

Periodo Muromachi

1336-1573



*Lo shugun Ashikaga
Takauji*

Quella di Kamakura
fu una pausa
relativamente breve.
Infatti dopo questo
periodo il nuovo
Shogun sposterà la
capitale nuovamente a
Kyoto

Periodo Muromachi

1336-1573

Ritornando a Kyoto, l'interesse dell'arte si sposta nuovamente su nobili e aristocratici e il gusto e le tecniche si adattano ad un pubblico nuovamente più attento, rispetto a quello dell'entourage militare

Il periodo Muramachi
è un periodo di
continue guerre, il
buddhismo zen si
rivolge sia alla gente
comune sia ai
guerrieri, infondendo
spesso valori
contrastanti con il
periodo, ma che
segneranno
profondamente la
cultura del Paese.



*Guerrieri giapponesi
nel XIV sec*

**Torniamo all'importanza dello Zen
e analizziamo i periodi successivi
partendo dal
Periodo Muromachi**

Periodo Muromachi

1336-1573

Pittura

Il commercio con la Cina e i numerosi viaggi dei monaci giapponesi in Cina, riportano nel Paese numerose stampe cinesi che avranno un forte influsso.

Dalla pittura yamato-e si passa presto ad un genere completamente diverso con toni più monocromi.

Lo zen influenza
anche la pittura:
Soggetti tratti da
i Koan: le
meditazioni
paradosso.

Josetsu,
sacerdote, che
dipinge un
uomo che cerca
di catturare un
grosso pesce
gatto con una
zucca.



Josetsu

*Catturare un pesce gatto con una zucca
Dipinto eseguito nel 1415 Tempio Taizō-in,
Kyoto*

Sullo sfondo
dell'opera si
notano le
montagne
avvolte nella
nebbia
uno dei primi
tentativi di dare
tridimensionalità
alla scena e
narrare il tema
del vuoto.



Josetsu

*Catturare un pesce gatto con una zucca
Dipinto eseguito nel 1415 Tempio Taizō-in,
Kyoto*

I soggetti raffigurati non hanno dettagli ben definiti, soprattutto l'uomo, ed il colore è appena accennato in un insieme armonioso ed elegante.



Josetsu

*Catturare un pesce gatto con una zucca
Dipinto eseguito nel 1415 Tempio Taizō-in,
Kyoto*

Periodo Muromachi

Fusama

Oltre ai Byobu, i paraventi, l'arte pittorica coinvolge i Fusama, pannelli scorrevoli di grandi dimensioni.

Proprio questa caratteristica dona all'artista la possibilità di narrare storie e rappresentazioni complesse

**E' il caso del Fusama
del 1513 realizzato per
la stanza dell'abate del
Daisen'in che ritrae il
monaco Kyogen Chikan
che raggiunse
l'illuminazione al suono
di una tegola caduta dal
tetto della sua
abitazione mentre
raccolge i frammenti
con una scopa**



**Questo tipo di rappresentazioni ha
sempre un motivo centrale per poi
liberare, sulle diagonali, altri elementi
secondari**

Fusama

Altro importantissimo artista indipendente
che si dedicò alla pittura su Fusama fu
Hasegawa Tohaku

Si trasferì a Kyoto studiò pittura Kano
Il primo lavoro arrivò verso la fine del
periodo Feudale, nel 1592 con la
decorazione pittorica del tempio Shoun-ji



I quattro pannelli del Fusuma che ritraggono un Acero e pianta autunnali sono uno dei suoi principali lavori. Riprende i temi dello Yamato-e e utilizza tecniche della sua epoca con foglia d'oro

房間 Fusama

Significato: Porta scorrevole

**Nelle case antiche e moderne,
le porte interne sono spesso delle porte
scorrevoli, chiamate
Fusuma**

Ancora una volta il termine Ma



Struttura in legno foderata con stoffa o carta rinforzata, solitamente a tinte pastello a temi floreali. Scorrono in guide realizzate nei Tatami o nel soffitto

Le Fusama si possono spostare all'interno dell'abitazione in modo da creare ambienti piccoli o grandi a seconda delle esigenze



Per esempio, in caso di ospiti, spostando un Fusama potrà essere ricavata una piccola stanza privata

房間 Fusama

..... o una grande sala da pranzo



Anche lo spazio diviene Fluttuante

房間 Fusama

**Lato positivo:
Adattabilità alle esigenze**

- Lati negativi:**
- «Finte pareti» offrono un basso il livello di isolamento acustico
 - Non possono essere chiuse con chiave.

Makura

Cuscino da letto

枕

木

Albero / Legno

𠂔

Persona Piegata

枕草子 Makura no Sōshi

«Note del guanciale»

Opera letteraria di Sei
Shōnagon, dama di
compagnia
dell'imperatrice Teishi
dal 993 al 1001.

Ritenuta una delle più
importanti scrittrici e
poetesse giapponesi del
Periodo Heian.



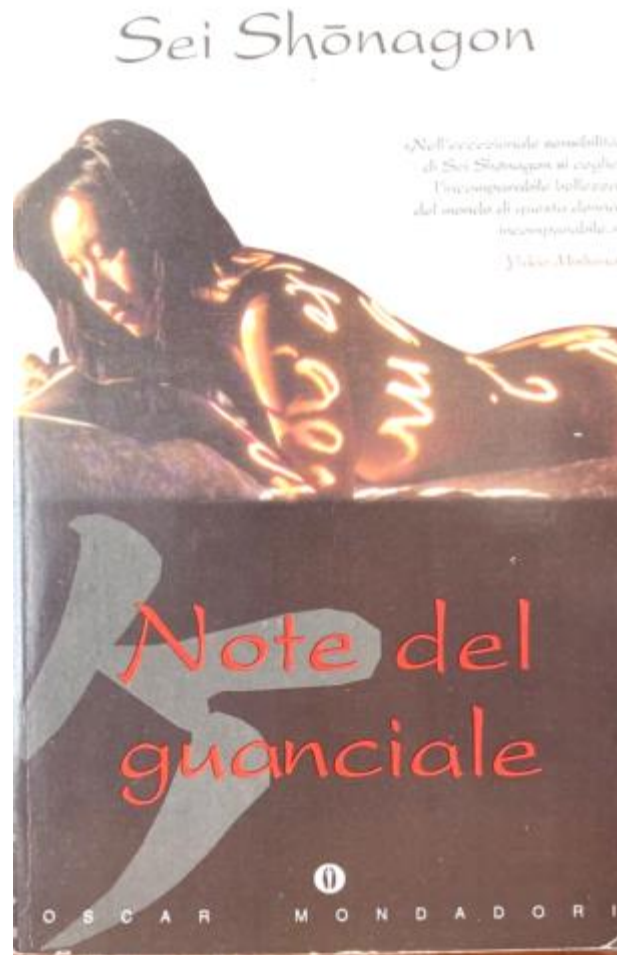
Da cosa deriva il titolo?



Makura 枕 indica uno
specifico cuscino
usato a quell'epoca
dalla nobiltà per non
rovinare
l'acconciatura.

Il materiale, come ci suggerisce
l'ideogramma, era il Legno, aveva un incavo
dedicato alla raccolta di fogli sui quali si
annotavano gli ultimi pensieri del giorno e
quelle che sopraggiungevano nella notte

Publicato attorno all'anno 1000, questo testo, con il Genji Monogatari, è ritenuto un «classico» della letteratura giapponese



Opera unica: diverse classificazioni di genere ed estremamente variegata nello stile e nei contenuti: Racconti della vita di corte ricca di aneddoti / Ricordi di persone ed epoche precedenti / Narrazioni di vari luoghi e Descrizione animali e piante / Elenchi di «cose» / Cose che stancano / Cose odiose / Cose spiacevoli / Cose imbarazzanti

Il tutto reso armonico dallo stile leggero e raffinato dell'autrice. Ciò che unifica il testo e che lo rende particolare è lo stile dell'autrice, capace di isolare nei particolari e rendere bella «ogni cosa piccola»

Periodo Muromachi

Karesansui

Un'altra forma d'Arte che si sviluppa in questo periodo storico è il giardinaggio: la creazione e la cura del verde

Le pessime condizioni economiche negli anni conclusivi del periodo feudale impongono una maggior attenzione alle spese legate alle manutenzioni dei giardini

Nasce il Karesansui
Il giardino secco giapponese



L'Arte legata ai giardini non è di questo periodo ma risale all'era Heian

I giapponesi impararono ad ammirare i giardini attraverso le «opere verdi» dei cinesi. Attorno all'anno 1000 decisero di creare un testo che facesse da guida a coloro che avessero intenzione di progettare un giardino.

Attribuito a Tachibana no Tashitsuna,
membro della famiglia Fujiwara

Sakuteiki

Esattamente fu scritto tra la metà e la fine dell'XI secolo, non aveva un vero e proprio titolo.

Il testo, non illustrato, è la prima testimonianza dei vari stili di giardinaggio appresi dai cinesi e applicati nell'arcipelago nel periodo Heian

Sicuramente un prodotto nato della trasmissione orale quasi millenaria

Sakuteiki

Pur senza un titolo specifico, definiva
l'arte del giardinaggio paesaggistico
descrivendola come uno sforzo estetico
legato al sentimento poetico sia del
progettista sia del
luogo scelto per l'opera

Sakuteiki

Nel periodo Kamakura prende il nome di
Senzai Hisshō , ovvero «la selezione
segreta dei giardini» e solo nel periodo
Edo acquisirà il nome definitivo

Sakuteiki

«Annotazioni sulla composizione dei
giardini»

Sakuteiki

«Annotazioni sulla composizione dei giardini»

Pochi gli elementi essenziali:

è nel minimalismo che possiamo ritrovare la
semplicità.

Gli elementi essenziali indispensabili,
invariabili ed inderogabili sono 4.

Nel Sakuteiki viene spiegato il loro utilizzo,
determinandone la giustapposizione ai fini di
ottenere una corretta fusione
tra i singoli in un tutto organico.

Sakuteiki

«Annotazioni sulla composizione dei giardini»

Pochi gli elementi essenziali:

è nel minimalismo che possiamo ritrovare la
semplicità.

Gli elementi essenziali indispensabili,
invariabili ed inderogabili sono 4.

Nel Sakuteiki viene spiegato il loro utilizzo,
determinandone la giustapposizione ai fini di
ottenere una corretta fusione
tra i singoli in un tutto organico.

Ancora oggi questo testo è il manuale
“principe” per la progettazione di un giardino



Paola Di Felice



L'universo nel recinto.
I fondamenti dell'arte dei giardini
e dell'estetica tradizionale giapponese

I

con la traduzione di

Sakuteiki

(Annotazioni sulla composizione dei giardini)

con prefazione e foto di Fosco Maraini



Leo S. Olshki
2012

L'UNIVERSO NEL RECINTO. I FONDAMENTI DELL'ARTE DEI GIARDINI E DELL'ESTETICA TRADIZIONALE GIAPPONESE.

Traduzione di: Sakuteiki
(Annotazioni sulla
composizione dei giardini)
Con prefazione e foto di
Fosco Maraini

Elementi essenziali

石 Ishi
le rocce

水 Mizu
L'acqua

Elementi essenziali

植栽 Shokusai

La vegetazione interrata

(anche crescita delle piante, come muschi, felci e piccoli arbusti)

景物 Keibutsu

Elementi (oggetti) del paesaggio

庭 Niwa, Il giardino



Regna sovrana la simbologia ,un esatto principio, concreto dal significato profondo..

I giapponesi, nel progettare il loro giardino, scelgono forme sinuose e gradevoli, evitano simmetrie e regolarità, per questo motivo gli oggetti sono spesso in numero dispari.

Uno dei fattori principali deve essere il
Contrasto:

un grande albero affiancato ad uno piccolo, un sentire posto vicino ad un canneto, e così via.

In Niwa nulla è lasciato al caso, tutto è studiato nei minimi particolari ed ogni elemento ha una sua esatta funzione concreta e un significato simbolico.

Anche la loro posizione è importante: evocativa e contemplativa.

Una caratteristica basilare è che Niwa debba dare l'impressione di spazio illimitato dagli orizzonti infiniti.

借景 Shakkei

«Scenario Prestato»

Altra tecnica di progettazione molto utilizzata è lo «Scenario Prestato», in giapponese Shakkei, termine composto dagli ideogrammi
Prestare e Paesaggio.

Lo Shakkei prevede di introdurre elementi esterni del paesaggio all'interno del giardino, incorporandoli perfettamente in modo da avere Armonia anche tra giardino e ambiente che lo circonda.

庭 Niwa, Il giardino



I giardini giapponesi non sono teatro di pratiche ascetiche religiose, la meditazione non può essere praticata all'aperto ma sempre in ambienti chiusi o in luoghi specifici chiamati 禪堂 *Zendō*

和

Wa, l'armonia tra uomo e natura, deve permeare questo spazio considerato sacro quanto gli altari analizzati in precedenza



安

L'altro termine fondamentale per la
perfetta riuscita di Niwa è An:
Pace, tranquillità.



麝香 Jakō

«Il Muschio»

Il manto formato da vari Jakō (Mosu, da Moss)



Le varietà di muschio concorrono con montagnole e pietre a formare il manto verde, colore che perdurerà per tutto l'anno mentre le fioriture sono riservate alla primavera

枯山水 Karesansui

«Paesaggio secco»

In alcuni luoghi non era e non è facile avere l'acqua, in talune addirittura impossibile.

Ma il “manuale” ne imponeva la presenza, non poteva mancare il secondo elemento!

Per questo motivo i giardinieri giapponesi si sono ingegnati e sono riusciti a ricreare la presenza dell'acqua, seppur a livello simbolico e hanno dato vita ai giardini chiamati Karesansui ,

枯山水 Karesansui

枯

Kare:
Appassito
Secco



山水

Montagna

+

Acqua=
Natura
Paesaggio

letteralmente Paesaggio secco,
erroneamente chiamati giardini Zen

枯山水 Karesansui





La tecnica utilizzata a tale scopo si chiama 見立て Mitate , «imitazione»: la presenza dell'acqua è rappresentata da distese di ghiaia che imitano mari, fiumi o stagni e le rocce ne mimano le cascate o altri elementi del paesaggio acquatico.

枯山水 Karesansui «Paesaggio secco»



Le 15 pietre del tempio Ryōan-ji Kyoto



«Se vuoi sapere chi sarai in futuro
osserva quello che stai facendo ora»

Le Rocce

Elementi sacri che rappresentano il tangibile, tutto ciò che possiamo percepire e toccare, si collegano al concetto di stabilità, di solidità in contrapposizione al vuoto.
Concreto in «contrasto» con l'Astratto

Talmente importanti che in un giardino devono essere posizionate seguendo canoni rigidi

Le rocce mettono in collegamento le varie parti del giardino, fungono da elemento di connessione

**Apparentemente asimmetriche,
irregolare e casuale, la loro posizione è
studiata per rappresentare le difficoltà
della vita: alti e bassi
alternarsi di ordine e disordine**

**Ciascuna pietra è parte di un percorso
spirituale, un vero e proprio cammino
alla scoperta del proprio essere**

Una pietra non è qualcosa di inanimato,
ognuna ha una vita propria, complessa e
condizionata dall'ambiente che la
circonda.

Molto più longeva di un essere umano,
ma, con tempi differenti, soggetta a
mutamenti, lenti ma continui

Durante la sua esistenza, quasi immortale
se paragonata alla nostra, assorbe energia
come ogni altro essere vivente, ha un suo
KI che manifesta attraverso colore, forma
e consistenza

Nel progettare un giardino, si deve tener conto della forma e della posizione di ogni pietra, attribuendole una funzione specifica

Può rappresentare animali, divinità, personaggi mitologici o leggendari

Devono fondersi con terra e sabbia, generando equilibrio

Le Pietre del Giardino secco

Nella tradizione del giardino secco le
pietre hanno significati simbolici ben
precisi, che dipendono
dalla forma della pietra

Per la scelta delle pietra si fa riferimento
all'arte del Suiseki

Suiseki 水石

水 Sui: Acqua 石: Seki: Pietra

«Pietre lavorate dall'acqua»

Suiseki

Definizione:

Arte del collezionare e disporre pietre,
di particolare forma o aspetto in maniera tale
che possano formare una gradevole
composizione che favorisca la meditazione



**Suiseki: un insegnamento
di come sia importante avere cura dei
dettagli, delle piccole cose...**

**Piccole cose fanno parte di qualcosa di
molto più grande, un sistema complesso
dove il singolo elemento ha una
fondamentale importanza.**

Proprio come nella società

**Prendersi cura di una pietra assume il
significato simbolico del prendersi cura
dell'intero universo.**

Se ognuno facesse il suo...

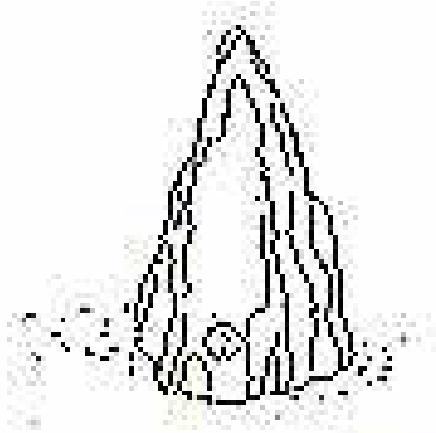
Le Pietre del Giardino secco

L'arte del Suiseki

suddivide le pietre in 5 tipologie e ne le
abbina ai 5 elementi della natura:

legno
fuoco
terra
metallo
e acqua

TAIDO (legno)



Pietre alte, verticali e appuntite.

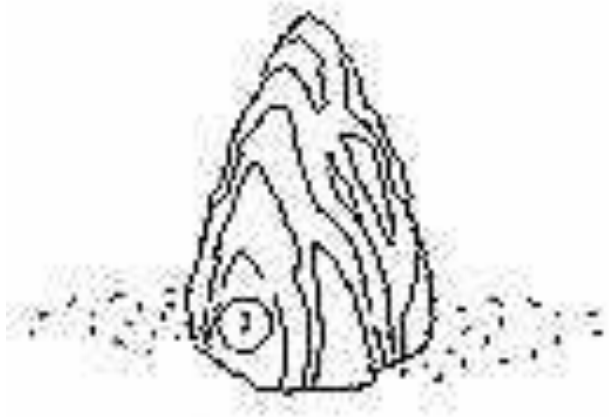
Simboleggiano gli alberi, per questo l'elemento che rappresentano è il

Legno

Simbolo fallico:
Fertilità.

Essendo le più alte vengono posizionate in fondo al giardino, dietro le altre pietre

REISHO (metallo)



Molto simili alle Taido
anch'esse verticali ma
leggermente più basse
e con estremità
superiore
rotondeggiante

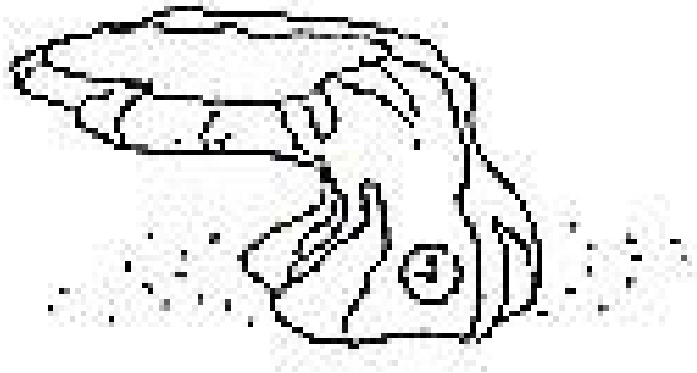
La loro struttura
trasmette stabilità e
fermezza, proprio
come l'elemento a
loro associato: il
metallo

TAIDO e REISHO

Essendo simili queste due tipologie vengono spesso abbinate e posizionate in fondo, dietro le altre.



SHIGYO (fuoco)



Pietre a forma articolata, presenta «ramificazioni»

Simboleggianti la forma delle fiamme dell'elemento Fuoco.



La loro posizione è, solitamente, di fronte ad altri gruppi di pietre

SHINTAI (acqua)



Pietre piatte come uno
specchio d'acqua

Rappresentano mare,
laghi, stagni



La loro posizione è
laterale ad altri gruppi
di pietre, per
«armonizzarli»

KIKYAKU (terra)



Sono pietre reclinate,
piegate più da un lato,
la loro imperfezione
dona armonia ad altri
gruppi di pietre



Rappresentano
l'elemento terra:
il loro scopo è quello di
completare il «tutto»

Ometto



五輪塔 Gorintō

五 : Go : 5

輪 : Rin : Anello

塔 : Tō : Torre

Un'ulteriore tradizione legata ai giardini giapponesi vuole la presenza di un percorso composto da alcune pietre



**Questo camminamento di pietre parte
dalla sala dedicata alla cerimonia del te
Essendo ritenuto un luogo sacro, tale
sacralità di impone che anche il cammino
che porta ad esso sia considerato solenne**



**Un vialetto che rappresenta un legame tra
la sacralità della cerimonia appena
conclusa e il giardino.**

**Dopo aver concluso la Cha no yu,
uscendo dalla sala ogni partecipante si
sofferma sulla prima pietra e, dopo una
breve riflessione, intraprende il
camminamento con lentezza e
concentrazione con uno spirito
«rinnovato»**

Tobi-ishi 飛石

Le pietre utilizzate prendono il nome di
Tobi-ishi 飛石 volare-pietra

A differenza dei normali camminamenti nei giardini, il percorrere le Tobi-ishi richiede una concentrazione maggiore. Tale concentrazione aiuta l'atto della meditazione

Inoltre, questi sentieri si possono percorrere solo in solitaria, anche questa mancanza di distrazioni aiuta la concentrazione

Tobi-ishi 飛石



Furono introdotte
dal maestro del tè

Sen no Rikyū

All'origine del loro
utilizzo

mantenere asciutti e
puliti i tradizionali
sandali Zōri

Altri elementi nel giardino giapponese

Le fontane
Hanno una loro
posizione
prestabilita: angolo a
sud-est o a nord
Portano fortuna dal
punto di vista
economico



Ruscelli

Devono essere sempre a sinistra rispetto alla porta d'ingresso di casa, aiutano a mantenere la stabilità di coppia. Ma attenzione, troppa acqua porta lacrime



Il vialetto

Non deve mai avere una forma lineare, deve formare alcune curve.

Dritto porterebbe sfortuna alla casa



Ultime regole

- Piante e cespugli non devono essere appuntiti
- In caso di foglie secche, dovranno essere rimosse il più presto possibile perché sprigionano energie negative

Bonseki



Recentemente sono
nati i Bonseki
piccoli giardinetti
zen da tavola
Piccolo angolo di
meditazione o
riflessione

Vanno posizionati al
centro o sul lato
ovest della stanza

Bonseki



Tutte le regole dei giardini vengono applicate. Alcuni hanno anche dei piccoli rastrelli per curare l'ondulamento della sabbia nei momenti di meditazione



**I Karesansui sono giardini veri e propri,
contenuti in un giardino più grande o
indipendenti**



Tsubo-niwa , giardini ricavati nelle intercapedini fra un edificio e un altro

A detailed botanical illustration of Camellia japonica. The central figure is a branch with several large, dark green, serrated leaves and two large, white, five-petaled flowers with prominent yellow stamens. Surrounding the main branch are several smaller, numbered details: 1. A single stamen. 2. A pistil. 3. A cross-section of a flower bud. 4. A cross-section of a flower. 5. A cross-section of a fruit. 6. A cross-section of a fruit. 7. A cross-section of a fruit. 8. A cross-section of a fruit. 9. A cross-section of a fruit. 10. A cross-section of a fruit. 11. A cross-section of a fruit. 12. A cross-section of a fruit. 13. A cross-section of a fruit. 14. A cross-section of a fruit. 15. A cross-section of a fruit. 16. A cross-section of a fruit. 17. A cross-section of a fruit. 18. A cross-section of a fruit. 19. A cross-section of a fruit. 20. A cross-section of a fruit. 21. A cross-section of a fruit. 22. A cross-section of a fruit. 23. A cross-section of a fruit. 24. A cross-section of a fruit. 25. A cross-section of a fruit. 26. A cross-section of a fruit. 27. A cross-section of a fruit. 28. A cross-section of a fruit. 29. A cross-section of a fruit. 30. A cross-section of a fruit. 31. A cross-section of a fruit. 32. A cross-section of a fruit. 33. A cross-section of a fruit. 34. A cross-section of a fruit. 35. A cross-section of a fruit. 36. A cross-section of a fruit. 37. A cross-section of a fruit. 38. A cross-section of a fruit. 39. A cross-section of a fruit. 40. A cross-section of a fruit. 41. A cross-section of a fruit. 42. A cross-section of a fruit. 43. A cross-section of a fruit. 44. A cross-section of a fruit. 45. A cross-section of a fruit. 46. A cross-section of a fruit. 47. A cross-section of a fruit. 48. A cross-section of a fruit. 49. A cross-section of a fruit. 50. A cross-section of a fruit. 51. A cross-section of a fruit. 52. A cross-section of a fruit. 53. A cross-section of a fruit. 54. A cross-section of a fruit. 55. A cross-section of a fruit. 56. A cross-section of a fruit. 57. A cross-section of a fruit. 58. A cross-section of a fruit. 59. A cross-section of a fruit. 60. A cross-section of a fruit. 61. A cross-section of a fruit. 62. A cross-section of a fruit. 63. A cross-section of a fruit. 64. A cross-section of a fruit. 65. A cross-section of a fruit. 66. A cross-section of a fruit. 67. A cross-section of a fruit. 68. A cross-section of a fruit. 69. A cross-section of a fruit. 70. A cross-section of a fruit. 71. A cross-section of a fruit. 72. A cross-section of a fruit. 73. A cross-section of a fruit. 74. A cross-section of a fruit. 75. A cross-section of a fruit. 76. A cross-section of a fruit. 77. A cross-section of a fruit. 78. A cross-section of a fruit. 79. A cross-section of a fruit. 80. A cross-section of a fruit. 81. A cross-section of a fruit. 82. A cross-section of a fruit. 83. A cross-section of a fruit. 84. A cross-section of a fruit. 85. A cross-section of a fruit. 86. A cross-section of a fruit. 87. A cross-section of a fruit. 88. A cross-section of a fruit. 89. A cross-section of a fruit. 90. A cross-section of a fruit. 91. A cross-section of a fruit. 92. A cross-section of a fruit. 93. A cross-section of a fruit. 94. A cross-section of a fruit. 95. A cross-section of a fruit. 96. A cross-section of a fruit. 97. A cross-section of a fruit. 98. A cross-section of a fruit. 99. A cross-section of a fruit. 100. A cross-section of a fruit.

Camellia Sinensis

Nomenclatura:

Camellia: dal nome latinizzato del missionario boemo - gesuita

Georg Joseph Kamel (1661-1706), sacerdote nelle Filippine e celebre botanico.

(Non fu lo scopritore della pianta ma venne scelto il suo nome per il suo apporto alla scienza)

Sinensis: Dal Latino = Cinese

Camellia Sinensis

Descrizione:

Arbusto eretto che, allo stato naturale, può crescere fino ai 5 o agli 11 metri (esistono due varianti) ma, abitualmente, si mantiene a grandezza di cespuglio sempreverde o dimensioni di albero minuto.



Camellia Sinensis

Le foglie sono lunghe dai 4 ai 15cm, e
larghe dai 2 ai 5cm

La loro forma è ovato-acuminata,
con il margine dentato

Il loro colore è verde-chiaro lucente



Camellia Sinensis

I fiori di Camellia hanno un diametro di 4 cm, sono semplici, di colore bianco, con 6/8 petali con stami color giallo-oro



Camellia Sinensis

Coltivazione:

La pianta è originaria dell'Asia, in particolare della parte continentale del Sud e Sudest Asiatico

Oggigiorno coltivata in tutto il mondo. soprattutto in zone tropicali e subtropicali

La temperatura ideale è tra i 10° e i 30 °C

Necessità di precipitazioni annue abbondanti

Il terreno più adatto è quello acido e permeabile

Camellia Sinensis

Curiosità:

In Italia sono stati vari i tentativi di coltivazione, i primi risalgono al 1800 presso l'Orto botanico di Pavia.

La vita «produttiva» inizia normalmente a 3-4 anni dalla semina, e durerà per alcune decine d'anni

Bisogna però dire che alcuni esemplari selvatici superano abbondantemente il secolo d'età

Camellia Sinensis

Curiosità:

**Può essere coltivata in quota, ne esistono a
2.500 m di altitudine**

**Ed è proprio a queste altezze che la qualità
del «prodotto finale» raggiunge
l'eccellenza.**

Camellia Sinensis

La Camellia sinensis nasce quindi in asia
dove viene chiamata Ch'a-yeh

Nel mondo è conosciuta come

La pianta del tè

Come scriviamo il nome di questa nota e comunissima bevanda, la più diffusa nel mondo dopo l'acqua?

TÈ – TEA – THÈ – THE - THEA

**Da dove nasce il dubbio su come scrivere
questa semplice parola?**

**Lo possiamo trovare scritto in tutti questi
modi e sentirla pronunciare in altrettante
modalità, tutte riconosciute, tutte accettate in
quanto il suo nome, così come le sue origini,
non sono italiane, Essendo un
«forestierismo», nella nostra lingua si presta
a svariate interpretazioni**

TÈ – TEA – THÈ – THE - THEA

Bisogna pensare alla sua provenienza e spostarci laddove, da secoli, è alla base culturale e sociale, tradizione millenaria legata a riti di accoglienza, meditazione e benessere fisico e mentale:

Non c'entra l'Inghilterra e il rito delle 5 del pomeriggio, il paese che ha dato vita è

La Cina

TÈ – TEA – THÈ – THE - THEA

Come detto, la pianta è chiamata Ch'a-yeh

E' da li che nasce il termine Cha, utilizzato
in tutti i paesi Asiatici, in Cina e Giappone
scritto con il relativo ideogramma:

茶

TÈ – TEA – THÈ – THE - THEA

Ma torniamo a noi, come siamo arrivati al termine utilizzato in occidente?

**L'Accademia della Crusca è chiara in tal proposito, la forma corretta è «tè»
Deriva dalla traduzione del valore fonetico dell'ideogramma**

茶

Cha (pronuncia Cià)

**CHA è una sillaba contratta formata dalle
sillabe**

CHI + Ya = Cha

**Il suono di Chi+ya può condurre al suono
tia, che gli anglofoni hanno deciso di
scrivere Tea**

In Italia è stato scelto «tè»

**Il primo testo che sancisce «Cha» come il
nome cinese di questa bevanda:**

**«Il canone del tè» di Lu Yu
760 d.C.**

**un vero e proprio manuale del rito e delle
diverse tipologie di tè**

CHA

茶

二

Erba

余

Amaro

CHA

茶

Erba Amara

Origini del Tè



Origini del Tè



Le foglie di tè, molto prima di essere utilizzate per produrre la bevanda, erano utilizzate come medicina

Origini del Tè

Come testimonia un antico dizionario cinese scritto durante la dinastia Han (220 d.C.) in alcune zone della Cina occidentale, le foglie di Camellia venivano compattate e cotte a vapore per dare vita ad un mattone, una sorta di pastiglia, che ne rendeva facile la lavorazione e il trasporto

Alla bevanda ottenuta dall'infusione, si aggiungevano zenzero e cipolla: intruglio destinato ad un uso medicale

Origini del Tè

Durante tali epoche e in quelle successive
la popolarità del tè crebbe rapidamente

Tra i vari motivi: diffusione della pratica
del buddismo che vietava il consumo di
alcolici

Primi consumatori e esperti di tè:

Monaci Buddhisti

Verso il VII secolo l'utilizzo del tè si diffuse
a tutte le classi sociali

Origini del Tè

Verso il 750 dC, nacquero le prime Botteghe del tè e il consumo divenne popolare, in particolar modo nelle città.

In questo contesto storico Lu Yu pubblicò il primo trattato sul tè, ancor oggi considerato la bibbia di questa bevanda

Si deve a questo testo la diffusione del Tè
in tutta l'Asia prima,
e nel resto del mondo poi

«Il canone del tè» di Lu Yu

3 volumi, Moltissime informazioni:

Origini

Metodi di coltivazione

Tipi di utensili

**Tecniche e segreti per preparare al meglio
la bevanda**

**Il tutto arricchito con racconti inerenti a
coltivazione, produzione e consumo**

Tipologie di tè

I sei tipi base di tè sono:
il tè nero, il tè blu,
il tè giallo, il tè Pu'erh, il tè bianco
e il tè verde

Tutte le varietà di tè si preparano dalle
foglie e dai germogli della pianta di
Camellia Sinensis e differiscono le une
dalle altre per il metodo di essiccazione e
lavorazione

Tè Nero

Le foglie della *Camellia sinensis* dopo essere state raccolte: fatte macerare, poi essiccate, arrotolate e tritate

Questo procedimento porta all'ossidazione delle foglie (unico con ossidazione completa)

Così facendo si ottiene una bevanda dal caratteristico colore bruno-bruno scuro dai sapori più intensi, duraturi e con maggiori quantità di caffeina rispetto alle altre tipologie

Tè Nero

A differenza del tè verde, conserva il suo
sapore per diversi anni

Per questo motivo, è stato a lungo un bene
di scambio

Mongolia, Tibet e Siberia, fino al XIX
secolo, i mattoni compressi di tè erano
forma di valuta!

In Cina viene chiamato anche tè rosso

Tè Nero

Viene prodotto per la maggior parte in paesi come l'India, lo Sri Lanka, la Turchia, l'Indonesia ed il Kenya

Alcune varietà più famose di altre, ad esempio Earl Grey, un tè nero aromatizzato al bergamotto

Tè Nero

La percentuale di caffeina è la maggiore tra i vari tipi di tè:

Una tazza di tè nero infuso per circa 5 minuti, contiene da 40 a 100 mg di caffeina

caffè espresso circa 80 mg

La durata dell'infusione condiziona l'aroma dell'infuso

Tè Blu

Più conosciuto Oolong

Le foglie vengono parzialmente ossidate,
tipico di Cina e Taiwan

«Wulong» :Drago scuro

Le foglie raccolte vengono subito essiccate al
sole, i contenitori vengono «scossi» al fine di
frantumare i bordi

Tè Blu

La foglia ingiallisce, i bordi diventano rossastri grazie alla reazione con l'ossigeno delle sostanze chimiche rilasciate dalle foglie durante la frantumazione

Il tutto viene poi trattato con il calore, arrotondate ed essiccate

In base al grado di ossidazione delle foglie, al tipo di manipolazione cui vengono sottoposte dopo il trattamento termico e alla tostatura finale che subiscono, si possono ottenere tè oolong con caratteristiche molto diverse

Tè Blu

**Contiene discrete quantità di caffeina:
circa 16 mg ogni 100 ml**

Il tè oolong è una buona fonte di antiossidanti e contiene molti sali minerali. La presenza di polifenoli lo rende utile per contrastare l'azione di radicali liberi, riducendo i danni alle cellule e prevenendo l'invecchiamento

Tè Giallo

Le foglie vengono sottoposte a processo rapido riscaldamento il quale inibisce gli enzimi responsabili dell'ossidazione e lasciandole poi riposare con il calore e l'umidità residue

Il tè giallo è una varietà piuttosto rara e costosa, prodotta solo in alcune aree della Cina

Tè Giallo

Il tè giallo è ricco di antiossidanti, che aiutano a combattere i radicali liberi, causa dell'invecchiamento.

Questa varietà di tè contiene anche la teobromina, uno stimolante naturale del cervello e dei centri nervosi, che svolge anche una leggera azione diuretica e vasodilatatrice

Tè Giallo

Il tè giallo è ricco di antiossidanti, che aiutano a combattere i radicali liberi, causa dell'invecchiamento.

Questa varietà di tè contiene anche la teobromina, uno stimolante naturale del cervello e dei centri nervosi, che svolge anche una leggera azione diuretica e vasodilatatrice

Caffeina: circa 13 grammi ogni 100 ml di bevanda

Tè Pu'erh

Questa tipologia di tè è anche conosciuta con il nome di Tè «Postfermentato»

Uno dei meno conosciuti fra tutti i tipi di tè, ma anche uno dei più salutari

Si tratta di un tè scuro post-fermentato estratto da una particolare varietà della *Camelia Sinensis*, chiamata “Da Ye” o “Grande Foglia”

che cresce solo in alcune regioni Cinesi fra cui quella dello Yunnan

Tè Pu'erh

Da qui il suo quasi esclusivo utilizzo in Cina

Particolarità: le foglie vengono sottoposte
ad un particolare processo di
«fermentazione»

Vengono poste per vari anni in un ambiente
caldo umido, dove vengono attaccate da
muffe e batteri: caratteristico gusto di terra
bagnata.

Unica tipologia che, come il vino, acquista
prestigio con il passare degli anni
(10 e più anni)

Tè Pu'erh

Valori di caffeina più bassi rispetto al tè nero

Si tratta di un tè molto utilizzato grazie alle sue innumerevoli proprietà.

Studi recenti hanno evidenziato il fatto che il Pu Erh aiuti ad abbassare il livello del colesterolo (soprattutto LDL) nel sangue, ma anche trigliceridi e zuccheri. E' considerato una sorta di “spazzino” del sangue, in quanto aiuta l'organismo a depurarsi dalle tossine e contrastando la ritenzione idrica

Tè Bianco

Il tè bianco è una varietà di tè prettamente cinese, recentemente coltivato anche a Taiwan, nella Thailandia e in Nepal

La bevanda si ottiene dalle gemme o dalle prime foglie della pianta che prima di essere leggermente lavorate vengono lasciate essiccare alla luce naturale del sole, così da prevenirne l'ossidazione

Tè Bianco

Il termine «bianco» è dato dal colore della peluria che ricopre le gemme ancora chiuse

Il colore in tazza non è bianco, ma vicino ad un giallo pallido

**La caffeina è presente in discrete quantità:
circa 15 mg ogni 100 ml**

Tè Bianco

Il termine «bianco» è dato dal colore della peluria che ricopre le gemme ancora chiuse

Il colore in tazza non è bianco, ma vicino ad un giallo pallido

La caffeina è presente in discrete quantità:
circa 15 mg ogni 100 ml

Il tè bianco è parzialmente ossidato, dal punto di vista nutrizionale molto simile ai tè giapponesi, i Tè Verdi

Tè Verde

Per produrre il tè verde si evita completamente l'ossidazione delle foglie che vengono immediatamente cotte al vapore o in grandi Wok

Le foglie rimangono verdi, ma il colore non è la sola diversità: a livello organolettico le proprietà sono molto diverse

Tè Verde

Come per le altre tipologie, l'origine è cinese ma la sua diffusione in Occidente è dovuta alla tipologia sviluppatesi in Giappone

I Tè verdi giapponesi.

Consumo e diffusione:

Tè Nero 78%

Tè Verde 20%

Tè Oolong 2%

Tè in Giappone

Quando in Giappone si parla di tè, ci si riferisce sempre alla tipologia più diffusa e consumata ovvero il «tè verde»

Fu importato dalla Cina, durante la dinastia Song, (corrispondente Heian)

Lo introdusse un monaco buddista

I giapponesi elaborarono varie tipologie di Tè verde, diversi per lavorazione e parti della pianta utilizzate

Tipologie di tè in Giappone

I tè verdi giapponesi sono tra più rinomati ed apprezzati al mondo.

Molti giapponesi li consumano su base giornaliera, talvolta anche al posto dell'acqua, perché il tè verde non è solo una bevanda dal gusto rinfrescante, ma è anche un ottimo alleato della salute grazie alle sue proprietà nutritive

Inoltre, il gesto di offrire del tè è grande sinonimo di ospitalità

お茶

O - Cha

Onorevole Tè

Tipologie di tè in Giappone

Tipologie più diffuse:

煎茶 Sencha (tè disseccato)

番茶 Bancha (tè ordinario)

焙じ茶 Hōjicha (tè tostato)

茎茶 Kukicha (tè di rametti)

玄米茶 Genmaicha (tè al riso tostato)

玉露 Gyokuro (tè rugiada di giada)

抹茶 Matcha (tè macinato)

煎茶 Sencha

煎 Dissecato
茶 Tè

Il sencha è la varietà più popolare di tè giapponese e viene prodotto in numerose zone. Le foglie vengono raccolte, immediatamente cotte al vapore e poi arrotolate: Tè decotto

Le foglie sono esposte direttamente alla luce del sole; è utilizzato in Giappone per il consumo giornaliero, essendo il più diffuso tè verde giapponese (Oltre l'80%)

番茶 Bancha

番 Ordinario

茶 Tè

Con bancha si indicano in generale quei tè realizzati utilizzando le foglie e gli scarti non utilizzati per la produzione del sencha. Ha un sapore più leggero e meno rotondo.

E' un tè a basso contenuto di caffeina

焙じ茶 Hōjicha

焙 Tostato

茶 Tè

Questa tipologia di tè viene prodotta tostando le foglie di sencha o bancha, donando così delle caratteristiche organolettiche differenti.

L'hōjicha ha un colore marroncino, la caffeina è minore e le proprietà astringenti dei tannini vengono ammorbidite

茎茶 Kukicha

茎 Rametto

茶 Tè

Il Kukicha è ottenuto utilizzando i rametti più sottili della pianta del tè ed è conosciuto anche come Tè dei Tre anni

Fu introdotto in Europa da George Ohsawa, il fondatore della macrobiotica

茎茶 Kukicha

Ohsawa gli attribuì l'appellativo di
«tè dei tre anni»

3 anni: momento in cui i rametti iniziano a
spuntare dalla pianta che, una volta raccolti,
vengono poi tostati

I rametti si presentano come piccoli steli, le
foglie sono di dimensioni ridotte e il
processo di tostatura li fa assomigliare ad
aghi di pino

茎茶 Kukicha

**Da bere durante l'intero arco della giornata
ma soprattutto a colazione**

**Non serve aggiungere dolcificanti,
soprattutto se si vuole beneficiare appieno
delle caratteristiche di questa bevanda**

**E' consigliato anche durante i pasti,
consumato tiepido, perché stimola la
digestione e favorisce l'azione dello stomaco**

茎茶 Kukicha

Caratteristica fondamentale:

Non contiene caffeina

**Bassissima percentuale di teina: una
decima parte di quella contenuta negli
altri tè verdi**

荳茶 Kukicha

Effetti sulla salute:

Stimola il processo brucia grassi

Riduce la formazione del colesterolo

Migliora la densità ossea

Stimola le difese immunitarie

**Rallenta il processo di invecchiamento
cellulare e dei tessuti**

Riduce la pressione arteriosa

玄米茶 Genmaicha

玄米 Riso Integrale
茶 Tè

Questo tè è realizzato mescolando delle foglie di sencha o bancha a del riso integrale tostato.

Ha un profumo intenso, un sapore ammandorlato ed un colore che tende al giallo

玄米茶 Genmaicha

Alcune aziende produttrici aggiungono
anche un pizzico di Matcha
(te verde in polvere)

È povero in caffeina e ha un aroma
lievemente di orzo tostato; ottimo
abbinato al cioccolato

玉露 Gyokuro

玉露 Rugiada di giada

Tecnica di produzione sia simile a quella del Sencha ma coltivazione delle foglie è differente

Prima della raccolta (fine di aprile), le piante vengono coperte con un telo nero per circa tre settimane

Processo che blocca i raggi del sole e la fotosintesi: particolari caratteristiche chimiche delle foglie e aumentando i livelli di teanina

la principale sostanza che dona Umami

玉露 Gyokuro

Dopo il periodo sotto il telo, vengono raccolte a mano solo le foglie più giovani, poi cotte al vapore, arrotolate ed essiccate

Sapore ricco e rotondo, unico, altissima qualità

Nome: colore verde pallido dell'infusione
Elevato contenuto in caffeina (0.16%)
ma L-Teanina molto alta riduce
l'assimilazione della caffeina e
ne attenua gli effetti

Tencha 碾茶- Matcha 抹茶

Il tencha viene coltivato con la stessa tecnica del gyokuro, ma le foglie non vengono arrolate

Dalla macinatura del Tencha nasce una polvere verde: il Matcha

E' il tè che viene servito durante la cerimonia tradizionale

È anche un aroma per i gelati e altri dolci in Giappone

Chadō, la via del Tè

茶道



Cha no yu 茶の湯
«acqua calda per il tè»,
conosciuto in Occidente anche come
Cerimonia del tè
Un rito sociale e spirituale



Codificata verso la fine del XVI sec.
dal monaco buddhista zen
Sen no Rikū (maestro del Tè di vari shogun)



床の間
Tokonoma

茶花
Chabana







In primavera
ed estate:
in un braciere
posto sopra il
tatami (Furo)

In autunno ed
inverno:
in una buca a
forma quadrata
ricavata nei tatami
(Irori)





E' una sospensione
(non una infusione):
la differenza è che in
questo caso la
polvere di tè viene
consumata insieme
all'acqua.

Matcha+
Sospensione:
Eccitante=
Pratiche Zen



楽焼
Raku-yaku



茶筴
Chasen



茶杓
Chashaku



掛物
Kakemonono



麦茶 Mugicha

麦 Orzo

茶 Tè

Tè d'orzo

Diffusa quasi quanto il tè verde,
il mugicha è da sempre considerata
un'ottima bevanda rinfrescante

麦茶 Mugicha

麦 Orzo

茶 Tè

Tè d'orzo

Diffusa quasi quanto il tè verde,
il mugicha è da sempre considerata
un'ottima bevanda rinfrescante

Preparato facendo bollire in acqua i chicchi
d'orzo non decorticati tostati

麦茶 Mugicha

Origini nel Periodo Heian, solo i ceti aristocratici della società.

Con il passare del tempo, diviene una bevanda popolare, in particolare nel periodo Edo quando si diffusero i venditori ambulanti (mugiyu-uri)

Ideale in estate: aiuta a contrastare afa e calura, normalmente servito freddo



*Le Arti Lente
giapponesi
da Ieri a Oggi*

Grazie per l'attenzione

Cibo che nutre, cucina che unisce

Barcella Simonetta

Esperta di cucina naturale vegetale

