계측한 데이터

특별 20 개 영지를 경유하여 걸은 경우 거리 = 594.3km

특별 20 개 영지를 경유하지 않고 걸은 경우 거리 = 432.2km

차감증가거리=162.1km

특별(別格)을 포함한 총합계 거리 : 1141.7km+162.1km=**1303.8km**

### 특별 찰소 표고 (본당)

1. 다이산지: 448.6m	2. 도카쿠지: 40.9m	3. 지겐지: 559.9m	4. 사바다이시: 11.5m
5. 다이젠지: 26.1m	6. 류코인: 22.8m	7. 슈세키지: 810.0m	8. 도요가하시: 10.6m
9. 문주인: 60.5m	10. 코류지: 262.9m	11.이키키지죠: 26.1m	12. 엔메이지: 35.1m
13. 센류지: 278.0m	14. 츠바키도: 104.2m	15. 하시쿠라지: 549.0m	16. 하기와라지: 80.0m
17. 칸노지: 156.2m	18. 카이간지: 2.5m	19. 코자이지: 9.9m	20. 오다키지: 910.0m

주) 여든 여덟곳의 영지의 표고는 종단도에 기재

## 5. 순례 방법

전주(全周)에 구애되지 말고, 자신의 여행계획 속에서 시코쿠에 머물 수 있는 기간을  
감안하여 한부분을 돌아다니는 것만으로도 충분히 순례 문화를 체험할 수 있습니다.

전부 한바퀴를 도는 것은 돈과 시간에 여유가 있는 사람밖에 할 수 없기 때문에  
사회적으로 자신이 처한 상황을 고려하여 현실가능한 계획을 세워야 합니다. 안심하세요.  
순례길은 없어지지 않습니다.

다시 순례를 체험할 기회가 있을지도 모릅니다. 그리고 다시 순례 여행을 하고 싶게 되는  
것을 「시코쿠 병」이라고 부릅니다.

### 준우치 (順打ち 순서대로 돌기)

시코쿠를 시계 방향으로 찰소 ((札所 후다쇼)사찰 순례자가 참배의 표시로 패를 받는  
곳)를 번호대로 차례로 도는 방법이다. 저는 시코쿠의 지리에 생소한 분에게는 이 방법을  
권합니다. 준우치는 안내판이 곳곳에 정비되고 있으므로 초심자라도 가장 기본적인 경로라면  
안내용 지도 없이도 걸을 수 있을 겁니다.

순례자가 찰소에 참배를 하는 것을 「치다(우츠)」라고 합니다. 이것은 예전에 나무나  
금속제 납찰을 찰소 건물에 쇠못등으로 때려밖은 것에서 유래되었으나 건물에 손상을 입히기  
때문에 현재에는 금지되고 있습니다.

현재는 1 번부터 차례대로 도는 사람이 많지만 교통 시설이 발달하지 않던 시대는  
도쿠가와현이라면 나루토에 배로 건너가 1 번부터 또는 17 번부터 16-15-14-13-11-12-  
18 번, 그리고 그 후는 번호대로 88 번까지 한반퀴 돈 후 10 번에서 1 번이라던지,  
에히메현이라면 다카하마(마츠야마)에 배로 건너가 52 번부터 돌아 최후가 51 번이라던지,  
가가와현이라면 마루가메로 배로 건너가 78 번부터 돌기 시작하는 방법등 좀더 자유로운  
방법으로 순회를 하였습니다.

그 경우는 4 개의 도장이라는 사고방식은 성립되지 않습니다. 결국은 4 개의 도장이라는  
사고방식은 새롭게 후에 첨가 된것이라는 것을 알수 있습니다.

### 사카우치 (逆打ち 반대로 돌기)

번호와 반대 방향인 시계 반대 방향으로 순례하는 것.

사카우치는 대부분이 준우치(순서대로 도는것)의 안내판을 놓치게 되므로 빈번하게 길을  
헤메는 것을 각오하여야만 합니다.

먼저 앞에서 말했듯이 사카우치는 어렵기 때문에 준우치와 비교하여 3 배 공덕이  
있다라고(3 배 어렵기 때문에) 일반적으로는 불리웁니다.

또 지금도 수행을 계속하고 있다라고 여겨지는 코우보우 대사가 준우치의 방법이었기 때문에  
사카우치를 하면 코우보우 대사를 만날 수 있는 기회(공덕을 얻을 수 있다)가 늘어난다라고도  
합니다.

어느쪽이든 이것들의 해석은 안내판이 정비되기 시작했던 1980년 이후 라고 짐작할 수  
있습니다.

다카무라 이토세(1918년, 그녀 24살의 헌로행을[여인 순례기(娘巡礼記)] 저술하였다)

의 시대에는 준우치·사카우치 두방법 다같이 주목되었습니다.

### 토시우치 (通し打ち 한번에 전부 돌기)

여든 여덟곳을 한번에 전부 순례하는 것.

### 쿠기리 우치 (区切り打ち 단락지어 돌기)

한번에 모든 찰소를 돌지 않고, 예를 들어 주말에만 몇개소라든지 나누어 순례 하는 것. 또는 최종적으로 전주(全周)가 아니라 자신이 설정한 구간만을 도는 것. 이 경우 기점·종점으로의 이동은 대중 교통을 이용하게 됩니다.

또한 71-78은 역사적 배경도 있어 「7 곳 참배」라 칭하여 하루 만에 완결 가능한 코스의 독자적인 납경장 등도 있습니다.

### 결원 (結願)

여든 여덟곳을 전부 순례하는 것을 결원이라고 합니다.

찰소 순서에 관계 없이 88 번째가 「결원의 절」이 됩니다. 또 다른 사고방식으로 88 개의 절을 모두 돈 뒤 출발한 절 또는 근처의 찰소로 돌아와 서클을 완성시키는 것을 결원으로 하는 사고방식도 있습니다. 어쨌든 결원 후 집대성으로서 고야산에서 코오보우 대사에게 보고하는 것이 일반적입니다. 다만 고야 참배도 제 2 차 세계 대전 이전 각종 기술(조젠(澄禪) 1653을 제외)에서는 확인할 수 없습니다.

### 오레이마이리 (お礼参り)

전술의 결원과 관련하여 88 찰소를 모두 돈 뒤 출발하였던 찰소, 또는 근처의 찰소로 돌아와 결원성취의 감사의 뜻으로 참배하는 것.

## 6. 순례 수단

순례 방법은 사람에 따라 여러가지입니다. 도보 순례가 기본임에는 틀림 없지만 다리가 불편하여 걷지 못하는 사람 등 사람 각기 다양한 사정이 있습니다. 그런데도 순례를 하고 싶은 절실한 이유가 있거나 하므로 일괄적으로 도보 순례 이외를 비하할 수 없는 것도 사실입니다. 그렇지만 이동 수단이 보다 편리해지면서 관광 경향이 강해지는 것도 사실입니다.

### 도보순례

전통과 수행을 중시한 스타일이지만 가장 많은 비용, 일수, 그리고 매일 연속해서 걷는 체력과 지구력을 요합니다. 꼼꼼하게 장비를 준비하고 자신의 체력을 객관적으로 파악하여 컨디션 관리에 충분히 신경써야 할 필요가 있습니다. 예정대로 진행되지 않더라도 임기응변으로 스케줄을 변경하는 정신적 시간적 · 여유를 갖는 것도 중요합니다.

총거리는 미디어에 따라 1,400km 와 1,200km 로 다른 수치를 보이지만

본서와 [Shikoku Japan 88Route Guide]에 게재되어 있는 숫자가 가장 정확하다는 것을 선언할 수 있습니다.

일반적으로 평야에서는 하루에 30km 의 보행을 기준으로 하는 순례자가 가장 많습니다.

몸이나 발에 문제를 느낀다면 상태를 지켜보지 말고 바로 케어하는 것이 중요합니다. (감기약 복용이나 아이싱 · 스트레칭 · 테이핑 · 서포터 등).

자연 조건이나 길을 헤매거나 하는등 변수도 많아 계획대로만 갈수 없으므로 사고를 받아들여 휴식일을 정하는 것과 give up 하는 결단에 직면하는 경우도 있습니다. 하루 종일 걷는 중, 오전은 몸이 상쾌하기 때문에 순조롭게 거리를 벌 수 있지만, 대개 오후는 피로의 축적에 의하여 페이스가 떨어지기 때문에 일찌감치 짧은 시간의 휴식을 취하여 큰 페이스 다운을 막을 필요가 있습니다.

또한 장시간 걸을 수 있도록 사전에 실전과 유사 조건으로 공들여 훈련을 하는 것을 권합니다.



### 자전거 순례

산길에서는 비포장 구간이 있어서 도보 순례와 같은 코스를 트레이스 할 수 없으므로 별도 Shikoku Japan 88 Route Guide 의 Index Map 과 Tourism Shikoku 의 순례 팜플렛 (<http://henro88map.com/>) 등에서 자전거 통행 가능한 길을 어렵지 않으니까 찾아 주세요.

Shikoku Japan 88 Route Guide 에서는 쥐색의 1 본선 도로는 비포장 도로입니다.

또한 특별(別格)도 포함하여 45 번을 제외한 모든 찰소에서 본당 근처까지 접근할 수 있지만, 자전거로는 어려운 가파른



언덕 위에 입지한 몇곳의 찰소가 있습니다. 그 경우는 산기슭의 여관이나 상점에 자전거를 맡기는 것도 검토하세요. 다만 자전거를 맡기는 일은 부탁하는 일이 되기 때문에 무엇인가 고마움을 표시하는 것이 이상적입니다. 일본 사회에서는 돈을 건내는 것은 상대방에게 실례로 해석될 수 있기 때문에 고가가 아니어도 괜찮으니까 모국의 작은 기념품이나 납찰 등을 건내는 것이 이상적입니다. (자전거 순례만으로 한정짓지 않는다.)

자전거를 맡기지 않을 경우는 산기슭의 적당한 공간에 세워두고 잠금장치를 한 후 짐은 자기가 가져가야 합니다.

또한 대중교통을 이용한 자전거 운반에 대하여 철도는 가능하며 버스는 노선 버스 · 고속 버스 모두 불가이며, 자전거 운반을 하는 경우는 자전거 앞뒤 바퀴를 분해하고 차체를 완전히 덮는 자루에 넣어야 합니다. 자전거로 토시우치(한번에 돌기)를 하면 소요 일수는 약 20 일 간.

## 대중교통

전철이나 버스를 이용하면 대부분의 찰소는 가까이 접근할 수 있습니다.

Shikoku Japan 88 Route Guide에는 특별히 효과적인 시간표를 게재하고 있지만 현지 숙소나 본서권말의 안내소 등에서 물으면 자세한 지역적인 정보를 얻을 수 있습니다.



찰소간의 거리가 긴 구간은 자신의 체력을 감안하여 전철이나 버스를 이용하는 것도 생각합시다. 철도를 이용하는 경우는 승차 역에서 목적 역까지의 표를 구매하지만 무인 역에서 승차하는 경우는 역에 설치된 매표기에서 표를 구입하거나 승차 후에 차내에서 승차 역이 증명 되는 정리권을 발권기에서 뽑아 그 뒤 차내에서 승무원에게 표를 구입합니다. 대부분의 특급 정차역의 「녹색 창구(미도리노 마도구치)」에서는 신용 카드를 쓸 수 있습니다.

버스를 타는 경우는 뒷문으로 승차하며 승차시에 발권기로부터 승차한 버스 정류장이 증명 되는 정리권을 뽑습니다. 차내에는 환전기 (10,000 엔권은 피한다)가 설치되어 있고 앞부분의 도어로 하차시에 운임을 지불합니다.

또 무로토방면과 시만토 · 아시주리 · 아이난 지역등 철도가 없는 지역은 노선버스가 발달되어 있으며 도시간고속버스로 도시로 이동이 가능하므로 숙소등에서 물어봐 주세요.

## 투어버스 순례

여행사가 일정과 식사, 숙박 등 여정의 모든 것을 설정하여 줍니다. 토시우치(한번에 돌기), 구기리우치(나눠서 돌기)등 여러 상품이 있습니다. 센다츠(先達)라고 불리우는 가이드가 자세하게 설명하여 주기 때문에 효율적으로 순례에 대한 지식이 깊어지고 도보 순례보다 경(経)이 상달합니다. 외국어에 대응한 투어는 없고, 여행사도 일본인



이외의 참가를 상정하지는 않기 때문에 일본어의 지식이 필요합니다.

전주(全周)플랜으로 비용은 ¥210,000–¥250,000, 소요일수는 9-12 日.

Ex) <http://www.tokubus-kanko.co.jp/tour/ohenro.php?type=0&limit=0>

[http://travel.iyotetsu.co.jp/tour/tourList.php?s\\_list\\_4](http://travel.iyotetsu.co.jp/tour/tourList.php?s_list_4)

<https://www.anabukitravel.jp/hanahenro/>

## 자동차 순례

자가용 차나 렌터카를 이용합니다. 다리가 불편한 사람에게는 유효. 계절을 선택하지 않고 실행할 수 있고 큰 짐이 있어도 괜찮습니다. 그리고 찰소 부근에 숙소가 없어도 단시간에 숙소가 많은 도시까지 이동이 가능하고 자유롭게 계획을 세울 수 있습니다. 단지, 일본의 교통법규를 인식할 필요가 있으며 교통사고는 여행 계획을 크게 바꾸어 버리므로 충분히 주의하여야 합니다.

렌트회사에서 다언어(多言語) 대응의 내비게이션을 이용할 수 있을지도 모릅니다. 소요일수는 약 10 일



## 바이크 순례

자동차 순례자와 마찬가지로 자유도는 있지만, 짐의 보관 측면에서는 자전거 순례와 다를 바 없습니다. 산 위에 있는 찰소로 향하는 길은 포장되어 있어도 가늘고 긴 꼬불꼬불한 산길이 이어지므로 주의하세요.

## 소형버스·택시 순례

마음이 맞는 사람끼리 몇명의 그룹으로 소형 버스나 택시를 전세로 임대합니다. 주로 노인과 걷지 못하는 분, 7-8 명의 그룹으로 각자 비용을 나눠서 부담할 수 있는 분들이 이용합니다.

운전수가 센다츠(先達)인 택시 회사도 있는 프라이빗 투어를 즐길 수 있습니다. 운전수는 전속 되므로 인건비와 숙박비를 부담할 필요가 있습니다.

찰소 중에는 주차장에서 본당까지 꽤 거리가 있어 투어 버스라면 긴 계단을 걸어야 하는 찰소도 업무용 차량의 혜택으로 본당 바로 앞까지 접근할 수 있습니다.

운영 회사마다 상품이 있습니다만 인원은 2명부터, 비용은 50 만엔부터, 일수는 8 일간 부터.

## 7. 비용과 ATM

도보순례 필요경비(어림셈) : 숙박비 · 식비 · 찰소납경 · 그 외

### 숙박비

선근숙 (善根宿 젠콘야도) (식사불포함)	0-4,000 엔
민박 (2 식포함)	5,500-7,500 엔
여관 (2 식포함)	5,500-20,000 엔
비즈니스 호텔 (식사불포함)	3,000-8,000 엔
호텔(식사불포함)	6,500-40,000 엔
숙방 (宿坊 슈쿠보) (2 식포함)	6,000-8,500 엔

### 식비

조식 : 300 엔부터

식당이나 카페에는 모닝 서비스라 부르는 저가의 세트 메뉴가 있습니다.

중식 : 350 엔부터

식당이나 카페에는 토일이외에 런치 서비스라 부르는 저가의 세트 메뉴가 있습니다.

### 찰소 (札所)

새전 (賽錢) (본당과 대사당)	비용은 임의 (10-100 엔)
납경장	300 엔
백의주인 (白衣朱印)	200 엔
납경족자	500 엔

### 그 외

통신관련비용 · 스낵 · 음료수 · 위생품 · 상비약 · 전철요금 · 버스요금

### 총비용

도보순례에서 토시우치(한번에 전주(全周)하는 것)를 하면 경비는 약 40 만엔(1 일당 1 만엔 이내). 같은 방법을 자전거로 하는 경우는 약 20 만엔. 그리고 자동차의 경우는 약 15 만엔-(렌탈비는 별도로 필요하고 그 요금은 자종에 따라 다르지만 7 만엔~13 만엔 정도 임)

- 1) 경비는 개인차가 있어 숙박비와 식사비 등의 필요 경비만 포함되어 있고 관광상품 구입등은 포함되어 있지 않다.
- 2) 시코쿠까지 접근에 필요한 비용은 포함되어 있지 않다.
- 3) 의류랑 신발등의 장비는 별도로 4 만~5 만엔 정도의 비용이 든다.

### ATM

토시우치(한번에 전주(全周)하는 것)는 1 개월 이상의 여정이 되기 때문에 휴대 현금은 도난, 분실의 리스크를 줄이기 위하여 현금 휴대의 양을 줄여야만 합니다. 그래서

필요경비는 순례도중에 보충합니다.

일본 국외에서 발행된 신용 카드로 지불할 수 있는 숙박 시설, 레스토랑, 슈퍼 마켓, 편의점 등이 대부분이지만 개인 경영의 민박이나 상점에서는 이용할 수 없는 경우가 다반사이므로 가장 확실한 수단인 현금이 필요합니다. 시코쿠내에서 일본 국외에서 발행된 신용카드나 현금 인출카드로 일본엔을 출금하는 방법으로는 아래의 2 방법으로 한정되어 있습니다.

## 1) 우체국의 International ATM Service

우체국 ATM은 길가에 많이 있기 때문에 아주 효과적입니다.

수수료와 취급의 여부 등 자세한 사항은 카드 발행 금융 기관에 문의하세요.

[http://www.jp-bank.japanpost.jp/en/ias/en\\_ias\\_index.html](http://www.jp-bank.japanpost.jp/en/ias/en_ias_index.html)

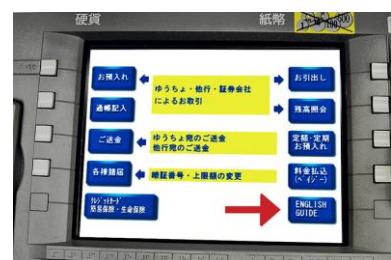
취급 가능한 신용카드 발행회사

VISA, VISA ELECTRON, PLUS, Master Card, Maestro, Cirrus, American Express, Diners Club, JCB, China Unionpay and DISCOVER (2016년 11월)

조작 화면은 영어로 대응되며 표시대로 조작하면 쉽게 엔화를 출금할 수 있습니다. 취급 시간은 설치 장소마다 개별적으로 설정되어 있지만 평일 8:45am-5:30pm과 토요일 9:00am-0:30pm은 공통적으로 열려 있습니다. 그리고 마을의 중심부에 위치한 점포에서는 일요일, 공휴일에도 9:00am-2:00pm는 이용이 가능합니다. 일본에서는 연간 16일 죽일이 있고 특히 1/1부터 1/3과 4/29에서 5/5의 기간은 일요일, 공휴일의 연속이므로 주의해야 합니다.



우체국의



우체국의 ATM

## 2) 편의점 (세븐일레븐) ATM

토, 일, 휴일을 불문하고 24시간 가동되고 있습니다. 수수료 등 세부 사항은 각 카드사마다 다릅니다.

<http://www.sevenbank.co.jp/intlcard/index3.html>

취급 가능한 신용카드 발행회사

VISA, PLUS, Master Card, Maestro, Cirrus, American Express, JCB, China Unionpay, DISCOVER and Diners Club, (2016년 11월)

ATM의 조작 화면은 영어, 한국어, 중국어, 포르투갈어 4개 언어로 대응하고 있습니다.



세븐일레븐 ATM

점포 수는 2016년 7 현재 시코쿠 내 약 300 개로 현재 점포수가 증가하는 경향에 있습니다.

### 여행자 수표

시코쿠에서는 도시부에 있는 이하의 14 개의 우체국에서 American Express 의 TC(US\$, Can\$, Aus\$, 영국 £, 중국 위안, 한국 원)를 엔화로 환전할 수 있습니다.

도쿠시마 츄오 · 나루토 · 고마츠시마 · 아키 · 고치 츄오 · 고치 히가시 ·  
마츠야마 츄오 · 이마바리 · 니하마 · 간온지 · 마루가메 · 사카이데 · 다카마츠  
츄오 · 다카마츠 미나미

(2016년 5월 2일 서비스 종료)

그 외 우체국에서는 항공 우편을 ¥92 부터 보낼 수 있고, 그 외 국제 소포도 취급하고 있습니다.

### 시코쿠내 환전가능시설

상기의 우체국에서는 외국 지폐를 엔화로 환전하는 것도 가능합니다. (통화는 TC 와 같음).

마츠야마 공항에서는 국제선이 도착한 후 2시간만 지폐만 한정 ·

클레멘트 타카마츠의 숙박자(어느쪽이나 통화의 종류는 많지 않다). 은행은 계좌가 없으면 대응해 주지 않습니다.

## 8. 보행 · 공정입안 조언

### 식사, 쇼핑

시가지에서는 레스토랑 · 카페 · 편의점도 다수 있지만, 도시에서 떨어진 곳에서는 그 수는 적어집니다. 하지만 품질의 리스크는 없습니다. 그 외 지역 한정의 명물 요리가 있어서 현지의 사람에게 물어보면 좋을 것입니다.

수돗물은 바로 마셔도 전혀 문제 없지만 유일하게 화장실 물은 정수가 아닌 경우가 있습니다. 음료는 길가의 자동 판매기에서도 살 수 있으며 1000 엔 지폐까지만 사용할 수 있습니다.

수행의 몸인 순례자이지만 음주나 흡연은 자기 판단이며 특별히 강제하는 규칙은 없습니다.

편의점	연중 무휴로 장시간의 영업을 하고 여러 종류의 상품을 취급하는 소매점. (음식 · 음료 · 과자 · 위생 용품 · 세제 세면 용품 · 속옷 · 화장품 · 살충제 · 건전지 · 문구 · 신문 · 잡지 등)
슈퍼 마켓	편의점보다 규모가 크고 할인이 있습니다. 정기 휴일이 있고 영업 시간은 편의점보다 짧습니다.
드러그스토어	약 · 위생 용품 외에 경식(軽食)도 판매합니다. 할인이 있습니다.

### 화장실

도시에서 떨어진 곳에서는 도보 순례자에게 있어서는 특히 중요한 사항입니다. 각 촬소 외, 철도의 역 · 편의점 · 슈퍼 마켓 · 시청 · 동사무소 · 카페 · 레스토랑 · 공원 등에서 일찌감치 대응합시다. 어쩔 수 없는 경우는 현지 사람들에게 상담합시다. 철도 역의 화장실은 역 안에 있는 것도 있지만 역무원에 의뢰하면 쾌히 출입시켜 줍니다.

당연하지만 공중 화장실에는 반드시 청소를 하거나 관리하는 사람이 있으므로 감사의 마음을 가집시다. 또 개인 관리의 화장실을 사용한 때는 감사와 예의 증거로서 동전을 준비하는 것도 좋습니다. (화장실에는 우스사마묘오(우스사마 명왕: 불길에서 맑은 곳으로 바꿈)를 모시고 있는 곳이 많습니다.

Shikoku Japan 88 Route Guide에는 제가 현지조사에 의하여 확인한 화장실을 게재하고 있지만, 그 중에는 사용하는 것이 망설여질 정도로 깨끗하지 않은 화장실도 있습니다.

### 숙소

하루의 행정은 당연하지만 아침에 숙소를 출발하여 저녁에는 다음 숙소에 도착하는 것입니다. 매일 이것이 반복 됩니다. 하루의 행정 계획을 세우는 것은 숙소로부터 다음의 숙소까지의 거리가 중요한 요소입니다. 그렇기 때문에 저녁까지 걸어 자신이 도달할 만한 곳에 숙소가 없는 경우는 좀 더 앞쪽의 숙소에 머물게 됩니다.

저녁에 숙소에 도착하면 우선 금강장(金剛杖)이나 의류를 세탁한 후 목욕 그리고 식사의 순서가 됩니다. 다음 날 준비도 잊어서는 안 됩니다. 식사는 대개 식당에서 다른 순례자와 함께 먹는데 거기는 같은 길을 같은 날 걸어온 순례자끼리이므로 그때까지 견문한 것의 정보 교환 등으로 이야기가 탄력받어 즐겁고 알찬 시간이 됩니다.

## 세탁

숙소에서는 세탁이 가능합니다. 유료의 경우와, 절대로 도착했을 때 무조건 세탁이 있는지 물어봐 주는 숙소도 많이 있습니다. 대개 다음날 아침 출발까지는 마르지만 습도가 높은 밤 등은 마르지 않을 수도 있습니다. 건조기가 있으면 쓸 수 있지만 마를 때까지 깨돈이 듭니다. 이런 때를 위해서도 휴대형 드라이어를 들고 다니면 젖은 신발 등도 말릴 수 있어 여려모로 편리합니다.

배낭 여행자는 동전식 세탁기를 사용하게 됩니다. 배낭 여행자라도 만난 사람에게 불쾌감을 주는 복장은 바람직하지 않습니다.

또한 동전식 세탁기는 조작 설명이 일본어로 담요 등 대물용이 많습니다. (약 ₩400- ₩1000/30분-60분)

다른 대책으로서 소취제를 옷이나 장비에 사용하는 것도 효과가 있습니다.

## 물어가며 걷기

사람에게 물어보면서 자신의 지식과 경험을 보충할 수 있습니다. 더 나아가서는 그것이 자기자신의 가치 판단에 영향을 주기도 하고 바꿔말하면 수행이 됩니다. 사람과의 만남은 순례 여행의 중요한 독자성이라고 할 수 있습니다.

## 물집 대책

사람마다 개인차가 있지만 신발과 발의 마찰로 생기는 물집은 순례자에게 있어서 대명제입니다. 물집의 고통을 참지못해 순례를 단념하였다는 보고도 들었습니다.

대책에 결정적인 것은 없지만 기본적인 것으로,

- 자신의 발에 꼭 맞는 신발을 신중하게 선택하여 충분히 시험삼아 신어봅니다. (새신발을 욕실에서 신으면 자신의 발에 꼭 맞추기 쉽습니다.)
- 밑창이 뻣뻣하면 아스팔트에서 발이 피곤해지기 쉬우므로 신발 안창을 부드러운 것으로 교체합니다. 이 경우 신발은 0.5cm 정도 큰 것을 선택합니다.
- 마찰 방지를 위한 테이핑 테이프 · 반창고 · 물집 방지 크림 등으로 자신에게 맞는 것을 선택.
- 굳은살이 물집의 원인이 되기 때문에 속돌등으로 손질하여 피부를 부드러운 상태로 유지합니다.
- 발가락 양말은 유효하지만 신발과 발모양이 꼭 맞는 것이 전제.
- 오전 중에는 두꺼운 양말, 오후에는 얇은 양말로 갈아신는 것도 한번쯤 생각해 볼 필요가 있습니다.
- 발에 위화감을 느끼면 방지하지 말고 바로 물을 빼고 테이프를 붙이거나 대책을 취합니다.

필자는 바닥이 부드러운 고어텍스성의 트레일 러닝 슈즈(로우 컷)에 sorbo 의 깔창(이것으로 한쪽 400g) 그리고 맨발의 엄지 발가락과 무지구 그리고 새끼 발가락에 반창고, 그 위에 아치 유지를 위하여 발바닥을 들어 올리도록 늘어나지 않는 타입의 테이핑 테이프를 감고 걷습니다.

## 셀프케어

숙소에서는 다음날을 위하여 피로 회복에 노력합니다. 목욕 후에 자신의 위크 포인트에 스트레칭은 유효. 스트레칭은 반동을 주지 않고 같은 부위를 30 초이상 아프지 않을 정도의 세기로 천천히 근육을 풍니다. 취침 시에는 신경쓰이는 부위를 따뜻하게 해주면 혈액 순환이 촉진되어 피로 회복으로 연결됩니다. 또한 아마추어가 근육을 주무르는 것은 오히려 근육을 다치게 하기도 하므로 비비는 정도로 합니다.

이미 통증이 있는 경우는 동상에 걸리지 않을 정도의 아이싱을 한 후 소염 진통제를 바릅니다. 숙소에서 축랭제를 빌릴 수 있을지도 모릅니다. 그래도 통증이 증대하는 경우에는 휴식일을 정하는 것도 생각합시다.

## 시코쿠의 길

시코쿠의 길은 시코쿠를 한바퀴 도는 워킹 루트입니다.

- 1) 자연에 중점을 둔 환경성 루트
  - 2) 역사와 문화에 중점을 둔 국토교통성 루트
- 상기의 2 가지가 있습니다. 순례길은 아니지만 이 루트의 대부분이 순례길과 중복 되어 있습니다.

풍광명미 (風光明媚) 한 장소등이 훌륭하게 연결되어 있어 순례자 이외가 아닌 일반의 히치하이커도 볼 수 있습니다.

다만, 1)은 현의 산림부에서 근근이 단편적으로 유지 관리되고는 있지만, 봉괴 등의 자연 재해로부터 복구되지 않고 방치되어 있는 곳도 있습니다. 2)는 최근 약 15년간은 전혀 관리 되지 않았습니다. 1), 2) 모두 이정표가 썩어 버려서 판별 할 수 없는 것도 있습니다.

## 길의 역 (道の駅 미치노에키)

화장실이나 휴게소는 24 시간 사용할 수 있습니다. 지역의 토산물 등을 전시 판매하고 있는 경우가 많으며, 효과적으로 그 지역을 파악할 수 있습니다. 대부분은 9 am-5 pm 사이는 안내원이 상주하여 여러가지 질문에 대응해 줍니다. 미치노에키의 관리자는 부지 내에서의 노숙을 금지하고 있지만 현실적으로 순례자 사이에서는 차내숙박과 텐트 설치 장소로 인식되어 있습니다.

## 야생동물·전기울타리

순례길에서 조우하는 야생 동물 : 멧돼지 · 사슴 · 원숭이 · 뱀 · 꿩  
동물들과 조우하는 곳은 산길과 중산간 지역입니다. 멧돼지와 조우했을 경우는 냉정하게 거리를 두고 모른 척하고 지나가게 내버려 둡니다. 또한 연간 1-2 건, 순례자가 손이나 다리를 물려 구급 반송 되어지는 경우가 있습니다. 야생 동물에 대하여 공통으로 말 할 수 있는 것은, 아무쪼록 음식을 주지 않는 것과 조우했을 때 상대방이 달아난다는 것입니다.



길의 역 도표



길의 역

어쨌든 상대도 같은 자연계의 생물이기 때문에 조우했을 때에 「안녕하세요」라고 인사할 정도의 마음의 여유가 있으면 좋겠습니다. 또한 순례길가의 논밭에는 야생 동물 방지의 펜스와 네트를 볼 수 있지만 주요 순례길 이외의 경로에서는 드물게 게이트로 길을 차단하고 있습니다. 그 경우 인간은 통과하여도 상관 없으니 게이트를 닫고 통과하세요.

또, 중산간 지역의 논밭에서는 야생 생물 대책으로 전기 울타리를 설치하고 있는 곳이 있습니다. 전기

울타리는 인간이 접해도 영향이 없는 레벨의 전류이지만 만져가지고 좋은 일은 없습니다.

뱀에 대해서는 드물게 「살모사」라는 독사가 있습니다. 살모사는 다른 뱀과 비교하여 굵고 짧은 머리가 삼각형을 하고 있고 조우해도 달아나지 않습니다. 이쪽에서 상대하지 않는 한 공격해 오지는 않지만, 풀숲에 손을 찔러 넣었더니 우연히 거기에 숨어 있던 살모사에게 물린 일이 있습니다. 저는 년에 1-2 차례 조우하는 살모사 대책으로서 4 월부터 10 월은 고어텍스의 스파츠(몸에 꼭 끼는 타이츠)로 무릎밑을 커버합니다. 살모사한테 물린 경우, 죽음에 이르는 경우는 1%도 안되지만 안정을 취하고 즉시 구급차를 부르지 않으면 안 됩니다. 큰 소리를 내서 주위 사람에게 도움을 청하는 것이 이상적입니다.

### 산길, 젖은 내리막 길

경사가 높은 곳과 암릉대는 시속 1km 정도의 보행 속도가 되는 곳도 있습니다. 특히 젖은 내리막 길의 해당 장소와 급경사 콘크리트와 아스팔트 구간은 미끄러지기 쉬워 엉덩방아를 찔거나 부상 당하기도 합니다. 미끄럼 방지를 신발 밑에 장착하거나 가장 간편한 대책으로서는 신발에 로프를 감으면 효과적입니다.

동트기 전이나 일몰이 지난 산길을 혼자서 걷는 것은 눈앞이 캄캄하여 위험도가 증대되므로 해드 램프를 장착하여 세심한 주의를 하며 걷습니다.

### 로스트

길을 헤맬 때는 주저 없이 제자리로 돌아갑니다. 길을 헤맨 채 계속 가면 큰 사고가 되기도 합니다.

권두의 종단도의 기본 경로라면 이정표가 잘되어 있으므로 길을 잃을 걱정은 없습니다. 한편 기본 경로를 벗어나면 이정표가 전혀 없는 구간도 있으므로 나침반과 GPS 수신기 등의 장비를 준비하는 것이 좋습니다.

### 왕복 구간

같은 길을 왕복하는 구간이 있습니다. (특별(別格) 1 · 10 · 특별 3 · 27 · 35 · 36 · 38 · 특별 7 · 44 · 45 · 60 · 특별 20) 이 경우, 산기슭의 여관이나 상점



펜스



등에서 상담하면 짐을 맡아 주어, 가벼운 복장으로 왕복할 수 있습니다. 짐을 맡아 주신 분에게 원가 감사의 뜻을 나타낼 수 있으면 이상적입니다.

### **택배 활용**

일본 입국 때에는 순례에 관한 짐 외에도 많은 짐을 가지고 들어오는 사람도 계십니다. 그 짐들을 가지고 다니는 것은 현실적이지 않습니다.

대책으로는 1) 출발했던 숙소에 짐을 맡기고 훗날 다시 그 숙소에 묵고 짐을 받습니다. 2) 택배로 4-5 일 전에, 묵을 숙소로 짐을 보내고, 이것을 반복하는 방법등이 있습니다. 택배는 저녁 시간대에 집하되며 시코쿠내 라면 다음날 오전 중에 목적지에 배달됩니다. 또한 택배 송장은 숙소에 ask 하세요. (여행 가방 1 개에 1000 yen 정도)

### **컨디션 관리 · 병원**

도중 (道中)에서 몸 상태가 안 좋거나 교통 사고 등으로 인하여 병원에 갈 경우가 있기 때문에 출발 전에 꼭 여행 보험에 들도록 합시다. 그럴 경우에도 일시적으로 의료비를 자기가 부담할 가능성을 염두에 두어야 합니다.

건강이 기본이기 때문에 컨디션 관리에 충분히 주의하고 트러블이 있을 시 가벼운 증상 중에 케어 하는 것이 중요합니다. 관리용품은 길가의 드럭스토어에서 구입할 수 있습니다.

## 9. 숙박

### 개설

민박 · 여관 · 숙방(슈쿠보) 이외는 신용 카드를 사용 할 수 있는 곳이 많습니다.

순례길에서 떨어진 여관이나 민박집의 경우, 상담하면 자동차로 픽업해 주는 곳도 있습니다. 공동 목욕탕의 경우는 다른 투숙객을 고려하여 몸이 지저분한 경우는 욕조에 몸을 담그기 전에 몸을 씻는 것과 수건을 욕조에 담그지 않는 것이 예의입니다.

여관이나 민박집의 아침 식사는 여름에는 6:00am 부터, 겨울에는 7:00am 부터, 그리고 저녁 식사는 6:30pm 부터인 곳이 많습니다.

민박, 여관에서의 식사는 저녁, 아침 식사 모두 밥과 생선을 중심으로 절임이나 된장 국이 포함되는 일식입니다. 채식주의자나 빵을 좋아하는 사람이나 생선을 좋아하지 않는 사람은 예약시에 그 것을 설명하면 특별히 대응하여 줄지도 모릅니다. 더욱 아침 식사는 일본은 관습적으로 밥에 날계란과 간장을 뿌려서 그대로 먹는 스타일(날달걀밥)이 많지만 부탁하면 계란을 구워줍니다. 일본의 날계란은 신선하고 살균되어 있으므로 생식할 수 있습니다. 같은 별상에서 스키야기는 푼 날계란에 담가서 먹곤 합니다.

참고 : 순례는 해양 신앙을 기원으로 하는 사고방식도 있는 듯 하지만 시코쿠의 해안을 고리 모양에 도는 루트이므로 민박, 여관의 식사는 생선 등의 해산물이 중심이 됩니다.

숙방이나 가족 경영의 소규모 숙소는 6:30pm 경부터 저녁식사가 시작되는 곳이 많아서 5시경에는 숙소에 도착하여야 합니다.

숙방에 절의 실무, 또 소규모 숙소에서는 그들 본래의 생활이 있어 숙박 손님이라 해도 숙소에 대한 배려를 부탁합니다.

어디보다도 일본어 외의 언어가 통하지 않는 민박조차도 요즘 외국인 순례자가 늘고 있어 목욕과 화장실 · 세탁 · 식사 등에 관하여 어떻게든 커뮤니케이션을 풀어 줍니다.

### 예약

각 사원 주위에 민박 · 비즈니스 호텔 안내 간판(일본어)이 있는 사찰도 많지만 식사 준비도 있기 때문에 늦어도 당일 정오가 조금 지났을 무렵에는 가이드 북 등으로 예약하여야 합니다. 특히 개인 경영의 여관이나 민박집은 아침 · 점심 · 저녁 이외의 시간대는 가족이 장을 보러 나가거나 하여 전화를 안받을 경우도 있습니다. 순례가 적합한 시기에는 순례자 수도 부쩍 늘어납니다. 특히 주말이나 공휴일 전날,



민박



민박의 저녁식사

그리고 축제와 스포츠 대회 등 지역 행사가 개최되면 부근의 숙소가 전부 만실이 되는 경우도 있습니다. 이러한 경우의 대책으로서 이하의 방법이 있습니다.

- 1) 동숙을 할 수 있을지 묻는다.
- 2) 2~3 일 전에 예약한다.
- 3) 빈 방이 있는 지역까지 전철이나 버스로 왕복한다.

#### 예약의 조언

- 1) 민박이나 소규모 여관은 영어가 통하지 않는 곳도 있으므로, 권말의 프레이즈집을 참고하세요. 그 외 숙박 시설은 영어로도 대체로 어떻게든 예약이 가능합니다.
- 2) 다음날 숙소를 그날의 숙소의 담당자에게 전화 예약 대행을 부탁합니다.
- 3) 일본 내에서 통화 기능을 사용할 수 없는 모바일을 가진 외국인 순례자의 경우는 도중에서 만난 일본인 순례자에게 부탁하여 자신 대신에 그 사람의 휴대 전화로 전화 예약의 도움을 받는 외국인 순례자도 있습니다.

숙소에서는 식사와 목욕 준비를 하고 기다리고 있으므로 사고등으로 부득이 취소하는 경우는 바로 전화로 전달할 것. 이 경우 취소 요금이 발생 할지도 모르고, 면제될지 모르지만 연락 없이 도착하지 않는 것은 논외입니다.

현실적으로 휴대 전화를 가지고 있지 않거나 또는 일본어로 취소사실을 전달하는 것이 서투른 외국인 순례자는 예약했음에도 불구하고 저녁 숙소에 도착하지 않는 사례가 자주 있습니다. 예를 들어 투숙객이 여려명의 경우에는, 준비한 식사가 헛되이 되어 숙소에게 큰 폐가 됩니다. 반대로 예약 없이 숙소를 방문하는 것도 숙소에 폐를 끼치는 것이기 때문에 피하여야 합니다.

그리고 숙소에 도착이 많이 늦어지는 경우에도, 몇시쯤 숙소에 도착할 것인지 반드시 연락해 주세요. 숙소의 사람은 당신의 도착을 기다리고 있습니다. 당신이 예고된 시간에 도착하지 않으면 어디서 사고가 난 것은 아닌지 경찰에 상의해야 되는 것은 아닌지 불필요한 마음 고생을 끼치게 됩니다.

#### 숙소의 종류

숙소의 종류는 1)민박 · 2)여관 · 3)비즈니스 호텔 · 4)호텔 · 5)숙방(슈쿠보)로 크게 나누어지는데 민박과 여관, 비즈니스 호텔과 호텔의 구별은 명확하지 않습니다. 민박의 일부를 제외하고, 목욕용 수건 · 헤어 드라이기 · 유카타(실내복) · 일회용 칫솔과 면도기 · 차가 준비되어 있습니다.



슈쿠보 (6 번 안라쿠지)

호텔	서구 스타일의 전형적인 호텔. 식사 없음, 침대·개별 욕실.
비즈니스 호텔	방·로비 등 전체적으로 소규모로 호텔보다 저렴합니다. 식사 없음, 침대·개별 욕실.

여관	민박보다 서비스나 설비가 충실한 일본식 숙박 시설. 숙소의 메인 타깃이 순례자나 일반 관광객으로 가격대가 크게 2 가지로 나뉩니다. 순례자가 주요 고객층인 소규모 여관의 가격대와 서비스는 민박집과 같습니다. 석식, 조식 포함, 이불·공동 목욕탕.	
민박	주로 가족 경영의 소규모 일본식 숙소로 각 찰소 부근에 많습니다. 가족 경영이어서 숙소 측에도 관훈상제, 연중 행사 때문에 부정기적으로 휴업하는 일이 있습니다. 석식, 조식 포함, 이불·공동 목욕탕.	
슈쿠보 (宿坊 숙방)	절이 경영하는 숙박 시설로 주로 단체 순례자용이지만, 자리가 있으면 개인이라도 OK. 석식후나 이른아침에 「근행(오츠도메)」이라고 불리우는 독경에 참여하거나 주지의 「법화」를 들을 수 있기도 합니다(참가는 임의) 그 외, 절의 불상과 장식품을 가까이에서 감상할 수 있습니다. 2 식 포함, 공동 목욕탕, 연말 연시는 휴일.	 <p>근행(오츠도메) 75 번 젠츠지</p>

### 츠야도(通夜堂)

몇군데의 찰소에서는 츠야도라고 칭하여 무료로 숙박 공간을 제공하고 있습니다. 숙박 공간 이외, 이불 등의 장비는 없다고 생각하세요.

도보 순례자에게 경의를 표하여 제가 할 수 있는 조언은 츠야도 여부에 대한 정보는 순례 여행 도중에 만나는 다른 순례자에서 정보를 입수하거나 저녁 시간대에 직접 찰소에 물어보세요. 그리고 찰소에서 저녁 4 시가 지난 시간대에 납경소에 사용하여도 좋은지를 협상하세요. 츠야도은 오로지 잠을 자기 위한 공간으로, 화기 엄금이므로 식량은 미리 스스로 조달하세요.



츠야도

### 젠콘야도 (선근숙 善根宿)

지역 사람의 선의에 의한 무료 또는 저가로 순례자를 위하여 제공되는 젠콘야도가 있습니다. 현지의 찰소와 츠야도와 같이 다른 순례자 등에게 물어보세요. 대부분의 젠콘야도는 예약을 못하지만 예약이 필요한 숙소는 Shikoku Japan 88 Route Guide 에 게재되어 있습니다. 물론 깨끗하게 쓰지 않으면 안 됩니다.



젠콘야도

## 츠야도과 젠콘야도에 대하여 필자의 한마디

저는 약 20 개의 절에서 츠야도를 확인하고 있지만, 굳이 그 절의 이름을 공표하는 것을 삼가합니다. 왜냐하면 찰소자신이 츠야도에서의 숙박을 환영하지 않기 때문입니다.

환영하지 않는 이유는 법률상 숙박 시설이 아니라는 점, 그리고 방범상 문제가 있는 것, 만일의 화재 위험성이 있다라는 점등이 있습니다. 본래 츠야도라는 것은 불사를 행하기 위하여 경내에 설치된 당입니다. 사망자의 애도 등을 위하여 밤새 근행을 하는 것을 「츠야(通夜)」라고 합니다. 가끔 시코쿠에서 금전적으로 어려운 순례자에게 제공되는 것에 불과합니다.

이것이 요즘, 인터넷이 갖추어 짐에 따라 정보가 확산되어 「공짜로 묵을 수 있는 편리한 시설」 등과 같이 자기 중심적인 잘못된 해석이 자주 들려 옵니다.

젠콘야고에도 츠야도와 유사한 운영상의 사정이 있습니다.

주인은 정말 사람 좋은 사람이거나 마음이 깨끗한 사람이기 때문에 선행을 하고 싶다는 마음에 순례자를 대접 하려고 없는 사재를 털어 숙소를 개설하고 있습니다. 일면식도 없는 사람이 매일 교대로 머물기 때문에 이웃 중에는 좋지 않게 생각하는 사람도 있습니다. 그럼에도 불구하고 일부의 뻔뻔스러운 순례자는 「거기는 전기도 수도도 없고 이불이 더럽다」 등의 본말전도된 불평을 하는 사람이 있습니다.

당신은 매너를 지키고 있나요? 관리자에게 감사의 마음을 표현하고 있습니까? 젠콘야도의 신세를 진 순례자는 탁발의 정신으로, 관리자와 그 가족의 행복을 기도하여야 하는 것입니다.

이렇게 츠야도와 젠콘야도는 내일 당장 폐쇄될지도 모르는 아주 미묘한 것입니다. 이 남을 배려하는 눈을 날정도로 멋진 시코쿠 순례 문화를 미래까지 계속 이어가고 싶기 때문에, 순례자가 몰려 오는 것을 원하지 않아 공표를 삼가합니다.

## 노숙

법률에서는 야영장 밖에서의 노숙은 인정되지 않습니다. 다만, 현 상황에서 노숙에 적당한 곳에서 노숙하는 순례자도 적지 않게 있습니다. 바람직한 장소로는(야영하기 쉬운 순)야영장 · 순례자용 정자 · 미치노 애키(길의 역) · 모래사장 · 하천 부지 · 공원 · 절과 신사의 주차장 · 지붕 있는 버스 정류장 등의 시설이 있지만 관리자나 근처 사람을 찾어 허가를 얻어야 합니다(애키노 미치는 간선 도로에 접하고 있으므로 한밤중이라도 주변이 시끄럽습니다). 상대가 싫어하는 표정을 하면 순순히 포기하세요. 지역 주민들에게는 매일 사용하는 것이기 때문에, 후의 순례자를 위하여, 그리고 자신을 위하여, 아무쪼록 쓰레기를 남기거나 시설을 훼손시키거나 큰 소리를 내거나 등의 인근에 폐를 끼치는 행동을 하여서는 안 됩니다. 과거에 현지 분들에게 폐가 되는 바람에 「캠핑 금지」 등의 벽보가 있는 휴게소가 있습니다.

노숙을 하고 싶다면 예를 들어 밤이라면 8 시를 넘어 인근 사람이 나다니지 않는 시각까지 설치를 기다리고, 아침은 6 시까지 눈에 띄지 않는 새벽에 철수하고 출발하는 방법도 있습니다.

노숙에 의한 순례라도 가끔씩은 숙소에 묵고 빨래를 하거나 충분한 잠을 자거나 도구 손질을 하거나 하며 재충전하는 것을 한번 생각해 볼 가치가 있습니다.

노숙의 장비로서 텐트는 가지고 있으면 좋겠습니다. 텐트 없이 sleeping bag 만을 들고 작은 집이나 슈퍼 등의 처마 끝에서 밤 이슬을 피하는 순례자를 볼 수 있지만 그것은 처음부터 타인에게 의지하고 있다라는 것입니다.

중생을 돋기 위하여 자신을 갈고 닦아야 할 순례자의 방침은 고사하고 인간으로서의 자립성에 문제가 있습니다.

최근의 텐트·슬라프자크·매트는 가격이 싸지는 않지만 경량·콤팩트로 고기능의 것이 있어, 많이 사용할 것이면 그렇게 비싼 쇼핑도 아닙니다.



캠핑 금지 등의 벽보

## 10. 여행관련정보

### 국제전화

다양화 되어가는 통신 상황속에서, 약 한달 정도의 체제로, 여행자에게 있어서 저렴하고 간편한 서비스로서 국제전화 카드를 소개합니다. 고정전화, 휴대전화, 공중전화를 불문하고 선불카드를 구입하고 그 매뉴얼에 따르면 전화를 거는 것이 가능합니다. 여러회사에서 요금체계가 다른 카드가 발매 되고 있습니다. 일본국내 공항 또는 편의점의 발권기에서 구입가능한 카드도 있습니다.

### 국내전화

순례 여행중에는 다음 숙소를 예약하기 위하여 또 숙소에 도착하는 시간을 도중(道中)에 연락하기 위하여 국내전화를 많이 사용합니다.

안타깝게도 휴대전화의 보급에 의해 공중전화를 찾기가 점점 어려워지고 있습니다.

반드시 공중전화가 설치되어 있는 장소로는 시청·야쿠바(役場)·역·미치노에키((道の駅)-국도 휴게소)입니다. 이하의 사이트에서도 열람 가능합니다.

<http://www.ntt-west.co.jp/ptd/map/> (일본어 사이트)

공중전화는 10 엔, 100 엔 동전과 텔레폰 카드를 사용할 수 있습니다. (10 엔 동전을 사용하는 것을 추천)

텔레폰 카드는 편의점(일부 점포를 제외)에서 입수 가능합니다. 또한 공중전화에는 경찰(110), 소방과 구급(119)에 무료로 연결하는 기능이 있습니다. 전화교환원은 일본사람이기 때문에 주위의 일본사람에게 부탁하여 전화를 하면 좋을 것 같습니다. 민박에서는 부탁을 하면 고정전화를 빌려 줄지도 모릅니다.

### 무료공중 wi-fi

현재진행형으로 무료공중 wifi 가 급속도로 정비 되고 있습니다. 호텔·비즈니스 호텔·카페·편의점·공공시설등, 민박·슈쿠보 이외의 숙박시설에는 거의 Free wi-fi에 접속 가능합니다.

#### 대표적인 무료 서비스

- 프리스팟: [http://www.freesspot.com/users/map\\_e.html](http://www.freesspot.com/users/map_e.html)
- 세븐일레븐: <http://7spot-info.jp/guidebook/helpful/connect.php?lang=en>
- 훼미리마트: <http://www.family.co.jp/services/famimawi-fi/> (일본어 사이트)
- 로손: <http://www.lawson.co.jp/service/others/in/lang/kr.html>

#### 그 외 (로그인 필요)

- 도쿠시마 wifi: <http://tokushima-wifi.jp>
- 에히메 Free wifi: <http://www.ehime-wifi.jp/ko/>
- 가가와 wifi: <http://www.my-kagawa.jp/wifi?lang=ko>

각각의 web site에서 통신 가능 위치를 검색할 수 있습니다.

공유 PC 를 로비에 설치하거나 LAN 케이블을 각 방에 빌려 주는 숙박 시설도 있습니다. 그 밖에 공항에서 Wifi 라우터나 휴대 전화를 렌탈할 수 있습니다.

### 선불·렌탈 SIM 카드

나리타, 하네다, 주부, 간사이의 각 공항에서 구입 가능하고 그 외 SIM 카드 자판기도 있기 때문에 공항 인포메이션에서 상세한 내용을 질문하면 됩니다. 또 도쿄 · 오사카등 대도시의 가전양판점에서도 판매하고 있습니다.

### 렌탈 wi-fi 라우터

방법은 2 가지

- 1) 일본입국전에 일본국내의 wi-fi 라우터를 예약하고 일본공항도착시에 받는다.
- 2) 나리타, 하네다, 주부, 간사이의 각 공항에 대여점포가 있음. (1)에 비하여 비쌈

### 현지 안내

순례길임을 나타내는 영어표기의 이정표가 길가 곳곳에 게시되어 있습니다. (산길에는 없음) 볼런티어 그룹에 의한 일본어 도표는 많지만, 그것들은 화살표나 손가락표시등 방향을 나타내는 것이 많으므로 충분히 참고가 됩니다.



여러가지이정표

안

### 전성·분실물

일본 국내는 비교적 안전하게 도보 여행을 할 수 있는 지역입니다. 젊은 여성 혼자 여행하는 순례자도 있으므로 그 말이 상상가능하리라 여겨집니다.

순례 여행에서는 보통의 도보여행보다도 길에서 짐을 풀 일이 많으므로 물건을 잃어버리지 않도록 충분히 주의 하여야 합니다.

아침에 숙소를 떠날 때, 찰소에서 납경을 마치고 가방을 다시 정비할 때, 점심과 휴식시 짐을 풀었을 때등의 경우에는 두번 세번 보고 확인하는 것을 잊지 않도록 하고, 현금과 카드류를 따로 보관하는 등 리스크 분산 방안도 함께 고려하여야 합니다.

실제, 찰소와 여관에는 분실물이 많이 남아 있습니다. (금강장·지갑·스마트 폰·가이드 맵 등)

지갑과 스마트 폰을 떨어뜨려도 누군가가 경찰에 신고하여 물건이 되돌아 오는 것이 드물지 않은 일이므로, 귀중품이나 배낭에는 자신의 이름과 연락처를 나타내는 스티커 등을 붙여야 합니다.

치안이 좋은걸로는 세계에서 으뜸가는 일본사회이고 남의 짐을 자기 것과 바꿔치기하여 훔쳐 가는 위험성은 다른 여러나라와 비교하면 굉장히 적습니다. 다만, 자연재해나 교통사고를 당하거나 범죄에 말려들 위험성도 제로는 아닙니다. 또 몸이 아플 우려도 있습니다.

최후에는 자기 책임의 원칙으로 행동하는 것이 중요합니다.

## 그 외

숙소, 식당등에서의 팁은 불필요. 일본에서는 서비스비는 금액에 포함되어 있습니다.

## 11. 순례의 장비

순례 여행에서 복장이나 소지품에 엄격한 규칙은 없습니다. 전통적인 스타일에 거부감이 있는 분은 자신 취향의 스타일이라도 상관 없습니다.

다만 순례자 옷차림을 하고 있으면 「순례자(오හ론상)」으로 인지되고, 수용되어, 길을 알려주며, 따뜻한 인사를 주고 받을 수도 있습니다. 게다가 백의를 입으면 몸이 긴장되고 설레는 기분을 느끼는 것도 사실입니다. 첫째번 찰소 료젠지(靈山寺)에서 모든 것을 준비 할 수 있고, 그 외 각 찰소와 찰소 부근의 불교 용품점에서 파는 곳도 많기 때문에, 필요에 따라서 적당히 준비하는 방법도 있습니다.

최소한의 장비로는 납경장, 금강장(콘고츠에), 백의, 정도입니다.

밀교의 가르침에서 삼밀(三密)이 있으며, 그 중의 신밀(身密)은 「옷차림을 바르게 하고 부처의 시중을 섬긴다. 마음의 혼란은 옷차림에 나타난다.」라는 것처럼 옷 차림도 소홀히 하여서는 안 됩니다. 덧붙여서 그 외 2개는 1)구밀(口密): 경을 입으로 전하는 것으로 부처에 가까워 지는 것. 2)의밀(意密): 의식·마음가짐등 정신적으로 부처에 가까워 지는 것.

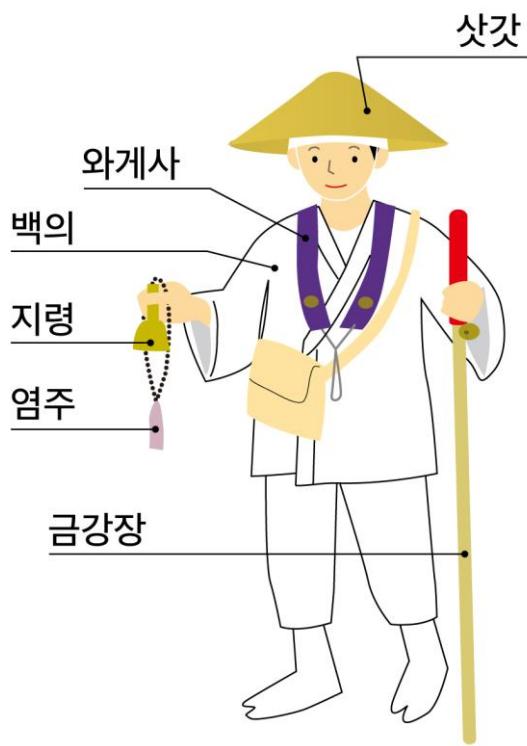
금강장·삿갓(스게가사)·백의는 재생의 여행의 상징인 동시에 수의를 의미합니다. 일본인에게는 결원한 납경장·백의·금강장 등을 육친과 자신의 관에 넣어 「극락 정토로의 몸차림」이라고 하는 사람도 적지 않다.

순례자의 한 사람으로서 장비에는 자신의 이름과 연락처를 쓰는 것을 추천합니다.

### 금강장(金剛杖 콘고츠에)

가격 : 800 엔 부터

순례를 이끄는 「코우보우 대사」의 화신이자 가장 신성한 도구. 이전에는 지쳐 쓰러진 순례자의 묘비 대신에 세웠다고 합니다. 지팡이 재질은 주로 삼나무·그 외에는 노송 나무와 떡갈나무도 있습니다. 최상부의 베어져 들어간 자국은 불탑의 한 형태인 오륜형(불교의 세계관을 나타내는 아래부터 땅·물·불·바람·하늘)이며 각각 범자로 쓰여져 있습니다. 또 오륜형은 밀교에서 가장 높은 지위의 대일 여래를 나타내고, 나아가서는 코우보우 대사에 연결된다고 여겨지고 있습니다. 게다가 오륜형은 공양을 위한 솔도파와 같은 뜻도 있습니다.



그 아래는 「나무대사변조금강 (南無大師遍照金剛)」의 어보호 (御宝号) 와 「동행이인 (同行二人)」이 쓰여져 있습니다. 더욱 사각 기둥의 각 면은 발심·수행·보리·열반의 각 도장을 표합니다. 이처럼 지팡이의 최상부는 신성한 부분이어서 그 의미로 비단으로 싸거나 합니다. 당연하겠지만 본연의 역할로서는 몸을 가누거나 뱀 등으로부터 몸을 지키기 위해서 사용하지만, 그 취급은 코우보우 대사의 화신이므로 소홀히 다루어서는 안 됩니다. 기본적인 취급 방법은 아침, 숙소에서 지팡이에 합장 후 행을 시작하고, 저녁 숙소에 도착하면 흙이 물은 지팡이 끝을 씻고 합창하고 하루의 행을 마칩니다. 그리고 「다리 밑에는 코우보우 대사가 잠들어 있을지도 모른다」라는 전설(22. 토요가 하시 (十夜ヶ橋) 참조)이 있어서 다리를 건널 때에는 지팡이를 짚어선 안됩니다. 오래 걸어 지팡이의 끝이 닳을 경우, 손질에는 칼을 사용하지 않고 돌등에 비벼서 다듬습니다. 등이 취급 규칙으로 되어 있습니다. 대사의 화신인 금강장이지만 납경시에 절에 잊고 두고 오는 순례자가 많습니다. 88 번 오쿠보지(大窪寺)에서는 사용이 끝난 금강장을 봉납할 수 있지만 여행의 벗으로 삼았던 소중한 기념이 되기 때문에 가지고 가는 것을 권장합니다. 의미도 있는 유료(1000 엔)가 되겠습니다.

지팡이는 보행의 도구이자 동시에 정신적 지주이지만, 현실적으로는 순례자 개개인의 사고 방식에 의하여 금강장의 취급은 달라집니다. 고기능의 트레킹 폴을 쓰는 순례자도 있습니다. 선도자(센타츠 先達)의 지팡이는 보다 더 코우보우 대사에 가까운 형태의 원주·주색으로 최상부가 금속제로 소리가 울리는 석장이고, 번뇌(사람의 도리에 어긋나는 마음)을 제거하고 깨달음을 얻는 효과가 있다고 여겨집니다.

### 삿갓 (스게가사 菅笠)

가격 : 1,500 엔 부터

차양이나 비닐 커버가 씌여 있으므로 우비에 최적. 예배 때 불당 안에서나 스님 앞에서도 삿갓을 벗지 않아도 좋습니다 (17 세기의 책에는 벗어야 한다라는 기술 있음). 역사적으로는 순례자가 여행 중 쓰러졌을 때 유해 위에 두고 관을 대신한다는 의미입니다.

삿갓에는 다음의 6 개의 글씨가 쓰여져 있습니다.

「미고삼계성 (迷故三界城)」·「오고시방공 (悟故十方空)」·「본래무동서(本来無東西)」·「하처유남복(何處有南北)」(사구 (四句) 의 깨달음) 과 「동행이인 (同行二人)」· 코우보우 대사를 상징하는 범자.

사구의 깨달음이라는 것은, 정진이나 수행을 거듭하면서 윤회의 세계관을 체득하는, 예를 들어 방향 등의 구별 없이 대자연과 일체화하려는 순례의 교훈인 동시에 결의입니다.



### 미고삼계성 (迷故三界城)

일상 생활에서는 삼계(마음의 성장 단계에서 나누어지는 3 개의 세계[욕심, 쌍, 무])에 사로잡혀 괴로워하며 고민하고 있다. 망설이고 있는 것이야 말로, 자기자신을 잊고 스스로 멋대로 자기 앞에 성벽을 만들어 버린다.

## 오고시방공 (悟故十方空)

정진 수행하는 나를 버리면, 미혹에서 벗어나고 나 자신을 포함하여 우주 전체까지도 구애되는 것이 사라져 마음이 편안하게 된다.

## 본래무동서 (本來無東西)

원래 갓 태어난 아기처럼 자아가 없으면 동, 서쪽도 없고 자신은 우주 속의 한점에 불과하다.

## 하처유남복 (何處有南北)

마찬가지로 남과 북도 없이 사물에 집착하지 않고 구애되는 것을 버리는 것은, 고통과 고민을 없애고, 인생에 넓은 세계가 펼쳐진다. 너그럽게 세상을 건너 간다. 최종적으로 그것은 즉신성불의 세계관입니다.

삿갓을 쓸 때는 범자를 정면으로 하고, 그 외 문자는 방향에 따라 배치되고 있지만 역사적으로 변천이 있습니다. 다만 코우보우 대사를 나타내는 범자는 시코쿠에서 순례가 시작되는 도쿠시마인 동쪽을 의미합니다.

구입시의 끈은 바람에 약한 것도 있고 적당히 자신 취향으로 보강하는 것도 한번 생각해 봅시다. 등에 짊어지는 짐의 부피가 큰 사람은 삿갓과 짐이 달을 수도 있으므로 구입 시 테스트합시다.

횟수를 거듭한 순례자는 코우보우 대사와 같은 스타일의 아지로(網代) 삿갓을 쓰는 순례자도 있습니다.

## 백의 (白衣) 와 오이즈루(笠摺 조끼 모양의 순례복)

가격 : 백의 2,100 엔 부터, 오이즈루 1,700 엔 부터



청정 무구한 모습을 나타내고, 예전에는 어디서 죽어도 상관 없고, 다시 귀가하지 않겠다는 각오의 수의를 의미했습니다. 정식 스타일은 백의 위에 우이즈루를 입습니다. 착용과는 별도로 납경소에서 주인을 받을 백의(判衣)용으로 1 벌을 더 준비하는 사람도 있습니다. 주인을 받는 백의는 세탁할 수 없으므로 더럽하지 않도록 조심하세요. 88 개소의 주인이 모인 백의는 가보가 되거나 그 사람이 화장될 때 입려주는 사출(死出)의 나들이 옷이 됩니다. 16 번 간온지(觀音寺)만 백의의 옷깃에 광명 진언(光明真言)을 새겨 넣을 수 있습니다. (1,500 엔).

## 염주 (数珠)

가격 : 2,000 엔 부터

일본인에 있어서 가장 친밀한 불구. 종파에 따라 형상이 다르지만 시코쿠 순례에서는 진언종의 것을 이용합니다. 이것을 가지고 부처님에게 손을 모으면 번뇌가 사라지고 공덕을 얻을 수 있다고 합니다. 축 늘어져 있는 부분을 오른손 중지와 왼손 검지(중지라도 괜찮음)에 걸어, 중간의 고리 부분을 손바닥으로 감싸며 합장할 때는 3회를 한도로 구슬을 두손을 맞대고 문지릅니다.



## 납찰 (納札) · 후다바사미 (札ばさみ)

가격: 납찰 100 엔/100 장부터

주소 · 이름과 기원하는 것을 적어 본당과 대사당에 준비된 상자에 납입합니다. 접대의 답례로도 건네주거나 순례자끼리의 인사 치례로 건네주거나 하는 명함 같은 것입니다. 자신이 직접 글씨를 써서 자작하여도 상관 없습니다.

시코쿠 민가에서는 납찰을 모으면 집의 재난을 면한다고 하는 신앙이 있습니다. 과거 순례에는 납경장에 주인을 받는 것보다 납찰을 내는 것이 주목적이었습니다.

납찰은 색깔의 차이에 따라 6종류로 나뉘어 지고, 결원의 횟수에 의해 사용하는 것이 나누어 집니다. 그때 그때의 시대에 따른 차이도 있어 명확히 규정된 것은 아니지만 현재의 통설은 다음과 같습니다.



납찰

흰색: 1 번-4 회

녹색: 5 회-7 회

붉은색: 8 번-24 회

은색: 25 회-49 회

금색: 50 번-99 회

비단: 100 회 이상

하지만 초심을 중요시 하는 사람은 몇번 돌았어도 흰색을 계속 사용하기도 합니다. 독특한 형태인 납찰의 용기가 「후다바사미(클립형)」인 동시에 선향과 초등도 수납할 수 있는 타입이 사용하기 쉽습니다. 펜 케이스 등으로도 대용할 수 있습니다.

## 납경장 (納経帳) · 족자 (掛け軸) · 백의 (判衣)

가격 : 납경장 2,000 엔부터 · 족자 12,000 엔 (별도의 축장(軸裝)은 30,000 엔 부터)

영지에 참배한 증거로서 납경소에서 목서·주인(朱印)을 받습니다.



납경장

족자는 납경장과 같은 방법으로 묵서·주인을 받고, 다 채워진 족자는 축장하면 좋은 가보가 됩니다.

백의에는 주인만 날인합니다.

납경장이나 납찰은 과거의 순례를 연구하기 위한 중요한 단서가 됩니다.

### 와게사 (輪袈裟)

가격 : 1200 엔 부터

목에 걸어 가슴에 드리우는 약식 가사(스님의 정장)로 불교에 귀의하는 의미로 착용하는 정장도구. 다만, 식사나 화장실 등의 경우는 풀을 필요가 있습니다.

가사란 석가의 수행복이 기원으로 오랫동안 써서 낡아져 후줄근해진 적갈색 조각난 천을 꿰매 마준 이미지의 것.

본래 와게사는 것은 연결된 고리의 형상이며, 시코쿠 순례에서 와게사로 불리우는 천을 끈으로 연결한 가사의 정식 명칭은 반 가사입니다.



족자



와게사

### 경본 (經本)

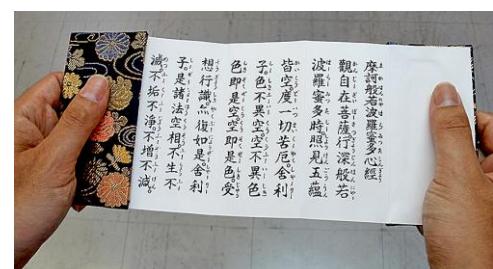
가격 : 300 엔 부터

반야심경, 진언 등이 쓰여져 있습니다. 독경할 때는 외우고 있더라도 경본을 확인하며 서두르지 않고 정중히 독경합니다.

### 두타봉투 (頭陀袋 즈타부쿠로)

가격 : 1200 엔 부터

경본, 초 (250 엔 부터), 선향 (300 엔 부터)과 납경장 등 순례에 필요한 것을 넣습니다. 산야 다이라고도 일컬어지며 방수용도 있습니다.



경본

### 실용적인 장비

외국인 순례자에게 있어서는 일본의 사회적 관습과 지리적 예비 지식이 적은 지역이나 자연 속의 여행이므로 충분히 준비를 합시다. 장비에 대해서는 사람 각각 하이킹 등의 경험과 취향도 있으므로 일률적으로 한정할 수는 없지만, 여기에서는 가장 일반적인 장비를 기술합니다.



두타봉투

## 의류

의류의 기본은 보행용 1 세트·우의 1 세트·속옷 2 세트, 노숙의 경우는 취침용도 고려합니다. 등산 용품점 등에서 다양한 흡한성, 속건성, 휴대성이 뛰어난 고기능 웨어를 겹쳐 입으면 짐의 경량화로 이어집니다. 체온 조절을 쉽게 하기 위하여 얇은 옷을 겹쳐 입으면 다양한 기상 상황에 대응할 수 있습니다. 베이스·세컨드·서드 등 레이어별로 계절에 따라 겹쳐 입는 사고방식입니다. 감기에 걸리거나 하면 결국 전체의 여정에까지 큰 영향을 끼칩니다.

## 레인 웨어

계절과 경험에 따라 여러가지 선택지가 있습니다. 험한 산길 구간은 적기 때문에 배낭도 함께 커버 가능한 판쵸 타입이 실용적이고, 레인 바지와 병용하면 만전의 준비입니다. 찰소에서의 날경때마다 배낭을 풀어 용구를 꺼내거나 넣거나 하려면 판쵸 타입이 유리합니다. 그 외에는 세퍼릿 타입의 고기능 레인 웨어와 배낭 커버의 조합이라면 판쵸 타입보다 부피가 커지지 않아서 비 외의 목적(캠프·방한)에도 겸용할 수 있습니다.



판쵸 타입

## 신발

가장 중요한 아이템이므로 자신에 맞는 위킹 슈즈를 꼼꼼하게 선택합니다. 우천 시에도 쾌적하게 걸을 수 있는 것. 행정의 대부분이 아스팔트로 포장된 도로이므로 다리에 부담이 가기 때문에 자신에게 맞는 신발의 선택이 여행의 쾌적함을 크게 좌우합니다. (전문점에서 적절한 조언을 받는 것이 좋습니다.)

## 양말

피트감 있으며 흡한성, 속건성에 뛰어난 것. 맞지 않는 양말은 보행 중에 물집의 원인이 됩니다.

## 여행용 배낭 (룩색)

자기 체형에 맞는 것으로 용량은 25L(노숙 순례자는 40L)정도가 좋습니다. 보행의 쾌적함에 큰 차이가 나기 때문에, 당신의 체형에 맞는 하리 벨트가 달린 것을 추천합니다. 저의 경우는 매일 장시간 짊어지고 다니면 등이 가렵게 되므로 등면에 공간이 있는 그물로 된 배낭을 애용하고 있습니다.

## 허리 쪽 (웨이스트 포치)

자주 이용하는 소품을 넣는데 편리. 두타봉투(頭陀袋)와의 병용은 걷는데 불편합니다.

## 모자

자신 취향의 아웃도어용 모자라도 상관 없지만, 비닐 커버가 달린 삿갓은 강풍 이외의 모든 기상 조건에 적용가능하여 편리합니다.

여름에는 햇살 막이의 효과가 크고, 그 외 우천시는 여유 있는 우산이 됩니다.

## 우산

고기능 레인 웨어라고 해도 한겨울 이외에는 더울수도 있고, 또 일일이 레인 웨어를 입고 벗고하는 것은 번거롭기 때문에 접는 우산을 배낭 주머니에 넣는 순례자도 있습니다.

특히 가랑비가 오락가락하는 날씨의 경우에 유효합니다. 저는 그런 날씨에도 삿갓으로 대용할 수 있으므로 준비하지 않습니다.

## 스마트 폰

실로 다양한 기능을 활용할 수 있습니다. (일기 예보·번역·지도·GPS·카메라·통화·email 등)

## 변압기 · 콘센트 변환 아답터

전기 제품을 모국에서 가져오는 경우는, 일본의 전압(100V)에 대응할 수 있는 변압기를 준비하거나 일본의 콘센트 형상(평형의 핀이 세로로 2개 늘어선 A형)을 사전에 알아보고 변환 아답터를 준비합니다.

## 상비약 · 구급용품 · 위생 용품

당신이 일상적으로 상용하고 있는 것. 도중에 보급가능하기 때문에 필요 최소한으로. 테이핑 테이프의 사용법을 알고 있다면 관절통 등의 트러블시에 셀프 응급 처치가 가능합니다.

## 벌레 대책

모기는 4월부터 11월경에 발생하지만, 이외에 7,8월에는 산간부의 청류변에서 쇠가죽파리가 발생하고 쏘이면 상당한 아픕니다. 드럭 스토어에서는 여행에 적합한 콤팩트이고 고기능인 각종 상품이 있으므로 자신에게 적합한 것을 선택하면 좋습니다.

## 드라이어

우천 시 보행 후에 숙소에서 젖은 것을 말릴 수 있습니다(의류·도구류·배낭·신발등). 여행용 콤팩트한 것.

## 그밖의 것 (자신에게 적합한 것)

자명종·카메라·나침반·손전등·헤드램프·다기능나이프·사전·전자사전·여권·보험증·귀중품 주머니·필기 용구·보호용 아대·장갑·끈·전지·방수 주머니·비상사태시의 담요

## 조언

도보 순례자의 경우 짐은 필요한 최소한으로. 장거리를 장시간에 걸쳐 걸어야 하므로 경량화를 추구하여야 합니다. 남성은 4~5kg, 여성은 3~4kg 정도가 이상적입니다. 구입한 아웃도어 용품은 미리 사용해 두면, 실전에서의 트러블을 방지 할 수 있습니다. 다만 노숙 장비로는 10kg 을 훌쩍 넘는 순례자도 적지 않습니다.

## 12. 방법

### 참배순서

이 순서로 반드시 하지 않아도 괜찮습니다만 일반적인 순서입니다.

산문(山門)	먼저 산문 앞에서 본당으로 향하여 일례합니다. 사악을 없앱니다.
미즈야(水屋)	손을 씻고 입을 헹구어 깨끗하게 합니다. 순서는 오른손, 왼손, 입의 순입니다. 입을 헹구는 것은 신체의 밖과 안을 정화하는 행위입니다. 또 와게사를 목에 걸고 염주를 준비 합니다.
종루(鐘樓)	본존에 참배를 알리는 의미로 종을 1 번 칩니다. 참배 후에 치는 것은 「귀가종」이라고 하여, 운수가 좋지 않게 된다라고 여겨지고 있습니다.



산문(山門)·미즈야(水屋)·종루(鐘樓)

본당(本堂)	<p>초 1 개, 선향 3 개(과거·현재·미래)을 올립니다. 촛불은 뒷사람을 위해서 안쪽부터 세웁니다. 와니구니(鰐口)을 1 번 울려 본존에 참배하는 것을 고합니다. 납찰상자에 납찰과 사경을 납입합니다. 새전을 납입하면 합장한 뒤 독경을 합니다. 본당에서는 반야심경을 시작으로 본존의 진언과 어보호등을 순서대로 정중히 중창하는 것이 보통입니다만, 마음을 담아 단지 손을 모으는 것만으로도 좋습니다. 익숙해지면 외워서 할 수 있을지도 모릅니다.</p> <p>새전은 던지는 것이 아니라, 본존불상과 대사님에게 받아들여져서 감사하다는 마음으로 새전 상자에 넣습니다. 근행(오즈토메)은 뒤에서 오는 순례자에게 방해가 되지 않도록 서있는 장소에 신경 써 주세요.</p>
대사당(大師堂)	본당과 마찬가지로 참배, 독경합니다.
납경소(納經所)	<p>납경장에 주인을 받으면 동시에 본존을 인쇄한 종이 조각(여영 御影)을 받습니다. 여영은 종이 조각이므로 분실에 주의합니다. 그 외에 족자나 백의에 주인을 받는 순례자도 있습니다. 같은 찰소에서 2 번 이상의 납경은 주인만 되풀이하여 찍기 때문에 횟수가 많아지면 납경장은 점점 새빨갛게 되어 갑니다.</p> <p>납경장에 둑서와 주인을 받기 위한 접수 시간은 7:00am-5:00pm(단, 62 번만 7:00am-정오, 1:00pm-5:00pm). 본래는 참배를 마친 후 납경장에 주인을 받지만 5:00pm 직전에 찰소에 도착한 경우는 먼저 주인을 받습니다.</p>
산문(山門)	산문을 나올 때는 뒤돌아서 일례 합니다.



본당(本堂)·대사당(大師堂)·납경소(納經所)

## 독경의 순서

### A) 합장

자신의 가슴 앞에서 두손을 모아 3회 고개를 숙입니다.  
 [우야우야시쿠, 미호토케오레이하이시, 타테마츠루]라고 주창합니다.  
 (그 절의 본존에 경의와 충성을 다합니다. 라는 의미입니다.)

### B) 개경게 (開經偈) 를 1회.

무상심심미묘법 (無上甚深微妙法) [무상심심미묘법]  
 백천만겁난조우 (百千万劫難遭遇) [백천만겁난조우]  
 아금견문득수지 (我今見聞得受持) [아금견문득수지]  
 원해여래진실의 (願解如來真實義) [원해여래진실의]  
 (지금부터 불사를 행할시에, 부처님을 바로앞으로 모시는 경)

### C) 참회문 (懺悔文) 을 1회

아석소조제악업 (我昔所造諸惡業) [아석소조제악업]  
 개유무시탐진치 (皆由無始貪瞋痴) [개유무시탐진치]  
 종신어의지소생 (從身語意之所生) [종신어의지소생]  
 일체아금개참회 (一切我今皆懺悔) [일체아금개참회]  
 (나의 지금까지의 여러가지의 나쁜 행동은  
 모두 옛날부터 탐욕과 분노와 어리석음이 원인으로  
 몸과 말과 마음에 의해서 행해진 것입니다.  
 그것들 모두를 나는 지금 모두 참회합니다.)

### D) 삼귀의문 (三歸依文) 을 3회

#### 삼귀 (三歸)

제자모갑 (弟子某甲) [제자모갑]  
 진미래제 (盡未來際) [진미래제]  
 귀의불 (歸依佛) [귀의불]  
 귀의법 (歸依法) [귀의법]  
 귀의승 (歸依僧) [귀의승]  
 (부처님의 제자인 「나」는, 미래의 끝이 다할 때까지, 부처님을 깊이 믿고, 부처님의  
 설파된 진리를 깊이 믿고, 부처님의 가르침을 실천하는 승려를 깊이 믿습니다.)

#### 삼경 (三竟)

제자모갑 (弟子某甲) [데시무코우]  
진미래제 (盡未來際) [진미라이사이]  
귀의불경 (帰依仏竟) [키에붓쿄우]  
귀의법경 (帰依法竟) [키에호우쿄우]  
귀의승경 (帰依僧竟) [키에소우쿄우]

(부처님의 제자인 「나」는, 미래의 끝이 다할 때까지, 이전에 불교를 깊이 믿고, 이전에 가르침을 깊이 믿고, 이전에 불교의 가르침을 실천하는 승려를 깊이 믿습니다.)

E) 십선계 (十善戒) 를 3 회

1. 불상생 (不殺生) [후세츠쇼우] : 살아있는 생명을 존중한다.
2. 불투도 (不偷盜) [후츄우토우] : 타인의 것을 훔치지 말고 소중히 다룬다.
3. 불사음 (不邪淫) [후쟈인] : 절도를 가지고 성을 대한다.
4. 불망어 (不妄語) [후모고] : 거짓말 하지 않는다.
5. 불기어 (不綺語) [후키고] : 아첨을 말하지 않는다.
6. 불악구 (不惡口) [후아쿠] : 상대를 배려하고 욕을 하지 않는다.
7. 불양설 (不両舌) [후료우제츠] : 누구에게나 진실을 이야기 한다.
8. 불간탐 (不慳貪) [후肯돈] : 욕심부리지 않는다.
9. 불진에 (不瞋恚) [후신니] : 마음은 평정을 유지하고 화내지 않는다.
10. 불사견 (不邪見) [후쟈肯] : 좋지 않는 생각을 하지 않는다.

F) 발보리심진언 (発菩提心真言) 을 3 회

[온 보디싯타 보다하다야미]

(저는 깨달음을 추구하는 마음을 일으킵니다.)

G) 삼마야계진언 (三摩耶戒真言) 을 3 회

[온 산마야 산토반]

(저는 부처님과 일체평등입니다.)

H) 반야심경 (般若心經) 을 1 회 주창합니다.

반야 심경은 방대한 경전을 한자 262 자로 집약하여 만든 경입니다. 일본에 불교가 전해지기 이전에 중국의 현장삼장 (玄奘三藏) 가 인도에서 가지고 돌아간 것을, 그 후에 분파 한 일본에서는 복수의 불교 종파에 사용되고 있는 만능인 경입니다.  
그 의미는 「깨달음」의 경지에 이르기 위하여 「공」의 사상을 설명한 경전이며, 「세상에 영원 불멸인 것은 없다. 세상 모든 것은 시시각각 변화하는 변장일 뿐에 지나지 않으며, 그래서 필요 이상으로 일에 얹매일 필요는 없다. 좀 더 힘을 빼고 편하게 행복하게 사는 진언을 주창하자.」

佛說摩訶般若波羅蜜多心經  
불설마하반야바라밀다심경  
觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見五蘊皆空 度一切苦厄 舍利子  
관자재보살 행심반야바라밀다시 조견오온개공 도일체고액 사리자  
色不異空 空不異色 色即是空 空即是色 受想行識亦復如是 舍利子  
색불이공 공불이색 색즉시공 공즉시색 수상행식역부여시 사리사  
是諸法空相 不生不滅 不垢不淨 不增不減 是故空中 無色 無受想行

시제법공상 불생불멸 불구부정 부증불감 시고공중 무색 무수상행  
 識 無眼耳鼻舌身意 無色声香味触法 無眼界 乃至無意識界 無無明亦  
 식 무안이비설신의 무색성향미촉법 무안계 내지무의식계 무무명역  
 無無明盡 乃至無老死 亦無老死盡 無苦集滅道 無智亦無得 以無所得  
 무무명진 내지무노사 역무노사진 무고집멸도 무지역무득 이무소득  
 故 菩提薩埵 依般若波羅蜜多故 心無罣礙 無罣礙故 無有恐怖 遠離  
 고 보리살타 의반야바라밀다고 심무가애 무가애고 무유공포 원리  
 一切顛倒夢想 究竟涅槃 三世諸佛 依般若波羅蜜多故 得阿耨多羅三  
 일체전도봉상 구경열반 삼세제불 의반야바라밀다고 득아뇩다라삼  
 貌三菩提 故知般若 波羅蜜多 是大神呪 是大明呪 是無上呪 是無等  
 약삼보리 고지반야 바라밀다 시대신주 시대명주 시무상주 시무등  
 等呪 能除一切苦 真實不虛 故說般若波羅蜜多呪 即說呪曰 獻諦 獻  
 등주 능제일체고 진실불허 고설반야바라밀다주 즉설주월 아제 아  
 諦 波羅獻諦 波羅僧獻諦 菩提薩婆訶 般若心經  
 제 바라아제 바라승아제 모지사바하 반야심경

인터넷에서 검색하면 다양한 반야심경을 들을 수 있습니다.

I) 본존진언(本尊真言)을 3회 주창합니다.

본당의 기둥 등에 「하라가나」로 쓰여져 있습니다.

J) 광명진언(光明真言) [범자] 를 3회 주창합니다.

[온 아보캬 베이로샤노우 마카보다라 마니 한도마 진바라 하라바리타야 운]  
 (금강계의 다섯 부처여 광명을 비추어 주소서 (최강의 진언))

K) 어보호(ご宝号) (코우보우 대사의 이름)을 3회 코우보우 대사님께 믿음을 바치겠습니다.

나무대사편조금강 (南無大師遍照金剛) [나무다이시헨조우콘고우]  
 (코우보우대사의 진언 또는 대사님에 따릅니다.)

L) 회향문(回向文)을 1회 주창합니다.

원이차공덕 (願以此功德) [간니시쿠도쿠]  
 보급어일절 (普及於一切) [후규우오잇사이]  
 와등여중생 (我等與衆生) [가토우요슈조우]  
 개공성불도 (皆共成佛道) [카이구조우부초도우]  
 (가능한 일이라면 나의 좋은 행위의 응보이지만, 세상의 온갖 모든 것에 널리 퍼져,  
 자신을 포함한 모든 사람들과 생물이, 다 함께 부처의 길을 나아갈수 있도록.)

「감사합니다」라고 하며, 합장하여 고개를 숙입니다.

이상의 「기도(お祈り)」는 필수는 아니며, 진심이 어려있으면 좋다라고 할 수 있습니다. 하지만  
 H)의 「반야 심경(般若心經)」과 K)의 「어보호 (ご宝号)」는 생략하여서는 안 됩니다. 또 본당  
 이외에 대사당에서도 같은 것을 행하지만, 대사당에서는 코우보우 대사를 모시고  
 있으므로(I)을 생략합니다.

## 경내의 통행

산문이나 돌 계단, 참배길도 모두 왼쪽을 걷습니다. 납찰 상자와 새 전함은 더욱 높은 곳에 있습니다만, 왼쪽부터 올라가 시계 방향으로 내려갑니다.

## 화장실

와계사, 삿갓, 납경장, 염주 등을 가지고 들어오지 않도록 합니다. 본존 불상과 대사님을 부정하게 동반하는 것이 됩니다. 백의의 등에도 「나무대사변조금강(南無大師遍照金剛)」라고 새겨져 있습니다. 아무것도 새겨지지 않은 백의라면 괜찮습니다.

## 신사 참배하는 법

1868년 이전에는 불교와 신도가 혼돈과 융합되어 있었으므로, 88의 사찰과 관계 깊은 신사도 많이 존재합니다. 순례자로는 그런 신사에도 참배하는 것이 이상적입니다.

순서	토리이 또는 오가미 이시 (拵み石)에 일례 (一礼)를 합니다. 참배길 한가운데를 걷지 않고 가장자리를 걷습니다. 수수장 (手水場)에서 손과 입을 정화합니다. 새전을 바칩니다. 이례 (二礼) 두번 박수 일례 (一礼) 서원을 말합니다. 사무소에서 납경장에 주인을 받습니다. 토리이 또는 오가미 이시 (拵み石)에 일례 (一礼)를 합니다.
----	--

## 식사(지키지)

식전 합장	천지의 은혜에 감사의 마음을 표하면서, 생산자나 조리자에게도 감사하며 남기지 말고 깨끗하게 먹습니다.
식후 합장	목외의 경우는 소량의 쌀알이나 한조각의 빵을 손바닥에 얹고 일례하며 주변의 여러 영혼에 바칩니다.

## 폭포수행 (滝行)

폭포수행은 일본 고래의 목욕 재계(미소기)방법의 하나. 죄·사과·추악을 없애고, 「구애되는 것이 없는 자연스러운 마음」으로 리셋하는 수행입니다.

- 폭포 수행의 주요 목적  
심신 단련·결단력의 육성·잠재 능력 개발·정신을 통일·고민 거리로부터 마음을 해방.

- 폭포 수행 순서  
폭포로 들어가기 전

흰 옷으로 갈아입고 염주를 가집니다.

폭포로 향하여, 찰소의 참배와 마찬가지로 독경합니다.

폭포로 들어갑니다



심신을 가다듬고 폭포로 들어갑니다.

정신 통일을 실시합니다.

부동명왕(不動明王)의 결인을 합니다. (합장도 좋습니다).

어보호「나무대사변조금강 南無大師遍照金剛」

폭포의 수호신인 부동 명왕의 진언

(노우마쿠·산만다바자라단·센다·마카로샤다·소와타야·운타라타·칸만)

폭포수행 후

폭포로 향하여 「나무대사변조금강 南無大師遍照金剛」과 「감사합니다」.

겨울 폭포수행은 경험 있는 지도자 없이는 위험합니다.

폭포수행의 시간에 특히 규칙은 없습니다.

콘지지 (建治寺) · 지겐지 (慈眼寺) 관정의 폭포 · 묘토쿠지(고치현 도요쵸) · 36 쇼류지 (青龍寺) · 58 센유지 (仙遊寺) · 특별 찰소 13 센류지 (仙龍寺) · 61 코온지 오쿠노인 (番香園寺奥の院) 등이 폭포수행 장소로서 유명하다.

## 13. 순례의 훈계

사람으로서

- 무엇 때문에 일부러 시코쿠까지 왔나?
- 비효율, 불쾌, 불안, 결핍, 위험등 시련을 준 것에 대하여 감사한다.
- 괴로움, 길을 잊더라도 극복하면서 앞으로 나아가, 어려움을 극복하는 만족감.
- 부자유를 참아, 인정에 도움을 받아, 사람의 입장에서 사고를 하는 것이 순례.
- 인간의 사고 속도는 걷는 속도와 맞는다. 감성이 같고 닦인다.
- 불평 불만을 하고 편한 것을 생각하는 것은 순례가 아니다.
- 멋진 것은 사람과의 만남. 만난 사람에게는 기분 좋게 인사한다.
- 후에 이어지는 순례를 생각하고, 남에게 폐를 끼치지 않는다.

### 삼신조 (三信條)

1. 코우보우 대사가 최후의 1 인까지 구해 주시는 것을 믿으며 동행이인의 정신으로 겸허하게 순례한다.
2. 도중에서 곤란한 일이나 힘든 일이 있어도 불평하지 않고 수행이라고 생각한다.
3. 현실의 세상에서 구해지는 것을 믿으며 깨달음을 얻을 수 있도록 기원하며 순례한다.

### 십선계 (十善戒)

전술, 독경의 순서 참조 (12. 방법).

## 14. 접대(오셋타이)

「접대(오셋타이)」라는 것은 순례자에게 현지의 사람들이 음식 등을 선물하는 것입니다. 예전에는 자동 판매기나 편의점이 없었고, 사회 전체가 가난하여서 이러한 시주에 의해 순례자는 간신히 살아갈 수 있었던 것입니다. 쌀과 의류도 중요한 「접대」의 아이템이었습니다. 한편, 현지인들 입장에서 보면, 접대라는 이름의 복지 활동인 동시에 순례자는 코우보우 대사의 대역이기도 하고 또 자신들 대신 먼 찰소에서 참배를 해 주는 종교적 가치를 가진 존재였던 것입니다.

이 「접대」의 풍습은 지금도 살아 있습니다. 자동차와 버스로는 대부분 그 기회가 없지만, 도보 순례자는 지나가는 집으로부터 스쳐 지나가는 사람들로부터 「접대」를 받는 경우가 많이 있습니다.

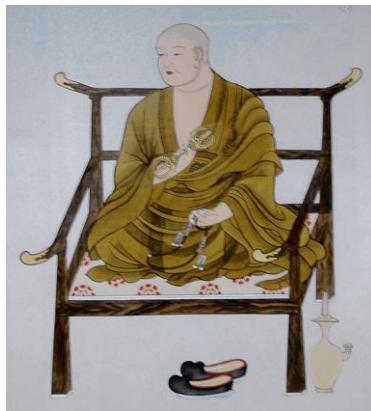
이 접대는 종교적 가치가 있으므로 「거절하여서는 안 된다」라고 합니다. 그렇지만 중에는 가까운 찰소까지 자동차로 태워 주는 접대 등도 있습니다. 자신에게 있어서 받아들일 수 없는 접대는 이유를 설명하고 거절하는 것이 이상적입니다.

또 순례자도 익숙해지면 「접대」를 받는 감동이 희미해지는 순례자도 있습니다. 「접대는 당연」이라고 여기는 듯한 거만한 순례자도 가끔 발견합니다. 일면식도 없는 사람에게 「접대」하는 사람의 경건한 마음을 생각하고 보세요. 접대는 주신 분을 진심으로 생각하고 조심스런 마음으로 받아야 합니다. 자신이 「접대」를 받기에 걸맞은 인간인지 아닌지 생각하고 보세요.



## 15. 코우보우 대사 (공해 - 쿠우카이)

코우보우 대사 (공해 - 일본어 발음으로는 쿠우카이) 는 일본의 역사상 가장 민중에게 사랑받는 인물의 한 사람이고, 일본전국에 그에 얹힌 전설이 남아 있습니다. 그는 승려인 것 외에, 서도, 교육, 예술, 토목 등 다방면으로 업적을 남겨 마치 일본의 슈퍼맨 이라고도 말할 수 있습니다.



쿠우보우 대사를  
나타내는 산스크리트어  
(범어)

공해는 진언종의 종조. 시코쿠 순례는 코우보우 대사 (공해) 의 청년 시절의 수업의 땅을 더듬어 보는 여행이라고 생각되며, 정신적·육체적으로 해방을 바라는 순례자 공통의 마음의 지주가 됩니다.

다만 공해 본인에 관한 연구에서는 전지 전능의 신과 같은 이미지는 이끌어 내지 못합니다. 진언종의 개조 (開祖) 라는 관점이, 그 뒤 제자들에 의해 신성 또는 영성이 부여되었다고 생각해야 합니다. 구체적으로는 코우야 히지리 (高野聖) 와 신넨 (真念) 과 자쿠흔 (寂本) 의 저술 활동에 따른 영향이 크지 않을까요? (그들은 완전한 공해 신봉자)

지금도 고야산의 오쿠노인 대사사당에는 지금도 살아 있다라는 생각에 하루에 2 번의 식사가 도착합니다.

### 공해의 약력

774	사누키의 나라 다도군 (현재의 가가와현 젠초지시) 에 토지의 유력자, 사에키의 성을 가지고 태어난다. (아명 : 마오 真魚)
792	18 세에 관리를 목표로 한 학생으로 나라의 대학에 입학하지만, 불교에 매력을 가져 중퇴한다. 수험도에 들어가 「허공장 구문지법」이라고 불리는 밀교의 수행을 고향의 시코쿠에서 행한다
797	24 세에 첫 저서 「삼교지귀(三教指帰)」를 저술하여, 유교, 도교, 불교를 비교.
804	28 세 또는 29 세에 나라의 도다이지(東大寺)에서 정식으로 출가. 그 직후, 견당사에 참가하여 804 年년 후쿠슈(福州)에 표작 후, 도의 장안에 들어간다.
805	밀교의 제 7 조, 쇼류지(青龍寺)의 케이카 아자리(惠果阿闍利) (746~805)로부터 밀교를 배운다. 케이카는 밀교 사상을 공해에 맡긴다. (현재의 소류지(青龍寺)터에 1982년에 「공해 기념비」가 지어질 만큼 평가가 높다) 케이카는 「편조금강(遍照金剛)」의 이름을 준다.
806	당나라에 20 년간의 예정으로 갔지만, 케이카 아자리의 「일본에서 밀교를 넓혀라」의 명에 따라 2 년만에 귀국.
813	나라·도다이지의 별당에 임명됨.
816	와카야마 고야산에 콘고부지(金剛峯寺) (유네스코 세계 유산에 등록) 을 창건.

821	가가와 현의 농업용 저수지 (만노 이케(滿濃池)) 의 개수 공사를 다루어 종교에 사로 잡히지 않는 사회 봉사를 전개한다.
828	교토에 문화의 혜택을 받지 못한 대중을 위하여 사립의 교육 시설 「슈케이 슈치인(綜芸種智院)」을 개설.
830	「비밀만다라십주심론(秘密曼陀羅十住心論)」10 권을 저술하여 인간의 상태와 불교의 입장을 해설.
835	고야산에 입정.
921	다이고 천왕으로부터「코우보우 대사」의 칭호를 받는다.

일본인은 이 고승을 친밀감을 담아 「오다이시 상(お大師さん)」이라고 부릅니다. 시코쿠 순례는 공해가 열었는지 명확하지는 않지만 21 세기 지금도 아직 시코쿠를 돌아다니는 순례자들은 자비의 마음으로 가득 찬 공해가 따뜻하게 감싸주고 비호해 주고 있다고 믿고 있습니다.

## 16. 순례의 역사

### 88이라는 숫자의 근거

여러 설이 있지만 진위는 분명치 않다.

- 액년의 합계 (어린이 13, 여성 33, 남성 42).
- 쌀(米)의 한자를 분해하였다.
- 주) 벼 농사 문화는 일본의 역사에서 정치·생활·의례 등 모든 것에서 기초적인 것.
- 쿠마노 99 왕자를 본뜬 것.
- 8 이란 숫자는 철부채의 길조의 수이고, 그것을 거듭한 것.
- 일본인들은 대개 어조가 좋은 숫자를 선호하는 경향이 있어 단순히 "많다"의 의미로 88을 택했다.

### 역사

#### 수행승의 시대

시코쿠 순례가 어떻게 시작되었는지는 사실 명확하지 않습니다. 공해가 시작했다던가, 에몬사부로 (衛門三郎)가 공해를 쓰아 시코쿠를 돌았다는 것이 시작이다라고도 합니다.

문헌에 나타나는 것은 공해 (797년) 24세의 저작 「삼교지귀 (三教指帰)」, 이어서 12세기의 콘자쿠모노가타리 (今昔物語) 와 료진히소(梁塵秘抄). 당시는 「시코쿠 벽지(혜지)」으로 표현되어, 이는 변경지방·해안의 토지·가장자리 땅이라는 의미가 있습니다. 이 시대는 수행승과 수험도의 행자 등이 고행을 함으로써 주력·영력을 익히는 것이 주목적이었습니다. 시코쿠에 비하여 문화의 선진지였던 주변 지역에서 결계의 땅을 찾어 해양 신앙과 산악 신앙 양쪽이 존재하는 시코쿠로 넘어갔다고 생각됩니다. 아직도 여덟이라는 숫자는 명확하지 않아, 시코쿠에 산재한 무수한 행장(行場)을 찾는다.

다음 단계로 1280 다이고지 (醍醐寺) 문서에 처음으로 「시코쿠 순례(헨로)」의 문자가 나타납니다. 또 12c-15c에 활약한 것이 코우야 히지리 (高野聖)입니다. 그들은 고야산에게는 비유해서 말한다면 일벌 같은 존재로 고야산으로 기부금을 모으기 위하여 시코쿠를 순회한 반승반속의 사람이며 대사신앙의 확립과 순례길의 형성에 크게 기여했다고 생각됩니다. 당시의 사회 정세는 기근이 빈번하게 일어나고, 그때마다 다수의 아사자가 나올 정도로 가난 속에서 민중이 종교에 매달렸습니다. 88의 숫자가 나타난 것은 1471년, 다음은 1629년이지만 고증이 아직 불명확.



시코쿠순례길지남



시코쿠순례길지남

## 일반 대중의 참여

지금처럼 88 곳을 순례하는 형태가 확립된 「시코쿠 순례(핸로)」라는 이름이 확립된 것은 16 세기 말부터 17 세기라고 생각됩니다. 우선 1653 년의 기행문 「시코쿠 순례 일기 四国遍路日記」조젠 (澄禪), 그리고 신넨 (真念) (코우야 히지리라고 생각된다)이 시코쿠 순례 가이드 북『시코쿠순례길지남 四国遍路道指南』 (1687 년) 을 역사상 처음으로 대중용으로 간행하고, 이후 증판을 거듭하여 통 셀러가 되었습니다. 게다가 가부키나 죠루리에서도 순례가 거론되 서민에게 침투하게 되었습니다. 대중화의 조건으로서는 사회 안정·경제 성장·안전성·도로시설의 정비·교통 수단의 확립 등을 들 수 있습니다. 이 단계 이후에 유복한 관광순례가 출현하게 되었습니다.

그 후에는 몇 가지의 정치나 전쟁의 영향으로 성쇠를 반복하여 현재에 이르렀습니다. 현대에서는 자동차와 철도 등의 발달로 새로운 스타일이 생겨나고 있습니다. 도로나 안내 이정표도 비약적으로 충실하여 관광적 요소도 더해져 순례 여행의 벽도 낮아져서 많은 사람에게 친숙하게 되었습니다. 또 물질적인 혜택을 받는 시대 속에서, 참된 풍족함과 마음에 위안을 찾는 사람들이 늘어 봄을 일으키고 있습니다.

## 보충으로서

접대는 순례의 가장 특징적인 일면이지만 직업 순례자를 낳는 요인이 되었습니다. 폐병과 나병은 당시 유전병으로 여겨지고 있었으므로 집에 환자가 생기면 동네에서 따돌림을 당하는 것을 두려워하여 순례로 내보냈습니다. 그들은 다른 순례자에게도 차별 받고 순례길이 아닌 샛길로 걷고 숙박 업소에서도 싫어하여 오로지 암자의 처마 등에서 하룻밤을 지새우고, 도적이 되는 경우도 있습니다. 대사의 공덕으로 병이 낫기를 꿈꿨지만, 그대로 길가에서 쓰러져 죽은 병에 걸린 순례자의 무덤이 지금도 길가에서 가끔 발견됩니다. 이러한 순례자의 증가에 애먹던 행정 중, 재정적으로 어려웠던 도사 번과 우와지마 번은 1663 년부터 순례의 입국을 제한하는 조치를 취하였고, 유품가는 정책은 1854-1866 에 걸친 순례자 입국 금지였습니다.

이처럼 일본이 가난했던 시절의 순례는 종교적 목적의 순례자 이외에 사건이나 불치병 등으로 지역 사회에서 밀려난 사람들이 변방인 시코쿠로 쫓겨난 걸인 순례자가 증가 했던 적이 있어 순례에는 더티한 이미지가 있었지만 현재는 그 이미지도 일소되고 있습니다.

순례는 불교전래 (538 또는 552) 이전의 자연신앙·신도에 더해져 불교·수도길·대사신앙 등 다양한 신앙의 복합체입니다. 코우보우 대사의 진언종의 이미지가 강하지만, 역사적으로 다양한 종교가 복합되어 있습니다.

진언종 (真言宗) 이외의 사찰

- 천태종(天台宗): 4 (43 메이시키지 明石寺·76 콘조지 金倉寺 ·82 네고로지 根香寺·87 나가오지 長尾寺)
- 임제종 (臨濟宗): 2 (11 후지이데라 藤井寺·33 셋케이지 雪蹊寺)
- 조동종 (曹洞宗): 1 (15 코쿠분지 国分寺)
- 시종 (時宗) - 정토종의 한 파: 1 (78 고쇼지 鄭照寺)

## 17. 순례단지식

### 이시즈치산 (石鎚山) – 에이메현 사이조시

공해가 수행을 한 이시즈치 산은 표고 1982 미터로 시코쿠의 지붕이며, 서일본 최고봉입니다. 그가 저술한 「삼교지귀 (三教指帰)」에는 「어떤 때에는 석봉에 걸터앉어, 양식을 끊고, 감가 (感軸)

이거나」 (이시즈치산에 걸터앉어 단식 소업을 하여 고생하였다.)으로 기술되어 있습니다. 날씨가 좋으면 대수해 (大樹海) 저편으로 세토우치의 경치는 물론, 주고쿠 지방·규슈 지방의 산들까지 볼 수 있어 많은 관광객이 방문합니다.

7 세기에 엔노교자(役行者)에 의해 열렸다고 하는, 산악 신양(수험도)의 수행의 장이며, 등산로에는 수행을

방불케 하는 험준한 쇄장 (鎖場) 이 연속됩니다. 또한 이시즈치산 북측에는 서른 여섯 왕자사의 행장이 점재 하여 60 번에서 64 번의 찰소도 포함한 신양권이 형성되어 있습니다.

### 연기 (縁起 엔기)

그 절의 기원·역사와 공덕에 관한 이야기.  
(동음이의어가 따로 있다.)

### 헨로 코야 (원두막) 프로젝트

헨로 코야 프로젝트는 순례문화의 계승과 보급을 위하여 휴식과 선잠이 가능한 원두막을 시코쿠 전역에 볼런티어로 지을 계획입니다. 원두막의 설계는 지역의 특색과 공해의 사상을 도입하고 있습니다.

### 번외찰소 (番外札所)

88 곳 영지 이외로, 순례 경로에 포함되는 역사적으로 시코쿠 순례에 관계하는 사원.

### 불족석 (仏足石)

석가의 발자국을 돌에 새겨 신앙의 대상으로 한 것.

### 도장 (道場)

불교에서의 "도장"이라는 것은 신체를 단련하는 장소뿐만 아니라, 정신적 수행의 장소로서의 의미를 가집니다.



이시즈치산



연기



헨로 코야



불족석

다만, 시코쿠 순례에서의 4 도장론은 제 2 차 세계 대전 이후의 서적에서만 확인 가능한 사고방식입니다(호시노(星野) 2001). 이 것은 88의 사원을 고리라고 인식하여, 신넨 (真念) (1687) 이후 어느 곳에서 시작하여도 좋다라는 개념과 일치합니다.

### 동행이인 (同行二人)

순례 여행은 자신 이외에 항상 코우보우가 동반자가 되어 주고 수행을 도와준다라는 사고방식.

### 에키로지 (駅路寺)

1598년에 도쿠시마 현 내 8 사(寺)에 지정된 여행자가 숙박할 수 있었던 절. 반면, 여행자를 감시하는 역할도 맡고 있습니다. 6 번 안라쿠지 (安樂寺)는 에키로지와 주이운지 (端運寺)를 병합하여 현재에 이르렀습니다.

### 오고저 (五鈷杵)

대사의 초상화에서 오른손에 든 법구. 금강저 (金剛杵)의 한형태로 그 밖에 독고저 (獨鈷杵)와 삼고저 (三鈷杵) 등이 있습니다. 부처 중에서도 명왕이 가진 무기이며, 번뇌를 떨쳐내는 부처의 공덕의 상징.



오고저

### 영가 (詠歌 고에이카)

근행 (오츠토메)의 마지막에 노래하는 와카 (和歌). 경문 독경과 같은 효과가 있다고 여겨집니다.



호마

### 호마 (護摩)

화로 속에 공물과 호마목(소원이 적힌 장작)을 넣고, 불과 함께 소원을 하늘로 날려 성취를 비는 행법. 야외에서 실시하는 것을 사이토 (柴灯) 호마 (護摩)라고 합니다.

산속의 절까지도 호마등명 (護摩燈明) 이 선박의 항행을 도우는 것처럼 해양신앙과 연결됩니다.



순례 고로가시

### 반야 심경 (般若心經)

불교의 경전의 하나. 600 권에 달하는 경전을 한자 262 문자에 응축한 것이라고 하며, 그 성립은 서기 2-3 세기라고 합니다. 「깨달음」의 경지에 도달하려면 「공」이 되는 것을 말한 것으로 「공」이란 욕망과 집착 등 모든 구애되는 것을 버림으로써 얻을 수 있는 것이라고 되어 있습니다.

### 순례 고로가시 (遍路ころがし)

험한 산길 등의 순례 중의 난관. 시코쿠 순례자에서는 12 번, 20 번, 21 번, 27 번, 60 번,

66 번, 81 번, 82 번에의 오르막 길을 가리킵니다. 「고로가시」는 일본어로 넘어진다라는 뜻입니다.

### 본존 (本尊)

승배의 중심 또는 대상이 되는 불상. 불상에는 협시 (脇侍 쿄지: 본존을 양쪽에서 지원하는 부처) 가 있는 경우도 있습니다.

### 표석 (標石)

순례의 길에 세워진 길 안내의 돌. 17 세기부터 현재까지 다양한 시대에 세워지고 있습니다. 17 세기의 승려 · 신넨 (真念) 이 200 기이상, 나카츠카사 모헤이 (中務茂兵衛 1845–1922) 가 약 240 기 등이 잘 알려져 있습니다.

### 이치노미야 (一宮)

이치노미야란 한 지역에서 가장 신사의 격이 높은 신사라는 뜻. 한 지역이 라는 것은 701 년~1869 년의 지방행정 구역으로 68 개로 나뉘어 있었습니다. 이와 관련하여 시코쿠의 이치노미야는 아와: 오아사히코 신사 (大麻比古神社), 도사: 도사 신사 (土佐神社), 이요: 오야마즈미 신사 (大山祇神社), 사누키: 타무라 신사 (田村神社), 로 모두 찰소와 역사적으로 깊은 연관이 있습니다.

### 결원 (結願)

88 개절 모든 찰소의 참배를 끝내는 것.

### 고쿠분지 (国分寺)

쇼무천황 (聖武天皇 701–756) 이 741 년에 국정 불안을 가라앉히기 위하여 각국에 "고쿠분니지 国分尼寺" 와 함께 건립을 명한 사원. 각국에는 "고쿠분지"와 "고쿠분니지" 가 한개씩, 정무를 실시하는 시설인, 국부의 곁에 놓여졌습니다. 시코쿠 4 현의 코쿠분지는 모두 찰소로 되어 있습니다.

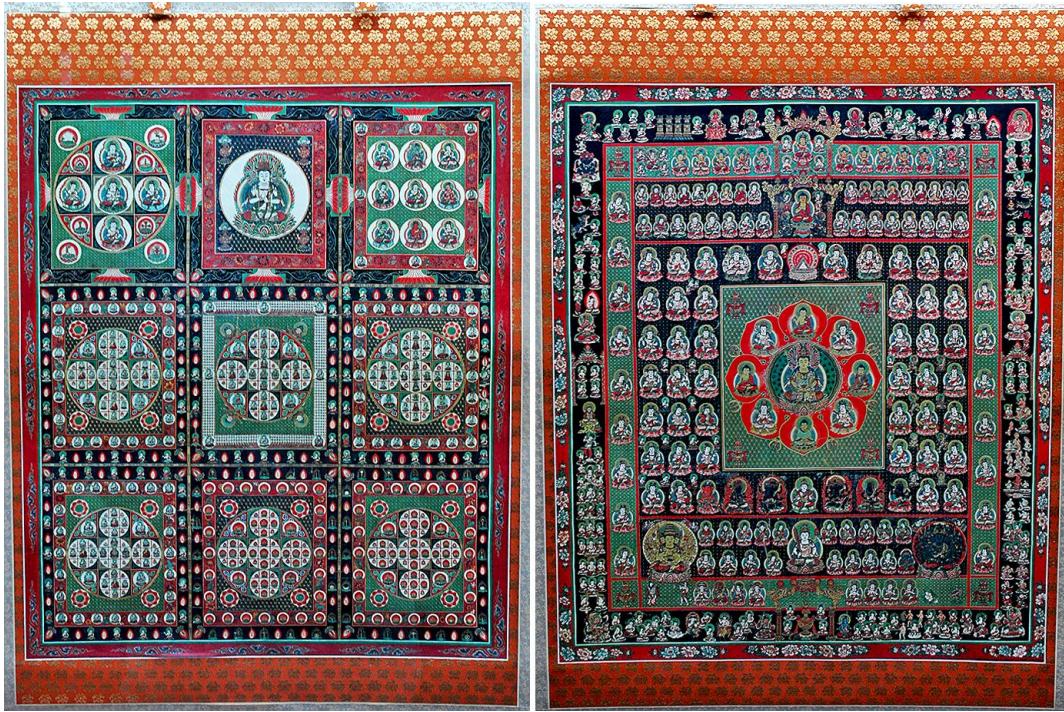
### 고야산 (高野山)

공해가 816 년에 연 해발 800m 의 동떨어진 산위에 콘고부지 (金剛峰寺) 를 중심으로 관계자 약 3000 명이 거주하는 일대 종교 도시. (세계 유산 2004)

「동행이인 同行二人」 의사고 방식에 입각하여 순례를 끝마치면 고야산의 오쿠노인에 참배합니다. 그 이유는 고야산이 대사 입정의 땅이기 때문에 대사에 시코쿠 순례의 결원을 전하는 것에 있습니다. 또한 순례를 시작하기 전에 대사에게 인사를 하는 의미로 참배하는 사람도 있습니다.

### 만다라 (曼荼羅)

불교의 세계를 그림에 나타낸 회화. 밀교의 만다라는 2 권의 경전 「금강정경(金剛頂經)」 「대일경(大日經)」 을 각각 그린 "금강계 만다라 (金剛界曼陀羅)" 와 "태장계 만다라 (胎藏界曼陀羅)" 가 있습니다



만다라

### 밀교 (密教)

불교 자체가 일본에 전해진 것은, 한반도의 백제로부터 서기 538년(552년이라는 설도 있음)으로 생각할 수 있지만, 밀교는 덴표 (天平)연간 (729~749)에 전해져 그 후, 코우보우 대사 「공해」가 체계화하여 서민에 퍼집니다.

현재는 밀교가 살아있는 종교로서 서민에게 신앙 되고 또 승려들 사이에서 학문적 연구가 지금도 계속되고 있는 것은 일본과 티벳 주변 지역 (후기 밀교이므로 일본의 밀교와는 다르다.)뿐입니다.

일본의 불교는 전해진 후에 독자적인 발전을 이룹니다. 많은 분파를 반복하면서 불교의 개조 「불타」 보다도 분파의 조사가 많은 신앙을 모으고 있습니다. 밀교를 일본에서 진언 밀교로서 확립한 코우보우 대사 「공해」도 그 중 한명입니다.

### 열반상 (涅槃像)

석가의 죽음의 잠을 나타낸 것. 2 조의 사라 쌍수(沙羅双樹 4 개의 사라 나무), 베개는 북쪽, 우측 겨드랑이를 아래로 하고, 그 주위에는 보살들을 시작으로 제자, 국왕, 대신 등이 슬퍼하는 모습으로 구성되어 있습니다.



열반상

### 여인금제 (女人禁制)

예로부터 영산에서 여성의 출입을 금지하는 풍습. 수험도에 관련된 것으로 생각되며, 이런 곳에는 여성용의 예배소가 마련되어 있기도 합니다.

이시즈치 산 (石鎚山)은 지금도 7월 1일만, 24 번 호쓰미사키지 番最御崎寺 (관음굴)과

26 번 곤고초지 金剛頂寺 (부동암)는 1873년에 금지를 해제하였습니다.

### 오쿠노인 (奥の院)

일반적으로 오쿠노인은 동굴·폭포·산꼭대기 등처럼 험한 곳인 경우가 많습니다. 과거 수련자는 오쿠노인에서 수행을 하고 찰소는 수행자와 그 종자의 숙박 등 생활 장소로 기능하였다고 생각되어 집니다. 그래서 찰소는 사람이 모이는 장소가 되면서 건물이 늘어나고 민중의 참배도 마련하게 되었습니다. 그런 의미에서 오쿠노인을 이해하는 것은 찰소의 종교적 의의 그리고 사회적 의의를 읽는 키가 됩니다. 수행의 장소이기 때문에 여분의 시설이 없는 간단한 사당이기도 합니다.

### 오레이 마이리 (お礼参り)

결원 후, 최초의 찰소까지 돌아오는 것. 또 대사가 입정(사후에도 수행을 계속하고 있는 경지)되어 있는 고야산에 결원 보고를 하기 위하여 참예하는 것.

### 접대 (お接待 오셋타이)

현지의 사람들이 음식 등을 선물하는 것입니다. 원조일 뿐 아니라 부처님께 제물을 바치는 의미도 있어서 사절하여서는 안 됩니다. 반드시 시코쿠 사람들의 마음의 상냥함에 놀랄 것입니다. (시코쿠의 사람들은 순례자를 부처에 가까운 존재라고 보고 있습니다. 그래서 부처에게 제물을 바치는 의미가 있습니다. 접대는 시코쿠 순례자를 대표하는 키워드입니다.)

필자의 사견

접대에는 순서가 있습니다. 타인의 행복을 비는 것으로 타인의 접대를 받는 것은 도리. 자신의 이익만을 추구하는 사람이 접대를 받을 가치가 있는가? 그러면 자신은 어떨까? 그 자격이 있는지, 자문 자답과 갈등의 씨앗으로도 될 수 있을 정도로 접대를 무겁게 느낍니다. 접대 문화를 미래에 계승하고 싶습니다.

### 라한 (羅漢)

인도에서는 깨달음을 얻은 제자를 칭송해 「라한 (羅漢)」이라고 부릅니다. 중국에서는 불교 수행자의 무리를 가리킵니다. 「라한상 (羅漢像)」 (5 번 지조지(地藏寺), 66 번 운펜지 (雲辺寺), 75 번 젠초지 (善通寺)에서 볼 수 있습니다.)에는 무수한 표정이 있어 흥미롭습니다. 주로 선종에서 숭배되고 있습니다.

찰소에서 눈에 띠는 빨갛게 칠해진  
「오빈즈루사마(おびんずる様)」도 라한의 1인으로, 자신의  
아픈 몸의 부위와 오빈즈루사마의 같은 부위를 번갈아  
쓰다듬으면 낫는다라고 합니다.



오빈즈루사마

### 새전 (賽錢)

사찰에 참배할 때에 봉납하는 금전. 옛날에는 금전을 종이에 싸서 새전함에

봉납했었습니다. 더욱더 시대를 거스르면 금전이 아니고 쌀등을 올렸습니다.

### 깨달음 (悟り 사토리)

순례의 최종 도달 목표. 불교에 있어서의 가장 높은 경지. "깨달음"을 얻는 사람은 부처가 됩니다. 알기 쉽게 말하면 모든 것의 진정한 의미를 이해하는 것.

### 세키쇼지 (關所寺)

코우보우 대사가 순례의 평상시 행동을 체크하는 절. 행동이 나쁘면 그보다 앞으로 나아갈 수 없다고 합니다. 19 번 다츠에지 (立江寺), 27 번 코노미네지 (神峰寺), 60 번 요코미네지 (横峰寺), 66 번 운펜지 (雲辺寺) 4 개소가 있습니다.

### 즉신성불 (即身成仏)

불교에서 인간이 현재의 육신인 채로 궁극의 깨달음을 얻고 부처가 되는 것. 즉신성불을 위해서는 일상 생활의 틀에서 벗어난 엄한 수행이 필요합니다. 자아를 버리는 사람을 위하여 자신의 몸을 바치거나 천일 · 이천일, 깊은 산에 머물며 기도하며 곡물을 끓고 수행할 필요가 있습니다. 그 세계는 동서 남북(스게가사 (菅笠) 에도 기재되어 있음) · 선악 · 생사 등을 초월한 세계.

### 센다츠 (先達)

초심자 순례자를 안내하는 순례 경험자. 4 회 이상 결원한 사람이 찰소에서 추천된 경우에 영지회가 심의 상자격을 줍니다.

### 신불 분리 (神仏分離)

1868년 일본 정부는 국수주의적 사상에 의해, 그동안의 신불 습합(신도와 불교가 서로 섞이는 것)에서 신도를 우선하는 분리 정책을 실시했습니다. 이것이 계기가 되어 불교 폐지적인 "폐불훼석 (廢仏毀釈)"의 풍조가 민간에게 확산되면서 시코쿠에서도 각 찰소를 포함한 많은 불교 사찰, 재산이 파괴되었습니다. 1875년에 신교의 자유가 통지될 때까지 계속 되었습니다.

이 동안에 많은 불교미술이 일본국외로 유실하였습니다. 또 나라의 고후쿠지 (興福寺) - (1998 세계유산)의 오층탑이 25 엔에 팔려져 장작이 될 뻔했다라는 일화도 있습니다

### 진언 (真言)

- 1) 밀교에 대해 부처님마다 있는 범어의 주문.
- 2) 공해가 9 세기에 창설한 불교의 한파.

### 탁발 (托鉢)

예전 수행승이나 참순례자는 중생 구제를 위해, 수행을 위해, 혹은 소속 절의 수축을 위해, 각 집 앞에 서서, 가족의 행복을 바라는 불경을 주창하였습니다. 그 집의 가족은 답례로 「시주」로 칭하며 쌀과 금전을 탁발자의 발에 바칩니다. 「시주」도 반대의



의미에서의 수행입니다. 순례자에게 탁발수행은 상당히 용기가 필요한 행위입니다. 역앞이나 번화가의 거리에선 가끔 보이지만 찰소내에서 탁발은 금지되어 있습니다.

### 다신교 (多神教)

일본인의 대부분이 신앙하는 불교는 다신교에 속하고 있으므로, 이 세상의 모든 공간에 있어 각각 전문의 신불이 존재하며 그 신불의 상을 배례하는 종교인 것을 이해해 주십시오.

### 절 (お寺 오테라)

일본인에게 있어서 절이란 30년 정도 전까지는, 지역의 화합이나 행사의 장소로서 또 아이들의 놀이터로서 생활에 밀접하게 관련되는 장소였습니다. 현재는 법사 등 종교적 행사 이외로는 사용할 기회가 적어지고 있습니다. 특히 도시 지역에서는 그 경향이 강합니다.

### 와니구치 (鰐口)

본당과 대사당의 정면 처마 끝에 매달린 금속제의 방울. 참예자가 내려져 있는 밧줄로 쳐서 울리고, 부처님께 찾아온 뜻을 고합니다.



와니구치

### 짚신 (와라지)

찰소의 산문에 흔히 발의 무사를 비는「짚신」이 걸려 있습니다. 「짚신」은 산을 걷거나 장거리 보행에 걸기 쉽고, 스스로 만들 수 있으며 도로가 포장되어 있지 않은 시대의 여행의 필수품이었습니다.



짚신

### 액 (厄)

흉사, 재난을 당하는 것.

### 액년 (厄年)

"액"에 조우할 가능성이 높아 경계를 요하게 되는 나이. 남성의 경우는 달력 나이로 25세, 42세, 61세, 여성의 경우는 19세, 33세, 37세로 되어 있습니다. 특히 남성의 42세, 여성의 33세는 대액으로 불립니다. 달력 나이는 태어난 날이 1살이라고 하는 생각이므로 현재 나이에 1살 더합니다. 액년의 수의 계단에 새전을

준비하고 있는 찰소도 있습니다.



액막이 계단

### 액막이 (厄除け)

"액"으로부터 피할 수 있게 본존에 기원하는 일본인의 뿌리 깊은 풍습.

### 윤년 (うるう年)

순례자의 순례 방법에는 일반적인 시계 방향으로 도는 「준우치 (順打ち)」 와 그 반대로 도는 「사카우치 (逆打ち)」 가 있습니다만, 특히 "윤년" 사카우치를 하면, 보다 한층 더 공덕이 있다고 합니다.

이는 시코쿠 순례자의 시조라고 하는 에몬 사부로 (衛門三郎) 가 20 번 돌았지만 대사를 만날 수 없어서 21 번째는 거꾸로 돌았더니 12 번 쇼잔지 (燒山寺) 기슭에서 겨우 마주쳤던 그 해가 윤년인 것에 따릅니다. 여전히 수행의 여행을 계속하고 있다라고 하는 준우치의 코우보우 대사를 꼭 마주칠 수 있는것이 사카우치 라고도 할 수 있습니다.

또한 도보 순례자에게는 도표는 모두 준우치용으로 설치되어 있어서, 사카우치로는 빈번하게 길을 잊어버리게 됩니다. 더 어려운 사카우치는 그만큼 공덕이 큰 순례 방법입니다.

## 오불 (五仏)

만다라의 중앙 "대일 여래"와 그것을 둘러싸는 4 개의 여래. 찰소에는 5 색의 깃발이 걸려있는 풍경이 많고, 색은 「오불」에 유래합니다.

## 십삼불 (十三仏)

사망자를 애도하는 법요가 첫 이렛날 (부동명왕 不動明王) 부터 삼십 삼회기 (허공장 보살 虛空藏菩薩) 까지 13 번 있습니다. 각각의 법요에 본존으로 하는 13 의 부처님이 배치되어 있습니다.

## 엔노교자 役行者・役小角 (634-701)

현재의 나라 현에 태어났습니다. 주술을 배워 산악 수행을 실시하여 수험도의 기초를 쌓은 주술자입니다. 실재의 인물이지만 전해지는 인물상은 후에 전설에 의한 것에 큽니다. 통칭을 엔노 교자 (役行者)로 불려 수험도의 개조라고 여겨집니다. 시코쿠에서는 12 번 쇼산지(燒山寺), 47 번 야사카지(八坂寺), 60 번 요코미네지 (橫峰寺), 64 번 마에가미지 (前神寺)를 열었다고 합니다.

## 후레데릭크 스타르 Frederick Starr (1895-1933)

시카고 대학 교수(인류학)로 15 차례 방일하였습니다. 자작의 납찰을 일본 각지의 여행지 가지고 다니며 절과 신사에 붙였기 때문에 「부적 박사 (お札博士)」로 불립니다. 1921년 30일 간의 순례를 경험하고 53번 엔묘지(円明寺)에 있던 최고 (最古)의 청동 납찰을 소개하였습니다. 후지 산에 5회 등반한 그의 유골이 후사산기슭에 매장되어 있습니다.



## 후레데릭크 스타르

## 교기 行基 (668-749)

오사카부 출신의 승려. 간사이 지방을 중심으로 빈민 구제와 치수, 신전개발이나 가교 등의 사회 사업에 활동하였습니다. 745년에 정부로부터 일본 최초의 대승정의 지위를 받았습니다. 또 정부로부터 보살의 칭호가 보내져 교키 보살이라고 불리웁니다.

시코쿠에서는

찰소 중 30 개 절의 창설과 관계가 있다라고 합니다.

### 조소카베 모토치카 長宗我部元親 (1538-1599)

도사(고치 현)을 지배하는 영주였지만 세력을 확대하여 1585년 시코쿠 전역을 통일하였습니다. 그 침공의 전화로 인하여 도사를 제외한 88 개 찰소의 대부분이 소실되었고, 그 후에 재건될 때까지 각 찰소에게는 고난의 시대였습니다.

### 유베 신넨 真念宥弁 (?~1691)

시코쿠 순례가 오늘과 같이 대중화 된 것은, 17 세기라고 합니다. 1687년 최초의 길 안내서 「시코쿠순례도지남 四国遍路道指南」를 발간하였습니다. 그 외 신넨은 시코쿠를 전주 20 여회, 순례를 하는 사람들이 길을 헤매고 있는 것을 보고, 시코쿠 각지에 표석 200 여기를 세웠습니다. 그 뒤 그는 1690년에 시코쿠 순례의 공덕을 정리한 「시코쿠순례자공덕기 四国遍路功德記」도 간행하였습니다. 또, 그의 협력자인 고야산의 학승 자쿠훈(寂本)에게 여든여덟개의 찰소의 안내소 「시코쿠변찰영장기 四国偏礼靈場記」을 집필받아 간행하였습니다.

### 길이의 단위

일본에서는 1891년에 미터 법을 도입하기 전까지는 중국을 기원으로 하는 척관법을 사용하고 있었습니다. 그래서 넓은 표석에는 정(町)=109m, 리 (里) =3927m로 표기되어 있습니다. 다만, 실정은 지방이나 시대에 따른 편차도 있어, 애매합니다.

### 순례자 관련 정보에 충실한 박물관

에히메 현립 역사 박물관(에히메현 세이요시)

가가와 현립 박물관(타카마츠시)



신넨의 무덤

( 스사키지, 다카마츠시 )

## 18. 불상의 설명

시코쿠 여든여덟개소에서 많이 볼 수 있는 불상의 소개입니다

불교는 다신교이며 일본의 지역 종교인 신도와의 신불 습합 때문에, 사람들의 무한한 기원에 응하여 모습이나 공덕이 다른 다양한 신불이 만들어져 왔습니다. 시코쿠 여든여덟개소에 많은 주된 본존은, 이하에 소개하는 대로. 각 본존의 존재 의의와 공덕을 이해함으로써 참배는 더욱 의미가 있는 것이 될 것입니다.

### 여래(如來)

깨달음을 얻 사람으로, 불교의 세계에서는 부처라고도 불리며 석가를 가르킨다. 가장 높은 위치에 있는 제상. 원칙적으로 소지품을 가지지 않고 장신구도 몸에 걸치지 않았다.

### 석가 여래(釈迦如來)

불교의 개조, 고타마 싯다르타를 존경하여 부르는 법. 석가는 고행의 끝에 득도를 하여 여래가 된 실존의 인물. 그 위대한 힘으로 모든 사람을 구한다.

### 아미타여래 (阿彌陀如來)

이 부처의 수명은 한이 없고, 그 빛은 모든 나라들, 사람들을 비추고 시간과 공간의 제약을 받지 않는 초인. 아미타 여래를 믿는 것은 극락 정토에 왕생할 수 있다고 여겨진다.

### 약사 여래 (藥師如來)

다른 여래가 사후의 안락을 들어주는 것에 비해, 병에 괴로워하는 사람들을 구해 준다라고 하는, 현실적인 소원을 실현하여 주기 때문에 친밀감이 있는 부처님. 원손에 약호를 가지고 있는 것이 특징.

### 대일 여래 (大日如來)

몸치장한 그 모습은 대일여래가 아직 젊은 무렵의 석가를 모델로 하고 있기 때문. 또 우주 자체를 장신구로서 몸에 걸치고 있다라고 한다. 밀교의 세계에서 가장 위대한 여래.



석가 여래, 아미타여래, 약사 여래, 대일 여래

## 보살 (菩薩)

여래에 시중들고 수행을 하면서, 사람들을 구하는 노력을 한다고 한다. 관, 목걸이, 귀걸이 등으로 몸취장하고, 손에는 사람들의 소원을 이루어 주기 위하여 소지품을 가지고 있다.

### 십일면 관음보살 (十一面觀音菩薩)

본체의 얼굴 이외에 두상에 인간의 희로애락을 표현한 11 개의 얼굴을 가진 보살이다. 깊은 자비에 의해 사람들을 모든 고통으로부터 구하는 부처라고 하여 여신과 같은 용모로 만들어진 것이 많다.

### 천수 관음보살 (千手觀音菩薩)

천개의 손의 각각의 손바닥에 외눈을 가지고 있다. 천의 눈으로 사람들의 고민이나 고통을 제대로 찾아내어, 천의 손으로 반드시 뿌리쳐 구제하려고 한다.

### 지장보살 (地藏菩薩)

대지가 모든 생명을 기르는 능력을 가지도록, 사람들을 구한다. 일반적으로는 「아이의 수호신」으로서 알려져 있다. 석가의 입멸후 56 억 7000 만년 후에 미륵보살이 출현할 때까지, 현세에 부처가 부재가 되어 버리기 때문에, 중생을 구한다고 여겨진다.

### 성관음보살 (聖觀音菩薩)

보통 인간의 모습을 한 관음을 칭하여 「성관음」이라고 한다. 두상, 두발부의 정면에 아미타 여래의 작은상을 두고, 장신구를 몸에 지니고 원손에는 연화를 가지고



십일면 관음보살, 천수 관음보살, 지장보살, 성관음보살  
있다

### 마두관음보살 (馬頭觀音菩薩)

두상에 말의 머리를 갖는다. 사람들의 무지 · 번뇌를 배제하고 모든 악을 멀한다. 다른 관음상이 여성적이고 온화한 표정으로 표현되는것에 비해, 마두관음만은 눈꼬리를 올려 노발대발한, 송곳니를 드러낸 분노의 표정입니다.

### 허공장보살(虛空藏菩薩)

허공장 보살이란 광대한 우주와 같은 무한의 지혜와 자비를 가진 보살이라는 뜻이다. 학업이나 기억력에 공덕이 있다고 한다. 원손에는 보주를 갖는다.

### 문수보살 (文殊菩薩)

사리를 올바르게 판단하는 지혜를 주는 면학의 부처님. 사자의 등의 연화좌에 앉아, 오른손에 지혜를 상징하는 보검, 원손에 연화와 경권을 가지고 있는 것이 특징.

### 미륵보살 (彌勒菩薩)

석가가 입멸 한 56 억 7 천만년 후의 미래 모습을 나타내어 사람들을 구한다고 되어 있는 미래의 부처. 모습을 드러낸 후는 여래가 되는 것이 정해져 있다.



마두관음보살, 허공장보살, 문수보살, 미륵보살

### 명왕 (明王)

밀교에 의해서 성립한 신으로 대일 여래의 사자. 오른손에 보검, 원손에 견삭등의 무기를 쥐고, 눈을 크게 뜨고 노려보고 있다. 그 위력으로 악을 응징한다.

### 부동명왕 (不動明王)

당으로부터 귀국한 공해가 일본에 전한 밀교 특유의 불상. 대일여래의 화신이며, 무서운 형상과 화염으로 번뇌를 파괴해 준다. 민중의 대역이 되어 지켜준다.



부동명왕

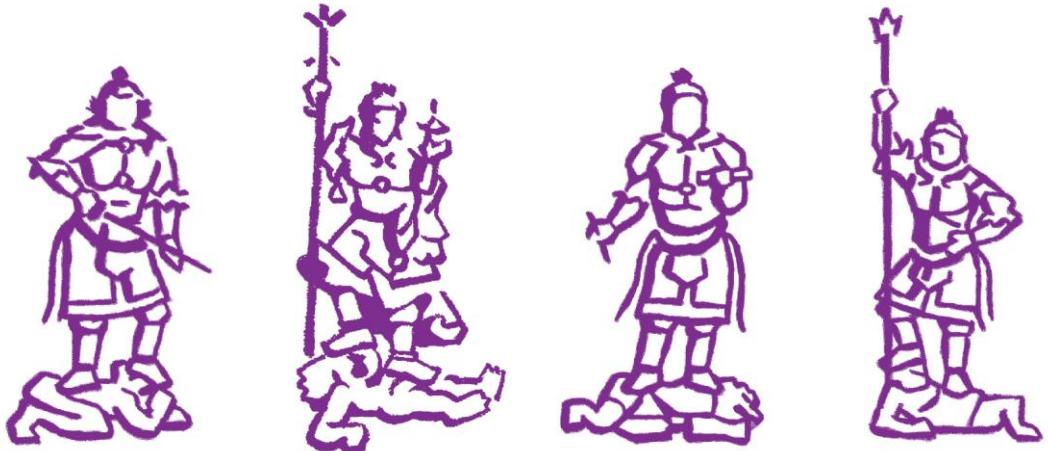
## 천부 (天部)

여래, 보살, 명왕을 불적으로부터 지키는 수호신으로, 바라문교의 신을 기원으로 하는 것이 많다.

## 사천왕 (四天王)

(지국천, 증장천, 광목천, 다문천) 4 상을 총칭하여 사천왕이라고 한다.

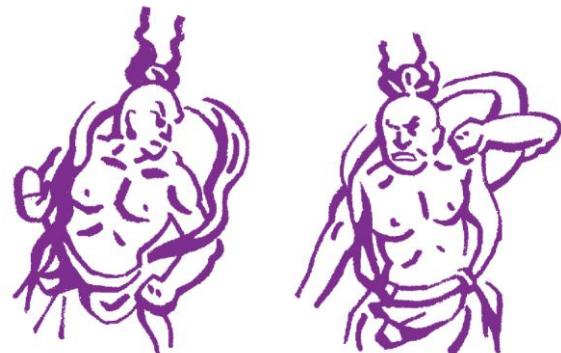
동서남북의 사방에서 불교 세계를 수호하는 역할을 갖고 있다.



지국천, 증장천, 광목천, 다문천

## 금강역사 (金剛力士)

절의 산문의 좌우에 서있는 2 인조의 부처님. 분노의 표정으로 절에 불적이 들어오는 것을 막고 있다. 입을 열고 있는 것이 아형, 닫고 있는 것이 우형. 통칭 「오인왕 사마」라고 불리고 있다.



우형, 아형

## 19. 접근방법

### 일본국내주요도시에서 시코쿠

항공기의 경우	도쿠시마 공항↔도쿄·후쿠오카 고치 공항↔도쿄·나고야·오사카·후쿠오카 마츠야마 공항↔도쿄·나리타·주부·오사카·간사이·후쿠오카·가고시마·나하·서울·상해 다카마츠 공항↔도쿄·나리타·나하·서울·상해·타이베이
철도의 경우	일본국내주요도시↔오카야마↔도쿠시마·고치·마츠야마·다카마츠

### 재팬레일패스

단기 체류와 관광 목적 한정의 매우 특이되는 패스. (신칸센 포함 JR 선을 일정기간동안 횟수, 구간, 거리에 상관없이 이용가능) 일본에 입국하기 전에 신청절차를 할 필요가 있습니다.

교환증가격표 (2016년 3월) 단위 : 엔

종류	그린석		보통석	
	구분	성인	성인	소인
7 일간	38,880	19,440	29,110	14,550
14 일간	62,950	31,470	46,300	23,190
21 일간	81,870	40,930	59,350	29,670

버스의 경우	도쿠시마·아난·카모지마↔도쿄·오사카 (도쿠버스 (徳バス)) 도쿠시마↔나고야·교토·KIX·고베·오카야마·히로시마 (도쿠버스 (徳バス)) 무로토·도쿠시마현 남부↔오사카·고베 (도쿠버스 (徳バス)) 나하리·노이치·토사야마다↔교토·오사카·고베 (キンテ츠 버스 (近鉄バス)) 고치↔도쿄·나고야·교토·고베·오카야마·히로시마·후쿠오카 (토사덴 버스 (とさでんバス)) 고치·아키↔오사카 (토사덴 버스 (とさでんバス)) 스사키·고치↔교토·오사카·고베 (IR 버스) 스쿠모·나카무라·쿠보카와·스사키↔교토·오사카·고베 (キンテ츠 버스 (近鉄バス)) 조헨·우와지마·우노마치·오즈↔오사카·고베 (우와지마자동차 (宇和島自動車)) 오즈·우치코·마츠야마↔도쿄·나고야·오사카 (이요테츠 버스(伊予鉄バス)) 마츠야마↔교토·고베·오카야마·후쿠야마·후쿠오카 (이요테츠 버스 (伊予鉄バス)) 이마바리·사이조·니하마·시코쿠 주부↔도쿄·오사카·고베 (센토우치 버스(せとうちバス)) 아와이케다·도나리·이타노↔오사카·고베 (한큐 버스 (阪急バス)) 마루가메·사카이데·다카마츠·시도↔도쿄·요코하마·나고야 (시코쿠 고속버스(四国高速バス)) 간운지·마루가메·젠토지↔오사카·고베 (시코쿠 고속버스 (四国高速バス)) 다카마츠↔교토·오사카·간사이공항·고베 (시코쿠 고속버스 (四国高速バス)) 다카마츠↔오사카·고베 (푸트 버스(フットバス)) 다카마츠↔히로시마 (JR 시코쿠 버스 (JR 四国バス))
--------	---

버스 정류장은 모든 철도 역에 인접하고 있습니다.

주의) 굵은 글씨는 난카이 난바역에 정차

일본국내 주요도시로부터 고야산

항공기의 경우	간사이국제공항(KIX)↔도쿄·나리타 간사이국제공항(KIX) ↔ 고야산 (난카이전철 南海電車)
철도의 경우	각지↔→오사카 난바←(난카이 전철 南海電車)→고야산

## 시코쿠 이동

### 공공교통기관

시간의 여유가 없을 때, 휴식하고 싶을 때, 포기하고 싶을 때 무리하지 않고 공공 교통기관을 이용하는 방법도 있습니다. 도시 지역 이외에서는 편수가 적습니다.

시코쿠내의 4 현도는 고속버스로 둑여있고, 버스 터미널은 철도역에 인접하여 있습니다.

## 시코쿠와 고야산

난카이 전철 (南海電鉄) <http://www.nankai.co.jp/>

고야산으로 가려면 오사카의 난카이 전철 난바 역이 기점이 됩니다.

난바역에서 고야산역은 특급(特急)으로 약 1 시간 30 분(¥1990)(고야산행 왕복할인티켓 있음)

시코쿠각지에서 난바역로의 접근방법

고속버스의 경우	1. 도쿠시마시에서는 (도쿠버스), 다카마츠시에서는 (푸트버스) 가 난바역 5 층(난카이난바 버스터미널)까지의 직통버스가 있습니다. 먼저 푸트버스는 1 번 료젠키 (靈山寺)에서 도보 25 분거리의 나리토니시 PA 버스 정류장에 정차합니다. (고야산의 버스요금, 그리고 배관시설의 할인권이 세트로 묶인 고야산행의 왕복할인티켓이 있음) 2. 도쿠시마시, 고치시, 마츠야마시, 다카마츠시에서는 난바역의 동쪽방향으로 도보 5 분거리에 오사카시티에어터미널 (O-CAT)을 경유하는 오사카역행의 버스가 있습니다.
철도의 경우	오카야마역에서 신칸센으로 신오사카역에 도착. 신오사카역에서 오사카역을 경유하여 신이마미야역에서 난카이전철로 갈아타거나, 신오사카역에서 지하철로 갈아타서 난바역으로 갑니다.
항공기의 경우	마츠야마공항에서는 간사이국제공항행의 LCC 편이 있습니다. 간사이국제공항에서 난카이전철 간사이국제공항역에서 텐가차야 (天下茶屋) 역 까지 특급으로 약 35 분 (¥1390)
페리의 경우	도쿠시마항에서 와카하마항까지는 난카이 페리로 약 2 시간(¥2,000) 난카이 전철 와카야마항 (和歌山港) 역에서 텐가차야 (天下茶屋) 역 까지 특급으로 약 1 시간 (¥1350) 도쿠시마항에서 고야산역까지 ¥2000 의 인기기획 티켓이 있습니다. 또는 와카야마시역에서 하시모토 (橋本) 역까지 약 1 시간 30 분(¥820), 하시모토역에서 난카이전철로 갈아타고 약 1 시간으로 고야산역이지만 이 쪽은 접촉이 잘 없습니다.

## 고야산에서의 안내

고야산슈쿠보(宿坊)협회 (<http://www.shukubo.net/contents/>)

Tel: 0736-56-2616

## 이시즈치산

이시즈치산으로의 경로는 마츠야마시에서 쿠마(久万)로 버스를 갈아타서 츠치고야(土小屋)에 달하는 경로와 니시조(西条)역에서 버스와 로프웨이를 이용하는 경로가 있습니다. 전자는 4/1-11/30 토일축(土日祝) 한정, 후자는 연중운행. 표고 2000m 가까운 높은산이라 날씨나 장비에 대하여 충분한 준비를 해야 합니다.

## 20. 여행 중 사용하는 일본어

여행지에서 만나는 일반 일본사람들은 대부분 영어를 이해하지 못합니다. 그러나 시코쿠 사람들이 당신이 순례자라는 것을 알면 가능한 당신의 질문에 답하도록 노력을 할 것입니다. 언어의 장벽은 큰 문제가 아닙니다. 전자사전이랑 스마트 폰, PDA 번역 어플은 편리한 도구가 될 것입니다.

YUBISASHI 회화집

각 언어를 PDF로 다운로드 가능합니다.

<http://www.jnto.go.jp/eng/pdf/>



### 기본용어

한국어	일본어 읽는 법	일본어
네 / 아니요	hai / iie	はい / いいえ
부탁드립니다.	onegai shimasu	お願いします
감사합니다.	arigatō gozaimasu	ありがとうございます
천만의 말씀(입니다)	dō itashimashite	どういたしまして
죄송합니다.	sumimasen	すみません
미안합니다.	gomennasai	ごめんなさい
안녕하세요. (아침인사)	ohayō gozaimasu	おはようございます
안녕하세요. (낮에 하는 인사말)	konnichiwa	こんにちは
안녕하세요. (밤에 하는 인사말)	konbanwa	こんばんは
안녕히 주무세요.	oyasumi nasai	おやすみなさい
안녕히 가십시오.	sayonara	さようなら
~~씨	....san	～～さん

### 숫자

1	ichi	いち(一)	11	jū-chi	じゅういち(十一)
2	ni	に(二)	12	jū-ni	じゅうに(十二)
3	san	さん(三)	20	ni-jū	にじゅう(二十)
4	yon	よん(四)	30	san-jū	さんじゅう(三十)
5	go	ご(五)	50	go-jū	ごじゅう(五十)
6	roku	ろく(六)	100	hyaku	ひゃく(百)
7	nana	なな(七)	200	ni-hyaku	にひゃく(二百)
8	hachi	はち(八)	1,000	sen	せん(千)
9	kyū	きゅう(九)	10,000	ichi-man	いちまん(一万)
10	jū	じゅう(十)	0	zero	ぜろ(0)

### 시간/요일

분	fun	ふん	일요일	nichi-yōbi	日曜日
시	ji	じ	월요일	getsu-yōbi	月曜日

일	hi/nichi	ひ/にち	화요일	ka-yōbi	火曜日
월	gatsu	がつ	수요일	sui-yōbi	水曜日
오전	gozen	ごぜん	목요일	moku-yōbi	木曜日
오후	gogo	ごご	금요일	kin-yōbi	金曜日
밤	yoru	よる	토요일	do-yōbi	土曜日

### 날짜 읽는 법

1 일	tsuitachi	一日	9 일	kokonoka	九日
2 일	futsuka	二日	10 일	tōka	十日
3 일	mikka	三日	11 일	jū-ichi-nichi	十一日
4 일	yokka	四日	12 일	jū-ni-nichi	十二日
5 일	itsuka	五日	20 일	nijū-nichi	二十日
6 일	muika	六日	21 일	nijū-ichi-nichi	二十一日
7 일	nanuka	七日	22 일	nijū-ni-nichi	二十二日
8 일	yōka	八日	30 일	sanjū-nichi	三十日

### 기본단어

현금	genkin	현금	전화	denwa	電話
우체국	yūbinkyoku	郵便局	휴대전화	keitai	携帯電話
표	kippu	きっぷ	스마트폰	sumaho	スマホ
지도	chizu	ちず	와이파이	wai-fai	ワイファイ
교차점	kōsaten	交差点	손/다리	te / ashi	手/足
신호	shingō	信号	신발	kutsu	靴
도시락	obentō	弁当	약	kusuri	薬
물/차	mizu / ocha	水/お茶	대중목욕탕	sentō	銭湯

### 자주 쓰는 용어

미터, 킬로미터	mētoru / kiro-mētoru	メートル, キロメートル
앞으로 5km	ato go kiro	あとごきろ
앞으로 30 분	ato sanju pun	あと 30 ふん
한국어를 아세요?	kankoku go ga wakarimasuka	かんこくごがわかりますか
일본어를 모릅니다.	nihongo ga wakarimasen	にほんごがわかりません
모르겠습니다.	wakarimasen	わかりません
알겠습니다.	wakari mashita	わかりました
저는 한국사람입니다.	watashi wa (kankoku) jin desu	わたしは(韓国) じんです
이름이 어떻게 되나요?	namae wa nan desuka	なまえはなんですか
기운 해했습니다.	michi ni mayoi mashita	みちにまよいました
왼쪽/오른쪽	hidari / migi	ひだり/みぎ
왼쪽 (오른쪽) 으로 돌다.	hidari(migi) e magaru	ひだり (みぎ) へ曲がる
동·서·북·남	higashi / nishi / kita / minami	東·西·北·南
지금 몇 시입니까?	ima nanji desuka	今何時ですか
....로 연락해 주세요.	....ni renraku shite kudasai	....に連絡してください
의사(경찰)을 불러 주세요.	isha(keisatsu) wo yonde kudasai	医者(警察)を呼んでください

배가 아파요.	onaka ga itai dasu	おなかが痛いです
열이 있습니다.	netsu ga arimasu	熱があります
잠깐만 기다려 주세요.	chotto matte kudasai	ちょっと待ってください

## 장소 물어보기

~~는 어디입니까?	.....wa doko desuka	~~はどこですか			
화장실	toire	トイレ	슈퍼마켓	super	スーパー
역	eki	駅	편의점	conbini	コンビニ
버스정류장	basu-tei	バス停	병원	byōin	病院

## 숙박관계

예약바랍니다.	yoyaku onegai shimasu	予約お願ひします
죄송합니다. 캔슬(취소)하겠습니다.	sumimasen cancel shimasu	すみません キャンセルします
어제/오늘/내일	kinō / kyō / ashita	きのう/きょう/あした
모레	asatte	あさって
한 명 입니다. / 두 명 입니다.	hitori desu / futari desu	ひとりです / ふたりです
이름은~~입니다.	name wa ....desu	なまえは~~です
(6) 시에 도착합니다.	(roku) ji ni tsukimasu	(6) 時に着きます
지금~~에 있습니다.	ima ....ni imasu	いま~~にいます
아침식사 / 저녁식사	chōshoku / yūshoku	朝食 / 夕食
저녁식사 부탁합니다.	yūshoku onegai shimasu	夕食お願ひします
잠만 잘 것 입니다.	sudomari desu	素泊まりです
한 그릇 더 주세요.	okawari onegai shimasu	おかわりお願ひします
얼마 입니까?	ikura desuka	いくらですか
카드 사용 가능합니까?	kādo wa tsukae masuka	カードは使えますか
인터넷(wi-fi) 사용 가능합니까?	Internet (waifai) wa tsukae masuka	インターネット(wi-fi)は使えますか
욕실	ofuro	おふろ
세탁 가능한가요?	sentaku dekimasuka	洗濯できますか
맛있어요.	oishii desu	おいしいです
저는 채식주의자 입니다.	watashi wa vegetarian desu	私はベジタリアンです
생선과 채소는 먹을 수 있습니다. 고기만 못 먹습니다.	sakana to yasai wa OK. niku wa dame.	魚と野菜は大丈夫。肉だけダメ。
생선·고기 둘 다 못 먹습니다.	sakana to niku no ryōhō dame	魚・肉の両方ダメ。

고기는 못 먹습니다. 쇠고기와 돼지고기 둘 다 못 먹습니다.	niku wa dame. gyūniku to buta no ryōhō dame.	肉はダメ。牛肉と豚肉の両方ダメ。
쇠고기는 못 먹지만 돼지고기는 먹을 수 있습니다.	gyūniku wa dame. buta wa OK.	牛肉はダメですけど豚肉は大丈夫。
일박/이박	i-ppaku / ni-haku	一泊/二泊
만실	manshitsu	満室
합숙실	aibeya	相部屋

## 21. 외국어 가능 안내소

### 공공관광안내소

O: 개설 시간 T: 전화번호 C: 휴업일

투어리스트 인포메이션 센터 (여행 안내소) - (TIC)  
(신도쿄 빌딩 1F, JR 게이요센 (京葉線) 도쿄역 6 번출구)

O: 9 am – 5 pm	T: 03-3201-3331	C: 1/1
----------------	-----------------	--------

나리타 공항 터미널 1 투어리스트 인포메이션 센터  
(도착 로비 1F)

O: 8 am – 8 pm	T: 0476-30-3383	
----------------	-----------------	--

나리타 공항 터미널 2 투어리스트 인포메이션 센터  
(도착 로비 1F)

O: 8 am – 8 pm	T: 0476-34-5877	
----------------	-----------------	--

간사이 공항  
(도착 로비 1F)

O: 7 am – 10 pm	T: 072-456-6160	
-----------------	-----------------	--

오사카 투어리스트 인포메이션 센터  
(난카이 전철(南海電鉄) 난바역 1F)

O: 9 am – 8 pm	T: 06-6631-9100	C: 12/31 – 1/3
----------------	-----------------	----------------

고베시 종합 인포메이션 센터  
(JR 산노미야역 남측)

O: 9 am – 7 pm	T: 078-322-0220	C: 12/31 – 1/2
----------------	-----------------	----------------

모모타로 관광센터  
(JR 오카야마역 2F)

O: 9 am – 8 pm	T: 086-222-2912	
----------------	-----------------	--

히로시마시 관광안내소  
(JR 히로시마역 남쪽 출구)

O: 9 am – 5:30 pm	T: 082-261-1877	
-------------------	-----------------	--

도쿠시마현 국제교류협회(TOPIA)  
(JR 도쿠시마역 빌딩 6F)

O: 10 am – 6 pm	T: 088-656-3303	C: 12/29 – 1/3
-----------------	-----------------	----------------

미요시시 관광안내소  
(JR 아와 이케다역 앞)

O: 9 am - 6 pm	T: 0883-76-0877	C: 연말연시
----------------	-----------------	---------

고치현 “I” 안내소  
(고치역 앞)

O: 9 am - 5 pm	T: 088-826-3337	
----------------	-----------------	--

아키 관광정보센터  
(아키역 도보 3 분)

O: 8 am - 5:30 pm	T: 0887-34-8344	C: 연말연시
-------------------	-----------------	---------

시만토시 관광안내소  
(나카무라역 도보 5 분 선리버 시만토)

O: 8:30am - 5:30 pm	T: 0887-35-4171	
---------------------	-----------------	--

도고온천관광안내소  
(도고온천역 앞)

O: 9:00am – 8:00pm	T: 089-943-8342	
--------------------	-----------------	--

에히메현 국제교류센터 (EPIC)  
(마츠야마시내전차 미나미쵸하차 히메진홀앞)

O: 8:30 am – 5 pm	T: 089-917-5678	C: 토일축 / 12/29 – 1/3
-------------------	-----------------	----------------------

이마바리 지방 관광정보센터  
(이마바리역 구내)

O: 9 am - 7 pm	T: 0898-36-1118	C: 12/29 – 1/3
----------------	-----------------	----------------

다카마츠시 인포메이션 프라자  
(JR 다카마츠역 앞)

O: 9 am – 6 pm	T: 087-851-2009	C: 12/30 – 1/3
----------------	-----------------	----------------

다카마츠공항 종합안내소  
(다카마츠공항 1F)

O: 8 am - 9:35 pm	T: 087-814-3355	
-------------------	-----------------	--

## 22. 길가에서 전해지는 순례 관계의 전설·구전

시코쿠는 코우보우 대사 일존화가 일본의 다른 지역보다 현저하므로 대사에 얹힌 이야기를 찾으면 끝이 없다. 무엇이든 대사에 연결시키는 경향이 있다. 다른 사람의 이야기가 시대를 거치면서 대사가 주인공이 되거나 하는 사례도 있다.

### 10 번 키리하타관음 (切幡觀音) - 토쿠시마현 아와시

공해가 이곳을 지났을 때, 손상된 옷의 수선에 쓸 옷감을 찾자, 베짜는 여인은 아낌없이 새로운 옷감을 내밀어 주었다. 공해는 여인의 「부처를 섬기는 몸이 되어 사람들을 구하고 싶다」라는 소원을 들어주어 출가 시키자 연인은 바로 천수관음 보살의 모습으로 바뀌어 버렸다. (즉신성불)



키리하타관음

### 류스이안 (柳水庵) - 도쿠시마현 카미야마초

어느 여름의 일, 한 순례자가 이 곳에서 피로와 갈증으로 쓰러져 버렸다. 거기에 한 승려가 마침 그곳을 지나가다 버들 가지로 빌었더니, 그 곳에서 청수가 솟아나서 순례자는 살아났다. 그리고 그 버들가지를 꽂은 것이 뿌리내려, 용수와 함께 순례자의 휴식의 장소가 되었다.



류스이안

### 18 번 온잔지 (恩山寺) - 도쿠시마현 고마쓰시마시 효자 공해

원래 이 절은 여인 금제의 도장이었다. 공해가 수행을 하고 있을 때에 어머니인 타마요리 고젠 (玉依御前) 이 멀리 젠초지 (善通寺)에서 찾아왔다. 거기에서 공해는 여인 금제를 해제하기 위하여 폭포수를 맞아가며 17 일간 비법을 수련하고, 여인 개금을 성취하여 어머니를 맞아들일수 있었습니다. 그 뒤 어머니는 이곳에서 머리를 밀고 출가하였다고 알려졌다.



온잔지

### 19 번 타츠에지 (立江寺) - 도쿠시마현 고마츠시마시 부처님은 악행을 다 알고 계시다.

시마네 현의 오쿄라는 여자가 남편을 살해하고 바람핀 상대와 함께 시코쿠로 도망왔다. 반성의 의미도 있어 본존을 빌자, 오쿄의 흑발은 조종의 뱃줄에 감기어 버렸다. 오쿄가 참회하자 흑발이 살과 함께



타츠에지, 흑발당

벗겨지고, 간신히 목숨은 건졌다. 타츠에지는 시코쿠 영지의 관문의 하나로, 악인은 앞으로 나아갈 수 없다라고 알려졌다.

### 시라사기바시 (白鷺橋) - 도쿠시마현 고마츠시마시 다츠에지 문 앞

교기가 쇼무천황의 칙명을 받아, 코묘황후의 순산의 영지불로서 본존 연명지장을 만드는 사람을 건립하게 되어, 적합한 토지를 찾던 중 한마리의 백로가 훌훌 내려 앉어 타츠에강(立江川)에 놓여진 다리 위에 멈췄다.

백로가 내려앉은 다리를 시라사기바시(백로 다리)라고도 고고노츠하시(아홉개의 다리)라고도 한다. 고고노츠하시라는 이름의 기원은 구계(九界)의 지위를 나타내는 표시이며 적악사견의 사람은 이 다리 위에 서면 저절로 눈이 어두어지고 다리는 움츠러져서 한발짝도 못 걸게되고, 그 때에는 반드시 백로가 한마리 훌훌 내려 앉아 다리 위에 서 있었다고 한다.

다리 위에 백로의 모습을 보지 못하고 다리를 건너는 사람은 선남 선녀라고 한다.

### 바람의 길에 서리가 내리지 않은 전설 - 도쿠시마현 카츠우라쵸

대사가 오츠야노 이시(お通夜の岩)에서 츠야(通夜)를 하였는데, 폭설과 추위에 견디지 못하고 마을 사람에게 하룻밤의 숙박을 부탁하자, 마을 사람은 소중한 베틀을 부수고 그 장작으로 몸을 녹였다. 대사는 마을 사람들로부터 「식수와 서리로 어려움을 겪고 있다」라는 것을 듣고 친절의 답례로 지팡이로 청수를 파고 염불을 주창하여 서리를 봉했다.

이쿠나(生名)와 사카모토(坂本)의 위치 관계에서, 드넓은 분지의 이쿠나에서는 공기가 따뜻해지기 쉽고, 이에 반하여 사카모토는 이쿠나에 비해 높은 위치에 있어 계곡의 물도 차갑고 공기가 식어 지형적으로는 좁은 골짜기가 된다. 이 관계에서 이쿠나에서 사카모토로 향하는 상승 기류가 불기 때문에 사카모토는 서리가 발생하기 어렵다. 「서리가 내리지 않은 전설」은, 이 풍토와 딱 매치 하고 있다.



### 샤신가타케 (舍心ヶ嶽)

공해가 24 세 때에 저작 「삼교지귀 (三教指帰)」에 「아코쿠오타키다케 (阿国大瀧嶽)에 기어 올라가 도슈(土州) 무로토곶(室戸岬)에 근녕하고, 산골자기의 울림을 아끼지 않는 명성내영(明星來影)이다.」라고 기록되어 있어, 이 곳에서 그가 19 살 때, 허공장보살(虛空藏菩薩)의 진언을 100 만번 주창하면 초인적인 기억력을 얻는다는 「허공장구문지법 (虛空藏求聞持法)」의 수행을

### 바람의 길



샤신가타케

하였다고 전해진다.

청년 시대의 사상 형성에 중요한 역할을 한 것은 의심할 여지가 없는 사실이다.

#### 특별 4 번 사바대사(鯖大師) - 도쿠시마현 카이요초

수행 중인 교키(후에 공해로 바뀜)가 언덕길에서 쉬고 있었을 때, 소금에 절인 고등어를 나르는 마부와 호흡이 거친 말이 마침 지나갔다. 교키는 말을 걱정하였지만 마부는 상대하지 않았다. 교키는 마부를

개심시켜야만해서, 지친 말을 활력을 되찾게 하고, 소금에 절인 고등어를 되살아나다가 함으로써 마부에 인간의 욕심은 끝이 없다는 것을 가르쳤다. 불교에 눈이 뜨인 마부는 이 곳에서 사바 대사의 기원이 되는 교키암(行基庵)을 맺었다. 이 절에서 기원하고 고등어를 3년 단식하면 소원이 이루어진다고 한다.

#### 하하가와 (母川) - 도쿠시마현 가이요초

어느 해, 가뭄이 계속되어 식수가 부족하게 되어 한 어머니가 어린아이에게 물을 먹이려고 산중 깊이 헤치고 들어가 발견한 청수를 가지고 돌아가는 도중에 순례 승려를 만났다. 승려는 소중해 보이는 그 물을 원하자 어머니는 「우리 아이를 위해서지만 순례자니까」 라며 승려에게 주었다. 감격한 승려는 그의 오고저로 지면을 가지(加持) 하니, 금세 강이 되었다. 그리고 이 강을 하하가와라고 부르며, 물은 마르지 않고 항상 깨끗하고 맑았다.

#### 고로고로이시 (ごろごろ石) - 고치현 토요초

「고로고로(ごろごろ)」란 돌이 많이 있는 모습의 일본어 형용사.

포장도로가 없는 시대, 이 구간은 파도를 맞으면서 좁고 미끄러운 바위를 날거나 뛰면서 세심하게 주위를 기울이며 걸었던 험한 곳이기 때문에, 이 말이 이 지역에 전해진다.

#### 미쿠로도(御藏洞) - 고치현 무로토시

대사가 나라의 대학을 중퇴한 후, 수행하였다고 전해지는 「미쿠라도(御藏洞)」 대사가 19 세 때, 수행을 하고 있을 때에 「하늘에 빛나는 명성(明星)이 입으로 날아 들어 왔다」라고 하는 신비한 체험을 하였다고 그의 저서에 기술되어 있는 동굴.



사바대사



하하가와



고로고로이시



미쿠로도

## 무로토 7 불가사의(室戸七不思議) - 고치현 무로토시 · 호츠미사카지

1. 이치야콘류의이와야(一夜建立の岩屋) : 대사가 하룻밤에 건립한 오쿠노인
2. 뜻먹는 토란(不喰芋) : 후에 기술
3. 비틀린 바위(捻れ岩) : 대사가 어머니를 피난시키기 위하여 법력으로 구부린 바위
4. 카네이시(鐘石) : 금속소리로 울리는 돌
5. 명성석(明星石) : 대사의 법력으로 돌이 빛나 독룡이 도망 갔다.
6. 눈 씻는 우물(目洗いの井戸) : 대사가 가지(加持)한 눈병에 효과있는 물
7. 교주즈이노이케(行水の池) : 공해가 수행 중에 목욕 재계한 연못



무로토 7 불가사의, 4. 카네이시



신쇼지



이와모토지



곤고후쿠지

## 37 번 이와모토지 7 불가사의 (岩本寺七不思議) - 고치현 시만토쵸

1. 순산 봇꽃(子安桜) : 대사가 봇꽃 나무 아래로 순산의 기도를 했다.
2. 산도구리(三度栗) - 후에 기술
3. 입 없는 거머리(口なし蛭) : 대사의 기도로 입이 없어진 거머리
4. 꽃 조개(桜貝) : 해변의 조개 껌대기가 벚꽃의 꽃잎으로 바뀌었다.
5. 후데구사(筆草) : 대사가 봇을 해변에 묻으니 봇과 비슷한 풀이 자라났다.
6. 엉덩이가 없는 조개(尻なし貝) : 스님의 가지(加持)로 끝이 뾰족한 조개가 둥글게 되었다.
7. 문이 없는 촌장(戸立てずの庄屋) : 스님의 법력으로 도둑이 못 들어가게 된 집

## 38 번 곤고후쿠지 (金剛福寺) - 고치현 도사시미즈시

아시즈리곶은 "보타낙(補陀洛)" (관음보살이 사는 산으로 극락 정토로서 숭배되고 있는 이상의 세계)에 가장 가깝다고 여겨지고 있다. "보타낙 항해"는 작은 배를 타고 보타낙의 땅을 목표로 하여, 절해의 저쪽으로 저어 나가는 희망과 절망의 항해이다.

#### 아시즈리 7 불가사의 (足摺七不思議) - 고치현 도사시미즈시 · 곤고후쿠지

1. 지옥구멍(地獄の穴) : 본당 아래까지 통하는 구멍
2. 코우보우대사 조굴의 돌(爪掘の石) : 대사가 손톱으로 바위에 글자를 새겼다.
3. 카메요비바(亀呼場) : 대사가 바다의 암초를 건너기 위해서 거북이를 부른 곳
4. 하룻밤에 건립 안 된 토리이(一夜建立ならずの鳥居) : 대사가 하룻밤에 건립하지 못한 토리이의 흔적
5. 조수의 간만 수수발(潮の満干手水鉢) : 조수 간만에 연동하여 오르내리는 바위의 물
6. 카메이시(亀石) : 카메요비바의 방향을 향하고 있다.
7. 흔들리는 돌(ゆるぎ石) : 돌의 움직임의 방향으로 마음의 선악을 안다. 그 외.

#### 42 번 부츠모쿠지 (仏木寺) - 에히메현 세이요시 동물에게 우호적인 절

공해가 노인의 권유로 소 등에 타고 얼마동안 가자 녹나무에 보주가 걸려 빛을 발하고 있었다. 그것은 일찍이 공해가 당나라에서 유연의 땅이 선정되도록과 동쪽을 향하여 던진 것이었다. 그 인연으로 경내의 가축당에는 소나 말을 공양하러 가는 사람이 많았다. 애완 동물 공양으로 방문하는 사람도 많다.

#### 43 번 메이세키지 (明石寺) - 에히메현 세이요시 돌을 들었기 때문에 「아게이시상 (あげいしさん)」

옛날, 짙고 아름다운 소녀에 화신한 천수관음보살이 심야에 큰 돌을 나르고 있는 중에 어느새 날이 밝아 버렸다. 태양이 떠오르는 것을 보고 놀란 화신은 자취를 감추어 버렸다고 한다. 그 돌을 하쿠오 곤겐(白王權現)으로 모시고, 사당을 모시는 지금도 현지인들은 「아게이시상」이라고 친숙하게 부르고 있다.



아시즈리 7 불가사의, 1. 지옥구멍



부츠모쿠지, 가축당



하쿠오 곤겐(메이세키지 부근)



토요가하시, 다리 밑에  
곤겐(白王權現) 모시는 곳

## 특별 8 번 토요가하시 (十夜ヶ橋) - 에히메현 오즈시

코우보우 대사가 대한(大寒)의 날에 이 다리 밑에서 노숙을 하였더니 추위와 배고픔 등 때문에 잠을 이루지 못하고, 하룻밤이라고는 하나 새벽까지 열흘 밤의 길이로 느꼈다는 것에서 토요가하시라는 이름이 지어졌다. 다리를 지날 때는 다리 밑의 코우보우 대사에 주의하며 지팡이를 짚지 않는 풍습의 기원이 되고 있다.



아미카케이시

농작업의 방해가 되는 두개의 바위를 마을 사람 모두 나와 이동시키려고 하였다. 큰 돌은 꼼짝도 하지 않아, 어찌 하면 좋을까라고 망연자실하며 몹시 난감해 하고 있었다. 마침 거기를 지나가던 사람이, 시코쿠 각지를 수행하던 코우보우대사. 코우보우대사는 어려움을 겪고 있는 마을 사람을 구하려고, 2 개의 큰 돌에 그물을 씌우고 멜대로 메어 옮기는 중, 멜대가 부러져 버렸다. 하나는 부근의 오쿠보(大久保)로 날라가고, 다른 하나는 지금의 장소에 남아있다라고 알려졌다. 돌에는 그물을 무늬가 있어, 그물을 씌우다=아미카케이시로 불리고 있다.



에몬 사부로상, 이시테지

## 에몬 사부로 (衛門三郎) 의 전설 (시코쿠 순례의 시작)

### - 에히메현 마츠야마시

서기 824년. 에몬 사부로는 이요-에바라노쇼(伊予荏原の庄)의 탐욕무도의 호족이었다. 어느 날, 사부로의 집 앞에 허름한 옷차림의 객승(공해)이 탁발을 왔지만 빗자루로 쳐서 쫓아버렸다. 맞은 객승의 철발은 8 개로 깨져 사방으로 튀었다.

그 다음날부터 사부로의 8 명의 아이가 차례차례로 죽어 버리고, 천하의 사부로도 슬픔에 잠기었다. 어느 밤, 사부로의 꿈에 공해가 나타나 「그대의 죄악으로 아이가 숨진 것이다, 시코쿠 사원을 순례하는 것으로 참회가 이루어진다」라고 고했다. 빗자루로 친 객승이 공해라는 것을 깨닫고, 후회한 사부로는 공해를 만나서 참회의 마음을 전하고자, 뒤를 쫓듯이 시코쿠를 돌지만 좀처럼 만날 수 없었다. 21 바퀴째는 여기 까지만 하고 거꾸로 도는 것을 결심하였는데, 12 번 쇼산지(燒山寺) 기슭에서 마침내 힘이 다해 쓰러져서 버렸다. 거기에 나타난 공해는 사부로에게 무언가 희망하는것이 있는지 물었더니 「후세에는 이요국 코노가(河野家)로 다시 태어나고 싶다」라고 부탁하며 숨을 거두었다. 공해는 사부로의 손에 「에몬사부로재래 衛門三郎再來」라고 쓴 돌을 쥐게 한 후 재래를 기원했다. 나중에 코노가에 남자아이가 태어났지만 손을 필려고 하지 않았다. 간신히 핀 그 손에서 「에몬사부로재래 衛門三郎再來」라고 쓴 돌이 나왔습니다. 남자아이는 에몬 사부로로 다시 태어난 것이다. 그 돌은 이시테지(石手寺)에 납입되었다. 이것이 시코쿠 순례의



시작이라고 알려졌다.

### 외눈 봉어의 우물 (片目鰐の井戸) - 에히메현

마츠야마시

농가의 점심때 근처 우물에 있는 봉어를 굽기 시작하였다. 거기에 탁발 모습으로 수행 중인 코오부우 대사가 지나가면서 「불쌍도하지. 봉어를 넘겨주세요」라고 부탁했다. 백성은 「외눈은 벌써 구워져서 살릴수는 없다」라고 대답하였지만, 코우보우대사는 양면이 구워진 봉어를 받아, 우물 속으로 던져 넣고 염불을 외니 살아났다고 한다. 이후, 이 우물에는 외눈의 봉어가 수로로 연결되어 있던 무라사키이도 (紫井戸)를 함께 오갔다고 전해진다.



이누즈카-이케

### 이누즈카-이케 (犬塚池) - 에히메현 이마바리시

옛날, 57 번 에이후쿠지(栄福寺)와 근처의 58 번 찰소센유지(仙遊寺)에서는 1 마리의 개를 키우고 있었다. 당시, 한 스님이 두 절의 주지를 하고 있었으므로, 부재중 절을 맡은 에이후쿠지, 센유지의 동자승들은 주지가 볼일이 생기면 절의 종을 울려 개를 불러, 주지의 심부름을 부탁하였다. 그러나 어느 날, 우연인지 동자승들의 장난인지 정말로 동시에 절의 종소리가 울렸다. 어디로 갈것인지 결정하지 못 하였던 개는 눈앞의 연못에 몸을 던져 목숨을 잊어버렸다. 이 후, 이 연못은 이누즈카-이케(犬塚池)라고 불린다.



고토히키산로부터 서쪽을 바라본다



만노 이케

### 68 번 지넨인 (神惠院) - 가가와현 간온지시

「고토히키 (ことひき)」 (지명)의 유래가 된 전설  
다이호 3년(703년)에 수행 중인 법상종의  
고승 · 닛쇼 쇼닌(日証上人)이 바다에서 거문고를  
연주하는 노인이 탄 작은 배를 찾아낸다. 그의 귀에 우사하치만 대보살(宇佐八幡大菩薩)의  
신불의 계시가 들려, 노인을 대보살의 화신이라고 느끼고 신주와 거문고를 끌어올려  
고토히키산 (琴弾山)에 모시고, 고토하치만궁(琴弾八幡宮)이라고 하였다. 메이지의 신불  
분리령으로 코토히키 신사(琴弾神社)와 지넨인(神惠院)으로 분리되었다.

### 만노 이케 (満濃池) - 가가와현 만노초

가가와 현은 옛날부터 비가 적었고, 민중은 물부족으로 시달리고 있었다. 그 대책으로 조성된 만노 이케는 현재에도 일본 제일의 저수지라고 할 정도의 규모이며, 그 수축은 난공사로 좀처럼 진행되지 않았었다. 그 정황을 해결하기 위하여 821년에 공해가

파견되자 당시 이미 현지의 우상인 그를 존경하여 모여든 사람들의 활약으로 3 개월만에 순식간에 완성하였다.

### 스토쿠 상황 (崇徳上皇) - 가가와현 사카이데시

상황은 천황을 퇴임한 관위. 스토쿠 상황 (1119-1164)의 시대는 794년부터 헤이안 시대가 계속되는 안정된 사회 체제에서, 황족은 패권의 획득에 시종 일관하고 있었다. 그는 이런 상황 속에서 1123년에 명목뿐인 75대 천황이 되어, 1142년 당시의 상황으로부터 퇴위되었다. 퇴임 후에도 복수의 유력자에 의해 정쟁은 이어져, 마침내 1156년에 내란이 된다. 내란에 패한 스토쿠 상황은 가가와현 사카이데로 유배된다. 사카이데에서는 유폐 생활을 보내고, 1164년의 봉어(崩御)는 암살로 알려졌다. 그 계절은 여름이었고, 사후 조치를 수도(교토)의 대답을 기다리는 동안 시신의 부패를 막기 위해서 「야소바의 물(八十場の水)」에 담갔다고 한다. 그 뒤 81번 시라미네지(白峰寺) 부근에서 화장 되었던 그 자리에 매장 되었다. 79번은 그래서 텐노지(天皇寺)의 이름이며, 그 옆의 시로미네궁(白峯宮)은 그를 모신다. 후세에 그의 불우한 생애때문에 원령으로 이야기와 그림에 등장하는 경우가 많다.



تون덴(스토쿠 상황묘),  
시라미네지



야소바 시미즈

### 야소바 시미즈 (八十場の清水) - 가가와현 사카이데시

게이코 천황 (景行天皇)의 어세 (御世), 남해의 괴어 (怪魚)을 퇴치하려 야마토 타케루(日本武尊)의 아들과 하인 80명이 싸웠으나 괴어에 먹혔다. 그들은 괴어의 뱃속에 불을 피워 배를 가르고 탈출하고, 괴어는 절명하였다. 탈출하였어도 괴어의 독기에 의해 가사상태인 병사에게 동자가 가져온 야소바의 물을 먹였더니 모두 소생하였다. 그 후, 야마토 타케루의 아들은 사루에오 (讚留靈王)로서 일대를 다스리게 됐다.



고쿠분지의 종



비사문굴의  
『시코쿠순례길지남』 (1687)

8명으로 하루 만에 나르는 일이 가능하였다고 한다. 그리고 이전보다도 잘 올리게 되어, 사람의 마음을 온화하게 하는 종이 되어 지금도 그 소리를 들려준다.

### 비사문굴의 사신 (毘沙門窟の捨身) - 가가와현 다카마츠시

빈고의 나라(備後の國)의 대사를 신앙하는 승려

운시키(雲識)가 18살 꿈속에 「순례에 나와, 사누키의 시로미네지(白峰寺) 치고가타케(児が岳)에 임하라」라는 계시가 있었다. 그는 1681년 여름에 마루가메에서 순례를 시작하여 치고가타케(児が岳)에 이르러 사신(捨身)을 시도하였으나 벼랑의 바위에 걸리고, 다시 시도하여도 난데없이 나타난 승려가 그를 도왔다.



### 고시키다이 아오미네산 (五色台青峰山)의 우귀 (牛鬼) 전설 - 가가와현 다카마츠시

괴수 우귀가 마을을 나와서 악행을 행하고 있었지만, 영주의 명령으로 활의 명인 · 야마다 (山田) 쿠로도 (藏人) 다카키요 (高清) 가 퇴치하였다. 퇴치된 우귀의 재앙이 두려워 2개의 뿔을 잘라내고, 쌀 15 가마를 곁들여서 네고로지(根香寺)에 납입하여, 애도하였다는 이야기.

우귀상, 네고로지

### 해녀의 타마토리 전설 (海女の玉取り伝説) - 가가와현 사누키시 · 시도지 (志度寺)

자식을 생각하며 목숨을 건 어머니

후지와라 후히토 (藤原不比等) 가 나라의 고후쿠지 (興福寺) 를 건립할 때, 당나라에 시집 간 여동생으로부터 3 가지 보물이 보내 졌다. 그러나 시도의 우라(志度の浦)에서 난파하여, 그 중 보주 (宝珠) 를 용신에게 빼앗겨, 후히토는 이를 되찾기 위하여 시도 (志度) 로 갔다. 후히토는 시도의 해녀를 아내로 하고, 한 아이 후사사키 (房前) 를 얻었다. 해녀는 아들을 후지와라 (藤原) 가문의 후사로 삼겠다는 약속을 받고, 스스로 목숨을 버려 보주를 되찾았다는 슬픈 전설이



「시도지기원그림 志度寺縁起絵図」에 그려져 해녀의 타마토리 전설 있다. 돌아가신 어머니의 보리를 위하여 후지와라 후사사키(藤原房前)가 시도지 (志度寺) 에 1000 의 석탑을 세운 흔적의 「해녀의 무덤」 이 있다.

### 미즈시 산잔 (水主三山) - 가가와현 히가시가가와시

와카야마 현의 구마노 삼산에 베운 미즈시 신사를 중심으로 구성된다. 요다지(与田寺)의 조운 (増吽

1366-1449) 이 쿠마노에서 분령 (分靈) 하였다고 한다. 미즈시 신사는 8 세기 후반 기원으로 알려져 공해가 판 아카이 (闕伽井) 가 있다. 그 북동쪽 후로 (風呂) 지역에는



미즈시 산잔



못먹는 토란, 24 번호츠미사카지

참배자의 몸을 깨끗이 하는 바위 목욕탕이 있었다.

### 못먹는 토란(不喰芋) · 못먹는 조개(不喰貝) · 못먹는 배(不喰梨) · 못먹는 밤(不喰栗)

이런 종류의 전설은 거의 공통. 토란류나 조개나 배와 밤을 순례중의 공해가 현지인에게 소망하였지만 머뭇거리며 현지인은 「품질이 나빠서 먹을 수 없다」라고 대답하였다. 그러래서 공해가 염불을 외우자 단단해져서 정말 먹을 수 없게 되었다는 것. 복숭아나무가 시든 이야기도 있다.

이들은 대체로 미신이다. 이미 1683년의 서적에도 게재되어 있으나, 아마 코우야히지리(高野聖) 등이 잘못된 대사 신앙을 퍼트렸다고 추측된다. 첫째로, 성자·수행자인 공해가 생물을 소망하였다고 보기는 어렵다. 또 베푸는 입장의 공해가 현지인에게 시혜를 요구하는 것도 생각하기 어렵다. 이런 종류의 전설은 미신으로 봐도 좋다 (자쿠흔(寂本)도 「시코쿠순례교덕기 시코쿠핸로쿠도쿠기」 四国遍路巧徳記 1703」에 같은 기술이 있다).

### 산도구리(三度栗) · 은도구리(四度栗) · 나나도구리(七度栗)

아이가 밤을 원하여 대사가 가지(加持) 하자, 년에 몇번이나 열매를 맺게 됐다.

#### 산도구리(三度栗)

- 간논시의 스사키 간온지(須崎市の觀音寺)
- 37 번 이와모토지(岩本寺)
- 시만토시의 이즈타자카 (四萬十市の伊豆田坂)
- 시코쿠추오시도이쵸우에노의 사이후쿠지 (四国中央市土居町上野の西福寺)
- 시코쿠추오시도이쵸키노카와 (四国中央市土居町木の川)

#### 온도구리(四度栗) 또는 나나도구리(七度栗)

- 우와지마시의마도토게대사당 타후쿠인(宇和島市の窓峰大師堂多福院)

### 병이 난 이야기

- 기슈 고야산의 젠자부로(善三郎)의 말더듬이 순례에 나와 고쳐졌다.
- 기슈 이토군(伊都郡)의 동행팔인이 쇼산지(燒山寺) 기슭의 믿음이 깊은 칸시치(勘七) 집에 체류하였다. 칸시치는 여덟명에게 아내의 병의 평유기원을 의뢰하였고, 쇼산지(燒山寺)에 소원하는 바를 빌었더니 금방 쾌유하였다.
- 아키군노네우라(安喜郡野根浦)의 믿음이 깊은 아마치야시치이에몬 (天地屋七右衛門)의 딸의 목에 종기가 있었는데, 딸 15살 때 부모와 3명의 순례 여행으로 쾌유하였다.
- 카이후군 히와사우라(海部郡日和佐浦)의 신앙이 깊은 마타주로 (又十郎)의 딸이 정신 착란이



되어, 부부가 딸을 데리고 순례에 나와 30 일정도 지나자 평정을 되찾았다.

- 이즈미의 나병 환자가 순례 여행으로 쾌유하였다.
- 다카마츠의 구사일생의 젊은 여인이 소원을 빌어 병이 나았다. 대참(代參)을 하지못하고 부정한 몸이면서도 스스로 성취하였다.
- 시도(志度)의 태어날때부터 도량이 큰 할머니가 젠초지(善通寺)에서 소원하는 바를 빌었더니 병이 낫게 되어서 답례로 순례를 성취하였다.
- 우와지마 시모무라(宇和島下村)의 병약한 쇼오베(庄兵衛)가 젠콘야도를 제공하고 있어서 병이 쾌유하였다.

마타주로의

딸『시코쿠순례코도코키(1690)

## 참고 문헌

- Adachi, C. (1934) *Shikoku Henro Dayori*  
Maeda, T. (1971) *Junrei no Shakaigaku*  
Takamure, I. (1979) *Musume Junreiki*  
Kiyoyoshi, E. (1984) *Michishirube*  
Yūzankaku. *Bukkyō Kōkogaku Kōza Vol.1*  
Matsunaga, Y. (1991) *Mikkyō*  
Shiba, R. (1994) *Kūkai no Fūkei*  
Yamamoto, W. (1995) *Shikokuhenro no Minshūshi*  
Hiro, S. (1996) *Bukkyō no Chishiki Hyakka*  
Gorai, S. (1996) *Shikokuhenro no Tera*  
Iyo Shidankai. (1997) *Shikokuhenro Kishū*  
Tachikawa, M. (1998) *Mikkyō no Shisō*  
Furusaka, K. (1999) *Shūkyōshi Chizu Bukkyō*  
Oshima, H. (1999) *Shūkyō no Shikumi Jiten*  
Hiro, S. (1999) *Bukkyō Hayawakari Hyakka*  
Fujii, M. (2000) *Shingonshū no Okyō*  
Tachikawa, M. / Yoritomi, M. (2000) *Nihon Mikkyō*  
Kiyoyoshi, E. (2000). *Henro no Daisendatsu Nakatsukasa Mohei Gikyō*  
Hoshino, H. (2001) *Shikokuhenro no Shūkyōteki Kenkyū*  
Tatsuno K, (2001) *Shikoku Henro*  
David, C. M. (2004) *Gaikokujin no mekaramita Shikokuhenro*  
Yoritomi, M. (2005) *Mikkyō*  
NHK. (2006) *Shikoku Hachijūhakkasho Hajimeteno Ohenro*  
JTB. (2006) *Rurubu Shikoku Hachijūhakkasho*  
Satō, H. (2006) *Henro to Junrei no Minzoku*  
Uchida, K. (2007) *Shikokuhenro to Sekai no Junrei*  
Yoritomi, M. (2009) *Shikokuhenro toha Nanika*  
Miyazaki, T. (2010) *Shikokuhenro Hitoriaruki Dōgyōninin*  
Manabe, S. (2010) *Shikokuhenro wo Kangaeru*  
Shinnen. translated by Inada, M. (2015) *Shikokuhenro Michishirube*  
Matsushita, N. (2015) *Shikoku Japan 88 Route Guide*  
Website <http://www.shikokuhenrotrail.com/> *Shikoku Hachijūhakkasho Meguri*  
Website <http://www.i-manabi.jp/index.php> *Ehimeno Kioku*  
Website <http://e-kiyo.sakura.ne.jp/> *Dokugyōan LAND*

표지: 31 번 치쿠린지