

REPORTAGE | ASIA | GIAPPONE

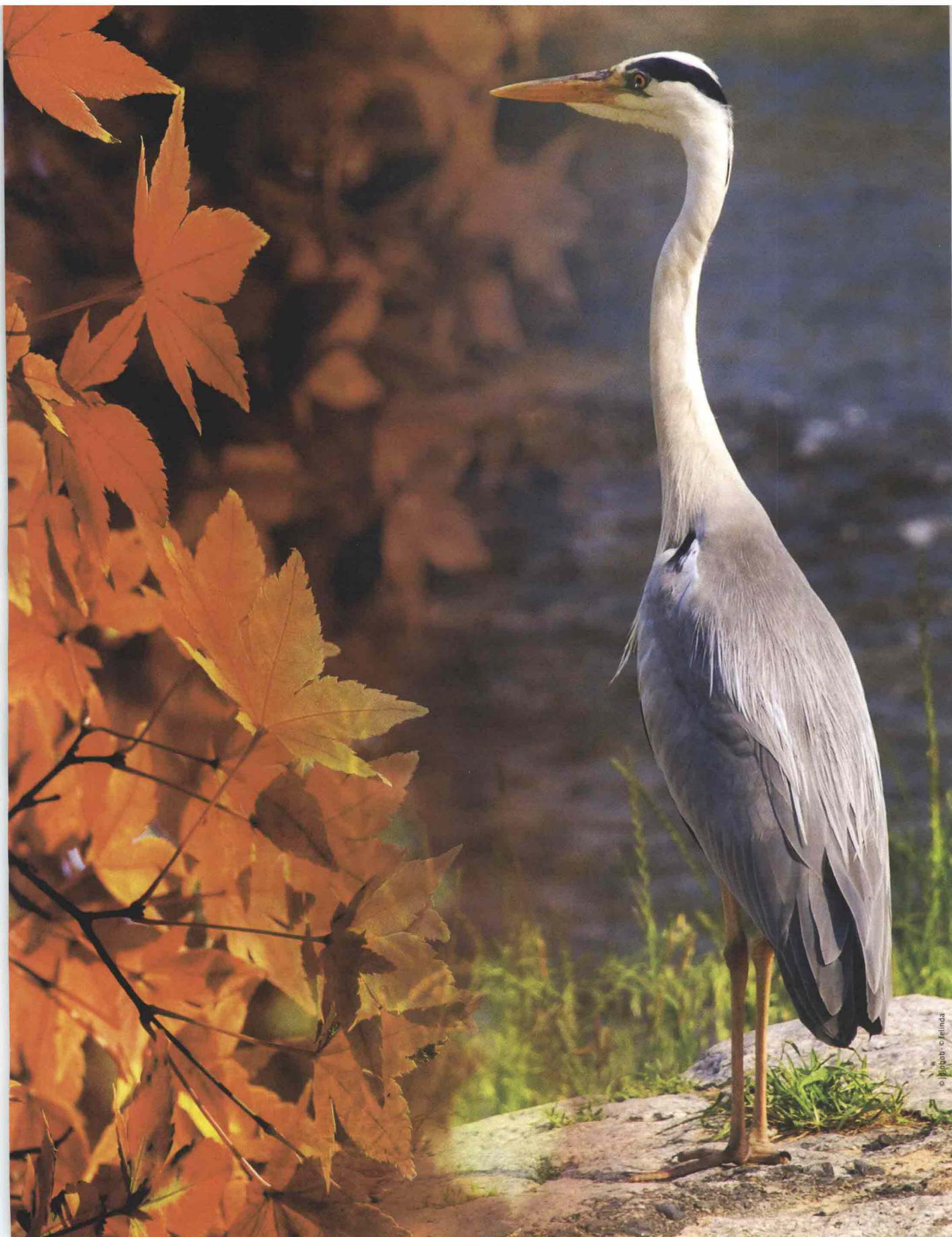
Japanese Secrets

Paesaggi simili ad acquerelli densi d'alta
suggerione. In autunno Acqua e Fuoco
iniziano una danza tra realtà e poesia

testo di Lucia Bellotti e foto di Marcello Libra e Desirée Astrom



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

REPORTAGE | ASIA | GIAPPONE



www.ecostampa.it

tiamo camminando da circa mezz'ora. Sono le nove del mattino e fa freddo. I passi sono accompagnati dal crepitio delle foglie schiacciate dal nostro peso. Adoro l'autunno e il tappeto rosso che stiamo calpestando mi ricorda la sensazione di quando, da piccola a Carnevale, camminavo sulla strada coperta da strati di coriandoli. Ogni tanto sentiamo rami spezzati, gridolini e vediamo qualche ombra spostarsi veloce sopra le nostre teste. Le scimmie si stanno muovendo verso la grande polla d'acqua calda in cerca di tepore e di cibo. I ranger cibano le "famiglie" con frutti e semi per aiutarle a restare in salute, pur senza togliere ai 270 esemplari del parco la loro indipendenza dall'uomo necessaria alla sopravvivenza. In inverno tutta questa vallata si copre di neve e allora è più facile vedere i macachi sguazzare nell'*onsen* bollente. Se si pensa al paesaggio, con i fumi delle pozze termali, le fessure della terra, e questi "diavoli dalla faccia rossa" che stanno a mollo come in un girone dantesco, è facile capire perché questo posto si è meritato l'appellativo di *Jigokudani*, ossia la valle dell'Inferno (a circa 850 metri di altitudine - *jigokudani-yaenko-en.co.jp*). Ci troviamo in realtà nel Parco Nazionale di Joshinetsu Kogen nella Prefettura di Nagano non lontano da Shiga Kogen,

nota località sciistica. Per entrare in quello che viene chiamato il Parco delle scimmie della neve, si paga un biglietto di cinque euro e si deve fare attenzione all'orario, soprattutto di chiusura, che in inverno è anticipata alle 16.00. Arrivati all'*onsen* abbiamo fortuna e troviamo alcune femmine in acqua. La guida le riconosce dalla grandezza. I maschi sono molto più grossi e in effetti da lì a poco ne vediamo arrivare alcuni: da ottobre a dicembre, infatti, è il periodo degli amori e i piccoli nasceranno poi tra aprile e giugno. *Macaca Fuscata* è il nome di questa specie che si trova un po' in tutte le zone montuose del Giappone - anche nel Parco di Iwatayama, a Kyoto - caratterizzata dalla faccia e il posteriore di un bel rosso acceso. I volti rubicondi avvolti da una massa di pelo folto e biondo ci fissano a loro volta. Difficile capire chi tra noi sia l'osservatore. Ormai abituate alla presenza dell'uomo le scimmie pretendono un codice di comportamento: non guardarle negli occhi, non avvicinarsi troppo - potrebbero sentirsi aggredite e reagire mordendo o graffiando - non dare loro del cibo per non scatenare comportamenti aggressivi. Meglio lasciare eventuali merendine negli armadietti all'ingresso... l'olfatto dei nostri lontani parenti è molto sviluppato e fiuterebbero ogni cosa na-



Il Parco di Jigokudani si trova al centro del Paese nella Prefettura di Nagano, detta "il tetto del Giappone". Questo ampio parco è la mecca degli escursionisti, dei camperisti e degli sciatori.

Da vedere è anche il Tempio Zenkoji, fondato ben 1.400 anni fa. Si dice che qui fu portata la prima statua del Buddha e ogni sei anni viene esposta una copia dell'originale (ultima esposizione nel 2009). Jigokudani si raggiunge dalla stazione di Yudanaka. *Viaggi dell'Elefante* propone pacchetti personalizzati per il Giappone e per il Parco di Jigokudani.

scosta in borsa o in tasca. Il luogo è visitato da pochi turisti e da tanti fotografi e artisti che riprendono queste spettacolari scene suggestive, soprattutto d'inverno quando i fiocchi di neve creano un set davvero irreale. Dopo tanto camminare e freddo e dopo aver riempito gli occhi e la memoria di tante immagini e sensazioni il nostro pensiero va al bagno caldo che ci aspetta al rientro al ryokan. Una bella doccia e poi via, a fondersi con la natura. Abbiamo scelto un *rotemburo*, onsen all'aperto (Ryokan Korakukan, japaneseguesthouses.com). L'effetto è tonificante per via delle temperature diverse dell'aria e della piscina termale, che raggiunge anche i 42 gradi, e vinto l'imbarazzo iniziale (si entra nudi) è un vero tuffo nella libertà. Non da fare tutte le sere però... abbiamo alternato vasche interne al chiuso a esperienze più "estreme". Ogni giornata si chiude con una cena leggera ma variegata: il *kaiseki*. Tutti i ryokan danno il meglio di sé preparando piatti come fossero opere d'arte. Ma il tempo sta cambiando, è ora di spostarci a sud. Dalla stazione Yudanaka riprendiamo il treno per Nagano dove proseguiamo per Nagoya e poi finalmente a Kyoto. Da lì ci spostiamo subito a Nara per seguire il "fronte koyo" ossia per continuare il nostro viaggio in cerca dell'albero perfetto!



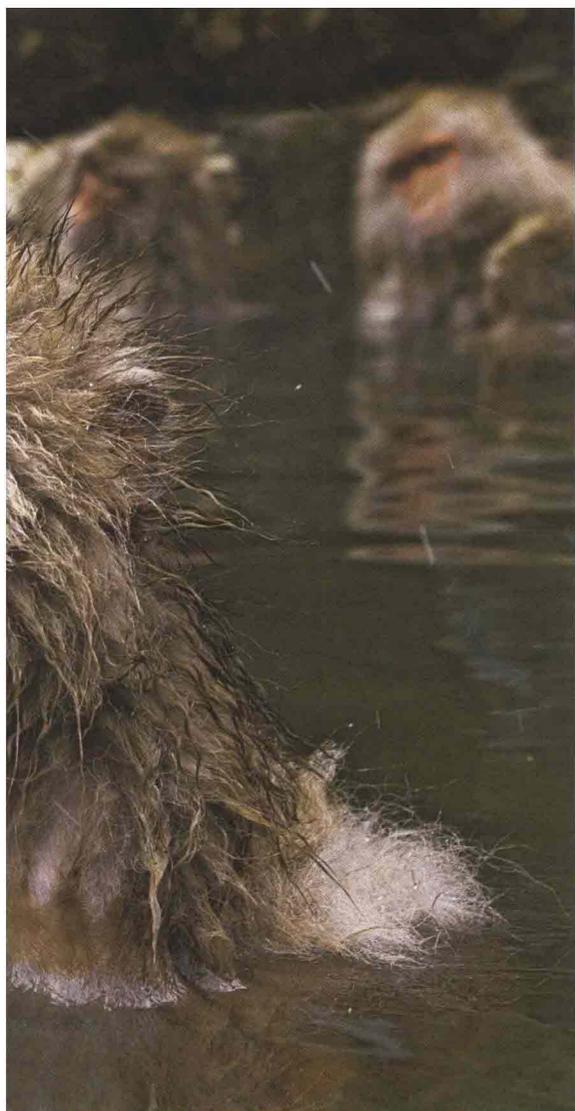
REPORTAGE | ASIA | GIAPPONE



www.ecostampa.it



• **L'onorevole bagno!** Gli *onsen*, fonti termali d'acqua calda (oltre i 40 gradi) e ricca di minerali, sono uno dei segreti della longevità giapponese. Durante i fine settimana, famiglie, amici e amanti volano nei centri termali più vicini per vivere qualche ora a contatto



www.ecostampa.it



JAPAN EXPERIENCE

Decidere di soggiornare in un ryokan vuol dire scegliere di vivere qualche giorno immersi nelle tradizioni e nei ritmi di vita quotidiana giapponesi. Innanzitutto, invece dei letti ci sono materassini (*futon*) sistemati sopra a stuoie di giunco (*tatami*). I futon sono preparati la sera e tolti al mattino per essere riposti in appositi spazi. Sui tatami si cammina solo con i piedi nudi o con i calzini: le scarpe vanno tolte all'ingresso. Per dormire sono a disposizione dei kimono da notte (in cotone, *yucata*). I pasti vengono solitamente serviti in camera su bassi tavolini, con cuscini o sedie senza gambe. Generalmente il soggiorno prevede prima colazione e cena *kaiseki* - che consiste in una serie di portate preparate con prodotti freschi di stagione che include zuppe, verdure, carne e pesce presentate con molta cura - anche la colazione ovviamente è in stile giapponese. Info: ryokan.or.jp



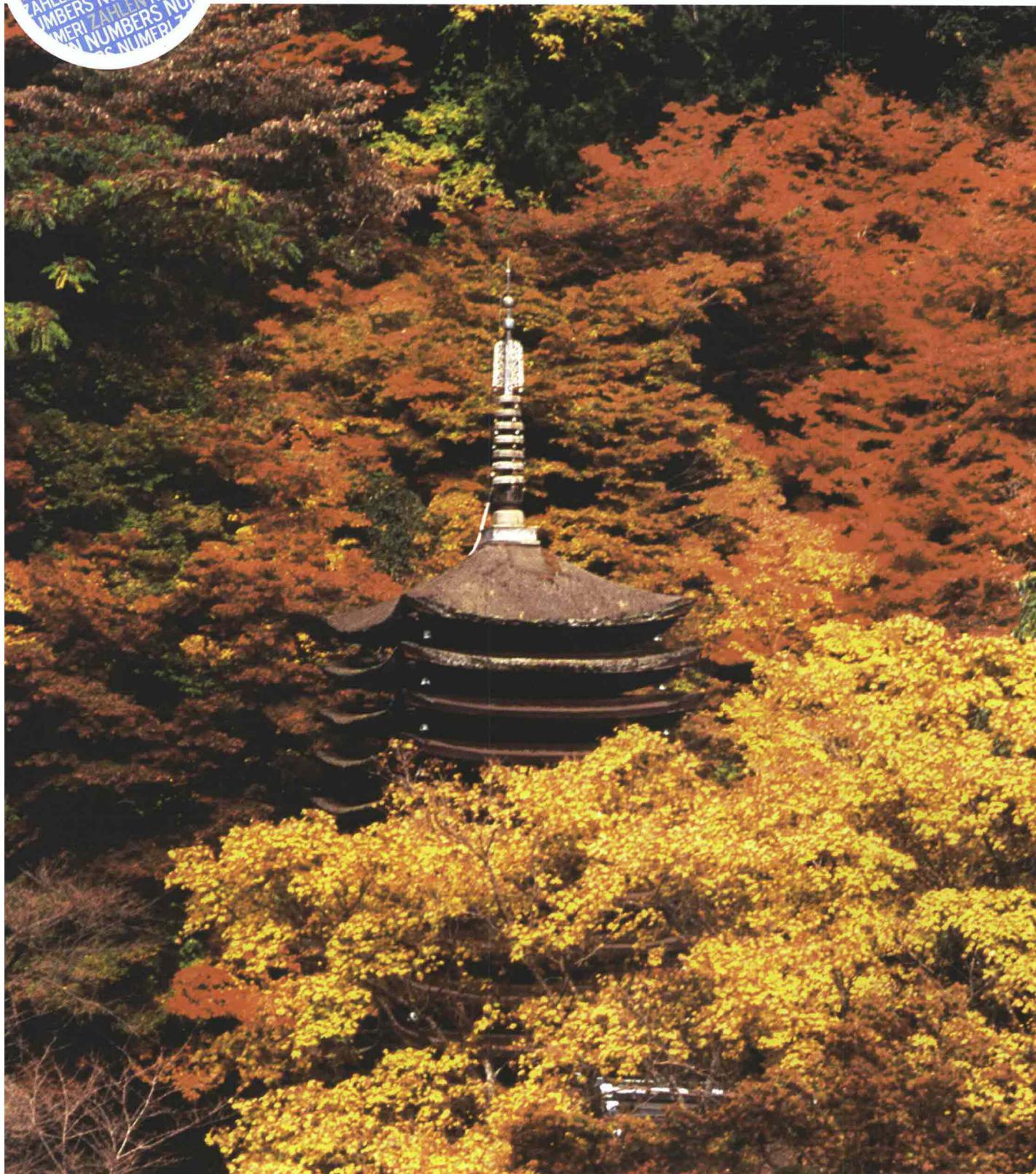
In questa pagina, altre suggestive immagini del Parco delle scimmie della neve. A sinistra, un ryokan. In questa foto, un curioso lampione a Yudanaka.

con se stessi, i propri affetti e la natura. L'autunno è uno dei momenti migliori per recarsi agli onsen e godere del cambio d'abito del paesaggio. Prima di entrare in vasca si deve fare una doccia e in genere non è permesso indossare il costume da bagno



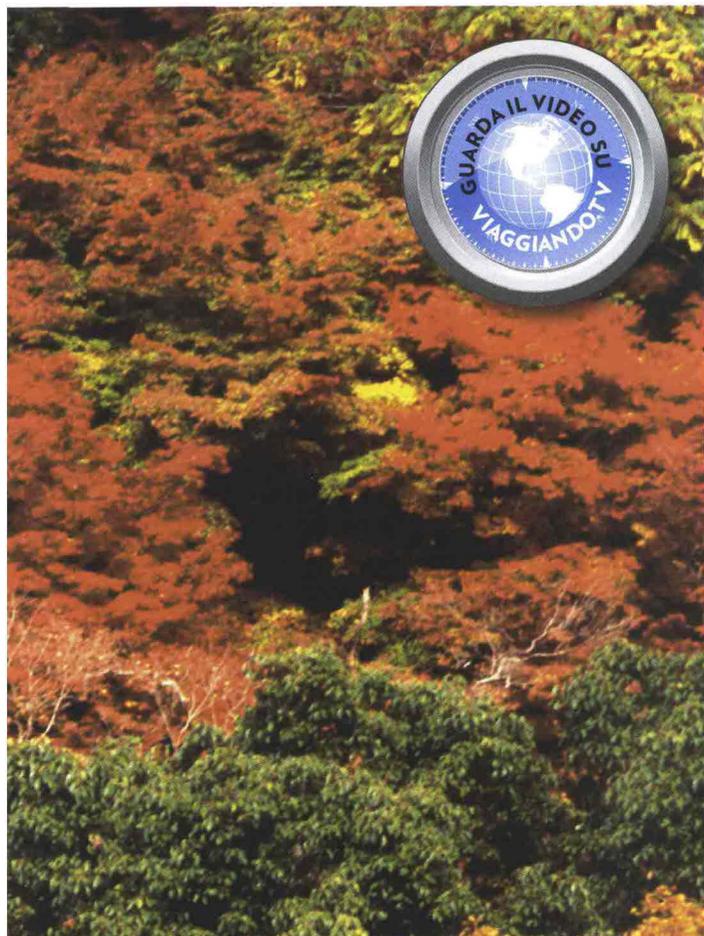
3 sono le statue gigantesche del Buddha più venerate dai giapponesi. Si trovano nel Tempio di Todaiji (Nara), nel Tempio di Kotokuin (Kamakura) e nel Tempio di Daibutuji (Takaoka)

150 centimetri è lunga la salamandra gigante (*Andrias japonicus*). Vive nelle acque fredde dei torrenti e caccia solo di notte. Una curiosità? Profuma di menta...



2 sono i più pregiati tipi di wagyu (carne giapponese). La Kobe (originaria di Kobe) e la Matsusaka (originaria di Mie - Osaka). Tenera, dal grasso uniforme, è molto cara, ma merita di essere provata almeno una volta

3.000 sono gli *onsen* (fonti termali vulcaniche naturali riscaldate e ricche di minerali) sparsi in tutto il territorio, sulle montagne, in riva al mare e persino sott'acqua

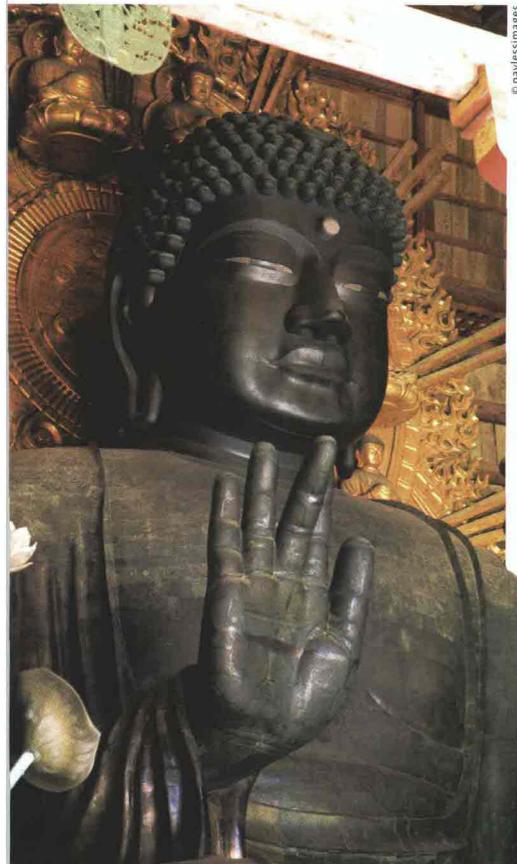


DA NAGANO SCENDIAMO VERSO il Kansai, a Nara, una delle prime capitali dell'Impero. Il clima è più dolce e dedicarsi alle passeggiate è più piacevole e invitante. A ottobre inizia, infatti, un'altra delle passioni giapponesi: il *Momijigari*, la caccia all'acero. La mutazione della cromia delle foglie o *Koyo* è, infatti, un vero spettacolo in un Paese dalla natura prorompente. I rossi, i viola e i gialli dipingono scenari incredibili. Ogni stagione ha i suoi colori, sapori e ritmi e in nessun altro luogo al mondo il clima influenza così tanto la vita quotidiana, l'arte, la gastronomia. Sulla tavola compaiono i funghi e le castagne, durante la cerimonia del tè il bollitore è posto in un braciere dentro una buca ritagliata nel tatami, e pasticcini e ciotole portano impresse delicate e poetiche foglie d'acero che diventano le star dell'autunno. D'altra parte il *Momijigari* è proprio il cercare le foglie più belle da collezionare e fotografare oltre a essere una ragione in più per passeggiare o fare picnic tra i boschi. Come al **Parco di Narakoen**, fondato nel 1880, dove ammirare il *foliage* e accarezzare un daino, messaggero di Jurojin, dio della saggezza e della longevità facente parte delle sette divinità della fortuna. Nel parco vivono centinaia di esemplari in libertà protetti dalla legge e diventati "tesoro nazionale" e simbolo della città. Oltre al bosco e ai daini qui si trovano concentrati alcuni tra gli edifici più belli e rinomati, come il **tempio Todaiji**. Tra i più importanti e antichi del Paese fu costruito nel 752 - anche se quello che ammiriamo oggi è in parte una ricostruzione del 1692, grande un terzo dell'originale - realizzato completamente in legno ospita una delle tre statue più grandi del Buddha di tutto il Giappone. Il Daibutsu è alto circa 15 metri e pesa circa 500 tonnellate (il tempio è aperto



© Smithore

VIAGGIO IDEALE
15 GIORNI



Sopra, un monaco Zen della scuola di Sōtō ad Arashiyama, Kyoto, mentre accarezza dei daini a Narakoen. A sinistra, il grande Buddha nel tempio di Todaiji (a destra); solo il volto è alto cinque metri.

tutti i giorni dalle 8.00 alle 16.30 e l'ingresso costa € 5). Un altro tempio da visitare è **Horyuji** (horyuji.or.jp/horyuji_e.htm) che nel 1993 è stato dichiarato Patrimonio Mondiale dell'Umanità, e tesoro nazionale del Giappone. La pagoda a cinque piani (vedi foto nella scheda in "Per approfondire") è costruita su una reliquia del Buddha e sembra risalire al 594. Il **Kasuga Taisha** è uno dei santuari più famosi a Nara. Costruito per la divinità protettrice della città, è stato finanziato dalla famiglia Fujiwara, la più influente nel Paese, durante il periodo Heian. Conosciuto come "santuario delle mille lanterne" ne possiede davvero a centinaia. Quelle interne sono in bronzo e sono state donate dai fedeli, quelle esterne sono in pietra e due volte l'anno, ad agosto e a febbraio, si accendono per la "festa delle lanterne" (il santuario si trova nel parco a 30 minuti a piedi dalla stazione di Kintetsu Nara; aperto ogni giorno dalle 7.00 alle 16.30). A dicembre qui si tiene una gara di Yabusame - un'antica disciplina di tiro con l'arco a cavallo: ogni arciere ha a disposizione tre frecce con le quali deve colpire tre bersagli - per i più giovani che apprendono quest'arte. Anche il centro di Nara offre scorci suggestivi come a Naramachi dove si trovano magazzini e abitazioni tradizionali. Da visitare una casa tipica oggi trasformata in museo (ingresso gratuito): Naramachi Koshi-no-ie. Nelle vie del quartiere si trovano ristoranti e negozi di ogni genere. Il nostro Momijigari continua e la nostra prossima tappa è Arashiyama a ovest di Kyoto dove gli alberi si tingono di rosso e giallo. La piena colorazione si ha da novembre fino a dicembre. Per raggiungere l'altra grande ex capitale si impiegano 40 minuti circa di viaggio prendendo la *Nara line*. La Japan rail mette a disposizione un pass che con un unico acquisto permette di viaggiare per sette giorni (japanrailpass.net).

• **Shichi go san**. Ossia "sette, cinque, tre". Durante questa festa (15 novembre) i genitori portano al tempio i bambini per pregare per il loro futuro: i maschi di tre e cinque anni e le femminucce di tre e sette anni, tutti vestiti con kimono sgargianti



L'ACERO NELLA LEGGENDA E NELLARTE

«Un vento leggero e innaturale si alzò. Spalancai gli occhi. Le foglie di un acero rosso tremarono, scosse dalla brezza delicata del suo passaggio. Non c'era più!». Queste parole scritte da Stephenie Meyer autrice della saga di *Twilight* forse sono le stesse sussurre da Momiji molto tempo prima che gli sguardi curiosi dei giapponesi si perdessero nella contemplazione dello spettacolo infuocato inscenato dagli aceri in autunno. Momiji è una eroina delle leggende giapponesi icona della *mono no aware*, l'effimera transitorietà della vita intrisa di sentimento tragico. Resa madre da un principe imperiale fu espulsa dalla città e uccisa nella foresta. Il sangue che le colava dalla ferita mortale impregnava il terreno accendendolo dello stesso rosso che volteggiava sul suo capo. Decine di foglie d'acero le cadevano intorno mentre altre danzavano su di lei. Era autunno. Da allora l'acero fu chiamato Momiji e l'infelice storia d'amore passò ad arricchire le rappresentazioni del teatro giapponese. Anche la letteratura più colta ci ha tramandato capitoli sugli aceri come il *Momijinoga*, la festa delle foglie rosse, appartenente al *Genji Monogatari*, considerato il primo romanzo moderno scritto dalla dama Murasaki Shikibu, vissuta nel periodo Heian (XI secolo) oppure la raccolta di poesie *Manyōshū*, delle diecimila foglie. Artisti famosi come Katsushika Hokusai e Ando Hiroshige hanno realizzato stampe indimenticabili sui paesaggi autunnali mentre le geishe hanno ispirato alcuni dei tessuti più belli per i loro kimono, da indossare in questa infuocata stagione.



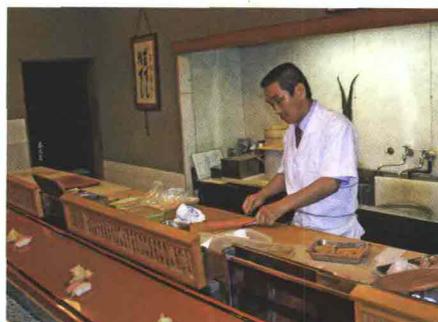
Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

REPORTAGE | ASIA | GIAPPONE

IL MOMIJI ZENZEN o la previsione di come si muove il fronte dei momiji assume una tale importanza per i giapponesi che persino i media gli dedicano articoli e trasmissioni televisive. Così si può conoscere il Koyo degli aceri nella nazione e organizzare le escursioni. **Arashiyama** era la località di villeggiatura dei nobili nel periodo Heian (VIII - XII secolo) - epoca di grande cultura che diede alla luce il *Genji Monogatari* - e ancora oggi è meta di gite a contatto con la natura. Il profilo della montagna è addolcito dal rosso e l'ocra delle foglie che cambiano colore per difendersi dal freddo. Attraversando il ponte si ha l'impressione di trovarsi in una Ukiyoe: lo spazio aperto, l'acqua del fiume, i rami carichi di fuoco e oro, uccelli che tagliano l'orizzonte con il loro volo ordinato. E proprio presso il ponte Togetsukyo, simbolo di quest'area, ogni seconda domenica di novembre si tiene il festival *Momiji Matsuri* in onore dell'oro rosso delle foglie. Durante la festa si assiste a spettacoli di danza giapponese, musica e cabaret. Sempre nel distretto di Arashiyama a dicembre (dall'8 al 17) va in scena la spettacolare festa di *Hanatoro*, strada dei fiori e della luce, durante la quale vie e templi si accendono di luci creando una suggestiva atmosfera che fa da sfondo a spettacoli dal vivo. Un altro luogo incantevole meta di tutti i giapponesi (in effetti è un po' affollato) è il **Kinkakuji**, Padiglione d'Oro, dichiarato Patrimonio dell'Unesco nel 1994 (ci si arriva con il bus dalla stazione centrale di Kyoto). Costruito nel XIV secolo da uno shogun, fu trasformato in tempio zen nel 1498. Nel 1950 fu bruciato da un monaco e fu ricostruito nel 1955. L'ultimo tocco, nel 1987, fu di ridonare al palazzo il suo splendore aureo. Ci sono voluti 200 chili d'oro e il risultato è quel piccolo gioiello che si

IN ARTE... SUSHI

Essere un maestro del sushi, ovvero uno *Shokunin*, necessita di ben dieci anni di apprendistato che inizia dalle pulizie, passa per la spesa al mercato e finisce il giorno in cui si indossa l'agognato grembiule. Conoscere il pesce alla perfezione - a volte come nel caso del pesce palla che è velenoso può fare la differenza tra la vita e la morte - e fare di una preparazione un'opera d'arte è quello che fa di uno chef un maestro. A Kyoto si può gustare un ottimo sushi al *Gion Nontaro* (Hanamikoji-dori, Shijo-agaru, Higashiyama-ku, nel quartiere di Gion, aperto a pranzo e a cena fino a mezzanotte). Divertenti ed economici sono i *kaitenzushi*, ristoranti che servono i piatti su nastri trasportatori.



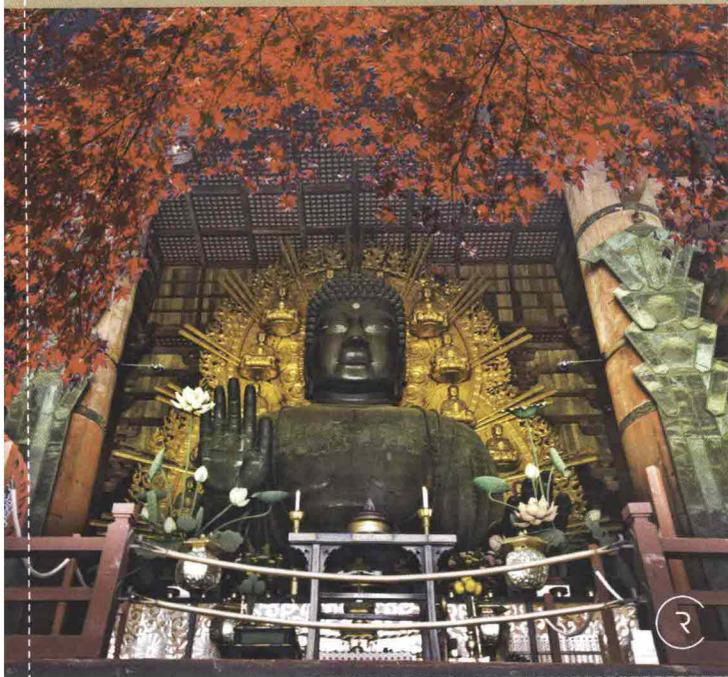
Nella foto sotto, l'autunno sta per arrivare nel grande parco che avvolge il Padiglione d'Oro, Kinkaku-ji, che si specchia nel lago. A breve il rosso tingerà le foglie dando al paesaggio un'atmosfera ancora più magica. Sulla sommità svetta una fenice dorata, l'uccello che risorge dalle ceneri, proprio come è accaduto al padiglione.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Viaggiando ... Il mondo in tasca

Chubu-Kansai GIAPPONE



© bobanza

2° Piega

Da Nagano a Kyoto. Un tour tra colori, natura e tradizione nella stagione più attesa: l'autunno

NOTIZIE GENERALI

Periodo migliore: da marzo a maggio e da settembre a novembre.

Clima: generalmente temperato. Nell'apice della stagione invernale, da dicembre a febbraio, può fare molto freddo, mentre l'estate, da giugno ad agosto, è molto calda e umida. Temperature miti e piacevoli contraddistinguono la primavera e l'autunno.

Documenti: è necessario il passaporto in corso di validità e il biglietto aereo di ritorno. I cittadini italiani possono recarsi in Giappone senza visto per motivi di turismo, per un massimo di 90 giorni di permanenza.

Lingua: giapponese.

Valuta: yen. 1 € = 98,44 yen.

Per telefonare: dall'Italia in Giappone comporre il prefisso 0081; per chiamate dal Giappone in Italia il pre-

fisso è 00139.

Ambasciate: Ambasciata d'Italia in Giappone - 2-5-4 Mita, Minato-ku - Tokyo 108-8302 - Tel. 0081 3 345 352 91. Ambasciata del Giappone in Italia - Via Quintino Sella, 60 - 00187 Roma - Tel. 06 487 991.

Carte di credito: accettate da grandi hotel, ristoranti e negozi più importanti.

Mance: è una consuetudine poco diffusa in Giappone.

Fuso orario: 8 ore avanti rispetto all'Italia; 7 ore avanti quando in Italia vige l'ora legale.

Corrente elettrica: 100 volt. Nei principali hotel delle grandi città vi sono prese piatte da 110 e 220 volt, ma in genere accettano solo spine a due poli.

Norme sanitarie: non sono richieste vaccinazioni obbligatorie.

DA NON PERDERE

IL SANTUARIO

Il santuario shintoista Fushimi-Inari Taisha è dedicato alla divinità Inari. Dea del riso, e quindi dell'abbondanza col tempo ha guadagnato, come devoti, uomini di affari e commercianti che invocano prosperità. In cambio costruiscono torii (portali) di legno dipinto di rosso che nel corso degli anni hanno dato vita a un lungo corridoio (qui hanno girato alcune scene del film *Memorie di una Geisha*). Nel grande complesso si trovano statue di volpi che rappresentano i messaggeri della dea. Il santuario è molto frequentato all'inizio di ogni nuovo anno (dalla stazione di Kyoto treno direzione stazione JR Inari, una sola fermata. Il tempio è sempre aperto).

IL MERCATO

Nishiki Market è il più antico mercato di Kyoto. Una lunga via chiusa tra un centinaio di negozi dove trovare le piccole melanzane Kamo, le castagne d'acqua di Tamba, i funghi matsutake, e poi tanto pesce fresco, sushi bar, ristoranti oltre a negozi che vendono articoli da regalo e tè. Proseguendo verso ovest si entra in Teramachi Street dove trovare ogni genere di merce, dall'abbigliamento ai



Il Kasuga Taisha è il santuario di Nara, famoso per le lanterne donate dai fedeli

dolci. Incluso scherzi, costumi e pasticcini dedicati ad Halloween (ogni giorno dalle 10.00, tranne la domenica).

IL MONTE

Il monte Arashiyama fa da sfondo al "quartiere" omonimo collegato a Kyoto da un antico ponte in legno: Togetsukyo o "ponte che attraversa la luna". In autunno è un vero spettacolo ammirare le foglie dalle mille sfumature che disegnano il paesaggio. Da vedere sono i boschetti di bambù, il tempio Zen Tenryuji, costruito nel 1339, famoso per il suo giardino (aperto tutti i giorni dalle 8.30 alle 17.00 - biglietto € 5) e il Parco delle scimmie di Iwatayama (a 20 minuti a piedi dal ponte Togetsukyo, dal lato del fiume Hozu).

SHOPPING

NATURA IN MINIATURA!

È una delle massime espressioni della fusione tra arte e natura. La ricerca della perfezione crea un rapporto biunivoco tra albero e uomo, ciascuno apprende dall'altro il linguaggio del cambiamento, della pazienza e dell'amore. Il prossimo Natale perché non regalare un bonsai? Un dono originale e denso di significato... A partire da circa € 30.



POLVERE DI TÈ

Si chiama Matcha ed è la preziosa "polvere" verde usata nelle cerimonie del tè. Si fa con le foglie della qualità più pregiata e ha un aroma intenso, come di sottobosco. Oltre che per la bevanda più salutare al mondo si può usare in cucina per fare ottimi dolci e gelati. In Italia il prezzo è un po' caro, ma una scatoletta da 50 grammi durerà parecchio (se ne usano piccoli cucchiaini). A partire da € 25 in Giappone e € 40 nel nostro Paese. Da farne scorta sul posto!

IL MONDO FLUTTUANTE

La transitorietà, la poesia racchiusa in ogni attimo apparentemente banale, l'emozione, la fugacità, l'eterno e il presente, la leggerezza e la malinconia. Questi i temi delle Ukiyo-e, meravigliose stampe giapponesi. Un regalo importante da fare a se stessi o a chi ci è caro. Questa è dedicata all'autunno: una riproduzione di *Aceri a Mama* di Ando Hiroshige. Costo € 150.



UNA TAZZA PER STAGIONE

Sono le ciotole per il tè da cerimonia dalle quali berranno tutti i partecipanti girandole con due mani prima di porgerle al vicino. Le ciotole definiscono l'importanza della cerimonia, ce ne sono di porcellana finissima e decorate a mano oppure meno pretenziose ma sempre molto belle. I disegni rispettano la stagione come per questa tazza con piccole foglie d'acero. Da € 15.



1° Piega

IL MONDO IN TASCA | GIAPPONE | CHUBU-KANSAI



Kannon, il misericordioso

Lo rappresentano centinaia di suggestive statue dorate nel tempio di Sanjusangen-do a Kyoto



INFO UTILI

Ambasciata del Giappone in Italia
Tel. 06 487 991
it.emb-japan.go.jp

Ente Nazionale del Turismo Giapponese
turismo-giappone.it



PER APPROFONDIRE

Per conoscere un po' di più il Giappone attraverso le parole di due donne: Banana Yoshimoto e Mineko Iwasaki. Banana è una scrittrice con largo pubblico in tutto il mondo, il suo *Il corpo sa tutto* (Feltrinelli, pagg. 138, € 6,50) è un insieme di racconti che ci conducono, in un tour di ricordi, in vari luoghi del Paese. *Storia proibita di una Geisha* (Newton Compton, pagg. 318, € 9,90) è la storia vera, scritta dalla protagonista, che ha ispirato il romanzo - da cui è stato tratto il film - *Memorie di una Geisha*.

NOTIZIE UTILI

COME ARRIVARE

Korean Air (koreanair.com) effettua voli da Roma Fiumicino e da Milano Malpensa per Seul, e da qui propone collegamenti con i principali aeroporti giapponesi. In alternativa, All Nippon Airways (ana.co.jp) vola a Tokyo via Francoforte o Monaco di Baviera, con comode coincidenze dai principali scali italiani. **Durata del volo:** minimo 13 ore, a seconda del volo scelto.

COSTO MEDIO

Basso ● ● ● ● Alto

DIFFICOLTÀ DI VIAGGIO

Bassa ● ● ● ● Alta

CON CHI ANDARE

H.I.S. (giappone.hisitaly.com) propone *Le tre capitali*, un itinerario di 8 giorni e 7 notti a Tokyo, Kyoto e Nara. Da € 1.400 a persona (tariffa valida dal 1 ottobre 2012 al 31 marzo 2013, tranne dal 30 dicembre al 3 gennaio). Comprende hotel in categoria standard/superior a Tokyo e Kyoto, 7 colazioni e 3 pranzi, visite e trasferimenti da programma con guide locali e assistenti parlanti inglese.

SAPORI & OSPITALITÀ

Kanbayashi Onsen Hotel Senjukaku - Shiga Kogen - Nagano
info@senjukaku.com - senjukaku.com

Hotel di lusso situato vicino al Parco del Jigokudani Snow Monkey nella zona di Yamanouchi, immerso in giardini in stile giapponese. Dispone di stanze in stile locale - alcune con onsen privato - onsen per uomini e per donne (separato) e piscina riscaldata. A breve distanza si trovano le più rinomate piste di sci e snowboard del Paese. A partire da 25.200 yen (€ 251) a notte.

Ryokan Yamanoyu - Kanbayashi Onsen Yamanouchimachi, Simotakaiguin Nagano - yamanoyu@mti.biglobe.ne.jp
Piccolo ryokan silenzioso e suggestivo sulla parte più alta di Kanbayashi. Qui hanno alloggiato famosi scrittori per trovare ispirazione e creare capolavori letterari. Dispone di sei camere con onsen privati. Onsen per uomini e per donne (separato). La cucina ricca di verdure è curata dalla moglie del proprietario. A partire da 8.650 yen (€ 86) a notte (due pasti inclusi).

Hyatt Regency Kyoto
644-2 Sanjusangendo-mawari
Higashiyama-ku-kyoto.regency.hyatt.com
Vicino al Tempio di Sanjusangen-do, a



cinque minuti dalla stazione ferroviaria e vicino ai principali luoghi di interesse. Dispone di 189 camere finemente arredate: mobili in quercia bianca, testate dei letti rivestite con stoffe per kimono, tappeti dai colori naturali e complementi d'arredo in stile giapponese. Tre ristoranti tra cui uno di cucina italiana e uno della tradizione giapponese. Spa e sala fitness. A partire da 30.000 yen (€ 300) a notte (due pasti inclusi).

Ryokan Gion Hatanaka - Yasaka Jinriya Minamori Mae - Higashiyama-ku thehatanaka.co.jp/english/index.html
Situato a Gion, il quartiere delle geishe di Kyoto, permette di vivere l'esperienza del Giappone tradizionale. A partire da 18.000 yen (€ 180) a notte (prima colazione inclusa).

IL MONDO NEL PIATTO

Vegetariani, vegani e amanti del sushi troveranno in Giappone un vero paradiso gastronomico. Verdure da noi sconosciute (almeno in cucina), specialità derivate dalla soia come la *yuba* (una pellicola ottenuta dalla bollitura del latte di soia poi arrotolata a formare una palla) o il tofu, sushi di aloe e wasabi, crostacei e molluschi. Per i carnivori incalliti da provare è la carne di Kobe. Intanto a casa ci si può dilettere con questa facile ricetta del *Gelato al tè matcha*. Necessaria è la gelatiera (ci sono quelle economiche più piccole come la Giò Style).

Ingredienti (per 2 persone): 2 tuorli d'uovo freschi - due cucchiaini di zucchero - 60 g di panna vegetale già zuccherata - 80 g di latte intero fresco - un cucchiaino raso di tè matcha.

Preparazione: montare a spuma i rossi d'uovo con lo zucchero, servendosi di fruste elettriche. A parte montare la panna. Sciogliere il tè con un po' di latte. Unire la panna alle uova mescolando dal basso in alto. Aggiungere il tè sciolto e il latte, e usando ancora il frullino montare a crema. Togliere la gelatiera dal freezer, azionarla e versarvi il composto. Dopo 40 minuti il gelato è pronto. Servire subito guarnito a piacere. Per fare più gelato raddoppiare le dosi (controllare la capienza massima della gelatiera).



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

specchia nelle acque del lago, attorniato da boschi di aceri e pini, romantico anche sotto la pioggia. Nel parco che lo circonda si può passeggiare per ammirare i momiji tra cui spuntano altari di pietra dedicati agli spiriti degli alberi, chioschetti e lunghe corde dove i giovani e meno giovani appendono le loro preghiere o "pescano" bigliettini portafortuna. Dalla parte opposta della città, nel quartiere Higashiyama si trova il **Kodaiji**, tempio costruito nel 1605 in memoria di Toyotomi Hideyoshi, moglie di un leader politico. Anche qui è piacevole vagabondare nel boschetto di bambù e nel giardino per godere dei colori autunnali che rendono il paesaggio più intimo e meditativo. Termina qui il nostro tour nell'autunno giapponese. Abbiamo apprezzato le altezze della montagna, l'asprezza di alcuni paesaggi, il costume e la cultura di questo grande Paese, le schive maiko e le geishe così inavvicinabili e sicure di sé, e superato i nostri tabù cimentandoci nel rituale del bagno negli onsen. Davanti a noi i piatti del kaiseki ryori con i colori e profumi di stagione si stipano stringendosi agli altri nei ricordi che porteremo via. Una malinconia improvvisa ci assale. Sarà la dolce Momiji che ci sussurra parole segrete all'orecchio del cuore? 🍵

UJI LA CITTÀ VERDE

Tra Nara e Kyoto si trova la piccola cittadina di Uji (Patrimonio dell'Unesco dal 1994) che è rinomata per tre motivi: le grandi piantagioni biologiche di tè, con aziende che vantano una lunga tradizione familiare; il Byodo-in, tempio immortalato sulle monete da 10 yen; la statua ispirata a Ukifune, protagonista del *Genji Monogatari*, vicino all'Ujihashi, l'antico ponte in legno oggi in parte ricostruito. Al capolavoro letterario che ambientò qui proprio i tragici capitoli finali - Ukifune, dopo essersi gettata nelle acque del fiume a causa di amori infelici, viene salvata dai pescatori e si fa monaca - è dedicato anche un museo. Ma ad attrarre i visitatori sono soprattutto il tempio e il tè. Lungo la via Byodoin Omotesando decine di negozi e sale da tè spandono nell'aria profumi inebrianti. Qui si possono acquistare tutte le qualità, dal matcha al sencha, oltre agli strumenti da cerimonia come ciotole, *kama* (bollitori), *chasen* (pennelli in bambù) e molti altri utensili. Uji può essere visitata in un solo giorno, dista, infatti, solo 18 minuti in treno da Kyoto, e l'itinerario include una lunga camminata.

