

Vivere Liquido

Cina a Milano- La Cina e l'Istituto Confucio di UniMi presso "Artigianato in Fiera"

Posted on 28 novembre 2017

Author Marco Bonaglia

Riceviamo dagli amici del Confucio UniMi e pubblichiamo -



Con il tema Artigiani creatori di bellezza e di bontà. Originali per definizione, **torna a Milano la più grande fiera internazionale, ad ingresso gratuito, dedicata all'artigianato mondiale.**

Più di tremila espositori per la ventiduesima edizione, bancarelle, laboratori creativi, showcooking, spettacoli tradizionali e tanto altro per valorizzare il fascino e il lavoro a dimensione umana di artigiani provenienti da tutto il mondo.

Quest'anno la Cina sarà uno dei protagonisti principali: un intero padiglione, completamente rinnovato, dedicato al **tema One Belt One Road** con l'obiettivo di valorizzare una tradizione artigianale e culturale che vanta una storia millenaria.

L'Istituto Confucio di UniMi sarà presente all'interno del **China Pavillion** con un ricchissimo palinsesto di attività, che si svolgeranno tutti i giorni, dalle 10:00 alle 20:00, per fornire informazioni sull'Istituto e avvicinare i visitatori all'affascinante cultura del Paese di Mezzo. Essi potranno immergersi in un mondo tutto cinese, tra laboratori di calligrafia e carta ritagliata, opera di Pechino, performance musicali, lezioni prova di lingua, showcooking e tante altre sorprese. Tutto è pensato per tutti, dagli adulti ai bambini, dagli amanti di culture 'altre' fino agli appassionati di cucina.

Ogni mattina, per iniziare la giornata nel migliore dei modi, esperti della **scuola Cheng Ming Europe – Movimento e Percezione**, insegneranno a prendersi cura del proprio corpo e della propria mente attraverso i movimenti del qigong e del taijiquan. Allo stand ci saranno gadget per tutti i gusti.

Le attività dell'Istituto Confucio si terranno all'interno del Padiglione 18 – Stand numero S118, da sabato 2 a domenica 10 dicembre, dalle 10:00 alle 20:00 (Fiera Milano-Rho, MM1 Rho Fiera). Ingresso libero.

LE ATTIVITÀ IN PROGRAMMA

Taijiquan

Il taijiquan è uno stile di combattimento che privilegia nell'allenamento la lentezza, la continuità, la forza soffice e nasconde tra le sue pieghe la forza elastica, esplosiva e i movimenti a spirale. Esso applica i principi taoisti dello Yin e lo Yang e nasce come efficace arte marziale. È conosciuto nel mondo per le sue caratteristiche di morbidezza, che lo rendono una vera e propria “meditazione in movimento” e la sua pratica è adatta a tutte le età. Esperti della disciplina vi insegneranno alcuni movimenti che gioveranno al vostro corpo e alla vostra mente.

Qigong

Il qigong indica una serie di esercizi e di tecniche cinesi destinati alla salute e al benessere personale, nonché al rinforzo e all'equilibrio interiore. È la matrice delle arti marziali interne, oltre che disciplina della medicina tradizionale cinese e si basa sul concetto di equilibrio dinamico: maggiori sono fluidità, rapidità, sincronia e cooperazione del movimento del qi (氣, soffio, energia), maggiori saranno l'equilibrio, la forza, la resistenza e la capacità di adattamento all'ambiente. Non solo una dimostrazione, ma una vera e propria lezione a cui potrete partecipare per apprendere alcune tecniche di base.

Calligrafia

La scrittura cinese è un'arte che vanta oltre 4000 anni di storia. Per apprendere i segreti dei migliori calligrafi sono necessari decenni di studio e applicazione, ma per scoprire tutto il fascino di una disciplina bastano pochi tratti e i “quattro tesori”: la pietra per l'inchiostro, la carta, l'inchiostro e il pennello. Imparerete a destreggiarvi con i tesori di questa antica arte.

Carta ritagliata

La carta ritagliata è un'arte popolare vecchia di oltre mille anni. Ancora oggi in Cina, secondo la tradizione popolare, alla vigilia della Festa della Primavera, le donne ritagliano fogli di carta rossa in varie forme per decorare gli stipiti delle finestre e delle porte: questa usanza ha lo scopo sia di rallegrare la casa sia di tenere lontano il mostro Nian che, secondo la leggenda, era spaventato dal colore rosso. Le carte ritagliate si distinguono per la varietà dei temi e la ricchezza dei contenuti e delle forme. Armati di carta e forbici, esplorerete una delle arti più antiche e diffuse nel Paese di Mezzo.

Showcooking

Avvicinarsi alla cultura di un paese attraverso i suoi sapori e i suoi piatti è sempre un'emozione, ma lo è ancora di più per la cucina cinese, una delle più antiche al mondo, fortemente legata ad usi e costumi. Insieme a esperti di cucina, imparerete a preparare alcune tipiche pietanze cinesi.

Guzheng

Il guzheng è uno strumento musicale tradizionale cinese a pizzico, tra i più antichi. Fa parte della famiglia delle cetre e ha una ricca capacità espressiva, infatti la sua musica può descrivere sentimenti di vario tipo e incantevoli paesaggi naturali. Si suona con l'utilizzo di quattro plettri, o meglio unghie artificiali applicate alla mano destra, con cui si pizzicano le corde, mentre la sinistra viene utilizzata per premere le corde stesse ed ottenere note di diverso timbro ed altezza. Oltre ad assistere a una performance, vi sarà data la possibilità di provare a suonare l'antico strumento.

Opera di Pechino

L'Opera di Pechino ha una storia di circa 200 anni. Non è mai stata una forma d'arte esclusiva, fin dalle sue origini è stata apprezzata sia dalla corte imperiale che dal volgo, vantando così un

pubblico che comprendeva tutti gli strati sociali. Nell'opera viene dato ampio spazio all'immaginazione, infatti la scenografia è costituita da pochi e semplici oggetti che, a seconda di come vengono utilizzati dagli attori, rappresentano una grande varietà di cose concrete e di concetti astratti.

Lezione prova di cinese

Grazie a una lezione prova di lingua cinese, quando vi diranno “ma parli cinese?” potrete rispondere di sì. Docenti esperti dell'Istituto Confucio vi guideranno alla scoperta di questa affascinante lingua e in poco più di mezz'ora imparerete a salutare, a contare e alcuni vocaboli di uso comune.

<http://www.vivereliquido.it/2017/11/28/cina-milano-la-cina-listituto-confucio-unimi-presso-artigianato-fiera/>