



## Viaggio in Giappone Alla Scoperta di Nichiren Tour di Gruppo

*(14-25 NOVEMBRE 2026)*

### ITINERARIO DI VIAGGIO

**Giorno 1 (14NOV) - Partenza da Milano o Roma – Viaggio in Aereo.** Pasti e pernottamento a bordo

**Giorno 2 (15NOV) - Kyoto:** Arrivo all'Aeroporto di Osaka-Kansai e trasferimento con bus privato dall'aeroporto all'hotel di Kyoto con il nostro accompagnatore, sistemazione.

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 3 (16NOV) – Kyoto-Arashiyama-Kyoto:** Alle ore 08.30 partenza dall'hotel con pullman privato e guida locale parlante italiano (o inglese) per una giornata dedicata alla scoperta di Kyoto. Visita ad alcuni templi e luoghi storici legati alla scuola del buddismo Nichiren: tempio Honno-ji, importante centro del buddismo Nichiren, tempio principale della Scuola Hokke Honmon, trasferito

Aretina Tour Operator [www.aretinatours.com](http://www.aretinatours.com) [www.touringgiappone.it](http://www.touringgiappone.it) 0575.902564 [gruppi@aretinatours.com](mailto:gruppi@aretinatours.com)

dal luogo originale dopo essere stato bruciato da un incendio durante un tumulto tra guerrieri samurai. Tempio Myomanji, il tempio principale della Setta Kempon Hokke del buddismo Nichiren, fondato da Nichiju, un ex monaco della scuola Tendai. La visita proseguirà al tempio Kinkakuji o "Padiglione d'oro". Arrivati ad Arashiyama sarà effettuata una sosta per il pranzo (pasto a carico proprio), al termine proseguimento della visita al Tenryuji, tempio principale della setta Rinzaï del Buddismo Zen, Patrimonio dell'Umanità UNESCO e rinomato per il suo giardino paesaggistico del XIV secolo, e al tempio Jōjakkōji della setta Nichiren. Ad Arashiyama si farà anche visita alla famosa foresta di bambù. Prima di tornare a Kyoto, visita al tempio Ankokuji, noto anche come "Tempio della Pace del Paese", famoso perché si dice che Nichiren, il fondatore del Buddismo Nichiren, abbia scritto qui alcuni dei suoi lavori più importanti, tra cui "Il Trattato per diffondere la pace in tutto il paese stabilendo il vero Dharma". Ritorno all'hotel di Kyoto verso le ore 18.00.

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 4 (17NOV) – Kyoto – Nara - Kyoto** – (La prima colazione sarà servita a partire dalle ore 07.00). Alle ore 07.30 incontro in albergo con la guida locale parlante italiano (o inglese) e partenza con i mezzi pubblici per Nara, l'antica capitale, fondata nel 710 e considerata la culla del buddismo giapponese. I regnanti dell'epoca favorirono la diffusione del buddismo, costruendo importanti templi noti come "Nara Rokudai-ji" (i sei grandi templi di Nara). Tra questi il tempio Todai-ji che ospita il Daibutsu, una statua di bronzo di 16 metri, ed è uno degli edifici in legno più grandi del mondo. Proseguimento della visita al Kasuga Taisha, il santuario shintoista più grande di Nara, entrambi si trovano nella zona del rinomato parco dei daini di Nara. La visita proseguirà al tempio Kofukuji, (secondo tempio appartenente ai Nara Rokudai-ji). A Naramachi, antico quartiere dei mercanti di Nara, sarà effettuata una sosta per il pranzo (pasto a carico proprio). Nel pomeriggio visita al tempio Gangōji (altro tempio appartenente ai Nara Rokudai-ji). Al termine ritorno all'hotel di Kyoto verso le ore 17.00.

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 5 (18NOV) – Kyoto – Hiroshima & Miyajima - Kyoto:** Con il nostro esperto accompagnatore parlante italiano partirete con i mezzi pubblici per Hiroshima, dove si farà visita all'isola di Miyajima, al Parco Memoriale della Pace e al Museo della Pace A-Bomb Dome, luoghi commemorativi del tragico evento dell'attacco atomico del 6 agosto 1945, potenti promotori della pace e della memoria (gli ingressi saranno da pagare in loco). Al termine ritorno a Kyoto.

*La Soka Gakkai si sviluppò in Giappone proprio in seguito alla tragedia della bomba atomica, grazie all'imprenditore Josei Toda (1900-1958) che decise di dedicare la propria vita alla diffusione di una filosofia di speranza e ricostruzione.*

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 6 (19NOV) – Kyoto – Osaka - Kyoto:** Mattino libero. Alle ore 13.00 incontro in albergo con la guida locale parlante italiano (o inglese) e partenza con i mezzi pubblici per Osaka e visita al tempio Shitenno-ji, considerato il più importante sito buddista di tutta la città. La guida terminerà il servizio al termine della visita al tempio Shitenno-ji. Proseguimento della visita di Osaka con il nostro accompagnatore e al termine, ritorno in treno a Kyoto.

*Il complesso del tempio Shitenno-ji fu realizzato verso la fine del VI secolo, per volere del principe*

*ereditario Umayado, figlio dell'imperatore Yomei, che dopo essersi convertito al buddhismo e aver preso parte alla guerra contro i nobili di fede shintoista, si impegnò affinché il buddismo diventasse a tutti gli effetti la religione di stato dell'impero. Nel corso della decisiva e vittoriosa battaglia di Shigisan egli invocò l'aiuto delle divinità buddiste note come i Quattro Re Celesti. La battaglia aveva visti coinvolti il clan Soga e il Clan Monobe: la Soga, rappresentata dal principe Shotoku, spingeva affinché il Giappone adottasse il buddismo come religione ufficiale, mentre il clan Monobe era sostenitore dell'antica tradizione shintoista. Dopo la fine della battaglia, la zia divenne l'imperatrice Suiko e Umayado fu nominato reggente. Per celebrare questi successi ordinò la costruzione del complesso di Shitenno-ji dedicato ai quattro re, che divenne il primo complesso buddista fatto costruire per volere dello stato. Il luogo designato per la costruzione su l'altopiano Uemachi-daichi, corrispondente all'attuale quartiere Tennōji-ku di Osaka, non lontano dal porto, che all'epoca si trovava nella vicina Asuka-kyō, un modo per affermare la potenza dell'impero e la fede religiosa anche a coloro che arrivavano dal mare.*

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 7 (20NOV) – Kyoto - Tokyo:** Trasferimento separato del bagaglio all'hotel di Tokyo. (La prima colazione sarà servita a partire dalle ore 07.00). Alle ore 07.30 trasferimento alla stazione di Kyoto con il nostro accompagnatore parlante italiano, usando i mezzi pubblici. Alle ore 08.33 partenza in treno shinkansen per Tokyo. Alle ore 11.05 arrivo alla stazione di Shinagawa, incontro con la guida locale parlante italiano (o inglese) e proseguimento con i mezzi pubblici per Ikegami, a sud di Tokyo, dove si trovano il tempio Ikegami Honmonji, dedicato allo spirito di Nichiren Daishonin, e la casa samurai dei fratelli Ikegami (da cui ha preso il nome la località), sito storico dove il monaco morì e fu cremato. Dopo il pranzo (pasto a proprio carico), proseguimento con i mezzi pubblici per Hachioji e visita al Fuji Art Museum. Fortemente voluto da Daisaku Ikeda, il filosofo giapponese presidente della Soka Gakkai internazionale, il museo sorge di fronte alla Soka University e il relativo campus. Anche questa istituzione è stata voluta da Ikeda: qui i giovani, studenti delle varie discipline, vengono formati sulla base dell'umanesimo buddista, che sostiene la "rivoluzione umana" dell'individuo grazie al costante legame fra maestro e discepolo. Al termine ritorno con i mezzi pubblici all'hotel di Tokyo verso le ore 18.45 e check-in.

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 8 (21NOV) - Tokyo:** Alle ore 09.00 incontro con la guida locale parlante italiano (o inglese) e trasferimento con i mezzi pubblici a Shinanomachi, un intero quartiere dedicato alla filosofia buddista, che ospita il complesso della sede centrale della Soka Gakkai, l'organizzazione laica internazionale ispirata alla filosofia buddista del monaco giapponese Nichiren Daishonin (1222-1282). Gli edifici del complesso sono: Il Palazzo del Grande Voto di Kosen-Rufu e il suo cortile anteriore, il Centro della Cultura Soka, il Centro dell'Accoglienza "Preziosa Luce della Soka", il Centro della Pace Shinano, il Centro Visitatori, il Centro Mondiale Seikyo (Sala esposizioni - Biblioteca e Archivio) e il Centro Culturale Min-On. Al termine proseguimento con i mezzi pubblici per la visita all'Imperial Palace Plaza. Pranzo in corso di visite (pasto a proprio carico). La visita terminerà all'hotel di Tokyo verso le ore 17.00.

*La filosofia buddista, custodita dai preti giapponesi per 800 anni, si è sviluppata fra la gente solo dopo la devastazione nucleare che pose fine alla Seconda guerra mondiale, fino a diffondersi in quasi tutti i paesi del mondo. Tale filosofia della Soka Gakkai sostiene che il cambiamento di una singola persona, un passo alla volta, sia il mezzo più rapido per trasformare il destino dell'intera umanità,*

*attraverso l'impegno per la pace, la cultura e l'educazione: "Soka" vuole dire "creazione di valore". Il Daiseido è l'edificio dedicato alla pace mondiale, che accoglie i devoti e ospita il Gohonzon, una rappresentazione scritta dell'universo (anche quello interiore). Con lo sguardo su di esso, è possibile concentrare la pratica della meditazione, che si basa sulla ripetuta pronuncia della frase "Nam Myoho Renghe Kyo". Questa ha il potere di attivare l'essenza di Budda considerata inerente a ciascuna persona, utile per valorizzare tutto il proprio potenziale e manifestare il meglio di sé. In sanscrito la parola "nam" vuole dire "mi lego" e il resto in cinese antico è il titolo del Sutra del Loto, ossia l'insegnamento finale del Budda Shakyamuni, detto Siddhartha. Nel complesso la traduzione sarebbe: "Mi lego alla mistica legge universale di causa ed effetto attraverso il sutra".*

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 9 (22NOV) – Tokyo-Kominato-Tokyo:** Alle ore 08.30 incontro in albergo con la guida locale parlante italiano (o inglese) e partenza con i mezzi pubblici alla scoperta di Kominato. Visita a Kominato, piccolo villaggio di pescatori nell'antica provincia di Awa dove nel 1222 nacque il monaco buddista Nishiren Daishonin . Pranzo in corso di visite (pasto a proprio carico). Ritorno a Tokyo e visita al Senso-ji di Asakusa, il tempio più antico di Tokyo che ha origini millenarie, con la sua rarissima pagoda a cinque piani e la porta rossa "del Tuono", da qui ci si addentra nella via dello shopping Nakamise Dori, una strada che si snoda dal portale Kaminarimon all'altro portale Hozomon con 90 negozi risalenti al periodo Edo. Proseguimento della visita a Ginza, famoso quartiere dello shopping. Ritorno in albergo verso le ore 20.00.

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 10 (23NOV) – Tokyo – Monte Minobu - Tokyo:** Non sarà possibile effettuare la colazione in hotel. Alle ore 06.15 incontro in albergo con la guida locale parlante italiano (o inglese) e partenza con i mezzi pubblici per il Monte Minobu. Visita al mausoleo di Nichiren Daishonin e al tempio Kokurinbo, fondato da Nicho, l'undicesimo sacerdote principale della setta Nichiren, che ha dato un grande contributo alla rivitalizzazione della setta. Qui potrete degustare un pranzo tradizionale Shojin (cucina buddista zen vegetariana del XIII secolo, che si concentra sulla consapevolezza, sulla stagionalità e sullo zero spreco, offrendo un delicato equilibrio di cinque colori e cinque sapori). Al termine trasferimento in minivan al Tempio principale Kuonji, luogo sacro di 750 anni, di rilevante importanza per la scuola buddista Nichiren, dove sono conservate le ceneri di Nichiren Daishonin, e proseguimento in funivia fino alla stazione Okunoin. Visita al tempio Shishinkaku situato sulla vetta e al punto di osservazione del Monte Fuji. Al termine ritorno con i mezzi pubblici a Tokyo. Arrivo in hotel verso le ore 20.35.

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 11 (24NOV) – Tokyo-Kamakura & Enoshima-Tokyo:** Alle ore 08.30 incontro in albergo con la guida locale parlante italiano (o inglese) e partenza con i mezzi pubblici per Kamakura, l'antica capitale, dove si visiteranno il santuario Tsurugaoka Hachimangu e l'isola di Enoshima, dove sarà effettuata una sosta per il pranzo (pasto a proprio carico). Kamakura è una città di fondamentale importanza nel contesto del buddismo giapponese, non solo per la presenza del Grande Buddha ma anche per il suo ruolo storico come sede del governo durante il periodo Kamakura (1185-1333). In questo periodo, il buddismo Zen e la scuola Jodo furono tra le principali correnti religiose che fiorirono nella città, influenzando profondamente la vita spirituale e culturale del Giappone. Durante l'escursione si farà visita anche al tempio Ryuko-ji, della scuola Nichiren-shu di Minobu,

fondato nel 1337 che si trova nel sito in cui un tempo c'era la spiaggia di Tatsunokuchi dove Nichiren fu portato per essere decapitato e, secondo la leggenda, prima dell'esecuzione, si verificò un'esplosione di luce, un prodigioso evento celeste che fu considerato un miracolo ed interpretato come una dimostrazione della forza della sua fede e del suo insegnamento buddhista. Al termine ritorno a Tokyo e arrivo in hotel verso le ore 18.15.

*Nichiren Daishonin, un monaco del XIII secolo e fondatore del buddismo Nichiren, visse e predicò a Kamakura per gran parte della sua vita. I suoi insegnamenti, che enfatizzano l'importanza del Sutra del Loto e il principio di rivelare il proprio stato di Buddha innato attraverso la pratica della recitazione del Nam-myoho-renge-kyo, hanno trovato un terreno fertile in questa città storica. Nichiren Daishonin sfidò le autorità e le correnti buddiste dominanti dell'epoca, sostenendo una visione inclusiva e accessibile della pratica buddista, che continua a influenzare milioni di persone in tutto il mondo. Daisaku Ikeda, leader moderno della Soka Gakkai International (SGI), ha continuato a promuovere il messaggio di pace, cultura e educazione basato sugli insegnamenti di Nichiren Daishonin. Per i seguaci di Ikeda, visitare Kamakura significa non solo connettersi con la storia profonda del buddismo Nichiren ma anche riflettere sulle proprie pratiche spirituali e sull'impegno per la pace e l'umanità. La città di Kamakura, quindi, non è solo un luogo di straordinaria bellezza naturale e storica, ma anche un punto di riferimento spirituale per i buddisti che seguono la dottrina di Nichiren Daishonin e i principi promossi da Daisaku Ikeda. Visitare il Grande Buddha e esplorare i numerosi templi e luoghi storici di Kamakura offre un'opportunità unica di approfondire la propria comprensione del buddismo e di riflettere sul significato della fede nella vita contemporanea.*

Serata libera. Pernottamento in hotel.

**Giorno 12 (25NOV) – Partenza:** Al mattino presto trasferimento in pullman all'aeroporto di Tokyo-Narita con il nostro accompagnatore, in tempo utile per il volo di rientro in Italia. Pasti e pernottamento a bordo. Arrivo in Italia in serata.

#### **FINE DEI NOSTRI SERVIZI**

***Quota individuale di partecipazione € 3675 base 15-20 passeggeri***

***Quota individuale di partecipazione € 3890 base 12-14 passeggeri***

***Quota individuale di partecipazione € 3990 base 10- 11 passeggeri***





### La quota individuale comprende

- **Voli di linea Turkish airlines a/r** da Roma e Milano a Osaka con rientro da Tokyo, in classe turistica franchigia bagaglio in stiva 23 kg + 8 kg bagaglio a mano
- **Tasse aeroportuali e suppl. carburante**
- **5 pernottamenti a Kyoto Hotel Apa Kyoto Gojo Omiya** (3 stelle) o similare, pernottamento e 1° colazione in camera doppia
- **5 pernottamenti a Tokyo Hotel Sotetsu Fresa Inn Kinshicho** (3 stelle) o similare, pernottamento e 1° colazione in camera doppia (eccetto 1° colazione del 23 e 25 novembre a causa degli orari di partenza molto presto la mattina )
- **Trasferimenti privati aeroportuali in / out**
- **Tour leader** parlante italiano per tutta la durata del viaggio (*i passeggeri in partenza da una città diversa rispetto a quella del tour leader, si uniranno al gruppo direttamente all'arrivo all'aeroporto di Istanbul*)
- **Visite guidate (come d programma)** con guide locali parlanti italiano (o inglese) con pullman privato il 16 novembre e usando i mezzi pubblici negli altri giorni di visita
- **Japan rail passi di 7 giorni/classe ordinaria**
- **Suica card (valore jpy 10000)** per l'uso dei trasporti locali
- **Biglietti funivia** dalla stazione di Kuonji alla stazione di Okunoin e ritorno il 23 novembre
- **Trasferimento separato del bagaglio** (una valigia a testa): da Kyoto a Tokyo
- **1 pranzo tradizionale Shojin** sul Monte Minobu
- **Ingressi** (eccetto il 18 novembre)
- **Tasse aeroportuali**



### La quota individuale non comprende

- Quota d'iscrizione / gestione pratica pari a € 45
- 1° colazioni all'hotel di Tokyo il 23 e 25 novembre
- Assistenza locale durante i trasferimenti da/per gli aeroporti
- Ingressi durante la visita a Hiroshima e Miyajima
- Mance, pasti e tutto quanto non indicato nella voce "la quota individuale comprende"

### Servizi facoltativi su richiesta

Supplemento camera singola € 450

Assicurazione solo sanitaria € 90 a persona

Assicurazione All Risk sanitaria + annullamento € 185

## **OPERATIVI VOLI INTERCONTINENTALI**

### **ROMA**

**14 novembre Roma Fiumicino – Istanbul 19:45 – 00:20+1**

**15 novembre Istanbul – Osaka Kansai 02:00 – 18:55**

**25 novembre Tokyo Narita – Istanbul 10:15 – 17:50**

**25 novembre Istanbul – Roma Fiumicino 21:10 – 21:55**

### **MILANO**

**14 novembre Milano Malpensa – Istanbul 18:35 – 23:40**

**15 novembre Istanbul – Osaka Kansai 02:00 – 18:55**

**25 novembre Tokyo Narita – Istanbul 10:15 – 17:50**

**25 novembre Istanbul – Milano Malpensa 20:40 – 21:40**