

Viaggio in Cina: Pechino, Yunnan e Chengdu

Nelle terre dell'Asia orientale, la civiltà cinese ha scritto, con la sua forza vitale antica di cinquemila anni, un capitolo unico nella storia dell'umanità, un capitolo dedicato alla sopravvivenza e allo sviluppo in armonia con sé stessa e con l'ambiente. L'ampiezza del suo territorio e la varietà dei suoi paesaggi hanno dato origine a una profonda saggezza improntata alla coesistenza armoniosa con la natura. Questa saggezza si riflette silenziosamente nei suoi edifici antichi, nelle tecniche tradizionali tramandate di generazione in generazione, nei canti popolari e nei proverbi, rivelando una visione del mondo a lungo termine e una grande capacità inclusiva del popolo cinese. Tutto ciò può essere visto e vissuto in prima persona mentre viaggiamo attraverso la Cina.

Nel mondo spirituale cinese, Confucianesimo, Taoismo e Buddhismo svolgono insieme un ruolo fondamentale. Il Confucianesimo pone l'accento sulla benevolenza e sul rispetto tra le persone, nonché sull'ordine familiare e sociale; il Taoismo sostiene il rispetto delle leggi naturali così come la ricerca della libertà e dell'armonia dello spirito; il Buddhismo, giunto dall'India, si è integrato con la cultura locale, sviluppando correnti uniche come il *Chán* (più noto in Occidente con la pronuncia giapponese di *Zen*). Questi tre filoni di pensiero, intrecciandosi e fondendosi, hanno profondamente influenzato il modo in cui i cinesi osservano il mondo e trovano il proprio equilibrio di vita, dando origine a un atteggiamento esistenziale ricco di saggezza.



L'unicità della cultura cinese si manifesta in modo ancora più evidente nei suoi caratteri pittografici, che incarnano la particolare fusione tra scrittura e pittura, nota con l'espressione della *comune origine di calligrafia e pittura*. Con l'inchiostro e il pennello si danza sulla carta di riso, dipingendo paesaggi che evocano mondi interiori. La calligrafia diventa così una traccia dell'anima.

Questa ricerca dell'estetica e del senso artistico si estende anche alla raffinata ritualità dell'arte del tè (chádào) e dell'arte degli aromi (xiāngdào), dando vita a una filosofia sensoriale che coinvolge vista, olfatto, gusto e spirito. Il risultato è una sintesi armoniosa tra forma e significato, una perfetta unione tra *via* e *strumento*, che rappresenta l'apice dell'estetica orientale.

Proprio per questo, l'arte cinese è divenuta un tesoro insostituibile nel patrimonio artistico dell'umanità.



In questo viaggio di studio e scoperta, attraverseremo una Cina ricca di contrasti e armonie: da Pechino, antica capitale imperiale simbolo dell'ordine e del potere terreno, fino allo Yunnan, dove si riflette la saggezza della convivenza tra uomo e natura; dalle montagne sacre innevate che collegano cielo e terra nella loro dimensione spirituale, fino a Chengdu, la *terra dell'abbondanza*, dove si fondono la filosofia taoista e il calore della vita quotidiana.

Dialetti diversi, abiti variopinti, festività vivaci e una molteplicità di credenze convivono e si intrecciano, rivelando la straordinaria ricchezza e l'unità nella diversità della civiltà cinese.

Esploreremo con i nostri passi e percepiremo con il nostro cuore, per scoprire una Cina autentica, tridimensionale e profonda. Saremo felici di condividere con voi questo viaggio culturale, per ammirare insieme il fascino unico della civiltà cinese.



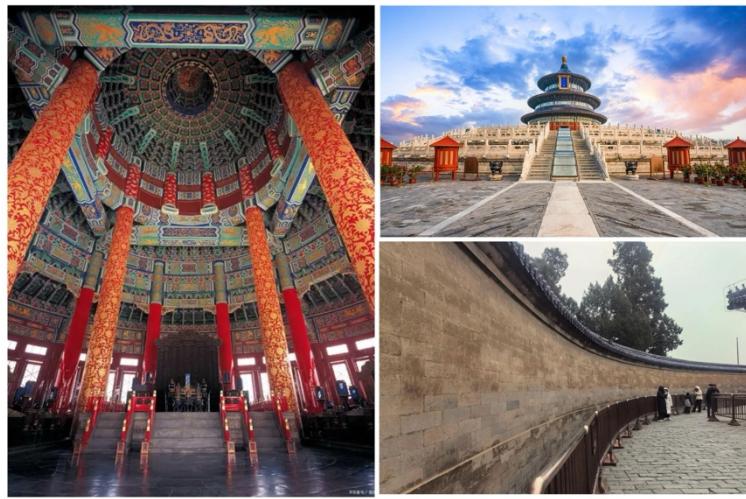
Giorno 1 - 18 Aprile, Volo da Milano Malpensa a Pechino

Ritrovo dei partecipanti presso l'aeroporto di Milano Malpensa. **Partenza alle 13:30**
Milan MXP → arrivo a Pechino alle 05:50 del 19 aprile (10 h e 20 min di volo).

Giorno 2: 19 aprile, arrivo a Pechino e Tempio del Cielo

Arrivo nella capitale cinese, che introduce subito alla sua grandezza e alla sua storia millenaria. Inizieremo il nostro viaggio da uno dei luoghi simbolici più affascinanti della capitale: il Tempio del Cielo, il più grande complesso di architettura rituale antica ancora esistente in Cina e patrimonio dell'umanità dell'UNESCO. Costruito per i sacrifici imperiali al Cielo durante il corso della Dinastia Ming, è un luogo dove si fondono profondamente filosofia antica, storia, matematica, meccanica, estetica ed ecologia in un'armonia straordinaria.

Il Tempio del Cielo è una vera espressione di *tempo e spazio* tradotti in architettura, un perfetto esempio della fusione tra tecnica costruttiva e arte simbolica. Ogni elemento del complesso, dalle proporzioni geometriche alla disposizione dei padiglioni, dai colori utilizzati alle forme circolari e quadrate, incarna profondi significati legati alla cosmologia cinese. Ci immergeremo lentamente in questo mondo simbolico, scoprendo i significati nascosti dietro a forme e strutture.



Parlando in piedi sulla pietra centrale della Volta imperiale del cielo, le onde sonore vengono riflesse dalle otto file di *dōugōng* (mensole architettoniche) dorate del soffitto, amplificando il suono di 3,2 volte. L'effetto acustico della *parete dell'eco* è ancora più nitido e sorprendente.

Giorno 3: 20 aprile, La Grande Muraglia

Il secondo giorno ci attenderà la sfida di un autentico miracolo dell'ingegno umano: la Grande Muraglia, Patrimonio UNESCO e simbolo di difesa e volontà del popolo cinese. Abbiamo scelto uno dei tratti più autentici e spettacolari, quello di Simatai, dove la muraglia si snoda come la spina dorsale di un drago, incastonata tra le pieghe delle montagne Yanshan.

Durante la ricostruzione del 1573, sotto la direzione del celebre generale Qi Jiguang, gli artigiani locali eressero queste merlature a forma di sega utilizzando il granito locale senza cemento: ogni pietra si incastra perfettamente grazie a un preciso sistema di blocchi ad “incastro di serratura”. Una testimonianza straordinaria di talento ingegneristico e abilità costruttiva.

Camminare lungo le cime scoscese di questi monti, accarezzare i mattoni secolari della muraglia, è come toccare con mano la volontà incrollabile che l'ha resa possibile. È anche un'immersione in quella particolare visione cinese di confine che non mira alla separazione netta, ma incarna una filosofia di coesistenza armoniosa nella diversità (*hé ér bù tóng*).



Giorno 4: 21 aprile, Pechino, Piazza Tiananmen e Città Proibita

Pechino, antica capitale d'Oriente con oltre tremila anni di storia urbana e più di ottocento anni come capitale imperiale, è una città il cui fascino risiede nella stratificazione armoniosa del tempo: un organismo vivente sviluppato attorno a un asse centrale, dove le tradizionali case a corte fungono da cellule vitali e di cui l'ideale di armonia forgia l'anima. In questo intreccio di epoche e stili, Pechino svela un maestoso affresco di civiltà in continua evoluzione.

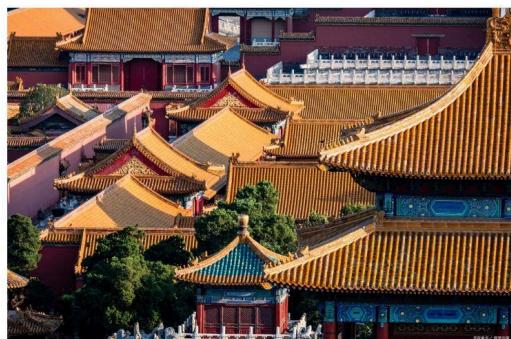
La Piazza Tiananmen, con un'estensione di 440.000 metri quadrati, è la piazza urbana più grande al mondo e racchiude i simboli politici e la memoria collettiva della nazione cinese.



Attraversando la Porta di Tienanmen, si accede al cuore ceremoniale dell'antica Cina imperiale: la Città Proibita, centro delle attività rituali più solenni delle dinastie Ming e Qing.

Con le sue 9.999 stanze e mezzo, costruite con mura rosse e tegole gialle, la Città Proibita, costituisce il più grande complesso architettonico in legno al mondo, ponendosi in netto contrasto con l'ampiezza austera della piazza antistante.

Grazie alla sua progettazione, la decorazione, l'utilizzo stesso e la meticolosa manutenzione nel corso del tempo, la Città Proibita si rivela come l'apice dell'ingegno collettivo e della raffinatezza tecnica del popolo cinese, nonché una straordinaria testimonianza materiale e spirituale di questa civiltà.



La Città Proibita concentra la massima espressione dell'ingegno artigianale dell'epoca: dalla progettazione architettonica alla lavorazione di legno e pietra, dalla pittura decorativa alla produzione di ceramiche smaltate (*lìulí*): ogni dettaglio riflette un altissimo livello tecnico ed estetico.



All'interno della Città Proibita vengono mostrate alcune eccellenze artistiche dell'epoca imperiale (calligrafie, pitture, porcellane finemente lavorate, antichi testi, l'opera tradizionale cinese, etc.).

Salendo al Padiglione Wanchun (Padiglione dell'eterna primavera) sulla Collina Jingshan e voltandoci a guardare alle nostre spalle, ci troveremo in un punto nodale per decifrare l'anima di Pechino, come se avessimo tra le mani una chiave segreta. Sotto i nostri occhi, lungo l'asse centrale della città, la Città Proibita si dispiega come un'onda dorata, simile a una mappa stellare dell'universo, mentre in lontananza Piazza Tienanmen pulsa del battito moderno della nazione. In questo luogo, nel 1644, l'imperatore Chongzhen dei Ming pose fine alla sua vita, segnando con drammaticità il tramonto di una dinastia.

Questa collina artificiale, costruita con la terra scavata per realizzare i fossati della Città Proibita, non è solo un elemento simbolico di protezione secondo i principi del *fēngshuǐ*: è anche la sentinella silenziosa che ha assistito all'ascesa e alla caduta delle dinastie Yuan, Ming e Qing. Un punto d'osservazione privilegiato per contemplare la continuità e la trasformazione della storia cinese.



Giorno 5: 22 aprile, Palazzo d'Estate e volo Pechino - Kunming

Continua la visita di Pechino. Nel corso della giornata ci immergeremo in una esperienza unica che unisce architettura tradizionale e arte, lasciandoci stupire della saggezza degli antichi e trovando ispirazione e fonte di riflessione per la cultura, l'architettura e l'arte contemporanee.

Il Palazzo d'Estate (Yíhé Yuán) è il giardino imperiale più esteso e meglio conservato esistente in Cina. La sua caratteristica più straordinaria è la perfetta armonia tra il paesaggio naturale formato da alteure che abbracciano specchi d'acqua e gli imponenti edifici imperiali, in cui elementi paesaggistici artificiali sembrano in tutto e per tutto opera della natura.

Uno dei suoi gioielli architettonici è il Lungo Corridoio: una meraviglia ingegneristica che si estende per centinaia di metri, decorato con oltre 14.000 raffinati dipinti nello stile di Suzhou, che raffigurano fiori, uccelli, insetti, aneddoti storici e paesaggi naturali, trasformandolo in un vero e proprio museo d'arte a cielo aperto.



All'interno del Palazzo d'Estate, l'ampia distesa d'acqua del Lago Kunming, insieme ai padiglioni, le terrazze e le torri finemente progettate, al sinuoso Lungo Corridoio e ai raffinati ponti, crea un paesaggio da dipinto. Questi elementi si combinano per offrirci un'immersione nella vita imperiale, permettendo di ascoltare e rivivere le storie della famiglia imperiale cinese. Nella figura in alto a destra si vede il Lungo Corridoio, in basso a sinistra il famoso Ponte dei Diciassette Archi e in basso a destra la suggestiva Barca di Pietra, simbolo di stabilità e longevità.

Nel pomeriggio lasceremo Pechino per raggiungere con un volo interno Kunming, capoluogo della provincia dello Yunnan.

Giorno 6: 23 aprile, La Memoria della Terra: la Foresta di Pietra (Shílín) e Museo delle Nazionalità dello Yunnan

Oggi ci immergeremo in uno dei paesaggi più straordinari della Cina e Patrimonio UNESCO: la Foresta di Pietra *Shílín*, una spettacolare foresta di formazioni carsiche, modellate dall'erosione nel corso di milioni di anni.

Definito dagli esperti internazionali di geologia carsica come un *museo naturale di geomorfologia scultorea*, lo *Shílín* stupisce per le sue torri, picchi e pinnacoli rocciosi che sembrano scolpiti da un artista invisibile.

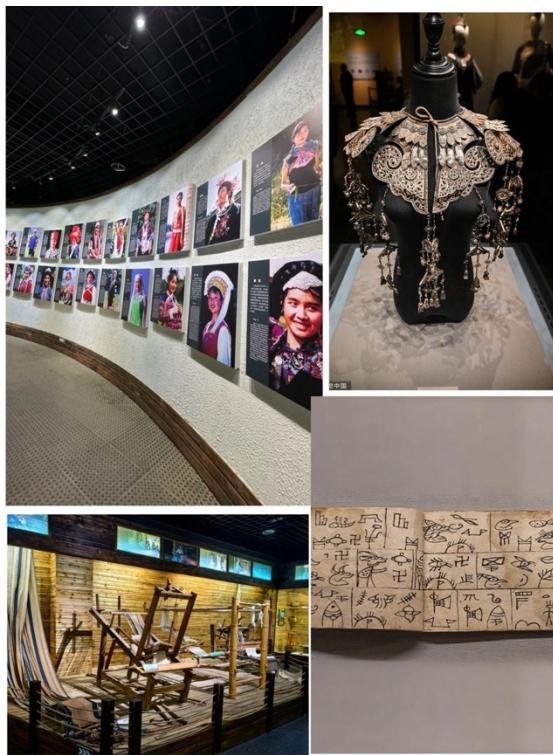
Tra queste rocce si cela una struggente leggenda del popolo *Yí*: la storia di Ashima, una giovane donna trasformata in una colonna di pietra per amore. Si racconta che ancora oggi, nella pioggia e nel vento, il suo spirito vegli silenzioso, rendendo viva e palpitante anche la roccia più fredda.



In questo antico labirinto di pietra, esploriamo i codici del tempo incisi da più di 200 milioni di anni di trasformazioni geologiche. È qui che il tempo, lento e silenzioso, ha plasmato lo spirito del mondo naturale in forme fantastiche, trasformando la materia in simboli.

Nel pomeriggio visiteremo il Museo delle Nazionalità dello Yunnan, un luogo fondamentale per comprendere a fondo questa terra unica che ospita 26 gruppi etnici autoctoni. Il museo non è solo una raccolta di reperti, ma una chiave culturale per aprire le porte alla nostra comprensione di questa regione.

Grazie a questa introduzione, i paesaggi che vedremo nei giorni successivi non saranno più solo scenari naturali, ma spazi vissuti, carichi di storia, identità e tradizioni. Incontrare le culture locali sarà come rincontrare dei vecchi amici: con rispetto, curiosità e un senso di familiarità più profondo.



Giorno 7, 24 aprile: trasferimento in treno Kunming - Eryuan, tradizioni *bái* e Lago Cibi

Raggiungeremo in treno Eryuan, nella regione di Dali, una regione abitata principalmente dal popolo dei *Bái*, ma caratterizzata da una convivenza armoniosa di più etnie. Qui scopriremo un'altra profonda dimensione della civiltà cinese: una saggezza del vivere riflessa nella risonanza tra campagna e universo. I *Bái* portano avanti l'antico insegnamento di coltivare la terra come pratica spirituale, dove l'agricoltura non è considerata solo un lavoro, ma anche una forma di meditazione attiva e una via per entrare in sintonia con la natura.

Al nostro arrivo ad Eryuan, visiteremo il Lago Cibi e un frutteto di peri centenari. Secondo la tradizione *bái*, l'acqua non è semplicemente una risorsa: è sacra e manifestazione del divino.



La tradizione millenaria del popolo dei *Bái*: onorare l'acqua e proteggere le foreste. Il lago Cibi è un frutteto di peri centenari.

Giorno 8: 25 aprile, tradizione e innovazione agricola a Eryuan

Eryuan, immersa nel cuore dello Yunnan occidentale, è un'autentica oasi ecologica intrisa di spiritualità, dove il tempo sembra rallentare e la natura respirare con l'essere umano. Qui, antiche pratiche contadine nate da secoli di osservazione del cielo e dei ritmi naturali sono state codificate nei codici agricoli custoditi nei templi locali. Ma le tradizioni si fondono silenziosamente con i metodi contemporanei di agricoltura sostenibile portati da giovani provenienti da tutto il mondo. Il risultato è un paesaggio vivente, una vera e propria tela dove si intrecciano filosofia orientale, spiritualità, estetica rurale e innovazione agricola.



Durante la nostra permanenza, avremo l'opportunità di incontrare imprenditori agricoli che coniugano i metodi dell'agricoltura biodinamica con la saggezza agricola *bái*. Inoltre, potremo sperimentare in prima persona alcune attività agricole.



L'azienda agricola "Il Giardino di Agricoltura e Zen" adotta il metodo biodinamico, utilizzando compost e preparati biodinamici e creando un ciclo ecologico autosufficiente. L'agricoltura diventa così una forza gentile per la guarigione della Terra.

Giorno 9: 26 aprile, cerimonia del tè e trasferimento in treno Dali - Lijiang

Prima di lasciare Eryuan e proseguire verso Lijiang, saluteremo questa terra con un rituale antico e carico di significato: la cerimonia del tè in tre atti dei *Bái* (*sān dào chá*).

Nel novembre 2014, questa tradizione è stata ufficialmente riconosciuta come Patrimonio Culturale Immateriale Nazionale della Cina, a testimonianza della sua profonda rilevanza storica e culturale.

Il rito prevede tre fasi:

- il primo tè, amaro, è un omaggio alla natura e al cielo-terra, riconoscendo le prove della vita e la fatica iniziale del cammino.
- il secondo tè, dolce, celebra gli incontri e i legami: un brindisi al destino che ha fatto incrociare i nostri percorsi.
- il terzo tè, profumato e persistente, rappresenta la speranza di ritrovarsi, con un retrogusto che invita alla riflessione, proprio come un'esperienza che lascia il segno.

Questa sequenza, composta di *amaro*, *dolce* e *profumato*, è molto più di un rito conviviale: è una filosofia di vita, che richiama la ricerca buddhista dell'evoluzione personale e dell'armonia interiore.



Nel pomeriggio partiremo in treno da Dali per raggiungere Lijiang.



Lijiang e i suoi tre grandi Patrimoni UNESCO: l'antica città di Lijiang, la scrittura *Dōngbā* e l'area protetta dei tre fiumi paralleli.

Giorno 10: 27 aprile, Baisha e Lijiang antica

Nel 2003, l'antica città di Lijiang è stata riconosciuta Patrimonio UNESCO. Situata sull'altopiano nord-occidentale dello Yunnan, è una gemma incastonata tra paesaggi mozzafiato.

Sotto lo sguardo maestoso del Monte Yulong Xueshan, che significa *montagna innevata del drago di giada*, il villaggio tradizionale dei *Nàxī*, uno straordinario piccolo gruppo etnico, si adagia sulle pianure ai piedi della montagna.

Nonostante una popolazione poco numerosa, i *Nàxī* hanno saputo preservare e tramandare per millenni una civiltà unica, con una propria lingua, musica, ritualità e arte che ancora oggi pulsano di vitalità e autenticità.



L'antico villaggio di Baisha: l'essenza autentica dei *Nàxī*.

Baisha rappresenta il villaggio più primitivo e genuino della cultura *Nàxī*, ancora abitato dagli indigeni originari di questa etnia. Un tempo antica capitale dei *Nàxī*, Baisha è stato per secoli il fulcro politico, economico, commerciale e culturale dell'area di Lijiang.

Passeggiando tra le sue vie, si possono sentire le anziane proferire i proverbi locali che racchiudono la saggezza millenaria dei *Nàxī*, come questo: *quando la corda si spezza in tre, arriva il freddo; quando la famiglia si divide, tre generazioni ne*

soffrono. Si tratta di un codice morale, di regole comunitarie e di una filosofia di vita che ha mantenuto coesa questa società nel corso dei secoli.

Nei vicoli poco appariscenti dell'antica città di Lijiang, il Pozzo delle tre bocche rappresenta un modello di ecologia: un patrimonio vivente utilizzato quotidianamente dagli abitanti da oltre seicento anni.



Giorno 11: 28 aprile, Monte Yulong Xueshan e Valle della luna blu

Il Monte Yulong Xueshan, con il ghiacciaio situato alla latitudine più bassa di tutto il continente eurasiatico (27° N), è una montagna di straordinaria importanza naturale e culturale. Qui, i ghiacciai si stanno ritirando di circa 8 metri all'anno, un tasso di ritiro più rapido e sensibile rispetto a quello delle Alpi, rendendo il Yulong Xueshan un vero e proprio museo climatico in via di scomparsa.

Dice un altro proverbio *nàxī*: *la montagna è il padre, l'acqua è la madre*.

Ai piedi della montagna, la Valle della luna blu si presenta con un incantevole colore azzurro-latte: un effetto creato dalla polvere di roccia creata dai movimenti glaciali e disciolta nell'acqua. Secondo una leggenda *nàxī*, è ciò che resta di uno specchio divino andato in frantumi.



Per i *Nàxī*, il Monte Yulong Xueshan detiene uno status sacro e supremo: è venerato come una montagna divina, simbolo di potere spirituale e legame profondo con la natura e gli antenati.

Giorno 12: 29 aprile, Trasferimento in bus Lijiang - Yubeng

Attraverseremo in bus il maestoso canyon del Fiume Jinsha. Il paesaggio lungo il percorso cambia costantemente, fino a raggiungere Yubeng, un luogo conosciuto come il paradiso degli escursionisti, attratti qui da ogni parte del mondo come da una calamita e spinti a misurare con i propri passi il confine tra fede e natura.

Il nome Yubeng deriva dal tibetano e significa *il luogo dove sono impilati i sūtra*. Secondo la leggenda, infatti, il maestro Padmasambhava avrebbe nascosto in questi luoghi dei rotoli di *sūtra* seppellendoli sottoterra.



Giorni 13 e 14: 30 aprile e 1 maggio, escursioni attorno a Yubeng ai piedi di Meili Xueshan

Dedicheremo due giornate ad esplorare la zona di Yubeng con escursioni giornaliere.

Quando le pile di pietre *mani* (pietre sacre) si intravedono tra le nebbie mattutine, si comprende perché questa terra è chiamata Shangri-La: un vero e proprio luogo spirituale di dialogo tra il popolo tibetano e la natura, dove ogni bandiera di preghiera che vola nel vento racconta della vita e dell'eternità.

Per gli abitanti tibetani di questa terra, ogni montagna innevata è considerata l'incarnazione di una divinità, mentre ogni ruscello intona il mantra sacro di sei sillabe: *Om Mani Padme Hum*.

Chi compie il pellegrinaggio tibetano della *kora* (circumambulazione), non misura solo l'altitudine con i propri passi, ma esprime anche una profonda e sincera devozione verso la natura e il sacro.





Giorno 15: 2 maggio, da Yubeng a Dukezong e visita del Monastero Songzanlin

Dopo una escursione nella Gola di Ninong per uscire dalla zona di Yubeng, ci dirigeremo in bus verso il Monastero di Songzanlin, il più grande monastero buddhista tibetano dello Yunnan, soprannominato il *Piccolo Potala*.

Qui avremo l'opportunità di approfondire la conoscenza della scuola Gelugpa del Buddhismo tibetano, esplorando la sua architettura maestosa, le opere d'arte sacra e i rituali religiosi che ancora oggi animano la vita spirituale della comunità locale.

Sentiremo il profondo legame tra gli abitanti e la loro religione, osservando come l'arte religiosa diventi un potente mezzo di espressione spirituale e di coesione sociale.



L'architettura e le ceremonie del Monastero di Songzanlin riflettono perfettamente la fusione organica e la coesistenza tra il Buddhismo tibetano e le culture locali di etnia mista dello Yunnan nord-occidentale, oltre all'influenza della cultura Han. Questo intreccio culturale dà vita a un'espressione spirituale e artistica unica nel suo genere.

La sera ci sistemeremo nell'antica città di Dukezong a Shangri-La.

Dukezong, che in tibetano significa *città di luce lunare*, vanta una storia di oltre 1.300 anni. Situata lungo l'antica Via del tè e dei cavalli, è stata per secoli un importante centro commerciale e culturale. Oggi è uno dei meglio conservati insediamenti tibetani in Cina.



Camminando lentamente per le vie di Dukezong, si può assaporare l'intensa atmosfera della cultura tibetana, ammirare lo stile architettonico unico e respirare una quiete serena che pervade ogni angolo di questa città millenaria.

Giorno 16: 3 maggio, Dukezong, la ceramica *níxī* e il Lago Panahai

Un artigiano tibetano, custode di un patrimonio culturale immateriale, ci guiderà nella realizzazione della ceramica *níxī*, una tecnica antichissima di oltre 2.000 anni, ancora oggi utilizzata quotidianamente. Ogni pezzo viene modellato a mano con grande cura e successivamente affumicato, rendendo impossibile trovare due oggetti esattamente identici. La ceramica *níxī* non serve solo per creare utensili, ma anche opere d'arte intrise di calore umano, storie e simboli culturali, rappresentando un vero e proprio tesoro culturale.



Realizzata interamente a mano con argilla rossa locale, la ceramica *níxī* prende forma grazie all'esperienza tattile e all'occhio esperto degli artigiani. Durante l'affumicatura con fumo di legno di pino, il carbonio penetra profondamente nel corpo ceramico,

donando al manufatto il suo tipico colore nero lucente e una resistenza straordinaria.

Nel pomeriggio esploreremo in bici il magico Lago Panahai, il cui nome in tibetano significa *lago dietro la foresta*. In questo luogo incantevole, la natura selvaggia si mostra in tutta la sua armonia: alberi solitari punteggiano il paesaggio, mandrie di yak e cavalli pascolano libere, la linea sinuosa del lago si riflette sotto il cielo aperto, con montagne innevate a fare da sfondo.



Giorno 17: 4 maggio, trasferimento in treno Shangri-La - Chengdu

Lasciamo le alture spirituali di Shangri-La per raggiungere in treno Chengdu, il cuore pulsante della Cina sud-occidentale.

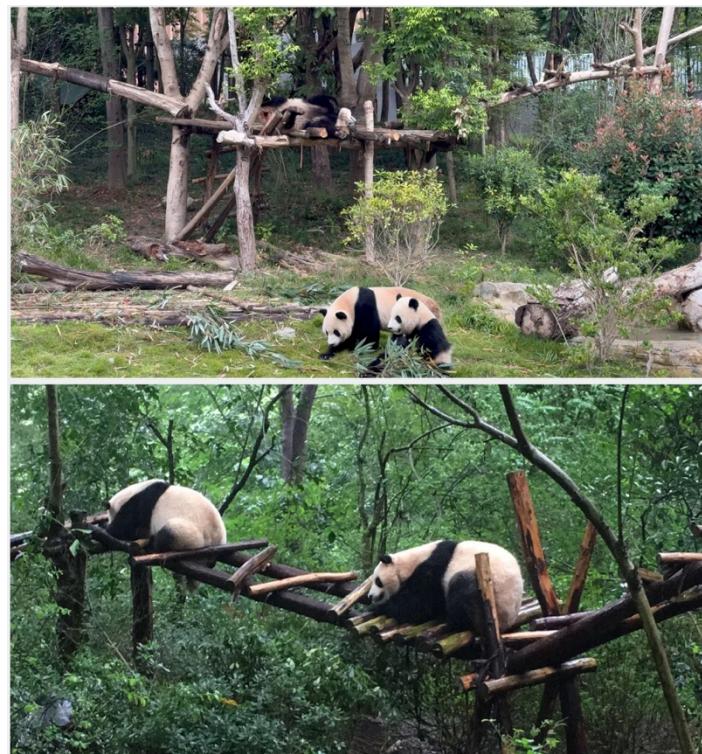
Fin dall'epoca Tang, Chengdu fu nominata *terra dell'abbondanza* (tiān fù zhī guó): un crocevia strategico della Via del tè e dei cavalli e culla della cultura *Shǔ Hán*. Durante le dinastie Ming e Qing, la città si affermò come centro culturale ed economico della Cina sud-occidentale, dando origine a eccellenze come la cucina del Sichuan e l'arte raffinata del ricamo *Shǔ*.

Oggi Chengdu è una metropoli di primo piano, motore dello sviluppo della Cina occidentale e sede del centro di ricerca sui panda giganti, simbolo di tenerezza e conservazione. Al tempo stesso, è celebre per la sua filosofia di vita lenta, dove tè, mahjong e relax convivono con innovazione e crescita.



Giorno 18: 5 maggio, panda giganti e Museo Sanxingdui

La base di ricerca per la riproduzione del panda gigante di Chengdu è una delle istituzioni più importanti al mondo per la conservazione e lo studio del panda gigante. Qui è possibile osservare da vicino l'adorabile atteggiamento del tesoro nazionale cinese, il panda gigante, oltre ad acquisire conoscenze scientifiche su questa specie e sulla sua conservazione.



Si possono osservare panda giganti di tutte le età, con la possibilità di visitare anche la *cucina dei panda*, dove viene preparato il loro cibo speciale.

Dedicheremo il pomeriggio a un'esperienza estetica e culturale di eccellenza mondiale: l'arte in bronzo del Museo Sanxingdui.

Le opere risalenti al II millennio a.C. rinvenute a Sanxingdui, come l'albero sacro in bronzo, le maschere con occhi sporgenti e lo scettro d'oro, presentano uno stile fortemente surrealista. Le linee esagerate, i misteriosi totem e la raffinata tecnica di fusione, in particolare la maschera d'oro sottile come un'ala di cicala, ne fanno tesori unici al mondo.



La cultura Sanxingdui ha il fascino enigmatico di una civiltà senza scrittura: essa **si** sviluppò in modo indipendente rispetto alla civiltà della Cina centrale, senza lasciare alcuna traccia scritta. Le sue origini e la sua scomparsa rimangono ancora oggi un mistero.



Giorno 19: 6 maggio, lo stile di vita *bāshì* di Chengdu

Oggi faremo un'esperienza autentica della vita lenta di Chengdu: nella Heming Teahouse, una casa da tè con oltre cent'anni di storia, si può ordinare una tazza di tè tradizionale con coperchio (*gàiwǎn*) e immergersi nell'atmosfera rilassata del luogo, tra partite a scacchi cinesi e chiacchiere tra abitanti del posto (note come *bǎi lóng mén zhèn*).

Cercheremo di assaporare appieno la filosofia di vita rilassata racchiusa nel detto *i giovani non dovrebbero entrare nello Sichuan*, perché è troppo facile lasciarsi conquistare.



Una casa da tè di lunga storia nel Parco del Popolo: una perfetta combinazione tra tradizione culturale e relax quotidiano

Giorno 20: 7 maggio, volo Chengdu - Milano

Partenza da Chengdu e rientro in Italia. Tappa dopo tappa, culture affascinanti ci hanno toccato il cuore, paesaggi maestosi si sono impressi nei nostri sguardi e sorrisi sinceri ci hanno scaldato l'anima. In questo viaggio, abbiamo attraversato l'immensa terra della Cina, sentendone il battito profondo, raccogliendo ricordi d'Oriente unici: intensi, vivi, irripetibili.

Partenza da Chengdu alle 01:45 → arrivo a Milano alle 06:55 (11 h e 10 min di volo).

Speriamo di condividere al più presto con voi le storie e il calore di questa terra.

