

Viaggiare in Cina

旅游在中国

季薇薇
Ji Weiwei

Sommario

1. Geografia Cina	3
中国地理	3
2. La natura in Cina	4
中国自然	4
3. Escursioni e itinerari in Cina	8
中国远足旅行线	8
4. Raggiungere la Cina	11
到达中国	11
5. La gastronomia cinese	13
中国小吃	13
6. Sistema scolastico cinese	15
中国教育系统	15
7. Attrazioni turistiche Cina	18
中国旅游景点	18
8. La sanità in Cina	20
中国卫生系统	20

1. Geografia Cina

中国地理



Il nome ufficiale del Paese è **"Repubblica Popolare Cinese"**, un luogo immenso con i suoi 9 milioni e mezzo di chilometri quadrati, una terra che offre una grande varietà di paesaggi e climi. Prevalgono le montagne soprattutto a ovest con i due giganti, l'**Himalaya** e l'**Everest**, la cui vetta è il punto più alto della Cina, con i suoi quasi i 9.000 metri.

Verso est i rilievi si abbassano, ed è qui che troviamo i territori più densamente popolati, solcati dal corso dei fiumi che scendono dalle montagne verso le coste del **Mar Cinese Orientale**. Le coste sono ampie e sono bagnate soprattutto dall'Oceano Pacifico. Vasti anche gli altipiani, con i deserti del **Takla Makan** e del **Gobi**, mentre le pianure, molto popolate, rappresentano circa il 20% del territorio. La Cina ha numerosi **fiumi**, dei quali oltre 1000 di grossa portata. I fiumi principali sono il fiume Giallo e il fiume Lungo, rispettivamente **Huang He** e **Yangtze**. A livello **amministrativo** la Cina prevede cinque livelli di governo, necessari ovviamente per gestire un territorio così ampio e una popolazione così numerosa. La divisione amministrativa prevede: provincia, prefettura, contea, comune e villaggio. Ogni provincia è fortemente caratterizzata e i cinesi sentono fortemente il senso di appartenenza alla propria provincia.

2. La natura in Cina

中国自然



La Cina possiede un'ambiente naturale molto diversificato: dal caratteristico territorio montuoso del **plateau tibetano** e delle **montagne centrali e occidentali**, ai grandi **deserti** del settentrione e del nord-est. A questi territori ben delimitati, si aggiungono quelli caratterizzati da estese **foreste di bamboo**, vasti terreni di **steppa**, e ancora quelli adibiti all'agricoltura (soprattutto risaie) o quelli di origine acquitrinosa.

Un territorio così vario e vasto presenta un altrettanto diversificata **flora e fauna**, presentatavi in dettaglio in seguito. Molti gli animali di natura endemica, primo tra tutti il simpatico **Panda gigante cinese**, esemplare unico delle regioni sud-occidentali. In totale sono presenti oltre 6.000 specie di **vertebrati in Cina**, ad essi si accompagnano oltre 32.000 specie di **piante**. Non ci rimane altro che iniziare l'esplorazione del grande **ambiente naturale della Cina**.

Fauna e flora della Cina

La **Cina** possiede una **fauna e una flora eccezionale**, ben oltre 6000 specie di vertebrati e oltre 32.000 specie di piante. Tra la **fauna cinese** troviamo diverse specie endemiche, tra cui il noto **panda gigante** (*Ailuropoda melanoleuca*), che arriva a pesare circa 135 kg, oggi in ripopolamento dopo un'attenta campagna di protezione; l'habitat naturale, di quello che spesso viene riverito come l'emblema nazionale della Cina, è quello delle grandi foreste di bambù, centrali e occidentali del territorio.

Accanto al panda, troviamo anche altre specie endemiche: rettili come **alligatori** e **salamandre**; il **pica di Gaoligong**, una sorta di lepre che vive sui monti a confine tra il Tibet, il Sichuan e lo Yunnan; il **Rinopiteco dorato**, una simpatica scimmia dal caratteristico pelo lungo dorato, che vive nei freddi altopiani della Cina centrale.

(Gansu, Hubei, Sichuan e Shanxi); il **rinopiteco dal mantello bianco** (*Rhinopithecus brelichi*), della stessa famiglia del primate precedente, ma dal caratteristico mantello grigio-dorato. Una specie questa a serio rischio d'estinzione (ne esistono meno di mille esemplari), presente unicamente nella **Riserva Naturale dei Monti Fanjing**, provincia di Guizhou. Anche il **Rinopiteco bruno** è qui presente e anch'esso è in via d'estinzione, lo troviamo scarsamente distribuito nel massiccio dello Hengduan e nello Yuannan nord-occidentale, in un habitat naturale di grandi altitudini.



La **tigre cinese di Amoy** (detta anche **tigre dello Xiamen**), predilige il temperato habitat della Cina meridionale. Considerata come tigre basale (dalla quale derivano tutte le altre specie oggi esistenti nel mondo), è oggi inclusa tra le dieci specie d'animali a grande minaccia d'estinzione. Il numero totale di questa tigre (che oltretutto è di taglia più piccola rispetto alle altre), pare non raggiunga le trenta unità. Il **leopardo delle nevi** è un altro splendido animale della Cina occidentale e del resto dell'Asia centrale, un felino irbis più che una leopardo. Esistono poche migliaia di specie oggi in Asia, è anche il leopardo delle nevi è incluso nella lista delle specie animali in via d'estinzione.

La Cina ospita anche il **cammello bactrianus**; sono infatti presenti nel **deserto del Gobi** circa 950 animali non addomesticati. Tra gli altri animali tipici della Cina si citano anche il **cavallino Kiang** (o **emione tibetano**); il **Gerboa dalle grandi orecchie**, un simpatico roditore e unica specie del genere Euchoreutes; la cosiddetta **pecora di Marco Polo** (specie minacciata da estinzione). A questi si aggiunge il **delfino bianco**, una delle sole due specie al mondo, detto anche **susa indopacifica**. Grande interesse ha destato recentemente l'avvistamento della specie di **delfino Lipote** (in cinese *Baiji*), lungo le acque dolci del **fiume Yangtze**, che si pensava essere formalmente estinto nel 2006.

La **Flora della Cina** è anch'essa di grande abbondanza. Sono state selezionate oltre 32.000 specie di piante. Le specie di **alberi** sono circa 2500-3000 e portano i nomi della loro regione di appartenenza: **cipresso cinese**, **abete argentato del cathay**, **abete cinese**, **abete di taiwan**, **cipresso di Fujian**, **metasequoia**, tutte specie esclusive della Cina. La **metasequoia glyptostroboides** è una delle piante più rare

del mondo, nativa della regione dello Sichuan-Hubei. Di grande rarità è anche il cosiddetto **Pseudolarix amabilis**, detto comunemente **falso larice**, presente nella regione dello Zhejiang e dello Jiangxi (una delle cinque rare specie esistenti al mondo).

Come è anche noto, il territorio cinese è ricco di **erbe e piante medicinali** (circa 3000 specie) e **piante commestibili** (circa 2000 specie). Molto noti sono il **ginseng delle montagne Changbai** e quello dello **Yunnan** e del **Guizhou**. Tra i **fiori** della Cina si cita la **peonia cinese** (le cui radici hanno principi attivi calmanti e lenitivi).

Il Panda gigante



Sembra un orsacchiotto di peluche, ma non lo è; vero e affettuoso è uno degli animali più famosi della Cina, il **panda gigante** (Xióngmāo, letteralmente 'orso-gatto') oggi in salvo dall'estinzione. Nonostante non sia poi tanto facile avvistarlo, sappiamo con certezza che vive nelle **foreste di bambù** della **regione del Sichuan**, nella Cina occidentale, dove

oltretutto vivono diverse altre specie di mammiferi.

Grazie ad attenti **progetti ambientali e di reinforestazione** (l'animale si nutre infatti di bambù) si è potuti salvare questo amatissimo animale dall'estinzione. Sono questi progetti posti in atto allo scopo preciso di favorire la crescita di **boschi di bambù**. La dimora è oggi costituita infatti da **riserve naturali**, in totale 16, create dal governo cinese per la tutela del panda gigante. Sono note quelle di Wanglang o di **Changqing** (nella provincia di Shaanxi), che sono anche aperte a pubblico. La **riserva naturale id Wanglang (o Wòlóng)** è situata a circa 140 km da **Chéngdu**, una bella città capoluogo della **regione del Sichuan**, è una delle più grandi, al suo interno è situato il **Centro di Conservazione del Panda Gigante**, che ospita circa un'ottantina di esemplari in cattività.

Pensate, prima della seconda metà del XIX secolo nessuno in Occidente era a conoscenza dell'esistenza di questo orsacchiotto bianco e nero; fu grazie ad un missionario francese (un certo Padre David) che l'altra parte del mondo poté studiarne le caratteristiche. Nonostante l'animale stia nuovamente ripopolando il suo territorio,

annientando di poco il pericolo estinzione, continuano ad essere presenti non più di 1000 esemplari. Essi sono concentrati nelle provincie del **Sichuan**, del **Shaanxi** e del **Gansù**.

Come abbiamo sopra accennato, i progetti di conservazione sono stati creati per la **re-forestazione dei boschi di bambù**, habitat naturale del panda. L'animale ingerisce infatti straordinari quantitativi di bambù ed è in grado di intraprendere lunghi spostamenti pur di nutrirsi del suo unico alimento. Lo spostamento è dovuto infatti alla moria naturale di alcune aree boschive, lasciando l'habitat del estremamente frammentario e fragile per la vita stessa dell'animale. Il **governo cinese vieta rigidamente la caccia al Panda gigante**, considerato oggi il nuovo simbolo della nazione; allo stesso tempo è salvaguardata la re-forestazione del suo habitat: durissime le punizioni per un reato effettuato nei confronti del panda, per il bracconiere si prevede l'ergastolo e non si esclude la pena capitale.

3. Escursioni e itinerari in Cina

中国远足旅行线



Visitare la **Cina**, il suo vasto territorio, non è facile. Un luogo così diversificato richiede tempo, pazienza e organizzazione...non si può ammirare una civiltà così sconfinata senza i dovuti preparativi. Ecco che qui di seguito arrivano le nostre proposte, gli **itinerari** più conosciuti, ovvero quelli **classici**, da **Hong Kong** a **Macao**, a **Guilin**, oppure quelli che tradizionalmente ci raccontano la **storia della Cina**, che passano attraverso

la **Grande Muraglia**, la **Città proibita** e l'**Esercito di terracotta**. Cosa scegliere? vediamone le opzioni...

La Via della Seta



La saggia lentezza dei cammelli, in fila nelle antiche carovane dei mercanti, il cielo stellato nelle notti silenziose intorno al fuoco, e poi ancora il sole, il vento, le spezie... segnali quasi enigmatici di luoghi senza confini: è la **Via della Seta**, il lungo percorso terrestre che dalla Cina arrivava fino all'Europa. Un percorso che ha contribuito allo sviluppo di storiche civiltà, come quelle della Cina, dell'India, della

Persia, dell'Egitto e anche dell'antica Roma.

Conosciuta in tutto il mondo e in tutte le lingue, la **Silk Road** britannica o la **Seidenstrasse** tedesca, continua ancora oggi ad appassionare gli animi dei veri viaggiatori. La sua storia ha inizio

ben prima del 1877 quando il tedesco **Ferdinand von Richofen** per primo usò il nome per la quale è oggi conosciuta: una intensa rete di vie e percorsi usati dai **carovanieri**, che dall'**Asia Orientale** attraversavano le vasti regioni dell'**Asia centrale**, del **Medio Oriente**, per poi raggiungere il bacino del **Mediterraneo** e antiche città mercantili come **Venezia**.

Nonostante nel tempo, il lento cammino delle antiche carovane abbia lasciato spazio a nuove immagini e nuovi mezzi di trasporto, le sensazioni percepibili lungo questi sentieri continuano ad avere il profumo speziato di un tempo. Tutto pare abbia avuto inizio intorno al **III secolo a.C.** per poi svilupparsi lungo i secoli, quando mercanti europei e orientali osavano sfidare fatiche e pericoli per raggiungere i tesori d'oriente: pregiate stoffe e profumati incensi e spezie. La **seta della Cina**, gli **aromi dell'India** o le merci dei mercati dell'**Uzbekistan** e della **Persia**, tutte erano in lista negli obiettivi dei carovanieri occidentali.

Marco Polo rimane ancora oggi uno dei più noti personaggi storici ad avere immortalato i percorsi e le suggestioni di questo cammino, lungo ben 8.000 km. Nel XIII secolo questo giovane veneziano di soli 17 anni, figlio di mercanti, partì alla volta della Cina (allora chiamata **Catai**), l'immenso impero del **Gran Khan Quibilai**, l'imperatore mongolo; vi rimase complessivamente 25 anni, raccontò la sua esperienza nei celebri resoconti di viaggio del **Il Milione**, ancora oggi (come allora) uno dei libri più venduti al mondo. Le motivazioni che avevano spinto al viaggio Marco Polo, il padre e uno zio, erano dovute allo scambio commerciale della preziosa **seta cinese**, che già era conosciuta dall'antica aristocrazia romana un millennio addietro. La lavorazione del baco che si nutre di sole foglie di gelso, rimaneva comunque segreta e i cinesi gelosamente ne custodivano la laboriosa tecnica.

Nei secoli successivi i **missionari gesuiti** (tra i tanti **padre Matteo Ricci**) diedero un notevole contributo alla conoscenza dell'Oriente in Europa, così come gli arabi con il loro crescente dominio, portarono ad una grande intensificazione degli scambi commerciali. Da allora, per raggiungere i grandi **mercati dell'est** e le loro preziose merci, andò intensificandosi il **sistema di itinerari**, non solo terrestri ma anche fluviali, e successivamente marittimi. Due erano in particolare i **principali percorsi**, creatisi soprattutto per evitare il grande ostacolo del **deserto di Takla Makan**, propaggine occidentale del **deserto del Gobbi**: la via del nord (o via settentrionale) e la via del sud (anche detta via meridionale).

La **strada del Nord**, per definizione l'originaria Via della Seta, si sviluppò intorno al I secolo a.C. quando in Cina governava la **dinastia Han**. Si estende dai territori dello **Chang'an** (l'odierno Xi'an), attraversa la regione del Gansu, in quello che viene chiamato ancora oggi **"corridoio Hexi"**, un corridoio naturale di circa 500 km che a sua volta divide il panorama tra i **monti Qilan** e il grande

deserto. Dalla regione del grande **fiume Giallo (Huang He)**, il percorso si divide in **tre successivi rami**, quello ai piedi del **Tibet** che aggira il grande deserto e che insieme al secondo ramo (ai piedi dei **Monti Celesti-monti Tian Shan**) si riuniva nei **territori del Kashgar**, e il ramo che arrivava nell'odierno **Kazakistan**, il terzo.

4. *Raggiungere la Cina*

到达中国



Raggiungere la Cina dall'Italia, o da altri Paesi, è veramente semplice.

Nonostante l'unico modo d'immediata facilità e praticità sia l'aereo, sapiate che tuttavia, questa non è l'unica alternativa possibile: che dire

di intraprendere un viaggio in Cina attraverso la mitica Via della Seta? un'avventura senza uguali. Ancora, che ne dite di raggiungere la Cina attraverso il celebre treno della Transiberiana? possibilissimo!

Vediamo insieme i percorsi, quelli ovvi, semplici e a portata di mano e quelli più inconsueti, per una grande esperienza di viaggio.

La Cina via aereo



I collegamenti in aereo tra l'Italia e la Cina sono di facile accesso da tutta la penisola, in linea indiretta e con scalo nelle due maggiori città italiane (Roma e Milano). La Cina vanta molti punti d'ingresso in aereo, nonostante gli aeroporti più affollati siano quelli di **Pechino (Beijing)**, **Shanghai** e **Hong Kong**.

Air China è la compagnia di bandiera della Cina (CAAC) e include anche la compagnia gestita con la **Cathay Pacific Airways**, **DragonAir**.

L'**Alitalia** presenta attualmente dei collegamenti da Roma e Milano per Pechino (lunedì e mercoledì, fine settimana dal venerdì alla domenica) in collaborazione con Air China e per Shanghai. Possibilità di raggiungere la Cina anche con altre **compagnie straniere direttamente dall'Italia**, con scalo nei rispettivi aeroporti nazionali. La durata del volo per esempio con AirFrance, con previsto scalo da Roma a Parigi e Pechino Beijing è di circa 13-15 ore (pausa scalo compresa).

Qui di seguito proponiamo alcuni indirizzi di compagnie aeree e aeroporti nazionali

Alitalia www.alitalia.it

Air China www.airchina.com

Lufthansa www.lufthansa.com

Cathay Pacific www.cathaypacific.com

British Airways www.ba.com

AirFrance www.airfrance.it

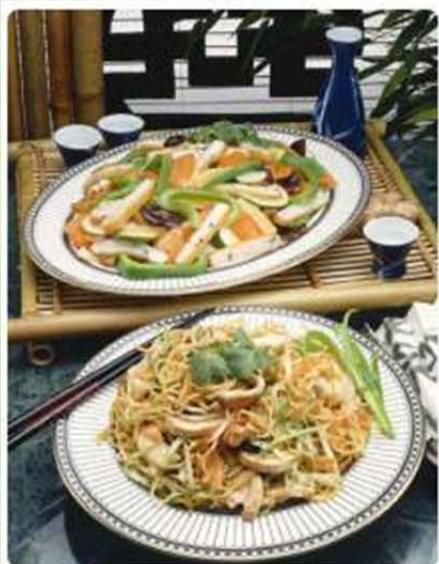
Aeroporto di Pechino (Beijing Capital Airport) www.bcia.com.cn (in cinese e inglese)

Ricordiamo inoltre che l'entrata e/o l'uscita dalla Cina prevede il pagamento di una **tassa** (intorno ai Y105. Anche i voli interni sono soggetti, in misura inferiore, al pagamento della stessa tassa.

In aereo, i passeggeri dovranno completare i **documenti d'entrata**, un modulo sanitario e un modulo doganale e un modulo d'immigrazione, che dovranno poi essere esibiti all'arrivo al controllo passaporti (insieme al vostro passaporto).

5. Fa gastronomia cinese

中国小吃



La **cucina cinese** ha grande notorietà in tutto il mondo. Grazie alle numerose comunità cinesi presenti in ogni angolo del pianeta (le famose Chinatown) abbiamo oggi a disposizione una moltitudine di ristoranti dai sapori unici. Ma chi di voi, mentre siete intenti a mangiare un delicato involtino primavera, si è mai chiesto quali caratteristiche ha la **gastronomia cinese**?

Alcuni storici fanno risalire la **storia della cucina cinese** all'uomo di Pechino e all'uso che seppe fare del fuoco già 400.000 anni fa. Altri studiosi preferiscono individuarne le origini nell'età della pietra, basandosi su ritrovamenti che attestano come in quell'epoca fossero già praticate la **coltivazione del riso** e la **produzione di spaghetti noodles**.

Poco dopo l'espansione dell'impero, avvenuta durante la **dinastia Qin** e la **dinastia Han**, i cinesi divennero coscienti delle grandi differenze esistenti tra le varie **tecniche culinarie** praticate nelle diverse parti del regno. Queste diversità seguivano per lo più il variare del clima e delle risorse di cibo disponibili. A quel tempo fu creato un sistema che riconosceva **quattro scuole principali**, anche chiamate le "quattro grandi tradizioni", poi ampliato fino ad includere otto scuole.

Le quattro grandi scuole sono quella dello **Shandong** che raggruppa tutte le cucine del nord, quella del **Jiangsu**, la cucina **Cantonese** e infine la cucina **Sichuan**, che raggruppa invece le cucine del sud-ovest. Si aggiungono poi delle sotto-cucine quali la buddhista o la musulmana che prediligono piatti vegetariani.

Per esperienza personale di viaggio posso assicurarvi che i cinesi sono dei gran mangioni, amanti del buon cibo e della convivialità. La carne in piccoli pezzi è la regina di moltissimi piatti, ma anche le verdure e la frutta hanno molta importanza

nell'alimentazione. E se cenate al ristorante, ricordate che si ordinano i piatti, e si mangiano in comune, ciò che ordinate voi sarà mangiato anche dagli altri e viceversa. Può parere strano all'inizio ma è un bel modo di stare insieme.

Cucina cantonese



La **cucina Cantonese** (detta Yen in lingua locale) è senz'altro la più conosciuta cucina regionale cinese nel mondo e questa predominanza è spiegata dalla palatabilità con cui viene accolta dagli occidentali, nonché dall'alto numero di emigranti provenienti dalla **regione del Guangzhou**, che si stabilirono un po' in tutto il mondo, diffondendovi la loro cucina. Gode di grande prestigio anche in Cina e i suoi chef sono molto ricercati.

Tale cucina può vantare una grande varietà di ingredienti, grazie al fatto che Guangzhou è un grande **porto commerciale** attraverso cui vengono importati da secoli molti ingredienti stranieri. I cibi vengono cucinati in tutti i modi conosciuti: dall'uso del vapore alla frittura. Le spezie dovrebbero venire usate con moderazione per non coprire i sapori degli ingredienti primari.

I piatti sono caratterizzati dall'uso di vegetali come l'**erba cipollina**, **salsa di soia** (la versione più delicata), **aceto e olio di sesamo**. L'aglio è usato in abbondanza solo in alcuni piatti particolari, mentre lo **zenzero** (considerato molto benefico dalla tradizione cinese), il **peperoncino**, l'**anice** e altre spezie, sono usati per dare quel tocco in più ai sapori. I classici **piatti della cucina cantonese** sono **uova al vapore** (una sorta di minestra-zuppa d'uova in genere accompagnata da erba cipollina), il **riso Congee** (una sorta di riso superbollito accompagnato dal cosiddetto uovo centenario, cucinato con un metodo particolare), il ben noto **riso alla cantonese** (riso di grana lunga saltato con prosciutto, uova a frittata e tagliata a pezzettini, piselli, e spesso con aggiunta di mais, gamberetti ed altre verdure). Tra i nostri piatti preferiti menzioniamo lo **Zhaliang**, involtini di spaghetti cinesi noodle, e ovviamente i **crackers ai gamberi...**

6. Sistema scolastico cinese

中国教育系统



Il **sistema scolastico cinese** prevede una istruzione obbligatoria e non è poi tanto differente da quello europeo e occidentale. Sono sempre previsti i classici tre **livelli base di studi**: primario, secondario e universitario.

Si tratta del **sistema scolastico più grande del mondo**, e non poteva essere altrimenti considerando il numero di abitanti della nazione. Altra caratteristica è data dalla **diversità del territorio** sul quale convivono grandi e moderne città come Shanghai, Pechino e Hong Kong, insieme a remote zone rurali e montane della Cina interna e occidentale. Bisogna infine considerare le **diverse etnie** presenti in Cina. Alle minoranze è comunque consentito lo studio della propria lingua, allo scopo di conservare la propria tradizione culturale. L'istruzione è un valore molto importante per i cinesi. I laureati sono molti e tutti sono disponibili a spostarsi per studiare o per ottenere un lavoro.

La scuola in Cina



La **scuola in Cina** assume caratteristiche proprie e tiene conto di diversi fattori, senza tuttavia distaccarsi di molto dal sistema scolastico di tipo occidentale. Esistono nove anni di **scuola obbligatoria**, ed è opportuno considerare che oggi, agli inizi del XXI secolo, esiste un'**alfabetizzazione** del 90,9% della popolazione (con maggioranza dei maschi rispetto alle femmine). L'**educazione scolastica** rimane una delle maggiori priorità del governo nazionale, insieme alla determinazione

dell'avanzamento scolastico nei confronti dei più giovani.

Il sistema scolastico cinese è suddiviso in tre livelli di studio: **scuole primarie/elementari**, **scuole medie** (inferiori e superiori) e **università**. I primi sei anni di educazione scolastica sono gratuiti e iniziano all'età di 6 o 7 anni, seguiti da ulteriori sei anni di scuola secondaria (tre di scuole medie e tre di scuola superiore, in genere coincidente ai 12-18 anni d'età). Il terzo livello, quello universitario, è stato gratuito fino al 1985, mentre oggi si basa su un **sistema di borse di studio** altamente competitivo. Il sistema è oggi considerato piramidale, man mano che si arriva ad un'educazione di livello superiore diminuisce il numero di studenti. L'organizzazione è inoltre oggi altamente decentrata, allo scopo di migliorare e semplificare l'intero sistema (in particolare nelle regioni autonome o quelle a speciale municipalità).

La **scuola primaria** prevede, come da noi in Europa, la frequenza dell'**asilo**. Non è obbligatoria ed è in particolare in uso nelle grandi città, dove in genere entrambi i genitori sono occupati in un'attività lavorativa. I tipi di scuole primarie a disposizione della popolazione sono vari e attenti alle esigenze dei cittadini: esistono infatti non sono asili e **scuole elementari standard**, bensì anche quelli adatti a bambini con particolari problemi, e cioè **scuole specifiche** per disabili o per bambini non udenti e non vedenti. In totale esistono circa 200 milioni scolari in Cina, circa il 6% della popolazione.

L'**educazione secondaria** viene a sua volta suddivisa in **educazione 'media'** ed **educazione 'superiore'**, la prima dura tre anni ed inizia in genere al compimento dei 12 anni d'età, la seconda comprende un corso di durata di circa 2 o 3 anni e viene iniziata all'età di 15 anni. Le **materie di insegnamento** non differiscono in genere da quelle europee: lingua e cultura cinese, matematica, fisica, geologia, chimica, storia, geografia, belle arti ed educazione fisico-motoria (punto cardine del sistema). Con la **riforma scolastica del 1996**, le scuole tecniche in genere vengono tutte assimilate in scuole professionali. Il **sistema di scuola media**, prevedeva negli anni '60 una politica che distingueva la scuola tecnica da quella ad indirizzo più accademico. Durante la **Rivoluzione Culturale** le scuole tecniche vennero chiuse, perché considerato inferiori rispetto alle altre. Sotto un'altra ri-organizzazione, vennero riaperte nel decennio successivo. Con la grande **riforma scolastica del 1986** la scuola media venne inclusa nell'istruzione obbligatoria compresa nei 9 anni.

Il **sistema accademico-universitario in Cina**, ha avuto negli ultimi anni una crescita esponenziale, portando il numero di studenti a raggiungere la cifra di 20 milioni. Oggi, le statistiche definiscono questo numero come il maggiore del mondo. La caratteristica principale delle **università cinesi** è quella di servirsi delle cosiddette '**Multi-università**', grandi campus multi-facoltà, che vedono

l'unione e la fusione amministrativa di singole università e facoltà; ad esse si aggiungono la creazione di diversi **indirizzi specialistici**, come per esempio quelli degli studi in Energia Atomica, Risorse energetiche, Scienze Informatiche, Biofisica, ecc.

Notevole il **contributo del livello universitario e di ricerca allo sviluppo della nazione**, non stupisce pertanto la fede del governo cinese nei confronti di un efficiente sistema d'educazione scolastica. Il credo è quello che vede la cooperazione e l'integrazione del sistema di produzione, d'insegnamento e di ricerca, allo scopo di perseguire un unico obiettivo: quello dello sviluppo complessivo della nazione.

7. Attrazioni turistiche

Cina

中国旅游景点



Le **attrazioni turistiche della Cina** sono notevoli e numerose, pura testimonianza di un passato che ha saputo formare e conservare una delle più antiche civiltà del mondo. L'elenco è lungo e si dirama tra località paesaggistiche di grande effetto naturale ed edifici architettonici di puro senso artistico.

Nelle pagine che seguono vengono proposti i più grandi monumenti che hanno reso grande la Cina, un itinerario che ci porta lungo la **Grande Muraglia**, che ci fa toccare con mano l'emozione nel vedere l'immenso **Esercito di Terracotta**, che a Pechino ci fa rivivere l'equilibrio cosmico del **Tempio del Paradiso**...e che nel frattempo ci fa appassionare a tutto ciò che è meno conosciuto e non per questo meno significante...non ci resta che scoprire insieme le attrazioni della Cina...

Palazzo d'Estate



Il **Palazzo d'Estate di Pechino** (Yihe Yuan) è uno dei luoghi più celebri di tutta la Cina. Splendido nella sua architettura, il palazzo è in effetti un parco, nel cui interno sono ospitati diversi templi e giardini, sentieri romantici e ricchi di spiritualità. La **storia** lo delega a residenza reale, usata appunto nel periodo estivo dalla corte della **dinastia Qing** per

sfuggire alle giornate afose della sede permanente, la **Città Proibita**. L'**imperatore Qianlong**, che vi regnò durante il XVIII secolo, ne plasmò l'attuale architettura,

facendone dono prezioso all'architettura cinese. Per fortuna gli avvenimenti bellici a cui la nazione andò incontro, come quello contro le truppe francesi e inglesi durante una delle guerre dell'Oppio (XIX secolo), non riuscirono ad abbattere l'anima di questo grande luogo, che fu felicemente ricostruito più volte.

Questo grande parco sembra davvero possedere un'anima tutta sua; quasi come una fenice che risorge dalle ceneri, è stato in grado nel tempo di rispettare i suoi idillici contorni: il **lago Kunming** occupa la maggior parte della superficie del parco, al suo interno si presentano diversi padiglioni galleggianti e la splendida **Barca di marmo** (che in effetti è legno dipinto di bianco, tanto da rassemblare il marmo). L'edificio principale del parco è rappresentato dalla **Sala della Benevolenza e della Longevità**, con all'interno il trono dell'**imperatrice Dowager Cixi** e all'esterno enigmatiche sculture in bronzo; l'antica sala delle cerimonie non purtroppo aperta al pubblico.

Da non perdere la visita allo splendido **Corridoio Lungo**, a nostro parere, uno dei luoghi più caratteristici di Pechino. Vi troviamo le classiche pitture della cultura cinese, con i suoi splendidi intarsi colorati rappresentanti momenti della mitologia cinese. Ad esso si aggiungano il **Tempio del Mare e della Saggezza**, il **Tempio del Re drago** e la **Strada Suzhou**, dal paesaggio caratteristico e ricco di locali d'intrattenimento.

8. Fa sanità in Cina

中国卫生系统



In questa rubrica verranno trattati argomenti inerenti il **sistema sanitario cinese**, la struttura sanitaria territoriale, le procedure necessarie per contattare un **medico in Cina**, in caso di emergenza o di un semplice controllo di routine, la necessità di stipulare un'assicurazione (negli ospedali non si parla ancora inglese e le cliniche internazionali sono molto costose).

Verranno approfondite inoltre le grandi tematiche della **medicina tradizionale cinese**, pratiche come l'agopuntura e altre pratiche a noi occidentali sempre più vicine, terapie che curano il corpo insieme alla mente. Molti gli argomenti di grande attualità.

Medicina tradizionale cinese



Gran parte della cultura su cui si basa la **medicina tradizionale cinese** si fonda sugli stessi principi che contribuirono allo sviluppo del **taoismo**. Secondo il pensiero classico esiste una profonda relazione tra la vita, le attività di un singolo essere umano e l'ambiente circostante.

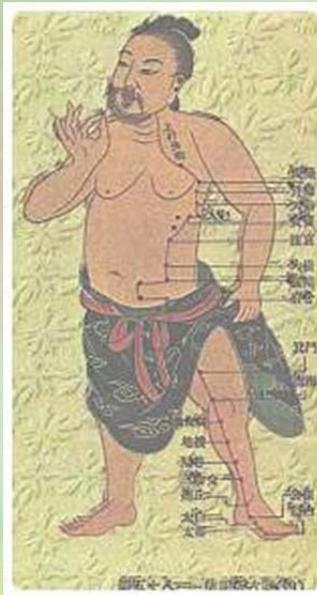
Secondo la tradizione, il testo dal titolo **“Neijing Suwen”** (“*Domande fondamentali di medicina interna*”) fu composto durante l’età dell’oro del regno dell’**Imperatore Giallo**, ovvero tra il 2698 e il 2596 a. C., come risultato di un dialogo avvenuto tra l’imperatore stesso ed il suo primo ministro. Gli studiosi moderni sono più propensi a ritenere che il trattato sia stato composto da uno scolaro anonimo circa 2000 anni fa. Il più antico riferimento al

“Neijing Suwen” è stato trovato in un trattato composto da **Zhang Zhong Jing**, l’Ippocrate della medicina cinese. Durante la **dinastia Tang** (618 - 907) ci furono consistenti avanzamenti nel campo della medicina. In particolare nel 657, l’**imperatore Gaozong** commissionò la compilazione del compendio **“Materia Medica”** che documentava 833 sostanze medicinali estratte da pietre, minerali, metalli, piante, frutta ed erbe.

In Cina esiste una differenza fondamentale tra **“medicina cinese classica”** e **“medicina tradizionale cinese”**: quando il governo nazionalista prese il potere, decise di mettere la medicina tradizionale fuori legge per prevenire il rischio che il paese rimanesse indietro nella corsa al progresso scientifico. Come conseguenza di questo decreto, molte persone furono arrestate e perseguitate e la medicina tradizionale non conobbe nessun nuovo avanzamento per i successivi 30 anni. Fu solo negli anni ’60 che **Mao Zedong** decise di legalizzare nuovamente la medicina tradizionale commissionando a soli 10 medici il compito di creare una forma standardizzata delle sue possibili applicazioni. Per poter raggiungere una conoscenza approfondita della medicina tradizionale cinese bisognerebbe studiare per lunghi anni e far parte di una famiglia di lungo lignaggio medico.

I contatti con la **cultura occidentale** non sono riusciti a soffocare il successo della medicina tradizionale in Cina e ciò è dovuto soprattutto a due fattori: il primo riguarda il fatto che i metodi della medicina tradizionale cinese sembrano essere molto efficaci proprio dove le pratiche occidentali sembrano fallire (evitando altresì la tossicità delle medicine derivanti da composti chimici); il secondo si pone in relazione con problematiche di carattere sociale, in quanto la medicina tradizionale costituisce spesso l'unica cura a disposizione di persone indigenti. Negli **ospedali cinesi** i medici, che pure praticano terapie convenzionali, conoscono e applicano contestualmente cure di medicina tradizionale. Dal nostro punto di vista "occidentalizzato" le opinioni si dividono tra quelli che di affidano alle più avanzate terapie chimiche, quelli che, riflettendo su quanto è antica e sperimentata la medicina tradizionale cinese la ritengono efficace come e più della medicina occidentale e i moderati, che ne affermano l'uso complementare.

Principi della medicina tradizionale cinese



I **principi fondamentali** su cui si basa la **medicina tradizionale cinese** non sono uniformi e derivano da molteplici scuole di pensiero: in particolare il **taoismo**, il **buddhismo** e il **neo-confucianesimo**. Sin dal 1200 a.C. gli accademici cinesi appartenenti a molte scuole si impegnarono nello studio delle **leggi naturali** osservabili e relative implicazioni, ricavandone le ben note nozioni relative alla posizione dell'uomo nell'universo. Secondo la medicina tradizionale cinese infatti, il **corpo umano è un universo in miniatura** munito di un sofisticato insieme di sistemi interconnessi, che tendono a lavorare in armonia per mantenere il salutare funzionamento del corpo.

La medicina tradizionale volge le sue analisi su un particolare modello del corpo umano che si basa in modo speciale sul **sistema dei meridiani**. I meridiani sono canali invisibili attraverso cui scorre il **Qi**, o **energia vitale**, che formano una rete in grado di connettere tutte le parti del corpo e quest'ultimo all'universo. A differenza del modello del corpo umano utilizzato dalla medicina occidentale, che tende a dividere il corpo umano in zone, la medicina tradizionale cinese si concentra sulla funzione che una certa area del corpo svolge o dovrebbe svolgere (esistono diverse scuole di pensiero e differenze riguardo alle funzioni sopra accennate). Esistono 12 meridiani nel corpo umano, formati da 6 Yin e 6 Yang.

La diagnostica della medicina tradizionale si volge sullosservazione dei **sintomi umani** anzichè concentrarsi sul micro-sistema delle analisi di laboratorio e vi si possono distinguere **quattro metodi diagnostici principali**: l'**osservazione** dell'aspetto del paziente e soprattutto della sua lingua, l'**ascolto** dei vari suoni e l'esame degli odori, la **raccolta di informazioni** relative alle varie funzioni fisiologiche ed infine la **palpazione** di alcune zone del corpo. L'**esame del polso** è sicuramente tra i momenti più importanti di ogni visita e viene effettuata in sei diverse posizioni secondo un metodo volto ad identificare e localizzare vari tipi di disturbi.

L'**agopuntura**, metodo che prevede l'inserimento di aghi in punti precisi per facilitare un fluido scorrimento del Qi nel sistema dei meridiani, è probabilmente il metodo universalmente più conosciuto fra quelli prodigati dalla medicina

tradizionale. Ci sono in realtà molti altri trattamenti, tutti basati sullo studio e la comprensione dell'energia vitale. Tra questi si trovano l'uso di **erbe medicinali** per rafforzare e dare supporto alle funzioni dei vari organi, il **Qigong**, pratica volta a stimolare l'energia attraverso l'assunzione di determinate posizioni e di semplici movimenti, la **prescrizione di certi cibi** che vengono utilizzati per il loro scopo curativo e non per il loro valore nutrizionale e ancora il **Taiji Quan**, i massaggi per stimolare l'energia, gli esercizi di **respirazione** e il **Fengshui**.

La medicina tradizionale richiede grandi **capacità diagnostiche** e sono necessari lunghi anni di studio per arrivare a comprendere in pieno il complesso sistema di sintomi ed equilibri: non a caso un famoso proverbio cinese cita: *“un buon medico è senz’altro qualificato per fare il primo ministro”*.