

Ambiente e Benessere

Dispacci dal «mondo fluttuante»

Viaggiatori d'Occidente Pagine di un taccuino di viaggio giapponese

Stefano Faravelli

Il mio ultimo viaggio, in Giappone, mi ha visto attraversare le grondanti foreste del monte Koya, i santuari imperiali di Ise, le alpi di Nagano con le loro popolazioni di macachi termali, i quartieri di Tokyo e di Kyoto. Luoghi tipici del paesaggio giapponese, come il Torii di Myajima, e contrade poco battute, come lo splendido Ryokan di Yamanaka. Da questo periplo sono scaturiti nuovi taccuini: dispacci dal «mondo fluttuante».

Nel pensiero giapponese *ukiyo*, «mondo fluttuante», è un termine di origine buddista, che esprime la transitorietà delle cose terrestri, l'impermanenza e la radicale instabilità di questo «basso mondo». Nulla si dovrebbe costruire sulle ingannevoli fondamenta del «mondo fluttuante», perché tutto vi è destinato a perire. Dall'epoca Tokugawa (XVII secolo), tuttavia, il termine subì una metamorfosi: perse la sua connotazione pessimistica e venne a esprimere l'esperienza temporanea dell'attimo fuggente.

Ma se da un lato cogliere l'istante presente e goderne è tanto più urgente

in quanto esso non tornerà più – aprendo la via a un edonismo non lontano nello spirito dal nostro «chi vuol esser lieto, sia/di doman non c'è certezza» – dall'altro lato, proprio l'attimo fuggente, concepito *sub specie aeternitatis*, è davvero l'unica porta che abbiamo per uscire dalla prigione illusoria del tempo; illusoria, perché il passato non è più e il futuro non è ancora...

Questo duplice modo di vivere l'esperienza dell'*ukiyo* ha prodotto in Giappone due sensibilità intrecciate e contrapposte, la cui persistenza ci offre una chiave per comprendere quel mondo. Se già per alcuni autori del XVII secolo *ukiyo* divenne il vocabolo preferito per indicare l'ultimissima novità – generando così un'estetica dell'effimero e forse quella sensibilità ad accogliere con entusiasmo le mode occidentali (oggi incarnata dalle tribù giovanili di Harajuku e di Shibuya...) – dall'altro, aderendo alle vertiginose concezioni dello Zen, favorirà quel modo peculiare di svelare l'armonia primordiale delle cose «nel miracolo dell'istante fermato in una sensazione di eternità», che si affaccia, tra l'altro, in certe stampe da libro e *surimono* dei



Skyline di Tokyo: dal tetto del Takanawa Prince Hotel vedo la città come la segnalazione grafica di un equalizzatore.

Quale sarà il suono di queste frequenze urbane? Mi sintonizzo su un muggito simile al canto delle balene. Più un lamento che una musica. Intanto il sole tramonta dietro al Fuji San, unico balsamo alla vertigine da illimitato che offre la città da quassù.



grandi xilografi del '700 e dell'800, le cui creazioni appartengono appunto alla scuola di pittura dell'*Ukiyo-e*, dove quell'«e» sta per «immagini».

E «immagini del mondo fluttuante» sono anche questi miei taccuini; attenti a cogliere – con gli strumenti arcaici del pennino e del pennello – le ul-

timissime novità delle megalopoli tecnologiche e le epifanie intemporalmente di templi ancestrali, giardini zen, muscose foreste e monti divini.



Notizie scientifiche

Medicina e dintorni

Marialuigia Bagni

Alla nascita distinguiamo già i suoni

Ad imparare si inizia molto prima di quanto si creda. A confermarlo due studi. Il primo, dell'Università tedesca di Wuerzburg, per cui i bambini, già al terzo trimestre di gestazione, assimilano l'intonazione della voce dei propri genitori e la imitano con i propri vagiti. La seconda ricerca viene dall'Ospedale canadese per i Bambini Ammalati di Toronto. I bambini le cui mamme avevano sofferto di nausea durante la gravidanza hanno, in vari ambiti cognitivi (linguistico, matematico, ecc.), performance migliori.

Le staminali che colorano la pelle

Il colore della pelle potrebbe dipendere da un «nuovo» tipo di cellule staminali,

non identificato finora. Lo rivela una ricerca dell'Istituto svedese Karolinska di Stoccolma, pubblicato sulla rivista «Cell». Una conoscenza che potrebbe far capire meglio l'origine di gravi malattie come il melanoma.

Alta protezione da mele e cipolle

È merito della quercetina se mele e cipolle hanno guadagnato le pagine del prestigioso «British Journal of Nutrition». Uno studio dell'Università canadese di Ottawa, insieme a quella scozzese di Aberdeen, su un vasto campione di persone, è giunto alla conclusione che la presenza nella dieta del composto chimico quercetina provoca una riduzione del 50 per cento del rischio di sviluppare il cancro al colon. Il contenuto della quercetina è maggiore nelle mele rosse, soprattutto nella buccia.

Benessere e sostenibilità

Tempo libero È uscito il nuovo numero della rivista «Vivai» edita dalla Federazione delle Cooperative Migros

È arrivata direttamente nelle case di circa sedicimila lettori – settimana scorsa in allegato al nostro settimanale «Azione» – e sono già in tanti a volersi abbonare. Stiamo parlando di «Vivai», la nuovissima rivista edita dalla Federazione delle Cooperative Migros, per il benessere e la sostenibilità, uscita la prima volta nel mese di ottobre del 2009.

Cinquantotto pagine a colori – con marchio certificato per la stampa ecosostenibile – che riportano molti e interessanti articoli, i quali spaziano dalla sostenibilità, all'alimentazione, dall'attività fisica al relax, dal benessere ad altre varie rubriche.

Il pezzo forte del nuovo numero, quello di febbraio 2010, è però il dossier sulla composizione di ciò che mangiamo: dai valori nutritivi ai conservanti. Il tutto per aiutare a capire davvero e con precisione le indicazioni riportate dalle confezioni alimentari.



Quanti di voi, ad esempio, sanno che cos'è il maltitolo? Oppure l'acido ascorbico? O ancora il ciclamato, la gomma arabica o il sale nitritato?

Nell'edizione fresca di stampa, vengono inoltre dati consigli su come muoversi tra i prodotti in caso di allergie e intolleranze alimentari più frequenti. Ma non è tutto qui: quanto sapete voi, ad esempio, della vitamina del sole oppure delle pillole di... note musicali?

Ebbene, se desiderate trovare la risposta a questi interrogativi e non siete ancora abbonati alla rivista «Vivai», vi basterà recarvi in una filiale di Migros per trovare la vostra copia gratuita: «Vivai» è, infatti, disponibile in tutti i punti vendita Migros del Ticino. Ma attenzione: ne sono state distribuite solo 2mila copie, quindi chi è interessato dovrà affrettarsi per assicurarsi la propria copia. Chi desiderasse invece abbonarsi direttamente e gratuitamente alla rivista può consultare il sito www.migros.ch/vivai, oppure scrivere a: «Vivai», casella postale, 8031 Zurigo.