

孔子学院

ISTITUTO CONFUCIO

中意版 VERSIONE CINESE-ITALIANO

Nº4 2023



赫哲族 乌日贡

L'etnia Hezhe e la festa Wurigong



Istituto Confucio

主管：中华人民共和国教育部
主办：中国国际中文教育基金会

Direzione: Ministero di Educazione della Repubblica Popolare Cinese
Produzione: Fondazione di Educazione Internazionale Cinese

编辑出版：《孔子学院》编辑部
协办：上海外国语大学

Redazione: Ufficio di redazione di "Istituto Confucio"
Redazione di Collaborazione: Università degli Studi Internazionali di Shanghai

总编辑：赵灵山 李岩松
副总编辑：张君丽 衣永刚
主编：张雪梅
副主编：赵裴 张逸岗
编辑：余玲华 钱淇 张熙华
主审：王建全
审校：张丽丽 于帆 王洋帆

Capo Redattori: Zhao Lingshan, Li Yansong
Vice Capo Redattori: Zhang Junli, Yi Yonggang
Responsabili di Redazione: Zhang Xuemei
Vice Responsabili di Redazione: Zhao Pei, Zhang Yigang
Redattori: Yu Linghua, Qian Qi, Zhang Xihua
Capo Revisione: Wang Jianquan
Revisione: Zhang Lili, Yu Fan, Wang Yangfan

美术设计：陈颖 朱浩晔 王艺潼
排版：南京展望文化发展有限公司
印刷：上海叶大印务发展有限公司
国际连续出版号：ISSN 2095-7750
国内统一刊号：CN 10-1187/C
邮发代号：80-770

Grafica: Chen Ying, Zhu Haoye, Wang Yitong
Composizione Tipografica: Sviluppo di Cultura Zhanwang di Nanchino S.r.l.
Stampa: Casa di Stampa Yeda di Shanghai S.r.l.
Numero Seriale Standard Internazionale: ISSN 2095-7750
Numero Seriale Standard Nazionale: CN 10-1187/C
Codice di distribuzione postale: 80-770

定价：RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5
编辑部地址：北京市海淀区学院路 15 号
邮政编码：100083
编辑部电话：0086-10-63240631
网站：www.ci.cn

Prezzo: RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5
Indirizzo di Ufficio Redazione: 15 Via Xueyuan, Distretto Hai Dian, Beijing, Cina
Codice Postale: 100083
Telefono di Ufficio Redazione: 0086-10-63240631
Sito: www.ci.cn

上海编辑部地址：上海市虹口区大连西路 550 号

Indirizzo di Ufficio Redazione a Shanghai: 550 Via Da Lian (Ovest),
Distretto Hong Kou, Shanghai, Cina

电话：0086-21-35377068
投稿邮箱：ci.journal@ci.cn
刊名题字：欧阳中石
封面供图：王成

Telefono: 0086-21-35377068
Email di Collaborazione: ci.journal@ci.cn
Calligrafia del Titolo: Ouyang Zhongshi
Fotografia Copertina: Wang Cheng



目录 / Indice

Nº4 2023

文化视窗 ORIZZONTI CULTURALI

- 04 黑龙江人
Il popolo di Heilongjiang
作者：崔玉华 Cui Yuhua
- 10 多彩龙江
La colorata provincia di Heilongjiang
作者：陌上尘 Mo Shangchen
- 16 白山黑水 浴火而生——上京窑的故事
Il paesaggio lambito dal fuoco dello Heilongjiang: la storia del forno di Shangjing
作者：王仁亮 Wang Renliang
- 22 身心修复的梦幻之地——五大连池
Wudalianchi: un luogo da sogno per il ristoro mentale e fisico
作者：李立欣 Li Lixin



汉语学习 STUDIARE IL CINESE

- 26 龙江情 冰城缘
Sentimento di Longjiang, legame con il ghiaccio
作者：娜斯佳 Nastya
孙杰 Sun Jie
- 32 走进黑龙江中医药博物馆
Una visita al Museo della Medicina Tradizionale Cinese di Heilongjiang
作者：孙尧尧 Sun Yaoyao
吴林娜 Wu Linna
李卓悦 Li Zhuoyue
- 38 与虎同行——一位来华留学生的野生动物保护情结
Vivendo con le tigri: il desiderio di salvaguardare gli animali selvatici di uno studente straniero
作者：于灵爽 Yu Lingshuang
- 42 二十四节气之立夏和小满
I 24 Periodi Solari del calendario cinese
作者：张建军 Zhang Jianjun



当代中国 LA CINA DI OGGI

- 46 一种有灵魂的烧烤——齐齐哈尔烧烤文化漫谈
Un barbecue con anima: una chiacchierata culturale sul barbecue di Qiqihar
作者: 翟英华 Zhai Yinghua

- 52 鹤舞扎龙
Le gru ballano a Zhalong
作者: 崔玉华 Cui Yuhua

- 58 打卡中国最北城市——漠河
Scoprire la città più settentrionale della Cina: Mohe
作者: 周道 Zhou Dao
何芷翌 He Zhiyi

- 64 与君“问天”
——哈尔滨工业大学航天馆
Le Domande al Cielo col gentiluomo:
il Museo aerospaziale dell'Istituto
Tecnologico di Harbin
作者: 裴莹 Pei Ying



孔院链接 LINKS DELL' ISTITUTO

- 70 开启中西医交流互鉴的窗口——伦敦中医孔子学院
Inaugurato l'inizio degli scambi tra la medicina occidentale e la medicina tradizionale cinese: Istituto Confucio per la Medicina Tradizionale Cinese di Londra
作者: 刘婷婷 Liu Tingting
吴林娜 Wu Linna

- 76 多米孔院 多彩风景——纪念中多建交五周年
MOMENTI PIENI DI VITA ALL'ISTITUTO CONFUCIO DOMINICANO:
Commemorazione del quinto anniversario dei rapporti diplomatici sino-dominicani
作者: 王悦 Wang Yue

黑龙江人

Il popolo di Heilongjiang



一方水土养一方人

Ambienti diversi producono uomini diversi

中国北方有两道岭，因为处在“极寒之地”，所以它们被世居那里的满族人赋予了“兴安”的名号。大兴安岭和小兴安岭起伏连绵成犄角之势，如兄弟般相互守望。他们虽然不高，却是抵挡西伯利亚寒流的第一道屏障。大地母亲赠予兄弟俩莽莽苍苍的原始林海，作为他们御寒的“衣裳”。

Ci sono due crinali nel nord della Cina e, poiché si trovano nella “terra del freddo estremo”, sono stati chiamati “Xing’an (significa luoghi estremamente freddi)” dai Mancù che hanno vissuto lì per generazione. Il grande crinale Xing’an e il piccolo crinale Xing’an sembrano un susseguirsi di corna che ondeggiano su e giù e che si guardano l’un l’altro come fratelli. Sebbene non siano alti, sono la prima barriera contro la corrente fredda siberiana. Madre Terra ha dato a questi fratelli un mare senza limiti di foresta primordiale per ricoprirli come “vestiti” per proteggerli dal freddo.

中国北方还有一条河，他把自己的名字给了他流经的地方，因为这里富含腐殖质的土壤给了他青黑的颜色，这里宽广的胸怀给了他蜿蜒如龙的形状。这条河的名字就叫“黑龙江”，这个省的名字也是“黑龙江”。在黑龙江省，还有完达山、老爷岭、松花江、嫩江等无数“儿郎”，他们齐心协力，孕育出丘陵山谷，孕育出湿地沼泽，也孕育出平原草场。

C’è anche un fiume nel nord della Cina, che ha dato il suo nome alla terra dove scorre, perché qui il terreno ricco di humus gli dà un colore blu-nero e la pianura gli dà una forma sinuosa simile ad un drago. Il nome del fiume è “Heilongjiang” (significa fiume del drago nero) ed è anche il nome di questa provincia. Nella provincia dello Heilongjiang, ci sono anche Wandashan (Montagna), Laoyeling (Crinale), Songhuajiang (Fiume) e Nenjiang (Fiume) che, come “giovani funzionari”, hanno lavorato insieme per dare vita a colline, valli, paludi umide e praterie pianeggianti.



闯关东

Irruzione in Guandong

候鸟的迁徙是出于本能，人口的迁移却是迫于无奈。所谓“穷家难舍，故土难离”，如果不是陷入绝境，固守家园的人们怎会选择离乡背井这条辛苦的迁移之路？从中国明朝末年开始至近代，先后有五次大规模的人口迁移：闯关东、走西口、蹚古道、赴金山、下南洋。其中，“闯关东”指的是中原地区的人们去山海关以东，即东北三省谋生。一个“闯”字，道尽了这一路的艰险与苦难。东北被清朝政府看作满族的“龙兴”之地，曾实行严厉的“封关”政策，禁止汉人进入关东。但阳光总在风雨后，付出总会有回报。黑龙江像东北地区的另外两个省份一样，敞开胸怀接纳了衣衫褴褛、远道而来投奔此地的孩子：满族人给他们带来食粮；蒙古族帮他们盖起毡房；鄂伦春人带他们去山林打猎；赫哲族人教他们打渔织网……这片蛮荒而肥沃的黑色冻土，给每一个吃苦耐劳的人以温暖和希望。一批批来自中原地区的难民闯进关东，扎根边疆，繁衍生息。同时他们也带来了中原的技术，带来了农耕文明，把所受恩情薪火传承给后世子孙，传递给新黑龙江人。



Gli uccelli migratori migrano per istinto ma la migrazione delle popolazioni è forzata dalla necessità. Come dice il proverbio, “è difficile lasciare la famiglia povera, è difficile abbandonare la patria”, se non fossero stati in una situazione disperata, come potrebbero le persone fortemente legate alla campagna scegliere l’ardua strada migratoria e lasciare i loro luoghi d’origine? In Cina, dalla fine della dinastia Ming ai tempi moderni, ci sono state cinque migrazioni di popolazione su larga scala: l’irruzione in Guandong, la migrazione verso ovest, la migrazione lungo la via della seta, il flusso migratorio in America e quello verso il Sud-est asiatico. Tra questi, “Irruzione in Guandong” si riferisce al flusso migratorio delle persone che dalle pianure centrali si spostarono a est di Shanhaiguan, cioè nelle tre province nord-orientali per guadagnarsi da vivere. La parola “irruzione” descrive i disagi e le sofferenze vissute dai migranti lungo questa strada. Il nord-est della Cina era considerato dal governo Qing come la terra di “Longxing” (la terra dove sorge il drago) dei Manciù, una volta attuata una rigida politica di “chiusura”, proibì severamente alla popolazione di etnia Han di entrare nel Guandong. Però, così come dopo la tempesta torna sempre il sole anche gli sforzi sono sempre ricompensati. Lo Heilongjiang, come altre due province del nord-est, aprì le sue porte ai poveri bambini che erano venuti da lontano: i Manciù portarono loro cibo; i mongoli li aiutarono a costruire yurt; il popolo Orunchun li portarono sulle montagne e nelle foreste per cacciare; il popolo Hezhe insegnarono loro a tessere reti e pescare... Questo selvaggio e fertile terreno nero e ghiacciato ha dato calore e speranza a tutti coloro che sopportarono difficoltà e duro lavoro. Gruppi di rifugiati provenienti dalle pianure centrali irruperono nella regione di Guandong, si radicarono a frontiera e si moltiplicarono qui. Allo stesso tempo, hanno anche portato le conoscenze tecniche delle pianure centrali, hanno portato la civiltà agricola e hanno trasmesso la gentilezza che hanno ricevuto alle generazioni future creando un patrimonio da tramandare al nuovo popolo Heilongjiang.

北大荒 Beidahuang

“北大荒”，狭义上指的是黑龙江省北部三江平原、黑龙江沿河平原及嫩江流域广大荒芜地区，后来扩展为东北肥沃而蛮荒的黑土地。说它肥沃，是因为北大荒是世界三大黑土带之一，土壤有机质含量非常高，有“捏把黑土冒油花，插双筷子也发芽”的说法，非常适合农作物生长；说它蛮荒，是因为北大荒自古以来便荆棘丛生，沼泽遍布，人迹罕至。受西伯利亚寒流影响，这里的冬季寒冷而漫长，最低气温可达零下48℃，冻土层最厚可达2.5米。

“Beidahuang” in senso stretto si riferisce alle vaste aree aride della pianura di Sanjiang, della pianura del fiume Heilongjiang e del bacino del fiume Nenjiang nella provincia settentrionale dello Heilongjiang, che è stata successivamente espansa nella barbara e fertile terra nera nel nord-est della Cina. Si dice che sia fertile perché Beidahuang è una delle tre principali aree di terra nera del mondo, caratterizzata per un alto contenuto di materia organica. C'è un detto che “se si pizzica il suolo, si ottiene olio. Se si piantano un paio di bacchette nel suolo, queste germineranno.” Beidahuang è molto adatta per la crescita delle colture. Si dice che questa terra sia selvaggia perché è piena di spine, paludi e con poche persone fin dai tempi antichi. Influenzati dalla corrente fredda siberiana, gli inverni qui sono

freddi e lunghi, con la temperatura minima che raggiunge meno 48 gradi Celsius e il permafrost spesso fino a 2,5 metri.

新中国成立后，为了解决粮食短缺的问题，自1958年起，北大荒开始大规模开发，数万人从全国各地、五湖四海来到这里。原来的战士放下枪支，原来的知识青年放下书笔，原来的机关干部离开办公室……来到北大荒，成为拓荒人。他们最开始的工作就是拿起镰刀和铁镐，开垦荒地，改造沼泽。他们的敌人是严寒，是酷暑，是蚊虫野兽，是遍地荆棘……

Dal 1958, dopo la fondazione della Repubblica popolare cinese, al fine di alleviare il problema della carenza di cibo, iniziò lo sviluppo su larga scala di quest'area e decine di migliaia di persone provenienti da tutto il paese arrivarono qui. Persone che in origine furono combattenti, giovani intellettuali e quadri di partito abbandonarono i loro posti per venire nel Beidahuang e diventarono pionieri. Il loro primo compito fu quello di prendere falci e picconi, bonificare terre desolate e paludi. I loro nemici furono il freddo pungente,



退耕还“荒”

Restituire i terreni agricoli

agli “spazi verdi”

随着国家经济水平的提高、农业技术的进步、农作物品种的优化，人们不再担心粮食问题。一直负重前行的黑龙江省也就此停止围垦，保持剩余农场稳定发展的同时，逐步恢复北大荒原有的生态系统。现在的北大荒不仅有“风吹麦浪穗飘香”的踏实，更能见到“晴空一鹤排云上”的浪漫。

Con il miglioramento del livello economico del paese, il progresso della tecnologia agricola e l'ottimizzazione delle varietà di colture, le persone non si preoccupano più dei problemi alimentari. Anche la provincia dello Heilongjiang, che per anni ha sofferto, ha fermato la bonifica e ha ripristinato gradualmente l'ecosistema originale del Beidahuang, riuscendo a mantenere lo sviluppo stabile delle fattorie rimanenti. Ora la gente di Beidahuang non solo si sente a suo agio perché gode di buoni raccolti che creano scene come “il vento soffia tra il grano portando un'ondata di profumo”, ma può anche godere di scene romantiche come “una gru si libra sopra le nuvole del cielo limpido”.

黑龙江省这个中国最北、冬季最寒的地方，水有情谊，山有担当。这片水土养育了无私无畏、宽容豪爽的黑龙人。

La provincia dello Heilongjiang è il luogo più settentrionale della Cina ed è il più freddo in inverno; qui il fiume è amico e le montagne hanno responsabilità. Questa terra e questo fiume hanno nutrito il popolo altruista, impavido, tollerante e audace dello Heilongjiang. 孔

供图 / 图虫创意

il caldo torrido, le zanzare, le bestie e le spine...

北大荒锤炼着强者的意志，北大荒淬炼着弱者的灵魂。将近半个世纪，经过黑龙江几辈人的耕耘，过去人迹罕至的“北大荒”已经变成了美丽富饶的“北大仓”。北大荒农垦不仅有助于解决全国人民的吃饭问题，也使黑龙江成为全国最大的商品粮生产基地，更为后人留下了艰苦奋斗、无私奉献的“北大荒精神”。

Beidahuang temprava la volontà dei forti, Beidahuang temprava anche l'anima dei deboli. Per quasi mezzo secolo, dopo diverse generazioni di coltivazione nello Heilongjiang, la terra di “Beidahuang” che era inaccessibile in passato è diventata un bellissimo e ricco granaio del nord, il “Beidacang”. La bonifica non solo ha contribuito a risolvere il problema di nutrire la gente di tutto il paese, ma ha anche reso lo Heilongjiang la più grande base di produzione commerciale di cereali nel paese e ha lasciato in eredità per le generazioni future lo spirito di “Beidahuang”, ovvero di “dura lotta e dedizione disinteressata”.



多彩龙江

La colorata provincia di Heilongjiang

作者：陌上尘 Mo Shangchen

翻译：李蕴颖 Li Yuning

享有“避暑胜地”“冰雪之冠”美誉的黑龙江，一直是天南海北人们向往的旅游胜地。在地域上，黑龙江位于中国东北部，是中国位置最北、纬度最高的省份，是中国陆路通往俄罗斯和欧洲大陆的重要通道。

Conosciuta come un'ottima località di villeggiatura estiva e di turismo invernale, Heilongjiang è sempre stata una destinazione turistica popolare per tutti. Dal punto di vista geografico, Heilongjiang si trova nella Cina nord-orientale, è la provincia più settentrionale della Cina con la latitudine più alta ed è un passaggio importante per la rotta terrestre della Cina verso la Russia e il continente europeo.



良田沃土

La terra fertile

黑龙江的特色首先是“黑”。这里的“黑”就是黑土地，是大自然在漫长的历史变化中形成的沃土，通常只在温带湿润气候、草原草甸植被条件下形成。大概在有人类活动以前，这里地表的青草一年年枯荣往复，在地表层逐渐积累形成厚厚的有机质，千万年后，才形成可以耕作的黑土地，每一厘米黑土地都需要数百年的积累。黑龙江有全世界最好的黑土地，土层厚度最大可达两米；黑龙江的黑土面积占全国黑土总面积的45.7%，是保障全国粮食供应的重要基地。东北平原上的“北大仓”以盛产优质大豆、小麦、玉米和高粱等作物而声名远播。漫步在黑土地上，顺手抓起一把黑黝黝的土壤，使劲儿一攥，仿佛能流出油来。当地人喜欢用“一两土二两油”来形容黑土的肥沃与珍贵。

Prima di tutto, la specialità di Heilongjiang è il “nero”. Il “nero” qui significa la terra nera. È un tipo di terra fertile che si è formata naturalmente in un lungo periodo di tempo, di solito solo nelle condizioni di clima temperato umido con vegetazione di prati e pascoli. Probabilmente prima delle attività umane,

grazie al susseguirsi di tanti cicli di vita dell'erba sulla superficie del terreno, si è gradualmente accumulato una spessa materia organica nello strato superficiale. Ci vogliono milioni di anni per la formazione della terra nera coltivabile, e ogni centimetro di terra nera ha bisogno di centinaia di anni di accumulo. Nello Heilongjiang c'è la migliore terra nera del mondo che può raggiungere uno spessore fino ai due metri; l'area della terra nera di Heilongjiang rappresenta il 45,7% dell'area totale di terra nera dell'intera Cina ed è una base importante per garantire l'approvvigionamento alimentare nazionale. Il “Silo del Nord” nella pianura nordorientale è famoso per le colture agricole, come la soia, il grano, il mais e il sorgo di alta qualità. Camminando nella terra nera, se tu afferri con la mano una manciata di terra scura e la stringi forte, è come se l'olio potesse uscire dalla terra. Agli abitanti locali piace usare una espressione per descrivere la fertilità e la preziosità della terra nera: “50 grammi di terra nera contiene cento grammi di olio.”



冰雪之乡

La terra di ghiaccio e neve

黑龙江的特色还有“白”。冬天的白雪使黑龙江呈现出另一番面貌。最近几年非常火热的旅游胜地雪乡，就位于牡丹江市长白山脉张广才岭与老爷岭的交汇处。这里全年有近七个月的雪期，白雪深度可达两米，一脚踩进去，整个人都要被淹没了。在冷暖气流的交织下，这里形成了“夏无三日晴，冬雪漫林间”的独特气候，积雪在风力的作用下也形成了“雪蘑菇”一样的迷人景观，人们走入其中仿佛置身冰雪童话的世界。

Un'altra specialità di Heilongjiang è il “bianco”. Con la neve bianca d'inverno, Heilongjiang mostra un volto diverso. Il Paese di Neve (Xuexiang in cinese), che è popolare negli ultimi anni, si trova nella città di Mudanjiang, all'incrocio tra il crinale Zhangguangcai e il crinale Laoye della catena montuosa di Changbai. Qui il periodo della neve dura circa sette mesi ogni anno, e la profondità della neve può raggiungere i due metri. La neve è così spessa che, se metti un piede qui, sarai interamente sommerso. Per effetto dell'interazione delle correnti d'aria fredda e calda, qui si è formato un clima unico, per cui “d'estate non ci sono nemmeno tre giorni di sole, e d'inverno la neve copre la foresta. Per effetto del vento, la neve sulla terra ha anche formato un paesaggio affascinante, come i “funghi di neve”. Quando si cammina tra essi, è come se ci si trovasse nel mondo fiabesco di ghiaccio e neve.





黑龙江还有被誉为世界上最大的冰雪狂欢嘉年华的“太阳岛雪博会”，其所在地是中国开发最早、规模最大的以雪为主题的冬季主题游乐园。这里不仅有雪滑梯、冰上自行车等游乐项目，每年还要举办国际雪雕大赛。来自世界各地的雪雕艺术家纷纷展示出他们创作的一件件具有不同地域特色和民族风格的雪雕精品，为人们带来世界顶级的艺术享受。黑龙江还有驰名中外的“哈尔滨冰雪大世界”，作为世界上最大的冰雪乐园，这里是享誉国内外的最佳冬季旅游目的地。每年冬季，冰雪大世界为人们展现冰与雪的极致浪漫，不仅有晶莹剔透的冰雪艺术雕塑，还有幻彩炫目的灯光特效，再加上惊险刺激、场面宏大的冰上魔术、冰上杂技、冰上芭蕾等演出节目，让人们在寒冷的冬季体验冰雪活动的魅力和乐趣。

In Heilongjiang c'è anche l'Expo internazionale di sculture di neve dell'Isola del Sole, conosciuto come il più grande carnevale di neve del mondo ed è situato nel primo e nel più grande parco divertimenti cinese a tema invernale. A parte le attività di divertimento come gli scivoli di neve e il ciclismo sul ghiaccio, ogni anno c'è anche un concorso internazionale di sculture di neve, durante il quale gli artisti di sculture di neve provenienti da tutto il mondo mostrano i loro capolavori di sculture di neve con diverse caratteristiche regionali e stili nazionali, portando ai visitatori un godimento artistico di livello mondiale. In Heilongjiang si trova anche il famoso “Mondo di ghiaccio e neve di Harbin”. Essendo il più grande parco di neve e ghiaccio del mondo, è un'ottima destinazione turistica invernale conosciuta sia in patria che all'estero. Ogni inverno, il Mondo di ghiaccio e neve mostra ai turisti l'atmosfera romantica del ghiaccio e della neve, non solo con sculture di ghiaccio e neve cristallina, ma anche con abbaglianti effetti di luce, oltre a emozionanti e grandiose rappresentazioni di gioco di prestigio del ghiaccio, di acrobazia sul ghiaccio, di balletto sul ghiaccio e di altri spettacoli, in modo che la gente possa sperimentare il fascino e il divertimento delle attività di ghiaccio e di neve nel freddo inverno.



五彩之秋

L'autunno colorato

每年秋季，走进大兴安岭，总能为大自然的五彩缤纷所感染。暖阳下，人们在铺满金黄树叶的草坪上，一边欣赏着中俄界江风情，一边静听着鸟儿欢唱，感受树叶飘落的浪漫。这里有生长了好几百年的樟子松、落叶松、黑桦树、山丁子和柳树等，它们组成的混交林倒映在清澈见底的湖面上，与蓝天白云浑融一体，宛若人间仙境。驻足远望，山林秋色在阳光的照射下层次丰富，蔚为壮观，山水相映，形成一幅多彩绝美的秋景图。

Ogni autunno, quando si entra nel grande crinale Xing'an, si è sempre meravigliati dalla natura colorata. Sotto il sole tiepido e sul prato coperto di foglie dorate, le persone si godono il paesaggio del fiume di confine sino-russo e ascoltano tranquillamente il canto degli uccelli, vivendo l'atmosfera romantica delle foglie che cadono. Qui ci sono i pini silvestri, i larici, le betulle nere, i meli di Siberia e i salici che crescono qui da centinaia di anni. La foresta mista formata da essi si riflette nel lago cristallino e si fonde con il cielo azzurro e le nuvole bianche, formando come un paradiso terrestre. Quando si guarda in lontananza, i colori autunnali delle montagne e delle foreste presentano una ricca stratificazione e uno spettacolo grandioso sotto la luce del sole. Le montagne e le acque si uniscono in un bellissimo quadro colorato di autunno.



夏之极光

L'Aurora polare d'estate

“有村名北极，无客不南来。”喜欢观赏北极光的游客，可以到黑龙江漠河市北极镇来，这里是中国的最北端，与俄罗斯隔江相望，是最佳的观测点。北极村素有“金鸡之冠”“神州北极”和“不夜城”之美誉。极光现象通常在后半夜出现，人们要在凌晨一点左右出门等待极光的出现。最好的观测季节是夏季，这里几乎24小时都是白昼，登山远眺可以看到远处又像傍晚又像黎明的北极光。

“C'è un villaggio chiamato il Polo Nord, dove tutti i visitatori vengono dal sud.” I turisti che amano osservare l'aurora boreale possono recarsi nella città di Mohe, conosciuta come il Paese del Polo Nord, nella provincia di Heilongjiang. È il punto più settentrionale della Cina, è separata dal territorio russo da un fiume ed è il miglior punto di osservazione dell'aurora polare. Il Paese del Polo Nord è conosciuto come la “Cresta del Gallo d'Oro”, il “Polo Nord della Cina” e la “Città senza Notte”. L'aurora boreale appare di solito nella seconda metà della notte e le persone devono uscire intorno all'una di notte per aspettare l'aurora boreale. La stagione migliore di osservazione è l'estate, quando è giorno per quasi 24 ore, e si può vedere l'aurora boreale in lontananza dalla montagna, che sembra al tempo stesso il crepuscolo e l'alba.

凭借独特的地理位置和旅游资源，黑龙江成为国内外游客打卡的胜地。冬季滑雪，夏来避暑。期待更多的人在这片黑土地上，体验穿行雪中白桦林的惊险，感受漫步五彩斑斓原始森林的美妙！

Grazie alla posizione geografica unica e alle risorse turistiche, Heilongjiang è diventata una destinazione popolare per i turisti nazionali e stranieri. Le persone vengono qui d'inverno per sciare e d'estate per evitare il caldo. Aspettiamo con trepidazione che più persone vengano in questa terra nera per sperimentare l'emozione di camminare nella foresta di betulle nella neve e la sensazione meravigliosa di passeggiare nella colorata foresta primitiva! 🌲

Il paesaggio lambito dal fuoco dello Heilongjiang:

la storia del forno di Shangjing

供稿：哈尔滨师范大学 Università Normale di Harbin

作者：王仁亮 Wang Renliang

翻译：莫亿澜 Ylenia Morando



白山黑水

浴火而生

——上京窑的故事



在中国陶瓷发展历史中，于冰天雪地中孕育而生的黑龙江陶瓷独具一格。黑龙江陶瓷的起源可追溯到 7 000—13 000 年前，在悠长的发展进程中，伴随着新开流文化、渤海文化、金源文化等，都有特色鲜明的陶瓷文化。其中，以距今 900 多年的金源文化期的“上京窑”最具代表性。

Nella storia dello sviluppo della ceramica cinese, la ceramica dello Heilongjiang, nata in mezzo al ghiaccio e alla neve, ha delle caratteristiche uniche. Affonda le sue origini a circa 7.000–13.000 anni fa. Durante questo lungo processo di sviluppo, sono fiorite culture come quella Xinkailiu, Bohai e Jinyuan, ognuna delle quali ha apportato i propri elementi distintivi alla ceramica. Tra di esse, la più rappresentativa è la ceramica della cultura Jinyuan sviluppatasi più di 900 anni fa e nota come “forno di Shangjing”.

“上京窑”选用黑龙江省高岭土制作泥坯，融合了肃慎文化、渤海文化、金源文化中的典型文化符号与黑龙江的“冰雪文化”元素，在传承中不断创新。“上京窑”以兴安落叶松为燃料，经过连续 78 小时的高温烧制，研发形成兼具金色、冰色之地域特色的“上京金瓷”“上京冰瓷”等陶瓷品类。

Nel forno di Shangjing si utilizza il caolino raccolto nella provincia dello Heilongjiang per creare prodotti in argilla decorati con i simboli tipici delle culture Sushen, Bohai e Jinyuan combinati agli elementi della “cultura del ghiaccio e della neve” dello Heilongjiang. In questo modo, non solo si tramanda la tradizione ma si apportano innovazione e nuove idee. Si utilizza il legno di larice del distretto di Xing'an come combustibile per produrre, dopo 78 ore di cottura ad alta temperatura, le ceramiche note con il nome di “Porcellana dorata di Shangjing” e di “Porcellana di ghiaccio di Shangjing”. Si tratta di ceramiche con caratteristiche regionali e dal colore sia dorato e che dal color del ghiaccio.



“上京窑”瓷器采取无釉裸烧工艺，将泥坯在不施釉的状态下直接装入窑内进行烧制，瓷器表面所形成的釉层，均为经过上千度高温、连续几天几夜烧制自然窑变而成，每件作品均独一无二。其窑变形成原理为：松木燃烧后所形成的木灰随着火焰飘落在窑内的土坯上，当窑温达到千度以上时，木灰开始融化，灰中的矿物质成分与瓷坯中的硅、铁等成分在高温状态下发生物理变化和化学变化，形成釉层；在窑内高温下因不同程度的氧化、还原，釉色形成了肌理变化多样、色彩层次丰富的效果。正所谓“入窑一色，出窑万彩”，每一种变化均仰赖天工，非人为可及。

La ceramica prodotta nei forni di Shangjing è cotta a nudo, ovvero l'oggetto in argilla viene posto direttamente in forno per la cottura senza essere smaltato. I vari strati di smalto che ricoprono la superficie delle porcellane qui prodotte derivano naturalmente dalla cottura per diversi giorni e notti a temperature che superano le migliaia di gradi. In questo modo si ottengono pezzi unici. Il principio alla base della deformazione degli oggetti cotti nel forno è il seguente: si utilizza il legno di pino come combustibile che, ardendo, produce della cenere che si deposita sulla superficie degli oggetti in argilla posti nel forno; quando il forno raggiunge temperature superiori ai mille gradi, la cenere comincia a fondersi e i minerali contenuti sia nella cenere sia nell'argilla subiscono cambiamenti chimici con il calore andando a formare uno strato di smalto sulla superficie degli oggetti; a causa dei diversi processi di ossidoriduzione che avvengono nel forno, si ottiene un effetto particolare sulla porcellana, ovvero si creano variazioni cromatiche e dello spessore di ogni pezzo. Come ricorda un proverbio, “di un colore entra nel forno, di mille colori ne esce”. Tutte le trasformazioni che avvengono nella cottura sono prodotte dalla natura e vanno ben al di là delle capacità dell'uomo.



“上京窑”使用的窑炉是我们团队自主研发建设的国内最大的寒地倒焰型柴窑。目前每年烧制两窑，半年为一个周期。其中泥坯制作阶段为五个月，烧窑阶段一个月。因器物大小不同，每窑烧制陶瓷的数量在1 300至3 000件不等。

Il forno utilizzato a Shangjing per la produzione di ceramica è il più grande forno a legna a fiamma diretta della Cina ed è stato creato dal nostro team. Attualmente, si accendono due forni all'anno per un periodo di 6 mesi. La fase di preparazione del corpo in argilla è di 5 mesi mentre la fase di cottura dura un mese. Il numero di pezzi che vengono cotti contemporaneamente nel forno varia dai 1.300 ai 3.000 pezzi, numero che varia in base alle dimensioni dei singoli oggetti.

柴烧瓷器的制作，是一个艰苦而又快乐的过程。无论是在零上30°C的酷暑之中，还是在零下30°C的严寒之中，经过近一个月的艰苦劳作，在最终窑门打开的一瞬间，所有的辛苦都凝结为收获的喜悦。

La produzione della porcellana con cottura alimentata a legna è un processo difficile ma che regala

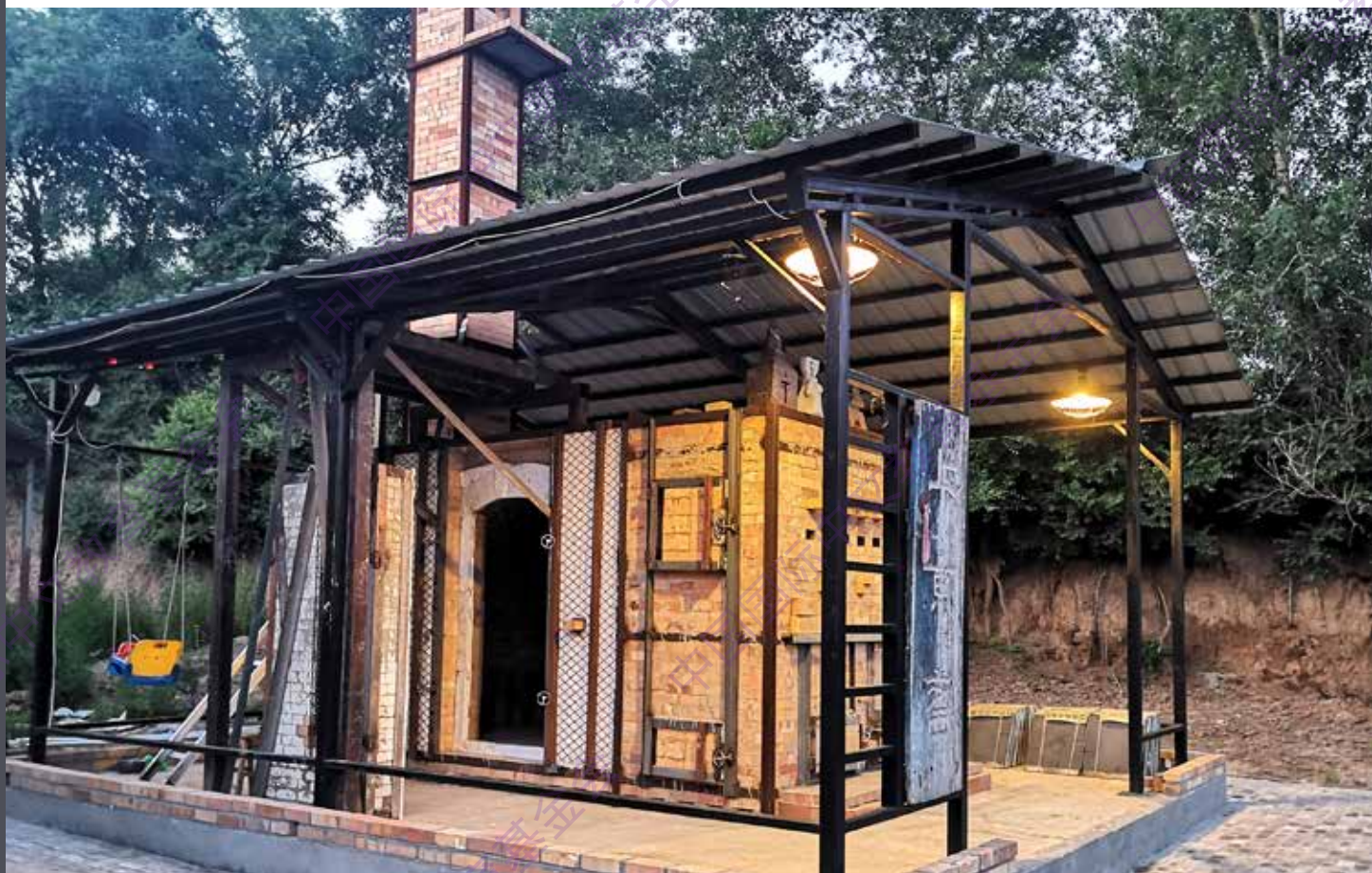
tante gioie. Si lavora per un mese a prescindere dalle condizioni climatiche, sia che le temperature siano sopra i 30°C sia che siano inferiori ai 30°C. Ogni fatica, però, si trasforma in gioia nel momento in cui bisogna raccogliere i frutti del proprio duro lavoro e si procede all'apertura del forno.

每一窑瓷器的烧制，均需经历装窑、烧窑、开窑等环节。

Il processo di cottura prevede le seguenti fasi: disposizione nel forno, cottura ed estrazione dal forno.

装窑是整个烧窑阶段中最重要的环节，有“装窑如绣花”的比喻。受不同气温的影响，装窑时间一般为3—10天，春秋用时较短、冬夏用时较长。装窑是将制作好的泥坯粘好支钉后一件件装入窑内，需要根据泥坯在窑内的摆放位置，安排在窑内的走势。

La disposizione degli oggetti all'interno del forno è la fase più importante di tutta la procedura. Si dice che sia come l'arte del ricamo. In base alle temperature esterne, il tempo in cui gli oggetti stanno in forno può variare dai 3 ai 10 giorni: in primavera e in autunno è più breve mentre in inverno e in estate è più lungo. La



disposizione consiste nel riporre uno ad uno nel forno gli oggetti di argilla dopo averli modellati per bene e averli fissati con chiodi di supporto; gli oggetti sono disposti nel forno secondo un preciso assetto.

装窑完成后便封窑门，进入烧窑阶段。按照传统习惯，点火前需“拜窑神”。满满的仪式感，表达的是制瓷人对自然的敬畏与对文化的热爱。仪式结束，开始生火烧窑。从窑火点燃开始，就要经历至少 78 小时不眠不休、艰苦的“热烈劳作”。劈柴、投柴、观测等持续性劳动，伴随着上千度的高温、40 立方米的木柴消耗量，一直持续至停火封窑。烧窑结束后 7—8 天，窑体自然冷却。

Dopo che il forno è stato caricato, lo si chiude e si procede con la fase di cottura. In base ai costumi tradizionali, bisogna “venerare il dio del fuoco” prima di accendere la legna del forno. Il culto è l'espressione dell'amore che i ceramisti nutrono per la propria cultura e della loro riverenza nei confronti della natura. Dopo aver acceso il fuoco, ha inizio il duro del lavoro che prevede 78 ore di lavoro manuale senza chiudere occhio né riposare. Bisogna continuamente tagliare la legna, buttarla in pasto al fuoco, tenere d'occhio le fiamme fino al momento in cui si spegnerà il fuoco; tutto questo è accompagnato da temperature altissime che superano i mille gradi e il consumo di 40 metri cubi di legna da ardere. Finita la cottura, bisogna attendere 7-8 ore perché gli oggetti in argilla si raffreddino naturalmente.

待窑温自然降至外界温度时，最振奋人心的开窑时刻到来了。伴随着忐忑而又期待的复杂心情，开启窑门，迎接大自然的馈赠。当窑门被缓缓开启的一刹那，火与土交融后的神秘面纱被逐渐揭开，这场由金、木、水、火、土合奏的“大地共鸣曲”共同铸造的陶瓷生命正式面世。

Il momento più eccitante arriva quando le temperature del forno si sono abbassate naturalmente e si può aprire il forno. Presi dall'apprensione e dall'anticipazione, si apre il forno per ammirarne i doni che la natura ha prodotto. Quando la porta del forno viene aperta lentamente, si scoprono gradualmente le forme misteriose prodotte dall'unione del fuoco e della terra e si portano alla luce ufficialmente le porcellane forgiare dalla poetica combinazione del metallo, del legno, dell'acqua, del fuoco e della terra.



据统计，因柴烧工艺的特殊性，目前上京窑每窑作品成品率为60%—70%、精品率约为30%、极品率约为10%、窑宝典藏级为1%，每件精品以上级别的陶瓷作品均为难得的艺术佳作。

Secondo dati statistici, il particolare processo di cottura a legna permette di ricavare circa il 60%–70% di prodotti finiti sul totale degli oggetti crudi cotti in ciascun forno di Shangjing; di questi prodotti finiti, il tasso di prodotti di alta qualità è di circa il 30% mentre il 10% corrisponde ai prodotti di qualità migliore. Per finire, l'1% dei prodotti finiti sono paragonabili a tesori. Ogni porcellana di qualità superiore al livello di eccellenza è un raro capolavoro artistico.

有别于传统瓷器青、白、黑、红、花色系，金色系陶瓷为上京窑独创。自然窑变而成的釉色在黄色与橘红色之间变化，极品近于黄金的色彩与光泽，数量稀少，是一方土木的绝美融合。上京金瓷的“金”，一方面指的是金色瓷器色泽，另一方面寓意黑龙江金源文化的一脉相承。

Diversamente dai colori blu, bianco, nero, rosso e dai motivi floreali delle porcellane tradizionali, il color oro delle ceramiche qui prodotte rappresenta l'aspetto di unicità della produzione del forno di Shangjing. Il colore dello smalto ottenuto naturalmente attraverso questo forno ha tonalità che variano tra il giallo e l'arancione; i prodotti di qualità migliore, solitamente pochi, hanno una tonalità che si avvicina alle tinte dorate e hanno uno smalto lucente frutto di una fusione ottimale. Il termine *jin* “oro” utilizzato nella nomenclatura

della cosiddetta Porcella dorata di Shangjing fa riferimento, da un lato, al suo colore, dall'altro, alla continuità con la cultura Jinyuan sviluppata nello Heilongjiang.

除了金瓷，上京冰瓷也极具地域特色，其自然窑变而成的釉色晶莹通透、开片精美。冰瓷的“冰”同样有着双重寓意，既指自然窑变形成的冰色釉，也象征着黑龙江独特的冰雪文化。

Oltre alla porcellana dorata, qui si produce anche la caratteristica Porcellana di ghiaccio di Shangjing. Sono pezzi squisiti il cui colore e il cui aspetto traslucido e cristallino sono il frutto delle trasformazioni avvenute naturalmente dentro al forno. Anche il termine *bing* “ghiaccio”, che appare nel nome di questa tipologia di porcellana, ha un doppio significato: si riferisce non solo al suo colore naturalmente ottenuto dalla cottura nel forno ma indica anche la peculiare cultura del ghiaccio e della neve dello Heilongjiang.

经检测，上京窑瓷器在盛装酒、水时会有钙、锌、钾、钠、铁五种对人体有益的微量元素析出，可改善水质，品

茶、饮酒味道更加醇厚。2019年，由中国工艺美术协会组织编撰的大型茶器具工具书《中华茶器具通鉴》的《古今名家名器卷》中介绍了笔者简历和我们制作的上京金瓷，这也是黑龙江省内唯一入编的陶瓷艺术品类。

In seguito ad alcuni test effettuati su queste ceramiche, si è scoperto che la porcellana prodotta nei forni di Shangjing rilascia cinque principi oligominerali benefici all'uomo, ovvero il calcio, lo zinco, il potassio, il sodio e il ferro, quando viene a contatto con liquidi, come acqua e vino, che deve contenere. Questi principi possono migliorare la qualità dell'acqua e rendere il sapore di bevande, come tè e vino, più intenso e ricco. Nel 2019, la mia biografia e le porcellane dorate che produciamo nei forni di Shangjing sono state presentate all'interno del volume sui *Famosi ceramisti e famose ceramiche di oggi e di ieri* che fa parte della più ampia serie intitolata *Esempi di ceramiche da tè cinesi*, una grande enciclopedia sugli utensili da tè compilata dall'Associazione cinese dell'Arte e dell'Artigianato. Si tratta dell'unica forma d'arte ceramica della provincia dello Heilongjiang che ha ricevuto questo riconoscimento.





未来，上京窑将会继续依托“金源文化”“冰雪文化”等黑龙江特色文化，不断创新，创作出更多造型设计新颖、独具特色的陶瓷种类，将黑龙江的特色陶瓷文化发扬光大，不断传承下去。

In futuro, il forno di Shangjing continuerà a fare affidamento sulla “cultura di Jinyuan” e sulla “cultura del ghiaccio e della neve”, entrambe distintive di questa provincia, per portare innovazioni senza sosta creando tipologie di porcellana nuove e uniche, attraverso le quali continuare a tramandare la peculiare cultura della ceramica dello Heilongjiang. 孔

供图 / 王仁亮



身心修复的梦幻之地 —— 五大连池

Wudalianchi: un luogo da sogno per il
ristoro mentale e fisico

五大连池位于黑龙江省五大连池市，被称作“一本打开的火山教科书”，经联合国教科文组织批准为首批世界地质公园。虽然五大连池的面积只有 1 060 平方公里，却有着众多纵横交错的河流，其星罗棋布的泉眼有 300 多个，其中包括世界三大冷矿泉之一的南、北饮泉。

Wudalianchi è situato nei pressi della città di Wudalianchi nella provincia dello Heilongjiang. È conosciuto per essere un vero e proprio museo a cielo aperto sui vulcani attivi ed è già entrato a far parte della lista mondiale dei Geoparchi dell'Unesco. Nonostante il Geoparco si estenda soltanto su una superficie di 1.060 chilometri quadrati, è attraversato da numerosi fiumi e vi sono sparse più di 300 sorgenti tra cui due sorgenti d'acqua fredda potabile riconosciute per essere tra le tre sorgenti più grandi al mondo. Si tratta della Sorgente d'acqua minerale Meridionale e della Sorgente d'acqua minerale Settentrionale.

作者：李立欣 Li Lixin
翻译：莫亿澜 Ylenia Morando

“五大连池”这个名字，是满语“乌德林池”的音译。据史料记载，乌云和尔冬吉山的地下喷出火和石时，将乌德林河（后称“白河”）截断为五座湖泊，“五大连池”因此得名。以火山口为中心，生命由地衣、苔藓、蕨类到草甸、树林的衍生过程清晰可见。每一个过程都需数十年或数百年，甚至上千年的修复和演进。当人们在感慨大自然浴火重生后不畏艰辛地自我修复时，不知不觉间也对生命产生了敬畏之心。

Il nome di questo geoparco, Wudalianchi, è una traduzione della pronuncia dell'espressione in lingua mancese *wudelinchi*. Secondo documenti storici, quando fuoco e rocce fuoriuscirono dal sottosuolo dei monti Wuyun e Erdongji, le acque del fiume Wudelin (poi rinominato Fiume Bianco) furono separate in 5 laghi, da cui il nome Wudalianchi¹. Essendo la bocca del cratere al centro, è possibile vedere chiaramente i processi di sviluppo di vari organismi, dai licheni, muschio e felci ai prati erbosi, fino alle foreste. Ogni processo richiede decenni, centinaia di anni o addirittura migliaia di anni per rinascere ed evolversi. Gli esseri umani hanno sviluppato nel tempo un sentimento di riverenza nei confronti della natura dopo aver osservato la sua capacità di rigenerarsi instancabilmente dopo la distruzione ad opera del vulcano.

1 Wudalianchi 五大连池, letteralmente significa “5 grandi sorgenti connesse”.



五大连池之池水
Le acque del lago di Wudalianchi

这里流传着黑龙舍身守护生灵的故事。很多年前，有一条名叫“秃尾巴老李”的黑龙，与为害乡邻的小白龙大战时，为了制止地火吞噬四周的生灵，竟用自己的身躯堵住了不断喷涌的火口。后来有地质学家发现，这里的火山熔岩状似“龙形”。最著名的火山“黑龙山”，传说曾经是老李休息的地方。这里的黑龙庙供奉的神像是“黑龙王”，即秃尾巴老李。千百年来，人们一直感念黑龙对生灵的无私守护。

In questo luogo c'è una leggenda di un drago nero che sacrificò la sua vita per proteggere gli uomini che abitavano in questa terra. Molti anni fa, c'era un drago nero chiamato “Vecchio Li dalla coda spelacchiata” che combatté contro un giovane drago bianco perché aveva aggredito un paesano. Utilizzò il suo corpo per ricoprire la bocca del vulcano che stava per eruttare e salvò così tutte le creature che vivevano nelle vicinanze. Molto più tardi, un geologo ha scoperto un agglomerato di lava che si era raffreddata assumendo una forma particolare, simile ad un “drago”. Il più famoso dei vulcani qui situati, il Monte Heilong, sarebbe il luogo in cui viveva il Vecchio drago Li secondo le leggende. Il Re Heilong, la divinità a cui è consacrato il tempio di Heilong che si trova qui è proprio il Vecchio Li dalla coda spelacchiata. Per migliaia di anni, le persone hanno continuato a rendere grazie al drago nero per la protezione, senza un tornaconto, che ha offerto a tutti gli abitanti.



“龙形” 熔岩
Le rocce di lava a forma di ‘drago’



五大连池的南饮泉和北饮泉的冷泉水，浅尝时，口感有点儿类似苏打水；畅饮时，顿觉周身舒爽。这里的矿泉水含有多钟有益于人体健康的微量元素，曾经被称作“带不走的圣水”，现在完全可以将它装瓶后带到世界各地。不过，那些曾经在“神泉”边直接畅饮过的人，总会感觉装瓶后的水少了那份恰到好处的爽冽口感。

Quando la si assaggia, l'acqua minerale fredda della Sorgente Meridionale e di quella Settentrionale di Wudalianchi lascia in bocca un effetto simile ad una bibita gassata; dopo alcuni sorsi, si è pervasi in tutto il corpo da una sensazione di freschezza e vigore. L'acqua qui era già conosciuta con il nome di “acqua miracolosa” per via della presenza di numerosi elementi oligominerali che fanno bene alla salute, ma non si poteva portare via. Oggi è possibile imbottigliarla e diffonderla in tutto il mondo. Tuttavia, chi ha bevuto direttamente dalla sorgente, si accorgerà che l'acqua imbottigliata non offre la stessa sensazione di freschezza.

北饮泉俗称“药泉”。人们每年都会举办庆祝活动，感念“神鹿示水”带来的福泽。传说有一位达斡尔族猎人，在打猎时发现了一只受伤的小鹿，于是跟着小鹿来到了水池旁。结果，猎人看见小鹿在一个池子里喝了水，又在另一个池子里泡了一会儿，竟奇迹般地痊愈了。人们奔走相告，周边的穷苦百姓从此开始用神水来守护健康。

La Sorgente d'acqua minerale Settentrionale è comunemente chiamata “sorgente medicinale”. Ogni anno, le persone organizzano celebrazioni per commemorare il felice evento secondo cui una divinità con sembianze di cervo rivelò agli uomini il luogo in cui si trovava la sorgente. Secondo la leggenda, un cacciatore appartenente al gruppo etnico Daur s'imbatté in un cerbiatto ferito mentre stava cacciando, lo seguì e giunse così alle sponde di un lago. Il cacciatore vide il cerbiatto abbeverarsi presso una sorgente, immergersi in un'altra e, poi, riemergere sorprendentemente guarito. La notizia si diffuse rapidamente tra le persone e la gente del luogo iniziò ad utilizzare le acque di questa sorgente per preservare la propria salute.

每年农历五月初五，人们都会来到五大连池，庆祝发现了神水。历史上，鄂伦春族、鄂温克族、蒙古族等称其为“神水日”，满族、汉族等称其为“药泉会”，现在这个节日正式定名为“圣水节”。每年的端午节开幕，历时三天。生活在这里的20多个民族的人们，以及八方来客，在端午节的午夜时分，都会争先恐后地去喝一杯泉水，祈求一年的康健。

Ogni anno, durante il quinto giorno del calendario tradizionale cinese, le persone vanno a Wudalianchi per commemorare questa scoperta. Storicamente, il popolo Oroqen, il popolo Evenchi e il popolo Mongolo chiamavano questa celebrazione il Giorno dell'Acqua Divina, mentre il popolo Manciù e quello Han lo chiamavano il Festival della Sorgente Medicinale. Oggi, questa festa è nota come la Festa dell'Acqua Miracolosa. Ogni anno, in ricorrenza della Festa delle Barche Dragone, che dura tre giorni, persone appartenenti a più di 20 minoranze etniche che abitano in questi



圣水节开幕
Inaugurazione della Festa dell'Acqua Miracolosa



各民族欢庆圣水节
Membri delle diverse etnie che celebrano la Festa dell'Acqua Miracolosa

luoghi, così come visitatori provenienti da tutto il mondo, vanno a bere un bicchiere di acqua sorgiva a mezzanotte per auspicarsi un anno di buona salute.

五大连池拥有著名的“泉浴场”和“泥浴场”。20多年前, 这里大多是户外天然浴场, 不限时间开放。当天气转暖时, 人们便络绎不绝地来到这里享受泉浴和泥浴。在冷泉中浸浴, 喝上几杯矿泉水, 再配合泥浴, 舒缓身体的疲劳和不适, 心情也随之愉悦起来。

Nel Geoparco di Wudalianchi, ci sono laghetti naturali balneabili e fanghi termali. Più di 20 anni fa, si trattava di bagni naturali all'aperto, accessibili a qualsiasi ora. Quando le temperature si alzano, vi è un flusso continuo di persone che va a godersi questi bagni naturali. Quando ci s'immerge nelle sorgenti di acqua fredda, si possono bere alcuni bicchieri di acqua minerale e poi proseguire con i bagni di fango così da alleviare il corpo dalle fatiche e dai dolori e riemergere allietati.

关于洗矿泉水浴, 还有个“三泡三晒”的俗规。由于洗浴泉的水温常年保持在 10°C 左右, 初次尝试, 一定要注意时间不宜过长。在泉水中浸泡到全身放松后, 就可以出水上岸, 躺在被阳光晒得温暖如炕的熔岩台地上, 尽情享受日光浴。身体变暖出汗后, 去阴凉处休息一下, 及时补充矿泉水, 待身体恢复到常态时, 方可再次进入矿泉水浸泡。如此反复地浸泡与日光浴交替进行, 身体的自我修复能力就被激活了。

Per quanto riguarda i bagni di acqua sorgiva, è diffusa l'usanza secondo la quale bisognerebbe immergersi per tre volte nella sorgente e per tre volte scaldarsi al sole. Bisogna stare attenti a non rimanere in acqua troppo a lungo durante la prima immersione perché la temperatura dell'acqua si mantiene costante a 10°C per tutto l'anno. Dopo essersi immersi nell'acqua per rilassare tutto il corpo, si può uscire per andare a stendersi sulla terrazza lavica riscaldata dal sole e godersi il sole per quanto più ci piace. Dopo che il corpo si è riscaldato e si è sudato, bisogna andare in un luogo fresco per riposarsi un po' e



矿泉水浴
Bagno di acqua sorgiva



泥浆浴
Bagno di fango

reidratarsi bevendo l'acqua minerale. Dopo che il corpo è tornato al suo stato normale, si può andare a fare un secondo bagno nella sorgente d'acqua fredda. Si ripetono i processi a fasi alternate in modo da attivare la capacità di autorigenerazione del corpo.

泥浆浴也非常值得尝试, 像孩童一样, 在泥里打个滚, 让全身沾满泥浆。待洗去泥浆时, 就能体会到泥浆浴带来的好处。难怪有人说“五大连池的泥巴也是宝”。

Vale la pena provare anche il bagno di fango e rotolarsi, come fanno i bambini, nel fango in modo da essere ricoperti completamente da questa sostanza. Si sentiranno i benefici apportati dal bagno di fango dopo averlo lavato via. Non a caso si dice che a Wudalianchi anche il fango è prezioso come un tesoro. ㊟

供图 / 李立欣 图虫创意



龙江情

*Sentimento di
Longjiang, legame con
il ghiaccio*

冰城缘

供稿：黑龙江大学 Università di Heilongjiang

作者：娜斯佳 Nastya

孙杰 Sun Jie

翻译：王建全 Wang Jianquan

哈尔滨是我的第二故乡，素有“东方莫斯科”的美誉，这座城市和我的家乡一样，是“冰雪旅游之都”“奥运冠军之城”。从俄罗斯芭蕾舞学院毕业后，我选择到黑龙江大学学习汉语，在黑龙江学习和生活了多年。现在，我要和大家说一说我和黑龙江的故事。

Harbin è la mia seconda città natale, ed è conosciuta come la “Mosca orientale”. Questa città, come la mia città natale, è conosciuta come la “capitale del turismo del ghiaccio e della neve” e come la “città dei campioni olimpici”. Dopo essermi diplomata all'Accademia Russa di Balletto, ho scelto di studiare cinese all'Università di Heilongjiang, dove ho vissuto e studiato per molti anni. Voglio condividere con voi la mia storia in Heilongjiang.



首先，我要介绍一下黑龙江美食。俗话说，“民以食为天”，刚来黑龙江大学学习的时候，我的体重直线上升，因为我对黑龙江独有的大炖菜非常感兴趣，喜欢吃的大炖菜有“排骨炖豆角”“猪肉炖粉条”“小鸡儿炖蘑菇”“牛肉炖土豆”“铁锅炖大鹅”等等，当然还少不了我最爱吃的“大丰收”。

Per prima cosa, vi presento la cucina di Heilongjiang. Come dice il proverbio, “il cibo è la principale necessità del popolo”. Quando sono arrivata per la prima volta all'Università di Heilongjiang, il mio peso è salito alle stelle perché ero molto interessata agli stufati tipici di Heilongjiang. Tra i miei stufati preferiti ci sono le “costine stufate con fagiolini”, il “maiale stufato con vermicelli”, il “pollo stufato con funghi”, il “manzo stufato con patate”, l’ “oca stufata in pentola di ferro”, e il mio preferito in assoluto, il “Grande Raccolto”.

说完了美食，该说说黑龙江的美景了。印象最深的就是雪乡房子上的面包雪和房檐上的红灯笼，我和村民们一起坐在热炕头上喝着小烧酒、听着“二人转”、吃着“铁锅炖”，当时我觉得那里的村民过的就是神仙般的日子。我也因此爱上了黑龙江的冬天，还经常去亚布力滑雪场滑雪。

Dopo aver parlato della cucina, vi presento gli splendidi paesaggi di Heilongjiang. Le scene più indimenticabili sono la neve simile al pane sui tetti delle case del Villaggio della Neve e le lanterne rosse appese sotto le grondaie. Mi sono seduta con gli abitanti del villaggio intorno al “kang” (una stufa speciale per riscaldarsi nel Nord-Est della Cina), sorseggiando alcolici locali, guardando “Er Ren Zhuan” (uno spettacolo tradizionale del Nord-Est cinese) e gustando lo “stufato in pentola di ferro”. In quel momento mi è parso che gli abitanti del villaggio vivessero come degli immortali. È allora che mi sono innamorata dell’inverno di Heilongjiang e, da allora, vado spesso a sciare nella stazione sciistica di Yabuli.

我不仅吃到了“大丰收”，我的学习也获得了“大丰收”。从一句汉语也不会说，到现在可以流利地用汉语演讲，我的汉语水平得到了全面提高。在2022年教育部中外语言交流合作中心主办的“汉语桥”全球外国人汉语大会——中文演讲比赛中，我进入了全球十强，荣获三等奖。在2021年教育部中外语言交流合作中心主办的“一分钟·中国行”系列活动“谁是带货王”中文之星挑战赛中，我又获得三等奖。2021年，我还应邀参加了黑龙江大学80周年校庆校史剧——《姊妹树》的演出。通过这次演出，我了解了那段特殊的历史，为能够扮演舍列波娃老师这一角色而感到骄傲和自豪。





Non solo ho gustato il “grande raccolto”, ma ho anche avuto un “grande raccolto” nei miei studi. Da non essere in grado di parlare una parola di cinese, ora posso tenere discorsi in cinese fluentemente. La mia conoscenza del cinese è migliorata in modo significativo. Nel 2022, al concorso globale di competenza cinese per stranieri Chinese Bridge, organizzato dal Centro per lo scambio e la cooperazione linguistica del Ministero dell’Istruzione, sono arrivata tra i primi dieci al mondo e ho vinto il terzo premio. Nel 2021 ho partecipato alla serie di attività “Un Minuto, Una Cina” organizzata dal Centro per lo scambio e la cooperazione linguistica del Ministero dell’Istruzione e ho vinto il terzo premio nella sfida “Chi è il re della vendita”. Nel 2021 sono stata invitata a partecipare alla rappresentazione del dramma storico “L’Albero di Millingtonia” in occasione dell’80° anniversario della fondazione dell’Università di Heilongjiang. Grazie a questa rappresentazione, ho conosciuto quel periodo storico speciale e mi sono sentita orgogliosa e onorata di interpretare il ruolo della Signora Sheli Bo Wa.

课余时间我还学习了黑龙江方言，那自带喜感的方言，给我的生活带来了很多乐趣。比如说“波棱盖儿卡秃噜皮儿了”，你们知道是什么意思吗？这句话用普通话说来就是“膝盖摔破皮儿了”。再比如，“老鼻子”是“很多”的意思——我会说“老鼻子”方言了、我有“老鼻子”中国朋友了……除了认真学习汉语，我也渐渐融入了黑龙江老百姓的日常生活，还跟着大爷大妈们学会了黑龙江特色舞蹈——扭秧歌儿。

Nel tempo libero ho imparato anche il dialetto di Heilongjiang, che è pieno di umorismo e ha aggiunto molto divertimento alla mia vita. Per esempio, “Bole Gaer ka tulupi le”, sapete cosa significa? In mandarino standard, significa “mi sono sbucciato il ginocchio”. Un altro esempio è “LaoBizi”, che significa “molto” a Heilongjiang mentre nel cinese standard vuol dire “naso vecchio”. Per esempio, se vuoi dire “Ho molti amici cinesi.”, nel dialetto di Heilongjiang questa frase diventa “wo you lao bi zi zhong guo peng you le”. Oltre a studiare seriamente il cinese, mi sono anche adattata gradualmente alla vita quotidiana della gente di Heilongjiang e ho imparato la danza caratteristica di Heilongjiang — la danza Yangge — con i nonni e le nonne.

秃

噜

老

波

皮

鼻

棱

儿

子

盖

儿



黑龙江人热情好客、乐于助人。有这样一句歌词：“俺们那嘎都是东北人……俺们那嘎都是活雷锋。”有一次我在“冰雪大世界”把手机弄丢了，情急之下想到“有困难找警察”。于是我去派出所报案，接待我的警察不但长得帅，人还特别好，笑着给我倒了热水，一边安慰我一边为我做笔录。第二天竟帮我把手机找了回来。后来，我和他成了朋友，他会在零下30°C的大冬天为我堆雪人。再后来，我们结婚了，有了可爱的儿子。现在他每天为我和儿子做热乎乎的龙江美食。所以，我一直觉得哈尔滨的冰雪是我们的“红娘”。

Gli abitanti di Heilongjiang sono calorosi, ospitali e sempre pronti ad aiutare. Un testo recita: “Siamo tutti abitanti del Nord-Est della Cina, siamo tutti Lei Feng (la persona esemplare di altruismo in Cina) viventi”. Una volta ho perso il mio cellulare al “Mondo del ghiaccio e della neve”. In preda al panico, ho pensato di chiedere aiuto alla polizia. Così mi sono recata alla stazione di polizia per denunciare l'accaduto. L'agente che mi ha ricevuto non era solo bello, ma anche molto gentile. Mi ha sorriso e mi ha versato dell'acqua calda mentre mi confortava e registrava il mio caso. Con mia grande sorpresa, il giorno dopo mi ha aiutato a ritrovare il mio cellulare. In seguito, siamo diventati amici e lui ha creato per me un pupazzo di neve nella giornata fredda d'inverno con meno 30 gradi Celsius. Poi ci siamo sposati e abbiamo avuto un figlio adorabile. Ora cucina ogni giorno per me e per nostro figlio deliziosi piatti di Longjiang. Quindi, ho sempre considerato il ghiaccio e la neve di Harbin come il nostro “cupido”.

我爱吃大炖菜，爱扭大秧歌儿，更爱黑龙江人，我想用我自己编的一个顺口溜儿来概括我眼中的黑龙江：

Amo mangiare i grandi stufati, amo ballare la danza Yangge e amo ancora di più la gente di Heilongjiang. Voglio riassumere la mia visione di Heilongjiang in una rima che ho creato io stessa:

龙江菜，香喷喷，大盘大碗馋掉牙。

La cucina di Longjiang, fragrante e deliziosa, i grandi piatti e le ciotole fanno venire voglia anche di perdere i denti.

龙江雪，亮晶晶，冰灯雪雕甲天下。

La neve di Longjiang, luminosa e brillante, le lanterne di ghiaccio e le sculture di neve sono le migliori al mondo.

龙江人，顶呱呱，人见人爱人人夸。

Le persone di Longjiang, simpatiche e magnifiche, amate e lodate da tutti quelli che incontrano.



汉语改变了我的人生，让我的未来充满了无限可能。为了能够继续学习汉语，本科毕业后我申请了国际中文教育硕士奖学金项目，目前在黑龙江大学攻读国际中文教育硕士。因为喜欢中国民族服饰和民族舞蹈，我还学习了新疆舞作为我的中华才艺。我想毕业后当一名国际中文教师，做中俄文化传播的使者，为中俄文化交流贡献力量！

Il cinese ha cambiato la mia vita, rendendo il mio futuro pieno di infinite possibilità. Per continuare a studiare il cinese, dopo la laurea triennale ho fatto domanda per una borsa di studio per il programma di Master in Insegnamento Internazionale del Cinese e attualmente studio all'Università di Heilongjiang. Dato il mio amore per i costumi e le danze etniche cinesi, ho imparato anche la danza di Xinjiang come mio talento cinese. Dopo la laurea, voglio diventare un'insegnante internazionale di cinese, agire come ambasciatrice culturale e contribuire allo scambio culturale tra Cina e Russia! ㊟

供图 / 娜斯佳 肖波 黑龙江大学

走进黑龙江中医药博物馆

Una visita al Museo della Medicina Tradizionale Cinese di Heilongjiang



供稿：黑龙江中医药大学 Università della Medicina Cinese di Heilongjiang

作者：孙尧尧 Sun Yaoyao

吴林娜 Wu Linna

李卓悦 Li Zhuoyue

翻译：王建全 Wang Jianquan

一株小草改变世界，一枚银针联通中西，一缕药香跨越古今……中医药学凝聚着中华民族的博大智慧，是中华文明的瑰宝。今天，让我们一起走进黑龙江中医药博物馆，感悟中医药文化的博大精深。

Una piccola pianta cambia il mondo, un piccolo ago d'argento connette la Cina all'Occidente, un filo di profumo medicinale attraversa tempi antichi e moderni... La medicina cinese incarna la grande saggezza della nazione cinese ed è un tesoro della civiltà cinese. Oggi, andiamo insieme al Museo della Medicina Tradizionale Cinese di Heilongjiang per comprendere la profonda e ampia cultura della medicina cinese.

黑龙江中医药博物馆建于黑龙江中医药大学，博物馆总面积 5 013 平方米，分为中国医学史展厅、龙江医学史展厅、校史展厅、中药标本展厅、中医药文化体验厅五个展厅。博物馆以中医药为主题，以陈列展示为核心，以互动体验为特色，是中外学生教学实践基地，是普及中医药科学知识及中医药国际传播的重要场所，也是社会服务和中医药文化传承的重要平台之一。

Il Museo della Medicina Tradizionale Cinese di Heilongjiang è stato costruito presso l'Università della Medicina Cinese di Heilongjiang, il museo copre una superficie totale di 5.013 metri quadrati ed è diviso in 5 sale espositive: la sala espositiva della storia della medicina cinese, la sala espositiva della storia della medicina di Longjiang, la sala espositiva della storia di questa università, la sala espositiva degli esemplari di medicina cinese e la sala per sperimentare la cultura medicinale cinese. Il museo ha per tema la medicina cinese, ha per nucleo l'esposizione, ha per caratteristica l'esperienza interattiva; è una sede didattica di pratica per gli studenti cinesi e stranieri, è un luogo importante per la divulgazione delle conoscenze scientifiche e la diffusione internazionale della medicina cinese, è anche una delle piattaforme importanti per il servizio sociale e l'eredità culturale della medicina cinese.





古今交融： 诠释中华千年文明发展史

Integrazione dei tempi antichi e moderni:

Interpretare la storia millenaria dello sviluppo della civiltà cinese

中国医学史展厅按时间顺序展示悠久的中医药发展历史，介绍各个历史阶段中医药突出的创造发明和著名医药学家。

La sala espositiva della storia della medicina cinese espone in ordine cronologico la lunga storia dello sviluppo della medicina cinese, presentando sia le creazioni e le invenzioni salienti della medicina cinese sia i famosi medici di ogni fase storica.

龙江医药在黑龙江流域文明的滋养下，经历了从商周至唐朝珍贵药材的发现，到宋元时期各民族医药的相互交融，再到明清时期“世一堂”的成立，龙江医药在中医药事业的发展中发挥了重要作用。

Nutrita dalla civiltà del bacino di Heilongjiang, la medicina di Longjiang ha attraversato la scoperta dei preziosi materiali medicinali dalle dinastie Shang e Zhou alla dinastia Tang, l'integrazione delle medicine di diverse etnie delle dinastie Song e Yuan, e l'istituzione dello "Shiyitang" delle dinastie Ming e Qing. La medicina di Longjiang ha svolto un ruolo importante nello sviluppo della medicina cinese.



龙江医学史展厅以龙江医药发展史为基本脉络，全面展示龙江医药发展的精彩内容及医学理论、实践的发展历程，突出地方特色。

La sala espositiva della storia della medicina di Longjiang prende la storia dello sviluppo della medicina di Longjiang come filone di base e mostra in modo completo i meravigliosi contenuti dello sviluppo medicinale di Longjiang e dello sviluppo delle teorie e pratiche mediche, evidenziando le caratteristiche locali.

校史展厅将“文物和史迹”“知识和信息”融入黑龙江中医药大学的发展历史中，再现学校的发展与变迁。

La sala espositiva della storia dell'università integra “i patrimoni culturali e siti storici” e “le conoscenze e informazioni” nello sviluppo dell'Università di Medicina Cinese di Heilongjiang, facendo vedere lo sviluppo e i cambiamenti dell'Università.

中药标本展厅展出标本种类繁多、分类齐全、真伪并列，是教学、科研、科普宣传和收集、制作、鉴定、保存各类中药标本的综合性展厅。

La sala espositiva degli esemplari di medicina cinese mostra un'ampia gamma di esemplari, con la classificazione completa e la co-esposizione degli esemplari autentici e delle riproduzioni. È una sala espositiva comprensiva per l'insegnamento, la ricerca scientifica, la divulgazione della scienza e la raccolta, la realizzazione, l'identificazione e la conservazione dei vari tipi di esemplari di medicina cinese.





馆藏臻品： 讲述岐黄之术的生生不息

Collezioni eccellenti del Museo:

Raccontare la lunga storia della medicina cinese

博物馆中厅的庞然大物是猛犸象骨架化石，猛犸象即长毛象，存在于冰河时期，分布于包括中国东北部在内的北半球寒带地区。猛犸象于公元前 1670 年左右灭绝，这是冰川时代结束的标志。一头成熟的猛犸象，身长约 5 ~ 7 米，体重可达 12 吨。此具猛犸象骨架化石于 2012 年出土于黑龙江省绥化市青冈县，是一具较为完整的猛犸象骨架化石。研究发现，猛犸象骨化石经多次煅烧后敲碎煎水服用，具有镇静安神、止血涩肠的功效。

Il colosso nella sala centrale del museo è lo scheletro fossile di un mammut, cioè un mammut lanoso, una specie che visse durante l'era glaciale nelle zone fredde dell'emisfero settentrionale, compresa la Cina nord-orientale. I mammut si estinsero intorno al 1670 a.C. e questo è il segno della fine dell'era glaciale. Un mammut maturo era lungo circa 5-7 metri e poteva pesare fino a 12 tonnellate. Questo scheletro fossile di mammut è stato portato alla luce nel 2012 nella contea di Qinggang della città di Suihua, nella provincia di Heilongjiang, ed è uno scheletro relativamente completo. Le ricerche hanno permesso di scoprire che le ossa fossilizzate di mammut se vengono sottoposte varie volte alla calcinatura e decotte, hanno un effetto sedativo, emostatico e astringente.





互动体验： 开启中医药文化的奇妙之旅

Esperienze interattive:

Iniziare il viaggio meraviglioso della cultura medicinale cinese

中医药文化体验厅也是中医药文化研修与体验基地（黑龙江），集合了体验、教学和文化传播三大功能，是开展中医药文化教育及中医药文化体验活动的重要场所，是推动中医药国际传播的重要阵地。人们可以沉浸式参与，体验中医药文化的博大精深。

La sala cultura medicinale cinese è anche un luogo di ricerca, formazione e di esperienza della cultura medicinale cinese, per cui unisce tre funzioni: esperienza, formazione e divulgazione culturale. È un luogo importante per svolgere la formazione e attività per sperimentare la cultura medicinale cinese; è un posto importante per promuovere la divulgazione della medicina cinese a livello internazionale. Le persone possono partecipare in modo coinvolgente e sperimentare la profonda e ampia cultura della medicina cinese.

体验厅设有模拟药房、中药炮制、特色疗法、养生功法、食疗药膳、中华文化等多个文化体验和教学场景。在这里，参观者不仅可以观看，还能实际参与中医脉诊、中医特色疗法、中医养生功法、中药辨识、食疗药膳、养生茶饮、中药蜜丸制作、中药香囊制作等特色项目。在中药药房来一场大山楂丸的制作体验，在中医特色疗法体验区感悟“望闻问切”

的精妙，在养生功法区尝试一段强身健体的“五禽戏”，在茶艺体验区品上一杯“跨越千年”的丁香茶……

Questa sala offre diverse esperienze culturali e scenari didattici: farmacia simulata, preparazioni della medicina cinese, terapie specialistiche, tecniche per il mantenimento della salute, diete terapeutiche e cucina medicinale, cultura cinese ecc. Nella sala, i visitatori possono non solo guardare, ma anche partecipare realmente alle caratteristiche attività, come la diagnosi del polso, le terapie specialistiche, le tecniche per il mantenimento della salute, l'identificazione dei medici cinesi, le diete terapeutiche e la cucina medicinale, i tè e le bevande per il mantenimento della salute e le preparazioni delle pillole e bustine di medicina cinese. Sperimentate la produzione delle pillole di bacche di biancospino nella farmacia di medicina cinese, apprezzate la meraviglia del “guardare, ascoltare, domandare e sentire il polso” nell'area delle esperienze delle terapie specialistiche di medicina cinese, provate un benefico “esercizio di cinque animali” nell'area delle tecniche per il mantenimento della salute e gustate una tazza di tè al lillà che vanta più di mille anni di storia nell'area dell'esperienza dell'arte di tè...



黑龙江中医药博物馆接待了国内外很多学生和参观者，希望能有更多的年轻人对中医进行学习、研究、传承与创新。

Il Museo della Medicina Tradizionale Cinese di Heilongjiang ha ricevuto tanti studenti e visitatori locali e stranieri. Speriamo che ci possano essere più giovani che vogliono studiare, ricercare, ereditare e innovare la medicina cinese. 



与虎同行

——一位来华留学生的野生动物保护情结

Vivendo con le tigri:

il desiderio di salvaguardare gli animali selvatici di uno studente straniero

供稿：东北林业大学 Università delle Scienze forestali del Dongbei

作者：于灵爽 Yu Lingshuang

翻译：莫亿澜 Ylenia Morando



又到了纳森 (Roberts Nathan James) 出发寻虎的日子。虽然已经是早春, 但是东北林区的气温似乎还停留在寒冬。纳森是东北林业大学野生动物与自然保护地学院的博士研究生, 他的研究方向为“老虎与生态系统碳汇的关系”。这位来自英国的留学生早已适应了北国的寒冷天气, 裹上厚厚的羽绒服, 和团队一起朝密林进发, 寻觅着濒危动物——东北虎。

Questa è un'altra delle tante giornate in cui Nathan s'incammina alla ricerca delle tigri. Nonostante sia già iniziata la primavera, nelle foreste del Dongbei fa ancora molto freddo come se fosse ancora pieno inverno. Robert Nathan James è uno studente presso l'Università di Scienze Forestali e Ambientali del Dongbei. La sua ricerca è orientata sulla relazione tra tigri ed ecosistema e, in particolare, l'emissione di carbonio. Questo studente proveniente dalla Gran Bretagna si è fin da subito abituato al rigido clima della Cina Settentrionale e, indossando un pesante piumino, ben presto ha iniziato le sue spedizioni in squadra nella foresta alla ricerca dell'animale in via d'estinzione: la tigre siberiana.



2017 年, 怀着对中国文化的热爱和对野生动物保护的热情, 纳森来到东北林业大学攻读野生动植物保护与利用专业硕士学位。“我从小就喜欢动物, 本科 (专业) 也是动物保护。在中国, 这里的生物多样性更多, 对我的工作和研究很有帮助。” 纳森说。

Nel 2017, inseguendo il suo interesse per la cultura cinese e la sua passione per la salvaguardia degli animali selvatici, Nathan è arrivato all'Università delle Scienze Forestali del Dongbei per specializzarsi con un corso master nella salvaguardia della fauna e della flora selvatiche. Ha detto di aver amato gli animali fin da piccolo perciò ha scelto di laurearsi in una materia come la protezione degli animali. Ha scelto la Cina perché è ricca di biodiversità, quindi offre un contesto molto utile per il tipo di studi e di carriera che ha scelto di fare.

为了更好地加强大型猫科动物野外种群及栖息地保护和管理, 纳森不畏恶劣的天气、艰苦的条件, 多次前往珙春东北虎国家级自然保护区、东北虎豹国家公园等地, 钻入深山密林实地开展研究。一张张表格、一条条数据记录下他的付出。

Nathan non teme le intemperie e le difficili condizioni a cui si sottopone quando conduce ricerche sul campo, armato di una semplice tabella e di una scheda su cui registra le sue osservazioni, e s'inoltra nelle profondità della foresta all'interno delle varie riserve naturali, come la riserva naturale delle tigri siberiane o il parco nazionale delle tigri siberiane e dei leopardi, situate presso la cittadina di Hunchun. Il suo fine è quello di contribuire al meglio per rafforzare la gestione delle popolazioni di animali selvatici e di salvaguardarne gli habitat.



寻觅东北虎是件苦差事，纳森和同学们常常要在深至膝盖的雪地里蹚上一天。“这就可能是东北虎的脚印！”行至密林深处，纳森边拍照边指着一串拳头大小、形似梅花雪地脚印做起科普。

Cercare e osservare le tigri siberiane è un'impresa ardua. Spesso Nathan e i suoi compagni di corso devono trascorrere una giornata intera a camminare immersi nella neve fino alle ginocchia. “Questa potrebbe essere l'impronta di una tigre siberiana!” dice Nathan mentre scatta una foto e indica una serie di impronte, dalla forma di fiori di prugno e dalle dimensioni di un pugno chiuso, trovate sulla neve nel fitto della foresta.

“东北虎种群能够长期、稳定地繁衍，意味着栖息地生态健康、连通、面积大，且当地生物丰富、食物链完整。”纳森介绍说，东北虎的生存状态反映着区域生态系统的动态，保护东北虎这一食物链顶端的猎食者，也是在保护生

物多样性，改善生态环境。

“Una popolazione di tigri siberiane che si riproduce in modo stabile e per lungo periodo è indicativo di un habitat il cui ecosistema è sano, in cui gli organismi viventi vivono in armonia, di un ecosistema che si estende su una superficie ampia e in cui c'è ricchezza di organismi locali che s'inseriscono in una catena alimentare completa”. Spiega Nathan. Lo stato di sopravvivenza della tigre siberiana riflette lo stato di salute dell'ecosistema in cui vive e, proprio, attraverso la tutela della biodiversità si può agire per migliorare le condizioni dell'ecosistema.

从“完达山1号”东北虎在密山市临湖村出现，到黑河市发现国家珍稀濒危一级保护植物紫点杓兰，再到国家一级保护动物东方白鹳在嘟噜河湿地安家……珍贵稀有的野生动植物在黑龙江省频频“现身”，这无疑给纳森的研究注入了一针“强心剂”。





Negli ultimi anni ci sono stati vari avvistamenti di specie animali e vegetali rare e selvatiche nella provincia dello Heilongjiang: dal cosiddetto incidente del “Monte Wanda n°1”, in cui una tigre siberiana è stata avvistata presso il villaggio Linhu di Mishan, all'avvistamento di una rara orchidea (*Cypripedium calceolus*) inserita nella lista rossa della flora in via d'estinzione, al biotopo delle gru bianche orientali nella palude del fiume Dulu, l'animale protetto al primo livello nazionale. Senza dubbio, questo è stato di grande stimolo per gli studi di Nathan.

In Nathan看来, 地球上的生物不可能独立生存, 生态系统的健康非常重要。所以, 保护野生动物就是维护生态平衡, 也是在保护人类自己。

Secondo Nathan, gli organismi viventi della Terra non potranno sopravvivere in modo indipendente l'uno dall'altro ed è di fondamentale importanza la salute dell'ecosistema. Salvaguardare le specie animali e vegetali selvatiche significa, allora, preservare l'equilibrio dell'ecosistema e

tutelare la specie umana.

当然, 对纳森来说, 来到黑龙江之后不但学习研究有了方向, 更重要的是, 这里让他有了家一般的归属感。

Dopo essere arrivato nello Heilongjiang, Nathan non ha soltanto trovato una direzione per i suoi studi ma ha anche trovato un senso di appartenenza.

纳森说: “我在中国很舒服。如果碰到问题, 老师们、同学们、朋友们都非常乐意帮助我。黑龙江真的非常美, 我喜欢这里, 喜欢这里的雪和美景。我愿意一直留在这里, 为保护野生动物出一份力!”

Ha riferito di trovarsi molto bene qui: “Se incontro dei problemi, gli insegnanti, i compagni e gli amici sono tutti molto disponibili nell'offrirmi aiuto. La provincia dello Heilongjiang è bellissima e mi piace moltissimo. Amo il paesaggio innevato che c'è qui. Spero di poter continuare a rimanere qui a lungo per dare il mio contributo alla salvaguardia delle specie faunistiche e floristiche selvatiche!”

供图 / 于灵爽

二十四节气

I 24 Periodi Solari del calendario cinese

作者: 张建军 Zhang Jianjun
翻译: 莫亿澜 Ylenia Morando



立夏

INIZIO
DELLESTATE

立夏，是夏季的首个节气，标志着春天结束、夏季开始，万物由“春生”转入“夏长”阶段。“夏”字有“物之壮大”的含义，步入立夏节气，“成长”成为了生命的主旋律。

Lixia, il primo periodo della stagione estiva, segna la fine della primavera e l'inizio dell'estate ed è una fase di cambiamento, dal momento che ogni cosa “nata in primavera” ora affronta una “crescita estiva”. Il termine *xia* significa “diventare grande” per cui la “crescita” è il tema fondante di questo periodo.

送春迎夏，是立夏节气的传统民俗活动。浙江杭州地区的半山立夏节习俗延续千年，有立夏祭祖、娘娘庙会、吃乌米饭等活动，这些传统民俗活动同时融入了“跑山”等现代文体活动，彰显着人们千百年来祈福纳祥、追求美好生活的愿望。

Salutare la primavera e accogliere l'arrivo dell'estate è un evento tradizionale che molte persone svolgono durante il periodo Lixia. Questo è il caso del Festival Banshan Lixia della città di Hangzhou, nello Zhejiang, la cui storia è millenaria. Durante questo festival, ci sono attività come rendere omaggio agli antenati, celebrare la Regina Madre dell'Ovest nei templi e mangiare il riso nero. Queste attività tradizionali si svolgono contemporaneamente ad attività più moderne, con cui si sono integrate, come la “corsa in montagna”. Sono la manifestazione della ricerca millenaria da parte delle persone non solo di buoni auguri e di protezione ma anche di uno stile di vita migliore.

夏季暑湿，易引发睡眠不佳、乏力倦怠、食欲减退等症状。江南地区流传着“立夏称人”的习俗——司秤人一边打秤花，一边说吉利话，祝福称重人身强体壮，不消瘦。





Il caldo e l'umidità dell'estate possono causare facilmente sintomi quali difficoltà a dormire, affaticamento, spossatezza e perdita dell'appetito. A sud del Fiume Azzurro è diffusa l'usanza nota come “pesarsi a Lixia”, per cui la persona addetta a pesare le altre, non solo le pesa ma contemporaneamente augura alla persona che si fa pesare di mantenere un corpo sano e forte.

立夏是尝新、尝鲜的时节。长三角地区，人们多取青嫩麦穗，碾粒作细条食之，因其形状如蚕，故称“麦蚕”，是一种给孩子充饥、解馋的立夏食物。人们还以金花菜掺和米粉摊作饼，或油煎、或蒸煮食之，称“草头摊粿”，以防病驱灾。北京苏家坨镇流传着喝立夏粥的风俗，认为喝了立夏粥可保四季平安、祛病免灾。

Lixia è il periodo in cui si provano cose nuove e si assaggiano prodotti freschi. Nell'area del delta del Fiume Azzurro, le persone raccolgono le spighe di grano ancora verdi e tenere per macinarne i grani e farne delle prelibatezze simili a bachi da seta per forma e, perciò, chiamate fin dall'antichità *Màicán*, ovvero bachi di frumento. Si tratta di una merenda tipica durante il periodo di Lixia che si dà ai bambini per placare la loro fame. Ci sono anche persone che preparano le gallette *Cǎotóu*, delle torte, o frittelle, a base di spaghetti di riso e trifogliolo che si crede possano prevenire le malattie o le disgrazie se mangiate. Nella cittadina di Sujiatuo a Pechino, si beve il congee di Lixia; questa usanza è legata anch'essa alla credenza che bevendolo ci si possa assicurare quattro stagioni di benessere e tranquillità.

立夏节气的饮品同样别具风格。茶饮，有著名的“七家茶”，合七家茶米食之，可不病暑。酒饮，极具特色的是“驻色酒”，即“取李汁和酒”，立夏日饮此酒，可使人容颜不衰。

In questo periodo ci sono bevande dai nomi particolarissimi. Per quanto riguarda il tè, c'è il famoso tè *Qījiā* da bere insieme a piatti di riso per preservare la salute e mantenere la temperatura del corpo bassa. Per quanto riguarda le bevande alcoliche, invece, c'è il tipico vino *Zhùshǎi*, il cui nome significa letteralmente “prendere il succo di prugna e vino”. Bere questo vino

durante l'inizio dell'estate può aiutare le persone a mantenere un aspetto vigoroso.

送春迎夏、四时佳兴，宋代文人范成大《四时田园杂兴·其二十五》有云：

Per salutare la primavera, accogliere l'inizio dell'estate e augurarsi quattro stagioni di fausti, si ricorda il verso scritto da Fan Chengda, un letterato di epoca Song, nel capitolo 25 della raccolta di poesie intitolata “Campi e giardini nelle quattro stagioni”:

梅子金黄杏子肥，

麦花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，

惟有蜻蜓蛱蝶飞。

Prugne dorate e albicocche abbondanti, come neve

le infiorescenze del frumento e sparuti i cavolfiori.

Non un'ombra tra i muretti nell'assolata giornata,

si vedono solo libellule e farfalle svolazzare.

在诗人铺陈的立夏画卷中，金黄的梅子、肥美的杏子挂满了枝头。麦花如雪，菜花稀落。随着太阳愈来愈高，篱笆墙的影子越来越短，静谧的田园里蜻蜓蝶舞，好不热闹。农家人常说“立夏望夏”，万物长大春去也，唯有守护成长，方才不负梦想。

Il poeta dispone in linea una serie di immagini tipiche del periodo Lixia. Si tratta di rami ricolmi di frutta di stagione matura, come le prugne dorate e le carnose albicocche, dei fiori bianchi che crescono sulle spighe di grano e i cavolfiori. Man mano che il sole si alza nel cielo, l'ombra dei muri che recingono i campi diventa sempre più corta e i campi tranquilli sono resi vivaci dal volo degli insetti. Gli agricoltori spesso dicono “guardare all'estate quando è l'inizio dell'estate”; si tratta di un detto che esprime come tutte le cose abbiano il potenziale di crescere dopo il passaggio della primavera e come, solo lavorando per favorirne la crescita, si possano realizzare i propri sogni.

二十四节气

I 24 Periodi Solari del calendario cinese

作者: 张建军 Zhang Jianjun
翻译: 莫亿澜 Ylenia Morando

小满

IL PERIODO
XIAOMAN

对中国人而言,“小满”的基本含义至少有两点:一是小麦等夏熟作物的籽粒日趋饱满;二是频繁降雨导致江河湖塘水位上升,即“小满小满,江河渐满”。通常,前者指的是北方麦作区,后者说的是南方稻作区。

Per i cinesi, il periodo solare chiamato Xiaoman “poco abbondante” ha due significati fondamentali. Da un lato indica che i chicchi di grano stanno maturando, dall'altro indica che il livello dei fiumi e dei laghi s'innalzano a poco a poco grazie alle frequenti piogge. Solitamente, il primo significato fa riferimento alle regioni settentrionali dove si coltiva il frumento mentre il secondo significato è rappresentativo delle regioni meridionali della Cina, dove si coltiva il riso.

中国南方地区有“小满动三车”的说法,“三车”指水车、油车和丝车。小满节气,农民踏车翻水,旱时以车引水,涝时以车排水,即“动水车”;油菜结籽,要收割回家、准备榨油,即“动油车”;春蚕结茧,蚕农开始排车缂丝,即“动丝车”。



Secondo un detto diffuso nel sud della Cina, nel periodo Xiaoman si muovono tre veicoli. Si tratta di quello dell'acqua, dell'olio e della seta. Durante questo periodo dell'anno, i contadini girano con macchine dotate di pompe dell'acqua, prima per portare l'acqua nei campi aridi, dopo per drenarli dall'eccesso d'acqua. Sempre in questo periodo, la colza viene seminata e deve essere trasportata a casa per estrarne l'olio. Infine, i bachi da seta fanno i bozzoli e gli allevatori iniziano il lavoro di raccolta e filatura con le loro macchine apposite.

江浙地区民间认为小满日是蚕神的生日。“小满三朝丝上市”,随着丝市转旺、蚕业丰收,为表达对蚕神



的感谢，人们会在蚕神祠庙开锣演戏、庆祝神诞、祭祀叩拜，民间称“谢蚕神”。

La gente del Jiangsu e dello Zhejiang crede che il giorno di inizio del periodo Xiaoman sia anche il giorno in cui si celebra la nascita della divinità del baco da seta. Vi è un detto legato alla seta per cui al terzo giorno di Xiaoman si porta la seta al mercato. In seguito al buon guadagno ottenuto con la vendita della seta, le persone si recano nei templi dedicati al dio della seta per ringraziarlo e festeggiarne la nascita con offerte, preghiere ed esibizioni abbinate al gong.

陕西关中地区流传着“麦梢黄，女看娘，卸了杠枷，娘看冤家”的俗谚。新婚女子和丈夫在麦黄的时候，要回娘家探望女方爹娘，对即将投入夏收大忙的娘家人表示问候，故也称“看麦熟”。

Nella zona di Guanzhong della provincia di Shaanxi c'è un detto comune secondo il quale quando le punte delle spighe di frumento diventano gialle, le figlie visitano le proprie madri, si sollevano le canghe, le donne ascoltano le lamentele. Il detto indica l'usanza in questa regione per le nuove spose di render visita alla famiglia d'origine con i mariti nel periodo in cui le spighe sono mature per porgere i propri saluti alla famiglia impegnata nel raccogliere il raccolto estivo. Questa tradizione è nota anche con il nome di “andare a vedere il grano maturo”.

各地的大田作物和瓜果蔬菜在小满时节相继上市，故有“小满见三新（鲜）”之说。



I raccolti, la frutta e le verdure provenienti da tutto il paese arrivano sul mercato uno dopo l'altro nel periodo di Xiaoman, perciò si dice che “A Xiaoman si vedono tre prodotti novelli”.

小满节气，枝繁叶茂、谷物丰登，宋代文人欧阳修的《五绝·小满》有云：

Durante Xiaoman, tutto abbonda di rami, foglie verdeggianti e cereali. Ouyang Xiu, letterato di epoca Song, ha immortalato questa immagine nella poesia intitolata “Poesia di 5 caratteri — Xiaoman”.

夜莺啼绿柳，皓月醒长空。

最爱垄头麦，迎风笑落红。

Canta l'usignolo tra le fronde del verdeggianti salice,

la luminosa luna illumina l'intera volta celeste.

Le cime delle spighe sono a me più care,

ondeggiano ridenti al vento mentre i fiori appassiscono.

欧阳修在诗中对小满节气的喜爱溢于言表。小满的夜里，夜莺啼鸣，绿柳如茵，一轮皓月悬挂在空中。春花谢落，但垄间的麦子却随风摇曳，长势喜人。小满，是一个生机勃勃、充满愿景的美好节气，不仅令人自在欢喜，也令人在“小得盈满”的岁月里“终得完全”。

Nella sua poesia, l'amore di Ouyang Xiu per il periodo solare di Xiaoman va oltre le parole. In una notte di inizio estate, un usignolo canta su di un salice verde e la luna chiara è sospesa nel cielo. I fiori primaverili stanno appassendo e cadono a terra ma il grano nei campi ondeggia al vento e cresce per la gioia degli uomini. Xiaoman è una bellissima stagione piena di vitalità e di promesse per il futuro che non riempie le persone solo di gioia ma li riempie anche di ogni bene in un periodo in cui tutto sta crescendo piano piano. 孔

一种有灵魂的烧烤

——齐齐哈尔烧烤文化漫谈

Un barbecue con anima:

una chiacchierata culturale sul barbecue di Qiqihar

供稿：齐齐哈尔大学 Università di Qiqihar

作者：翟英华 Zhai Yinghua

翻译：王建全 Wang Jianquan

齐齐哈尔（别称“鹤城”）——松嫩平原上一颗璀璨的明珠，达斡尔语为“天然牧场”。丰富的自然资源，优美的生态环境，无污染的优质水源，为这座城市赢得了“绿色食品之都”的美誉。

Qiqihar (nota anche come la “Città delle gru”) è una perla luminosa nella pianura di Songnen, in lingua Daur significa “pascolo naturale”. Qui le ricche risorse naturali, il bellissimo ambiente ecologico, la qualità dell'acqua pura, hanno permesso alla città di ottenere la reputazione di “Città del cibo salutare”.

这里居住着汉族、满族、蒙古族、朝鲜族、回族、达斡尔族等 35 个民族，因长期以来有烧烤的饮食习惯，久而久之便形成了这座城市独特的饮食风尚，被世界中餐业联合会授予“齐齐哈尔国际（烤肉）美食之都”荣誉称号。这里的烤肉极具北方地域特色，有较高的传承价值，被列为市级非物质文化遗产代表性项目。

Qui vivono gli Han, i Mancù, i Mongoli, i Coreani, i Hui, i Daur e altre 35 gruppi etnici che per lungo tempo mangiano al barbecue formando la cultura alimentare unica di questa città, che ha ricevuto il titolo onorifico “La città internazionale del Cucina(barbecue) Qiqihar” dalla Federazione Mondiale della Cucina Cinese. La carne al arbecue ha caratteristiche regionali molto settentrionali, gode di un alto valore patrimoniale, è elencata come progetto rappresentativo del patrimonio culturale immateriale comunale.

齐齐哈尔烤肉大规模的兴起是在 20 世纪 80 年代中后期，在全国乃至世界各地烧烤文化的影响下，新疆烤串、锦州烤肉、南美烤肉、韩式烤肉、朝鲜烤肉、土耳其烤肉、蒙古烤全羊等融入鹤城烧烤之中，形成了齐齐哈尔烤肉兼容并收的特点。当地烧烤行业，由“小餐饮”到“大产业”，日新月异，逐渐形成了餐桌上的烧烤文化。

L'ascesa su larga scala del barbecue di Qiqihar ha luogo alla metà e alla fine degli anni '80 in tutto il paese e persino nel mondo sotto l'influenza della cultura del barbecue, si integra con il barbecue dello Xinjiang, di Jinzhou, della Sudamerica, con il barbecue coreano, con il barbecue nordcoreano, con il barbecue turco, con la capra intera arrostita della Mongolia, ecc. Dalla loro unione si forma la caratteristica cultura del Qiqihar. L'industria locale del barbecue è passata dalla “piccola ristorazione” alla “grande industria”, cambia e gradualmente ha formato una cultura alimentare del barbecue.

在齐齐哈尔，不分民族，无论男女老少，人人皆爱烧烤，烧烤成为一种特有的休闲方式，在野外、江边、小区旁、街边、烤吧、餐厅，到处都可以寻到烧烤的足迹。一位齐齐哈尔小伙儿在江苏卫视著名的《非诚勿扰》节目中说道：“宁愿开一个烧烤店，也不打理珠宝店”，从侧面肯定了齐齐哈尔烧烤在这座城市中的地位。

A Qiqihar, indipendentemente dall'etnia, dal sesso, dall'età, tutti amano il barbecue. Quindi il barbecue è diventato un modo unico per svago ovunque vi sia la possibilità di grigliare, come nei campi, sulle rive del fiume, nei quartieri, nelle strade, nelle grigliere e nei ristoranti. Un ragazzo di Qiqihar, nel famoso programma d'amore della Jiangsu TV, ha detto: “invece di occuparmi della gioielleria preferirei aprire un barbecue.” Questo indica il superiore status di cui gode il barbecue in questa città.

如果以“外焦里嫩、喷香可口”来形容齐齐哈尔烧烤的味道，那么超越这种感知，从精神引领和价值追求的意义上讲，齐齐哈尔烧烤是以“绿色、自然、健康、美味”作底料、以“独特、享受、狂放、野性、休闲、快乐”为灵魂的一种美食。齐齐哈尔市博物馆举办了大型的烧烤文化展览，讲述着齐齐哈尔人和烤肉的故事，体验着鹤城烧烤文化别样的城市风情。

Alla base del barbecue di Qiqihar non c'è solo la ricerca di un gusto tipico, ovvero “bruciato...”, ma c'è anche la ricerca di valore per cui deve essere “sostenibile, naturale, sano...”. Di conseguenza, il barbecue di Qiqihar incarna gli ideali di “unico, piacevole...” Il Museo della città di Qiqihar ha organizzato una grande mostra sulla cultura del barbecue, raccontando la storia del popolo di Qiqihar e del barbecue, sperimentando la cultura del barbecue della città di Hecheng in uno stile diverso.





齐齐哈尔“烧烤文化”的历史大约可追溯到一万年前，有考古学家发掘的动物烧骨为证。在齐齐哈尔昂昂溪滕家岗、五福新石器文化遗址都不同程度地发现了古人用火的痕迹。青铜器时代和铁器时代，烧烤成为嫩江流域先民们主要的食肉方式，为后人留下了渔猎文明的烧烤文化。

La storia della “cultura del barbecue” di Qiqihar può risalire a circa 10.000 anni fa; ci sono archeologi che hanno scavato le ossa bruciate degli animali come prova. Nei siti archeologici del neolitico di Ang'angxi, in provincia di Qiqihar, di Tengjiagang e di Wufu sono stati ritrovati tracce di un utilizzo a diversi livelli del fuoco da parte degli uomini preistorici. Nell'Età del Bronzo e nell'Età del Ferro, il barbecue divenne il modo principale di mangiare carne per gli abitanti del bacino del fiume Nenjiang, lasciando alle generazioni future sia la cultura del barbecue sia la civiltà della pesca e della caccia.

在齐齐哈尔吃烧烤是有讲究的，从选肉到拌肉，每一步都有门道。齐齐哈尔地处北纬47°，寒地黑土带，松嫩平原牧草特别好，出产的黄牛和绵羊都是吃天然牧草长大的，肉质鲜嫩爽滑，品质高端。

Mangiare il barbecue a Qiqihar è un'attività molto delicata, dalla selezione della carne alla sua miscelazione, ogni passo ha la propria regola. Qiqihar si trova a 47° di latitudine nord, dove si trovano le terre nere; qui il pascolo della pianura di Songnen è particolarmente buono. I bovini e gli ovini si nutrono di erbe cresciute naturalmente e quindi la carne è tenera e morbida di alta qualità.

最好吃的牛肉是两岁牛的紫盖、上脑、肋扇儿，瘦中带肥的最佳。放上烤盘，先用小块牛油擦拭篋子，把篋子放在点燃炭火的烤锅上，等牛肉烤到变色时外焦里嫩，焦到酥脆可口，嫩到入口即化，蘸上用花生、芝麻等原材料制成的蘸料，咬上一口，香味瞬间在唇齿间融化，令人回味无穷。

La migliore carne di manzo sono la coscia, le cervelle, e il piancostato di un animale di 2 anni. Prima di mettere la carne sulla piastra, la si pulisce con un pezzetto di burro, poi si mette la griglia sul bracerie su cui si trova la carbonella accesa e si aspetta che la carne di manzo sia grigliata, ovvero quando cambia colore e si forma la crosticina al suo esterno mentre all'interno rimane saporita e tenera da sciogliersi in bocca, quindi la si mangia intinta nelle salse di arachidi, di semi di sesamo e di altri ingredienti; al primo morso, il suo aroma si diffonde istantaneamente in tutta la bocca, regalando un ottimo sapore.

这里的农作物、蔬菜、瓜果多为有机无公害产品。烧烤除了烤牛肉外，还可以烤大板、肉板、心管、腰子、宫后以及其他肉类，也可以烤蔬菜，如苦菊、油麦菜、香菜、菜椒、茄子、酸菜、藕片等，此外还有豆制品、菌类、薯类、海鲜、主食等。

Qui si coltivano verdure e frutta per lo più biologici e privi di elementi nocivi. Oltre alla carne di manzo alla griglia, si possono grigliare anche le frattaglie bianche, quelle rosse e altri tipi di carne, le verdure, come i crisantemi amari, la lattuga indiana, il coriandolo, i peperoni, le melanzane, le verdure in salamoia, le fette di radice di loto, ecc. Oltre a questi, ci sono anche i prodotti di soia, i funghi, le patate, i frutti di mare, i prodotti di riso, ecc.

烤肉除了原材料保留原汁原味外，其配料、煨制、搅拌工艺也很讲究，拌肉全凭手感。葱、姜、洋葱、啤酒、豆油、盐等调料必不可少，放入的量、放入的时间等全靠经验和手上功夫，咸淡适宜，入味三分，拌油不能多一分，也不能少一分，几乎每个家庭都能培养出一两个“拌肉高手”。

Oltre a mantenere il sapore originale delle materie prime, con il barbecue bisogna fare attenzione alla scelta degli ingredienti, alla cottura e al processo di preparazione a mano delle carni con marinature. Cipollotto, zenzero, cipolla, birra, olio di soia, sale e altri condimenti sono essenziali. Si valuta quanto condimento mettere e quando in base all'esperienza. Non troppo salato e non troppo insapore, tutto deve essere opportunatamente dosato per raggiungere il gusto ideale; in quasi ogni famiglia ci sono uno o due membri esperti nella preparazione della carne.



蘸料可以说是齐齐哈尔烤肉的精髓，花生、芝麻、孜然、干辣椒、辣酱、饼干碎、味精和盐等，随心添加。烤熟的肉，蘸了不同的蘸料，味道就不一样了。烤肉所用的工具也千奇百怪，如铁签、炉、箱、车、帘、麦饭石、链条、铁板、铁网等。燃料有炭火和电火之分，炭火占绝大多数，分直接烤制和间接烤制。直接烤制又有明火、暗火之分，间接烤制也分为石板、铁板、铜板等多种。木炭分为果木炭和杂木炭，果木炭源自硬质木材，烧烤出的味道极佳。

Si dice che la salsa possa essere definita l'essenza del barbecue di Qiqihar, con arachidi, semi di sesamo, cumino, peperoncino secco, salsa piccante, pangrattato, glutammato monosodico e sale, e così via. Il sapore della carne è diverso quando viene immersa in salse diverse. Anche gli strumenti utilizzati per arrostitire la carne sono diversi, come utilizzando spiedi di ferro, cuocendo in stufe, in scatole, su carretti, in tende, su pietra, con catene, su piastre di ferro, su graticole di ferro e così via. Il combustibile è costituito da carbonella o da piastre elettriche. La carbonella è più utilizzata; la cottura con carbonella si suddivide in griglia diretta e griglia indiretta. La griglia diretta si divide in cottura su fuoco aperto e su fuoco coperto, mentre la griglia indiretta si divide anche in cottura su piastra di pietra, su piastra di ferro, su piastra di rame e così via. La carbonella si divide in carbonella di alberi da frutta e carbonella di legno vario. La carbonella di frutta è più dura e produce un odore molto buono che aromatizza la carne.

齐齐哈尔烧烤分为家庭式的“在野烧烤”、餐厅式的“在朝烧烤”以及介于两者之间牛羊肉店的“自在烧烤”。烤肉模式有白烤、泥烤、糊泥烤、串烤、腌烤、酥烤、挂糊烤、面烤、叉烤、钩吊烤、明炉烤、暗炉烤、铁锅烤、竹筒烤、篝火烤等多种烤法，彰显出烧烤的无限魅力。

Il barbecue di Qiqihar si divide in stile familiare, quello definito “barbecue selvaggio”, in stile ristorante, il “barbecue mattutino”. Tra i due c'è un terzo





stile, definito “barbecue libero”. Quando si parla della modalità del barbecue, ci sono la grigliata bianca, la grigliata in vaso di argilla, la grigliata con un impasto di fango, l'uso di spiedini, la grigliata di carne marinata, la grigliata di carne in crosta, la grigliata di carne impanata, la grigliata su una base di pasta, la grigliata a forchettoni, la grigliata appesa a ganci, la grigliata su fuoco aperto, la grigliata su fuoco coperto, la grigliata in pentola di ferro, la grigliata in fusti di bambù, la grigliata sul falò e così via. Si tratta di una varietà di metodi di grigliatura che mostrano il fascino infinito del barbecue.

每年的盛夏季节，齐齐哈尔都会举办大型“烤肉美食节”，人们欣赏着鹤文化演出，吃着各式烤肉，品尝着本地特酿的“北大仓”酒，吟诵着“齐齐哈尔烤肉赋”，书写、拍摄烧烤艺术作品，制作烧烤 logo，举办烧烤文化论坛……烧烤在文人的笔下演绎成了舌尖上的“城市名片”。

Ogni anno, durante la stagione estiva, a Qiqihar si tiene un “festival del cibo al barbecue” su larga scala; le persone si godono gli spettacoli culturali delle gru, mangiano tutti i tipi di carne al barbecue, assaggiano il

Beidacang, un liquore speciale locale, recitano il “canto del Qiqihar barbecue”, producono opere d'arte al barbecue e LOGO per il barbecue, organizzano forum sulla cultura del barbecue ...Grazie all'opera degli accademici, il barbecue è diventato il biglietto da visita della città che tutti non possono fare a meno di menzionare.

街边烧烤店门前，一排排遮阳伞下，伴随着“滋滋啦啦”烤肉的声响，三五好友围坐桌旁，吹着夜风，临着炭火，大快朵颐地吃肉，喝着冰啤谈天说地，肉香袅袅，如诗如雾，热烈又清凉，勾画出炎炎夏日鹤城烧烤美食文化一道亮丽的风景线。

Sulla strada davanti alla porta d'entrata del ristorante di barbecue, sotto le file di ombrelli, accompagnato dal tipico suono della brace che arde, si ritrovano tre o cinque amici seduti intorno al tavolo, al vento notturno, accanto al fuoco della griglia e banchettano con la carne, bevendo birra fredda e chiacchierando; l'aroma della carne si innalza come una poesia in spirali che sembrano nebbia; la calda atmosfera è rigenerante; le cocenti serate estive di Hecheng, insieme alla cultura del barbecue, formano uno scenario stupendo. 图

鹤舞扎龙

Le gru ballano a Zhalong



扎龙

——丹顶鹤的故乡

Zhalong:

il paese natale delle gru della Manciuria

在中国东北的黑龙江省,有一条名为“乌裕尔”的内陆河,从小兴安岭发源后,蜿蜒流转上千里,最终在齐齐哈尔市东部广袤的芦苇草甸消失了身影。这片让河流都丧失自我的沼泽地,就是扎龙国家级自然保护区。

“扎龙”的意思是“饲养牛羊的圈”。保护区就像大自然的养殖场,是各种鸟兽鱼蛙生存的地方,更是丹顶鹤的天堂。保护区面积2 100 平方公里,是世界上最大的野生丹顶鹤栖息繁殖地,全世界丹顶鹤不足2 000 只,扎龙有其1/5。

Nella provincia di Heilongjiang, nel nord-est della Cina, c'è un fiume interno chiamato “Wuyur” che nasce dal piccolo crinale Xing'an, serpeggia per migliaia di chilometri e scompare alla fine nelle vaste praterie di canne nella parte orientale della città di Qiqihar. Questa palude in cui il fiume si disperde, è la riserva naturale nazionale di Zhalong. La parola “Zhalong” significa “stalla di bovini e di ovini”. La riserva è come una fattoria della natura, un luogo dove vivono tutti i tipi di uccelli, bestie, pesci e rane, ed è un paradiso per le gru della Manciuria. La riserva si estende su un'area di 2.100 chilometri quadrati ed è il più grande habitat delle gru della Manciuria selvatiche del mondo. In tutto il mondo ci sono meno di 2.000 gru della Manciuria ma a Zhalong ce n'è un quinto.

作者: 崔玉华 Cui Yuhua

翻译: 李蕴颖 Li Yuning

丹顶鹤

——东方文化的吉祥符号

La gru della Manciuria:

il simbolo di buon auspicio nella cultura orientale

丹顶鹤也是人们口中常说的仙鹤，有“湿地之神”的美誉。它纤细的长腿、优雅的脖颈、黑白分明的颜色，既亭亭玉立又仙风道骨，走到哪里都构成一幅水墨丹青。

La gru della Manciuria è comunemente chiamata “gru divina” ed è conosciuta come la “dea delle zone umide”. Con le sue zampe lunghe e sottili, il collo elegante e il contrasto di colori bianco e nero, la gru è elegante e aggraziata, e appare come una pittura d'inchiostro ovunque vada.

人们喜爱丹顶鹤的另一个原因是它们对后代的关爱、对伴侣的忠诚。雌雄丹顶鹤一旦结伴便不离不弃，相守终生。它们的生育率不高，每次只产蛋两枚，之后一个月丹顶鹤父母轮流孵化，不敢远离。小鹤出生后也一直带在身边，悉心照料，像极了人间的夫妻。

Un altro motivo per cui le persone amano le gru della Manciuria è la loro cura per la prole e la loro fedeltà al partner. Una volta che un maschio e una femmina della gru della Manciuria si uniscono, non si lasciano mai e restano insieme per il resto della loro vita. Hanno un basso tasso di fecondità e depongono solo due uova alla volta. Poi i genitori covano le uova a turno per un mese, e non si allontanano mai dalle uova. Dopo la nascita delle giovani gru, le portano sempre con sé e le curano con attenzione, proprio come fanno un marito e una moglie con i propri figli nella società umana.

丹顶鹤自古就受到文人墨客的青睐。北宋诗人林逋（别名“和靖”），不入仕为官，不结婚生子，终日植梅为妻，养鹤为子，爱鹤之情可见一斑。丹顶鹤也是长寿的象征，“松鹤延年”是古今画家贺寿作品的永恒主题。

Fin dall'antichità, le gru della Manciuria sono state amate dai letterati: il poeta della dinastia Song settentrionale Lin Bu (alias “Hejing”) non aveva voluto fare una carriera nella politica, non si era sposato e non aveva avuto figli, ma passava le giornate a curare il susino come se fosse sua moglie e ad allevare le gru come se fossero i suoi figli. Il suo amore per le gru fu evidente. La gru della Manciuria è anche un simbolo di longevità. “Pini e gru longevi” è il tema eterno dei pittori cinesi antichi e moderni che desiderano fare auguri di buon compleanno.

明清时，官员朝服的前后有一块方形的“补子”，“补子”上有鸟兽图案表明官阶。最高文官的“补子”上就是一只丹顶鹤，由此有了丹顶鹤象征高官的说法。

Nelle dinastie Ming e Qing, sul fronte e sul retro dell'abito di corte degli ufficiali c'era una “toppa” quadrata. Sulla “toppa” c'era il disegno di uccelli e bestie per mostrare il loro rango. Sulla “toppa” dell'ufficiale civile del rango più alto c'era una gru della Manciuria, che è diventata quindi il simbolo di un alto funzionario.



徐家兄妹

——丹顶鹤的守护神

I fratelli Xu:

protettori della gru della Manciuria

“走过那条小河，你可曾听说，
有一位女孩，她曾经来过，
走过这片芦苇坡，
你可曾听说，
有一位女孩，她留下一首歌，
为何片片白云悄悄落泪，
为何阵阵风儿轻声诉说，
还有一群丹顶鹤轻轻地、轻轻地飞过。”

“Attraversando quel piccolo fiume, sentirai forse parlare di una ragazza che venne qui una volta; attraversando quel versante ricoperto di canne, sentirai parlare di una ragazza che ha lasciato una canzone. Perché le nuvole bianche piangono silenziosamente? Perché il vento racconta la sua storia? E uno stormo di gru della Manciuria vola leggramente...”

这首歌曾经唱遍大江南北，原因不只是旋律的优美，更有护鹤人坚守的灵魂。歌曲中的女孩儿叫徐秀娟，她出生在黑龙江齐齐哈尔市一个养鹤世家，从小喜爱丹顶鹤，也致力于丹顶鹤的保护和繁殖。不幸的是，她的生命终止在 23 岁，1987 年她因寻找走失的丹顶鹤牺牲在沼泽地中。

Questa canzone è stata cantata in tutta la Cina. Il motivo non consiste solo nella bella melodia, ma anche nello spirito fermo della protettrice delle gru. La ragazza della canzone si chiama Xu Xiujuan, è nata nella città di Qiqihar, nella provincia di Heilongjiang, in una famiglia di allevatori di gru.



Da piccola ha nutrito un grande amore per le gru e si è impegnata nella protezione e nell'allevamento delle gru. Purtroppo, la ragazza è morta all'età di 23 anni nel 1987, durante la ricerca di alcune gru disperse in una palude.

徐秀娟的故事在人们心中留下了一首歌，徐建峰的故事则在人们眼前铺开了一幅画。徐建峰是徐秀娟的弟弟，他 1997 年退伍后放弃了稳定的国企工作，回到保护区继续姐姐未竟的事业——守护丹顶鹤。在他 2014 年因公殉职时，他已坚守扎龙 18 个春秋。

La storia di Xu Xiujuan ha lasciato una canzone nel cuore delle persone, mentre quella di Xu Jianfeng ha dato forma ad un dipinto. Xu Jianfeng è stato il fratello minore di Xu Xiujuan. Dopo il congedo dall'esercito nel 1997, ha rinunciato a un lavoro stabile in un'azienda statale ed è tornato nella riserva per continuare l'impresa incompiuta della sorella, cioè la protezione delle gru della Manciuria. Quando è morto mentre era al lavoro nel 2014, aveva diligentemente svolto il suo lavoro a Zhalong per diciotto anni.

徐家兄妹对丹顶鹤的珍惜和呵护，也代表了所有扎龙守鹤人对丹顶鹤的珍惜和呵护。扎龙人世代辛苦劳作，守护着丹顶鹤的家，也建设着自己的家。

La cura e la protezione dei fratelli Xu per le gru della Manciuria rappresenta anche la cura e la protezione di tutti i protettori delle gru a Zhalong. Gli abitanti di Zhalong hanno continuato a lavorare duramente per generazioni, per custodire l'habitat delle gru della Manciuria e per costruire il proprio paese natale.

扎龙探索——湿地生态的保护

L'esplorazione di Zhalong: la conservazione dell'ecosistema delle zone umide

丹顶鹤的保护，单靠个体的力量是远远不够的。野生丹顶鹤在繁殖期非常机警，为了躲避天敌和人类，高高的芦苇是它们产卵、孵化、“带娃”的最佳场所。但受自然和人为因素的影响，扎龙湿地一度出现降水减少、芦苇退化的现象。为了湿地生态系统的持续发展，为了保住丹顶鹤生存的家園，黑龙江省创先实施长效补水机制，每年投入数百万元人民币，引嫩江水入扎龙，这才逐渐恢复了丰富的鱼类资源，并保证了芦苇的产量。

Per proteggere la gru della Manciuria, la forza dei singoli individui non è sufficiente. Le gru della Manciuria selvatiche sono molto accorte durante il periodo riproduttivo. Per evitare i nemici naturali e gli uomini, i canneti di canne alte sono il luogo migliore per deporre e covare le uova e per allevare la prole. Ma a causa dei fattori naturali e antropici, la palude umida di Zhalong ha subito una diminuzione delle precipitazioni e un degrado dei canneti. Per lo sviluppo sostenibile

dell'ecosistema della palude umida, al fine di preservare l'habitat della gru della Manciuria, la provincia di Heilongjiang è stata la prima per implementare un meccanismo di rifornimento idrico a lungo termine, investendo milioni di yuan ogni anno per attingere l'acqua dal fiume Nenjiang e trasportarla al fiume Zhalong, e così sono state gradualmente ripristinate le ricche risorse ittiche ed è stata garantita la crescita di canne.



扎龙湿地附近村民的生计就是夏天打渔，冬天收割芦苇。如何解决人鸟争食的矛盾？保护区双管齐下：一方面，实施“湿地修复预留苇带项目”，给农民相应的补偿来保留芦苇资源；另一方面，启动“核心区居民搬迁工程”。善良的扎龙人响应政府号召，陆续移居到附近的市镇小区。他们放下镰刀，收起渔网，或在城市打工，或成为扎龙保护区的巡护员，以新的身份守护这片家园。

I mezzi di sostentamento degli abitanti dei villaggi vicini alla palude umida di Zhalong sono la pesca d'estate e la raccolta di canne d'inverno. Come risolvere la contraddizione tra gli uomini e gli uccelli in competizione per il cibo? Nella riserva è stato adottato un metodo duplice: da un lato, è stato attuato il “progetto di risprinto della cintura di riserva delle canne delle paludi umide”, che prevede un compenso corrisposto agli agricoltori per conservare le canne;

dall'altro, è stato lanciato il “progetto di trasferimento degli abitanti nell'area nucleo”. I generosi abitanti di Zhalong hanno risposto all'appello del governo e si sono trasferiti pian piano nei comuni vicini. Hanno posato le falci, messo da parte le reti da pesca e hanno cominciato a lavorare in città o sono diventati membri di pattuglia della riserva di Zhalong, sorvegliando il loro paese natale con un nuovo ruolo.



此外，为了增加丹顶鹤种群的数量，保护区还设立了丹顶鹤人工繁育和野化基地，建立了丹顶鹤物种基因库，并实施天、地、空一体化检测体系，对湿地生态进行全方位管理。

Inoltre, allo scopo di aumentare il numero di gru della Manciuria, è stata anche costruita nella riserva una base di riproduzione artificiale e di reinserimento in natura delle gru della Manciuria; è stata istituita una banca genetica della specie di gru della Manciuria ed è stato implementato un sistema che integra il rivelamento per cielo, terra e aria al fine di sorvegliare l'ecosistema delle zone umide sotto tutti gli aspetti.

如今，扎龙的各种措施已初见成效：开阔的沼泽滩，丹顶鹤又开始翩翩起舞；茂密的芦苇荡，又传来幼鹤呼唤妈妈的悦耳鸣叫。扎龙自然保护区正焕发着勃勃生机。

Oggi, le varie misure adottate a Zhalong hanno cominciato a fare effetto: sulla palude aperta, le gru della Manciuria ricominciano a ballare; dalle canne fitte, arrivano le voci gradevoli delle giovani gru che chiamano le loro madri. Adesso la riserva naturale di Zhalong è piena di vigore. 孔



打卡中国最北城市——漠河

Scoprire la città più settentrionale della Cina: *Mohe*

作者：周道 Zhou Dao

何芷翌 He Zhiyi

翻译：劳淑雨 Lao Shuyu

漠河，一座遥远而又神秘的北方边陲小城，被称为中国最北部的“神州北极”。中俄界江——黑龙江从这里发源，蜿蜒东流。人们因“极光”而知道她，因“最北”来寻觅她，因“幽静淳朴”去想念她。

Mohe, una remota e misteriosa città di confine che si trova a settentrione, è conosciuta come il “Polo Nord della Cina”. Il fiume Heilongjiang, il fiume di confine tra Cina e Russia, nasce qui e scorre verso est. La gente la conosce per l’ “aurora boreale”, la cerca perché è all'estremo nord e ne sente la mancanza per la sua “tranquillità e semplicità”.

夏季的漠河，没有了白雪皑皑的梦幻，凉爽宜人。据气象历史数据显示，漠河的日均气温仅 17°C。探访漠河，龙江第一湾必不可少。漠河的母亲河是额尔古纳河，她在漠河的洛古河村西北 15 公里处与俄罗斯方向流过来的石勒喀河汇合，成为黑龙江的源头。滚滚的黑龙江沿着内、外兴安岭交界处的低谷，一路东流 150 公里后，形成一个长度约 30 公里的“Ω”形弧度江湾，绝佳的地形让雄浑的江水急转回流、呼啸而去，阻挡江水的一侧壁立千仞、悬崖万丈，于是造就了与黄河、长江相媲美的龙江第一湾，也是中国最美九大江湾之一。



D'estate, quando le montagne non sono innevate, il tempo a Mohe è fresco e piacevole. Secondo i dati meteorologici storici, la temperatura media giornaliera di Mohe è di soli 17°C. Quando si visita Mohe, non si può non visitare la Prima Baia del Fiume Heilongjiang. Il fiume madre di Mohe è l'“Argun”, che si unisce al fiume Šilka che nasce dalla Russia a 15 chilometri a nord-ovest del villaggio di Luoguhe, a Mohe, diventando la sorgente del fiume Heilongjiang. Il fiume Heilongjiang scorre velocemente verso est per 150 chilometri lungo la valle all'incrocio tra la parte interna dei monti Hinggan e i monti Stanovoy Range, e poi forma una baia curva come una Ω lunga circa 30 chilometri. Grazie al terreno eccellente, il fiume scorre ad alta velocità spumeggiando e schizzando, mentre sul lato che blocca il fiume ci sono le scogliere alte migliaia di piedi. Così è formata la “Prima Baia del Fiume Heilongjiang”, la cui bellezza è indimenticabile come quella del fiume Yangtze, ed è anche una delle nove baie più magnifiche della Cina.



由于漠河独特的地理位置，当夏至来临时，昼长夜短，有接近 19 个小时的日照。从加漠公路前往北极村，路旁笔直、秀朗的白桦树连成了一片，穿行于其间，感受着北国的静谧与安详，仿佛行走于自己的心灵之壁。美丽的额木尔河虬卧在宽阔的山谷中，在蓝天白云下蜿蜒曲折地流淌，形成了天然湿地美景“九曲十八弯”，这是大自然最美的馈赠。沿途风景就是旅行者和摄影者的打卡胜地。

Grazie alla posizione geografica unica di Mohe, quando arriva il solstizio d'estate, le giornate sono lunghe mentre le notti sono brevi, con quasi 19 ore di sole. Dall'autostrada Jiamo al Villaggio Artico, sui due lati della strada trovate le belle e dritte betulle e camminando in questo mare di alberi, sentite la serenità e la tranquillità del nord, come se steste camminando nei Campi Elisi della propria anima. Il bellissimo fiume Amur scorre nell'ampia valle, serpeggiando sotto il cielo trasparente e le nuvole bianche come la neve, e forma uno scenario naturale di palude a “nove curve e diciotto tornanti”, che è il più bel dono della natura. Il paesaggio lungo il percorso è una meta molto famosa per viaggiatori e fotografi.



以“北”著称的北极村，没有人群的喧嚣，炊烟袅袅，云霞漫天，张开手臂，整个中国都在你怀抱。这里是中国唯一能欣赏“北极光”之地。每年夏至（6月21日前后）的午夜时分，向北眺望，如果天气好的话，便能看到天空微微泛白，午夜恍若黎明。有时，晚霞未逝，朝云又起，异彩纷呈，绚丽多姿。这便是人们所说的“白夜”和“北极光”。

Il Villaggio Artico, noto come il “Polo Nord”, è libero dal rumore della folla. Sotto le strisce di fumo e le nuvole che coprono il cielo, con le braccia aperte, sembra che l'intera Cina sia tra le tue braccia. È l'unica località in Cina dove si può ammirare l'“aurora boreale”. Ogni anno, alla mezzanotte del solstizio d'estate (intorno al 21 giugno), guardando verso il nord, se il tempo è bello, puoi vedere il cielo



leggermente bianco e la mezzanotte sembra l'alba. A volte, mentre il tramonto non scompare, le nuvole del mattino si alzano di nuovo e i colori sono brillanti e vivaci. Questo è ciò che si chiama la “notte bianca” e l'“aurora boreale”.

打卡北极村，可不仅仅是为了观赏极光。来这里找“北”，这里有着许多中国的“最北点”。每一座山、每一条路都是“北”的尽头。中国最北教堂，在这里和你爱的人许下誓言，用一生来珍藏；中国最北邮局，从这里把最美漠河的回忆寄给自己；中国最北人家，留下来住一住木刻楞房，睡一睡热炕头……

Visitare il Villaggio Artico non è solo per ammirare l'aurora boreale. Vieni qui a trovare il “Nord” con i suoi tantissimi punti più settentrionali della Cina. Ogni montagna e ogni strada si trova nel punto più a nord. C'è la chiesa più settentrionale della Cina, dove puoi fare una promessa con la persona che ami e conservarla per tutta la vita; c'è l'ufficio postale più settentrionale della Cina, dove puoi spedire a te stesso i ricordi più belli di Mohe; ci sono le case più settentrionali della Cina, dove puoi soggiornare. In queste case di legno puoi dormire sui letti caldi...

你以为这就打卡了漠河？还不够。漠河石林是中国最北的石林，平均海拔1200米，绵延35公里。大林河、古莲河、阿巴河、乌玛河及恩和哈达河五条河流发源于此。北纬53°的寒冷地带，冬季气温可达零下50°C。除了银装素裹、美不胜收的雪景，漠河市还拥有中国境内最大的冰川——黑河冰川。

Se pensi che tutto questo sia sufficiente a invogliarti a visitare la città di Mohe, ti sbagliavi perché c'è molto ancora. La Foresta di pietra di Mohe è quella più a nord della Cina, con un'altitudine media di 1.200 metri e un'estensione di 35 chilometri. Qui nascono cinque fiumi: il fiume Dalin, il fiume Gulian, il fiume Aba, il fiume Uma e il fiume Enhe Hada.



Nella regione fredda a 53 gradi di latitudine Nord, le temperature invernali possono raggiungere -50°C . Oltre agli splendidi scenari di neve brillante come argento, la città di Mohe possiede anche il più grande ghiacciaio della Cina, il ghiacciaio di Heihe.

沧海桑田，历史的长河孕育了文化，文化又传承了民族基因。这里的原住民鄂伦春族谙熟大自然的法则，靠着神秘的萨满洞悉未知的奥秘。他们有自己的语言，却没有文字，用绳索记录着历史。鄂伦春族人勇敢坚强，以渔猎为生，他们以鱼类、鹿肉、驯鹿肉等为主要食材，制作出独特的美食，如鱼丸、鹿肉火锅等。在漠河，你可以亲身体验渔猎的乐趣，感受这种独特生活方式的魅力。

Con il passaggio del tempo, il grande fiume della storia ha nutrito la cultura e la cultura ha ereditato i geni nazionali. Gli aborigeni Oroqen conoscono le leggi della natura e si affidano al misterioso sciamano per comprendere i misteri sconosciuti. Hanno la propria lingua ma non scrivono, e usano la corda per registrare la storia. Gli Oroqen sono coraggiosi e forti e cercano di vivere con la pesca e la caccia. Utilizzano pesce, carne di cervo e di renna come ingredienti principali per preparare una cucina unica, come le polpette di pesce e il piatto caldo di cervo. A Mohe ti puoi divertire con la pesca e con la caccia e provare il fascino di questo unico stile di vita.

漠河的景点和故事很多,为人所知的又太少。漠河,不仅仅是“极光”“极北”“极寒”的代名词,这里还有着极寒之下温热真挚的情感。“如果有时间,你会来看一看我吧,看大雪如何衰老的,我的眼睛如何融化,如果你看见我的话,请转过身去再惊讶……”2021年,一首名为《漠河舞厅》的歌曲,因其背后那个真实感人的爱情故事,听哭了无数人。故事发生在1987年春,大兴安岭发生了震惊全国的特大森林火灾,八级大风让大火从森林蔓延到漠河县城。大树被风连根拔起,房屋瓦片卷入空中,58 000多名军人、警察和村民经过28个昼夜的奋力扑救,才将大火扑灭。火灾过后,人们在漠河市建了一座“五·六”火灾纪念馆。馆内全面展示了大火从起火、成灾、扑火、救灾到重建家园、恢复生态的全过程。

Mohe è ricca di attrazioni e di racconti, ma se ne sa troppo poco. Mohe non è solo sinonimo di aurora boreale, polo nord e freddo estremo, ma anche di sincere emozioni tenute nascoste. “Se avrai tempo, verrai a trovarmi, vedrai come invecchia la neve, come si sciolgono i miei occhi, se mi vedrai, per favore girati e fatti sorprendere...” Nell’anno 2021 una canzone intitolata “Sala da ballo di Mohe” ha fatto piangere innumerevoli persone per il racconto d’amore che c’è dietro. Nella primavera del 1987, nel grande crinale di Xing’an, si verificò un enorme incendio boschivo che



scioccò l’intero Stato. A causa del forte vento a forza 8, l’incendio si diffuse dalla foresta al paese di Mohe. Numerosi grandi alberi furono sradicati e le tegole delle case furono tirate via nel risucchio di aria. Più di 58.000 tra soldati, poliziotti e abitanti combatterono contro l’incendio per ben 28 duri e difficili giorni e notti. Dopo questo disastro, è stato costruito un museo commemorativo dell’incendio “6 maggio” alla città di Mohe. Il museo mostra in modo completo l’intero processo dall’inizio dell’incendio, dalla formazione del disastro, lotta contro l’incendio, i soccorsi, la ricostruzione delle case e alla rinascita della natura.

《漠河舞厅》的男主角张德全在这场森林火灾中失去了热爱跳舞的妻子。思念从此就像一把枷锁,困住了那个用情至深的人。在余后的30多年,他未婚、无子,他用独舞这样的浪漫方式怀念着一生最爱的人:我永远思念你,你便永远存在。

他用一辈子,在漠河诠释了真挚、热烈的爱情。

Durante l’incendio della foresta, Zhang Dequan, il protagonista della storia, perse la moglie che amava la danza. Da allora, la nostalgia era come una catena che bloccava l’uomo così profondamente innamorato, e per più di 30 anni rimase solo e senza figli. Con un ballo da solo, un modo così romantico, ricordava la persona più amata





della sua vita: “mi mancherai per sempre, esisterai per sempre”. Ha trascorso tutta la sua vita interpretando l'amore sincero e appassionato a Mohe.

是时候来漠河了吧！

È ora di venire a Mohe!

和你挚爱的人来感受一下十几个小时的雪国列车，听一曲周杰伦的《一路向北》，在列车的“哐当”声中穿越莽莽林海的雪国风光。一起目睹极光的绚烂，与驯鹿来一次亲密接触，去拥抱北纬 53° 的风。

Vieni con i tuoi cari a provare un viaggio in treno innervato di oltre dieci ore, ad ascoltare “Tutta la via verso il nord” di Jay Chou e a viaggiare attraverso lo scenario di neve e del mare di foresta accompagnato dal suono dei “clang-clang” del treno. Venite insieme ad ammirare lo splendore dell'aurora boreale, fate un incontro ravvicinato con le renne e abbracciate il vento a 53° di latitudine nord.

看看不输于贝加尔湖的“冰泡”湖，在茫茫的林海雪原上

玩个最流行的“泼水成冰”。

Venite al lago “Bolla di ghiaccio”, bello come il lago Baikal, e alla vasta foresta e alle pianure di neve per giocare al popolare gioco di far gocciolare acqua nel ghiaccio.

体验一下马拉爬犁驰骋雪地的快感，享受一次冰雪奇缘中滑雪的“嗨翻天”。

Provate l'emozione di fare un giro in slitta trainata da cavalli sulla neve, e godetevi il divertimento di sciare a “Frozen”.

更重要的，是和你珍惜的人一起站在这片土地上，迎过它的风，看过它的雪，走过它童话般的白桦林，到过了一生一定要去的一次最北之地——漠河。

Ma la cosa più importante è stare su questa terra con la persona che ami. Accogliete il vento di questa terra, vedete la sua neve, camminate attraverso la sua fiabesca foresta di betulle, e andate a Mohe, il posto più a nord che va visitato almeno una volta nella vita. 孔



与君“问天” ——哈尔滨工业大学航天馆

Le Domande al Cielo col gentiluomo:
il Museo aerospaziale dell'Istituto Tecnologico di Harbin

供稿：哈尔滨工业大学

Istituto Tecnologico di Harbin

作者：裴莹 Pei Ying

翻译：莫亿澜 Ylenia Morando

中国古人抬头问天、探索宇宙的脚步几乎是从我们意识到自己的存在时便开始了。中国航天事业从无到有、从弱到强，这一路走来，书写了一部自力更生、艰苦创业的奋斗史诗。提及中国的航天事业，无法绕开这样一所高校，那便是为中国航天事业输送了近半数相关从业者的哈尔滨工业大学（简称“哈工大”）。让我们一起走进哈工大航天馆感受这份凝重与恢弘。

La propensione degli antichi cinesi a guardare al cielo interrogandosi sull'universo ha avuto inizio con la presa di coscienza della nostra stessa esistenza. L'industria aerospaziale cinese è partita da zero, diventando da debole a forte e narrando la storia di un'epopea sul duro lavoro e sull'autosufficienza. Un istituto di cui non si può non parlare per quanto riguarda questa industria è l'Istituto Tecnologico di Harbin (HIT) in quanto ha fornito quasi la metà dei professionisti rilevanti per l'industria aerospaziale cinese. Andiamo, dunque, ad esplorare il Museo dell'Istituto Tecnologico di Harbin per comprenderne l'importanza.



哈尔滨工业大学航天馆

Il Museo dell'Istituto Tecnologico di Harbin

哈工大航天馆是全国高校中规模最大，展品种类最全、数量最多的航天主题展馆，同时也是中国东北地区唯一的一所集科技实物与模型、航天知识介绍为一体的专业展馆。走进这座始建于1986年的航天馆，你可以亲历一次与历史同行、与科技对话的奇妙旅程。

Il Museo dell'Istituto Tecnologico di Harbin è lo spazio espositivo più grande in Cina sui viaggi aerospaziali, con l'offerta più completa di mostre sul tema ed è l'unico museo specializzato del Dongbei a presentare esposizioni che combinano presenza di collezioni, modellini scientifico-tecnici e conoscenze sui viaggi aerospaziali. Entrando in questo museo

fondato nel 1986, si può prendere parte ad un viaggio meraviglioso attraverso la storia di questa industria e lo sviluppo della tecnologia.

哈工大航天馆为四层建筑，建筑面积近8000平方米，展示面积约5500平方米。通过四个主题展厅、两个专题展厅和数百件展品，从不同角度全面展示了人类航天事业发展的历程。

Il Museo è sviluppato su quattro piani, per una superficie totale di 8.000mq e un'area espositiva di 5.500mq circa. L'evoluzione dei voli umani nello spazio è un tema affrontato da diversi punti di vista attraverso quattro sale espositive a tema, due sale speciali e centinaia di oggetti esposti nelle altre sale.

“中国航天事业发展”展厅展示了中华人民共和国成立至今中国航天事业的发展历程和成就。从“嫦娥奔月”到“万户飞天”，中国人不断实现着自己的飞天梦。

La sala dedicata allo Sviluppo dell'industria aerospaziale cinese mostra i risultati raggiunti dall'industria aerospaziale cinese a partire dalla fondazione della Nuova Cina fino ad oggi. Il sogno di volare nel cielo che i cinesi hanno sempre nutrito, come dimostrano gli antichi racconti “Chang'e vola sulla luna” e “Il volo nel cielo di Wanhua”, è stato finalmente realizzato.



“中国航天事业发展”展厅

La Sala espositiva sul tema dello Sviluppo dell'industria aerospaziale cinese



东方红一号：中国第一颗人造卫星，1970年4月24日发射升空
Il Dong Fang Hong 1: il primo satellite cinese lanciato nello spazio il 24 Aprile 1970



“神舟五号”载人飞船

La Shenzhou-5, la capsula spaziale per il volo umano

这一部分从“两弹一星”、运载火箭、人造卫星、探月工程、高分工程、载人航天工程和深空探测几个方面详细介绍了中国航天事业的发展进程。展出有模型展品34件、实物展品六件，还有其他文件展品。其中，实物展品均为中国航天事业发展阶段具有代表性的重点符号。

Il museo presenta dettagliatamente il processo di sviluppo dell'industria aerospaziale cinese partendo dalla presentazione delle tappe fondamentali: dalla realizzazione delle due bombe atomiche, passando per la costruzione di vettori spaziali e di satelliti, fino ad arrivare alla realizzazione di progetti per l'esplorazione lunare, altri progetti ambiziosi e progetti di volo spaziale con equipaggio per l'esplorazione dello spazio profondo. Sono qui esposti 34 modellini, 6 oggetti collezionati e tanti altri documenti. Gli oggetti originali sono tutti importanti simboli delle varie fasi di sviluppo dell'industria aerospaziale cinese.

“哈工大与中国航天”展厅介绍了自 20 世纪 50 年代中国航天事业创建以来，哈工大始终与中国航天事业同频共振、同向同行的发展历程和取得的成绩。

La Sala espositiva a tema “L’industria aerospaziale cinese e il grande contributo dell’HIT” presenta la storia dello sviluppo dell’industria aerospaziale cinese a partire dagli anni ‘50 e i risultati ottenuti dall’HIT, la cui storia va di pari passo a quella del paese.



“哈工大与中国航天”展厅

La Sala espositiva sulla “Industria aerospaziale cinese e il contributo di HIT”



哈工大培养了大批优秀的技术与管理人才，在“两弹一星”、载人航天、嫦娥探月等国家重大工程、重大任务中，都可以看到哈工大人的身影，感知哈工大的科技力量。

L’Istituto Tecnologico di Harbin ha formato un gran numero di esperti scienziati e amministratori eccellenti di cui si può osservare il grande contributo nella realizzazione, sia livello tecnico che amministrativo, dei maggiori progetti aerospaziali cinesi.

“世界航天科技进展”展厅通过 12 件模型展品和两件实物展品，从运载火箭、人造卫星、载人航天以及空间探测等四个方面向参观者介绍了世界航天科技的发展过程。

La Sala espositiva sulla “Evoluzione a livello internazionale della scienza e tecnologia aerospaziale” espone 12 modellini e 2 oggetti storici attraverso i quali si mostra ai visitatori la storia dei risultati in campo aerospaziale ottenuti a livello mondiale, dalla creazione di veicoli per il lancio nello spazio e di satelliti, alla realizzazione di missioni spaziali umane e di sonde per l'esplorazione spaziale.



东方号飞船轨控发动机实物：
一旦飞船出现偏离轨道的情况，
轨控发动机就会自发启动并产生推力，
使飞船回到预定轨道。

Il motore per il controllo dell'orbita della navicella Dong Fang: il motore entra in azione automaticamente per stabilizzare l'assetto del veicolo.



“神秘的宇宙”展厅通过展示灯箱向参观者详细地介绍了人类对于宇宙奥秘的不懈探索进程，并展示了我们目前所探知到的广袤无垠的宇宙，包括地心说、日心说、太阳系、银河系以及天文大事记等部分。

La Sala espositiva sul “Universo misterioso” guida i visitatori alla scoperta di tutte le esplorazioni dello spazio che l'uomo ha portato avanti incessantemente. Qui sono presentati, attraverso schermi luminosi, tutte le conoscenze sullo spazio fino ad oggi in nostro possesso, compresa la teoria geocentrica, quella eliocentrica, il sistema solare, la galassia della Via Lattea e i grandi eventi astronomici.



此外,“发动机专题”展厅介绍了飞行器发动机的原理及应用,“导弹专题”展厅展示了我国的导弹体系和强大的国防能力。

La Sala espositiva sui Motori spiega la teoria alla base del funzionamento del motore aeronautico mentre la Sala del Missile da crociera presenta il sistema missilistico della Cina e la sua forte capacità di difesa.



长征系列火箭二级发动机
Il motore del razzo Lunga Marcia
2F



上游一号舰舰导弹:

弹长: 6.55 m; 弹径: 0.76 m; 翼展: 2.41 m; 弹重: 2 095 kg
Il missile da crociera Shangyou 1: lunghezza, 6,55 m; diametro, 0,76 m; apertura alare, 2,41 m; peso, 2.095 kg

除了固定展厅,场馆还会定期举办不同主题的临时展,丰富馆藏。

Oltre alla mostra permanente, il museo ospita anche mostre temporanee dai temi svariati che contribuiscono ad arricchire la collezione.

作为文化育人平台,航天馆培养了一支由博士、硕士和本科生组成的学生志愿讲解队伍。通过志愿讲解员的讲解,参观者对航天科技有一个基础而明晰的了解,参观体验非常好。

Il museo è anche una piattaforma per l'educazione culturale, perciò, mette a disposizione una squadra di esperti composta da studenti universitari di primo livello, di secondo livello e dottorandi. Attraverso le loro spiegazioni, i visitatori possono ottenere una chiara conoscenza di base sulla tecnologia aerospaziale e fruire di una esperienza molto positiva.



学生讲解员工作照

Foto di uno studente occupato nel guidare un gruppo di visitatori

30 多年来, 航天馆是哈工大重要的教学基地, 被授予首批“国家航天局航天科普教育基地”“全国中小学生研学实践教育基地”等荣誉称号。

Da più di 30 anni, il Museo aerospaziale funge da importante piattaforma didattica dell'Istituto Tecnologico di Harbin ed ha ricevuto molti titoli onorifici come il riconoscimento di “Istituto di divulgazione scientifica dell'Agenzia Spaziale cinese” e quello di “Istituto di didattica laboratoriale per gli studenti di scuola primaria e secondaria di tutta la Cina”.

周末假日, 闲暇时光, 徜徉在航天馆内, 与君“问天”,

体会人类航天事业的奋进历程以及迈向广袤与浩瀚宇宙的一路艰辛与荣耀, 实在是一次惬意、充实且难忘的知识之旅。

Girare per il museo aerospaziale durante il fine settimana, nei giorni festivi o nel tempo libero, tenendo a mente le *Domande al cielo* che gli antichi gentiluomini si posero, permette di effettuare una esperienza simile ad un comodo e appagante viaggio indimenticabile che, attraverso le tappe principali dell'evoluzione del volo spaziale umano, porta alla scoperta delle difficoltà che l'uomo ha incontrato durante questo lungo il percorso e il suo entusiasmo per l'esplorazione dell'immensità dello spazio. 🌌

开启中西医 交流互鉴的窗口

——伦敦中医孔子学院

**Inaugurato l'inizio degli scambi tra
la medicina occidentale e la medicina
tradizionale cinese:**

Istituto Confucio per la Medicina Tradizionale Cinese di Londra

供稿：黑龙江中医药大学 Università di Medicina Tradizionale
Cinese dello Heilongjiang

作者：刘婷婷 Liu Tingting

吴林娜 Wu Linna

翻译：莫亿澜 Ylenia Morando

在英国伦敦泰晤士河南岸坐落着一家特色孔子学院——伦敦中医孔子学院。它是由英国伦敦南岸大学、中国黑龙江中医药大学和哈尔滨师范大学中英两国三所高校于2007年合作创办的全球第一所以中医药为特色开展汉语教育和中医养生文化推广的孔子学院。该孔院2008年正式揭牌运营。



示范孔子学院大楼
L'edificio in cui è ospitato
l'Istituto Confucio

A Londra, in Gran Bretagna, lungo la sponda meridionale del Tamigi c'è un Istituto Confucio particolare... è l'Istituto Confucio per la Medicina Tradizionale Cinese di Londra. Si tratta del primo Istituto Confucio al mondo a promuovere sia l'insegnamento della lingua cinese sia la cultura volta a preservare la salute che caratterizza la Medicina Tradizionale Cinese (MTC). L'Istituto è nato nel 2007 grazie alla collaborazione tra la London South Bank University, l'Università di Medicina Tradizionale Cinese di Heilongjiang e l'Università Normale di Harbin. Nel 2008, è stata inaugurata ufficialmente la sua apertura.





孔院运营 15 年来，在进行汉语教学的同时，积极推介中国的中医特色文化，以实用易学的健康养生讲座和中医药文化展览和丰富多彩的工作坊吸引了当地民众，拓展了中英人文交流领域，促进了中西医的交流与合作。

Attivo già da ben 15 anni, questo Istituto ha promosso attivamente la MTC contemporaneamente all'insegnamento della lingua cinese, riuscendo a catturare l'interesse della popolazione locale con lezioni pratiche e facili sul mantenimento della buona salute e con lezioni sulla ricca cultura della MTC. Inoltre, è riuscito ad espandere il campo degli scambi sino-britannici e a promuovere la cooperazione e gli scambi tra la MTC e la medicina occidentale.



养生保健与生态文明国际研讨会
Seminario Internazionale sulla cultura
ecologica e sul preservare la buona
salute

神奇中医——为民众解除病痛

La miracolosa MTC: curare le persone da ogni indisposizione

伦敦中医孔子学院成立之初,就开设了中医(针灸)专业本硕连读学位课程,成为首个进入英国大学课程体系的中医课程,目前已培养毕业生近百人。

Fin dagli inizi della sua apertura, l'Istituto Confucio per la Medicina Tradizionale Cinese di Londra ha offerto un corso di laurea master in MTC (agopuntura) creando il primo corso di medicina cinese ad entrare a far parte del sistema di offerta di studi universitari della Gran Bretagna. Finora ha formato quasi 100 laureati.



伦敦南岸大学针灸学位课程学生学习中医
Studenti che studiano la MTC nel corso
di agopuntura della London South Bank
University

伦敦中医孔子学院还开设了现代化的中医门诊。门诊诊疗项目全面,除针灸、推拿外,还提供拔罐、刮痧等中医药传统诊疗项目,患者每次看诊,都可以享受“一条龙”式的中医药诊疗服务。当地众多患者在接受针灸、推拿等中医药治疗后,都体验到了明显的疗效,成为了忠实的中医药“粉丝”,定期到门诊进行健康咨询与养生保健。门诊自建立以来,黑龙江

中医药大学每年都会选派专业教师、医生、专家承担诊疗工作和教学工作。该孔子学院作为黑龙江中医药大学的海外教学实践基地,还具备实训教学功能,每年都会选拔优秀志愿者辅助开展诊疗工作,还培养了多名英国本土中医师。

Presso questo Istituto è stata anche aperta una moderna clinica di MTC. La clinica offre un programma completo di accertamenti diagnostici e trattamenti ambulatoriali. Oltre all'agopuntura e al massaggio *Tuina*, vi sono anche altri trattamenti tradizionali della MTC come la coppettazione (Cupping Therapy) e il massaggio *Guasha*, così che i pazienti possano beneficiare di un servizio diagnostico e ambulatoriale tradizionale cinese ogni volta che fanno una visita da un dottore. Molti pazienti del luogo che hanno provato questi trattamenti hanno riscontrato evidenti effetti curativi perciò sono diventati *fan* della MTC e vanno regolarmente in clinica per consulenze o per seguire terapie di prevenzione. Da quando è stata fondata la clinica, l'Università di MTC dello Heilongjiang provvede a selezionare ogni anno un gruppo di insegnanti, medici ed esperti professionisti da inviare a Londra per attività di insegnamento e di diagnostica. L'Istituto Confucio di Londra, fungendo da base per i tirocini all'estero degli studenti dell'Università di MTC di Heilongjiang, offre anche corsi di formazione pratica e d'insegnamento della MTC. Ogni anno, perciò, vengono selezionati i migliori volontari sia per assistere nello sviluppo di attività di diagnostica e trattamento ambulatoriale sia per formare numerosi medici inglesi nella pratica di cure tradizionali cinesi.



针灸课程的学生在老师的指导下为患者治疗
Una studentessa tratta una paziente
sotto la guida di un insegnante durante il
corso di Agopuntura

哈利娜是一位长期生活在英国的波兰籍患者，三年前她不幸患上了莱姆病，身体疲劳和肌肉疼痛给她的生活带来了很大影响。她虽然在波兰和英国四处寻医问药，但都没有得到满意的治疗。2022年，她经朋友推荐来到了孔子学院中医门诊就诊，医生为她进行了针、药结合的治疗。数月后，她的症状明显缓解。2022年圣诞节，她在寄给医生的贺卡上写道：“是中医药给了我希望。”

Halina è una paziente polacca che vive da tanti anni in Gran Bretagna. Tre anni fa, ha contratto il morbo di Lyme i cui sintomi, stanchezza e dolori muscolari, hanno condizionato fortemente il suo stile di vita. Nonostante tutte le terapie provate sia in Polonia sia in Gran Bretagna, non ha riscontrato alcun miglioramento. Nel 2022, alcuni amici le hanno consigliato di recarsi all'Istituto Confucio per la MTC di Londra per una visita. Qui, i medici l'hanno sottoposta ad una terapia combinata di agopuntura e medicine tradizionali cinesi. Dopo diversi mesi, i suoi sintomi si sono decisamente affievoliti. A Natale 2022, ha scritto "la medicina tradizionale cinese mi ha ridato speranza" nel bigliettino di auguri che ha inviato al suo medico curante.

多年来，诸如哈利娜这样的患者还有很多，因为体验到中医药的良好疗效，他们对孔子学院和门诊给予了莫大的信任和支持。当地民众对中医药传统疗法也有了更为深刻的认识和更高的接受度。

Nel corso degli anni, ci sono stati moltissimi pazienti che, come Halina, hanno dato fiducia e sostegno all'Istituto Confucio di Londra e alla sua clinica di MTC per i notevoli miglioramenti di salute riscontrati dopo le terapie a cui si erano sottoposti. La popolazione locale ha maturato anche una più profonda comprensione verso la MTC e un maggiore grado di accettazione per i trattamenti curativi tradizionali cinesi.



中医养生讲座
Una lezione di MTC

该孔子学院经常收到英国伦敦南岸大学及周边社区的邀请，针对当地常见病、多发病的防治及根据季节更替进行保健养生开展科普讲座。该孔子学院从传统中医药理论出发，深入浅出地介绍常见病、多发病的中医病因病机，并根据当地的饮食习惯、文化禁忌等，讲授如何应用养生功法、穴位按摩和食疗药膳等方法进行自我调养和保健。

Spesso la London South Bank University e le comunità locali invitano l'Istituto Confucio a tenere lezioni divulgative sul trattamento delle malattie più comuni e sulla prevenzione contro i mali stagionali. Partendo dalle teorie della MTC, l'Istituto introduce in modo semplice le cause e l'insorgere dei processi morbosi di alcune delle malattie più diffuse, insegna come trarre beneficio dall'agopuntura, dai massaggi e dall'applicazione della MTC nell'alimentazione per mantenere la buona salute facendo attenzione a rispettare le abitudini alimentari e i tabù culturali del luogo.



摄政公园“太极月”活动
La dimostrazione di Taiji presso il Regent's Park



“中华养生周”针灸讲座
Una lezione di agopuntura durante la “Settimana cinese del benessere”



新春巡演——走进大英博物馆
Spettacolo del Capodanno lunare al British Museum



新春巡演——走进孔子课堂
Spettacolo del Capodanno lunare nell'Aula dell'Istituto Confucio

灿烂文化—— 绽放中英友谊之花 Splendide attività culturali: il fiorire dell'amicizia sino- britannica

伦敦中医孔子学院结合中医药的养生理念，积极组织有特色的文化活动，如初夏摄政公园“太极月”、金秋“中华养生周”和农历新年“巡展、巡演、巡讲”等，这些都已经成为孔子学院的文化品牌活动。

Avvalendosi di tutte le teorie della cura della salute della MTC, l'Istituto Confucio per la MTC di Londra organizza molte attività culturali distintive, come il “Mese del Taiji” che si svolge a inizio estate presso il Regent's Park di Londra, la “Settimana cinese del benessere” in autunno, spettacoli divulgativi itineranti durante il capodanno lunare cinese. Queste attività culturali sono diventate il marchio dell'Istituto Confucio.



春节庆典活动——舞动太极
Celebrazioni del Capodanno lunare: spettacolo di Taiji accompagnato da musica dal vivo

2023 年农历新年期间，孔子学院就接到了近 30 所当地中小学的演出邀请，中国功夫、民族乐器、民族舞蹈、民乐串烧……伦敦中医孔子学院的专业演出团队，总能给观众们带来精彩纷呈的节目，孩子们争先恐后地参与互动，所到之处一片欢声笑语。

Durante il Capodanno lunare del 2023, quasi 30 istituti locali di scuola primaria e secondaria hanno invitato l'Istituto Confucio a tenere spettacoli di Kung Fu, di musica con strumenti tradizionali dei gruppi etnici cinesi, di danze folcloristiche e di musica mista. Il gruppo di professionisti dell'Istituto Confucio di Londra offre sempre spettacoli meravigliosi al pubblico; i bambini, in particolare, fanno sempre a gara per interagire per primi con i performers; ovunque si esibiscano sono sempre seguiti da entusiasmo e risate.

此外，每逢周末或重要的节假日，社区都会组织丰富的文化活动，免费向公众开放。伦敦中医孔子学院总会在这个时候出现在各种社区活动的现场，不仅会为孩子们提供剪纸、绘画、书法等手工工作坊，也会为大家献上精彩的演出，更是直接在现场进行健康咨询和养生服务。

L'Istituto Confucio di Londra, inoltre, partecipa anche alle tantissime attività culturali che la comunità locale organizza gratuitamente per il pubblico nei fine settimana e durante le feste più importanti. In queste occasioni, l'Istituto organizza per i bambini laboratori di ritaglio della carta, di pittura, di calligrafia cinese e tanti altri laboratori di creazioni manuali; offre anche meravigliosi spettacoli per tutti e stand dove consultare medici di MTC.



手工工作坊
Bambini che partecipano ad uno dei laboratori creativi

如今，越来越多的人对中医感兴趣，开始认识到中国传统中医的神奇，伦敦中医孔子学院将继续发挥积极的作用，让更多的人感受到中医的魅力。

Attualmente, sempre più persone sono interessate alla Medicina Tradizionale Cinese e stanno iniziando a comprendere i suoi benefici quasi miracolosi. L'Istituto Confucio per la MTC di Londra continuerà a promuovere attivamente i vantaggi di questa medicina tradizionale per permettere ad un numero sempre maggiore di persone di comprendere il fascino di questa pratica antica. 孔

供图 / 刘婷婷 吴林娜



供稿：黑龙江大学组稿 Università di Heilongjiang

作者：王悦 Wang Yue

翻译：莫亿澜 Ylenia Morando



多米孔院 多彩风景

MOMENTI
PIENI DI VITA
ALL'ISTITUTO
CONFUCIO
DOMINICANO:

—— 纪念中多建交五周年

Commemorazione del quinto anniversario dei rapporti
diplomatici sino-dominicani

多米尼加北临大西洋，南临加勒比海，是加勒比地区的第二大国家，其首都圣多明各被誉为“美洲第一城”。2018年5月1日，中国与多米尼加正式建立了外交关系。中多建交一周之际，黑龙江大学与圣多明各理工大学合作共建的孔子学院正式揭牌，成为多米尼加第一所孔子学院。中多建交五年以来，两国在文化、教育等领域密切交流合作，成为国家间友好合作、共同发展的典范。孔子学院建院四年以来，出色的汉语教学成果及丰富多彩的文化活动逐步打响并提升了多米孔院在当地的名度，成为当地民众了解中国和中国文化的重要窗口。

La Repubblica Dominicana si affaccia, a nord, sull'Oceano Atlantico e, a sud, sul Mar dei Caraibi ed è il secondo paese più grande dei Caraibi. Santo Domingo, la sua capitale, è conosciuta come la “prima città d'America”. Il primo maggio 2018, hanno avuto inizio ufficialmente i rapporti diplomatici tra la Repubblica Dominicana e la Cina. In occasione del primo anniversario dei rapporti diplomatici tra questi due paesi, l'Università di Heilongjiang e l'Università di Tecnologia di Santo Domingo hanno collaborato per l'apertura ufficiale dell'Istituto Confucio, istituendo così il primo Istituto Confucio della Repubblica Dominicana. Nei cinque anni di rapporti diplomatici intercorsi tra questi due paesi, ci sono stati fitti scambi e rapporti di cooperazione in materia di istruzione culturale e in altri settori, tanto da essere diventati un modello di cooperazione amichevole e di sviluppo comune tra paesi. Nei quattro anni trascorsi dalla sua fondazione, l'Istituto Confucio ha ottenuto eccellenti risultati nel campo dell'insegnamento della lingua cinese e nella realizzazione di attività culturali diversificate che hanno contribuito ad aumentare la sua presenza nella comunità locale e a farlo diventare un'importante piattaforma per gli abitanti di Santo Domingo attraverso la quale conoscere la cultura cinese.

掌握一种语言其实就是掌握了解一国文化的钥匙。当前，中文日益成为密切中多友好、促进两国人民相知相亲的纽带。中多建交五年以来，越来越多的多米尼加朋友喜爱中文、学习中文。圣多明各理工大学孔子学院拥有一批经验丰富的中文教师，他们努力探索教学新模式，丰富教学内容，保证教学质量，激发了当地中文爱好者对中文更为浓厚的兴趣，培养了多名优秀中文学生。

Padroneggiare la lingua è, in realtà, lo strumento attraverso il quale comprendere la cultura di un paese. Attualmente, la lingua cinese sta diventando sempre di più lo strumento attraverso il quale non solo si rafforza l'amicizia tra Cina e Repubblica Dominicana ma si promuovono anche rapporti di amicizia sempre più stretti tra le loro popolazioni. Nei cinque anni di rapporti diplomatici sino-dominicani, sempre più dominicani hanno mostrato di amare la lingua cinese e hanno iniziato a studiarne la cultura. L'Istituto Confucio dell'Università di Tecnologia di Santo Domingo possiede un corpo insegnanti con ricche esperienze professionali che si adopera con impegno nella ricerca di nuovi metodi d'insegnamento e di creare contenuti diversificati che ne garantiscano la qualità dell'offerta didattica e contribuiscano non solo a far crescere l'interesse per la lingua cinese degli abitanti locali ma anche a formare numerosi studenti di lingua cinese eccellenti.



为满足当地企业的需求，孔院将商务汉语学习与基础汉语教学相衔接，成功开设了企业汉语班。多米尼加当地企业喜高公司（Hayco）自 2020 年以来，与孔子学院合作培训了数十名员工。大部分员工表示，学习中文给他们的职业发展带来了诸多的便利与好处，他们可以在工作中较好地运用中文，帮助他们破除与中国合作方在语言与文化方面的壁垒。喜高公司还与孔子学院共同举办了“中国文化交流周”“春节庆祝活动”等。活动期间，孔院院长与教师到喜高公司实地开设讲座，从中多文化差异讲到中国礼仪与禁忌，学员们均表示受益匪浅。

Al fine di soddisfare le richieste delle società locali, l'Istituto Confucio offre sia corsi di cinese di livello elementare sia corsi di cinese commerciale. A partire dal 2020, l'azienda dominicana Hayco collabora con l'Istituto Confucio per la formazione di numerosi dei suoi dipendenti. La maggior parte di loro ha affermato che lo studio del cinese li ha avvantaggiati per quanto riguarda la loro carriera perché possono utilizzare il cinese al lavoro e possono superare le barriere linguistiche e culturali nel rapportarsi con clienti cinesi. Hayco ha anche organizzato insieme all'Istituto Confucio numerosi eventi, come la “Settimana degli scambi culturali cinesi” e le “Attività per celebrare la Festa della Primavera”. Durante questi eventi, il direttore dell'Istituto Confucio e gli insegnanti si sono recati negli uffici dell'azienda per tenere lezioni sul posto e trattare di argomenti che spaziano dalle differenze culturali ai tabù cinesi. Gli studenti hanno affermato di aver beneficiato profondamente da queste lezioni.



孔子学院教师
辅导学生

Una insegnante
dell'Istituto Confucio che
segue una studentessa
nello studio del cinese

孔院优秀学员吴恺杰（Edilian Uceta Espinosa）荣获 2021 年“汉语桥”世界中学生中文比赛美洲冠军。他流利的中文表达和丰富的中文知识储备，给现场评委和观众留下了深刻的印象。多米尼加外交部为吴恺杰举行了隆重的颁奖仪式，并表彰了孔子学院在推动多米尼加国际中文教育、培养优秀中文青年等方面作出的杰出贡献。多米尼加外交部副部长 José Julio Gómez 代表外交部在致辞中说：“我们在吴恺杰身上看到了许多多米尼加年轻人的努力、自律、才华和拼搏。他们克服重重困难，以奋斗和奉献的精神取得了成功，将我们的国旗升到了最高处。他们每天都在鼓励我们对更美好的家园寄予希望。”他指出：“吴恺杰代表多米尼加获此殊荣，也激励和鞭策着我们必须继续提高我们的中文教育质量，继续开辟道路并提供机会，让所有的多米尼加年轻人都能充分发挥他们的无限中文潜能。”

Edilian Uceta Espinosa, uno studente eccezionale dell'Istituto Confucio, ha vinto l'edizione americana svoltasi nel 2021 del Chinese Bridge, una competizione internazionale di lingua cinese rivolta agli studenti stranieri della scuola secondaria. La sua esposizione fluente in cinese e la sua ricchezza di conoscenze culturali della Cina ha lasciato una profonda impressione nella giuria e nel pubblico. Il Ministero degli Affari Esteri della Repubblica Dominicana ha tenuto una grande cerimonia di premiazione per questo studente ed ha anche lodato gli eccellenti contributi forniti dall'Istituto Confucio sia nella promozione dell'insegnamento del cinese nella Repubblica Dominicana sia nella formazione di giovani di talento. José Julio Gomez, vice ministro degli Affari Esteri, ha dichiarato nel suo discorso a nome del Ministero degli Affari Esteri di aver osservato molti giovani dominicani che, come Edilian Uceta Espinosa, si applicano con impegno e, superate le numerose difficoltà, ottengono ottimi risultati grazie al loro spirito combattivo e alla loro dedizione. Ha ringraziato questi giovani perché portano in alto il nome della Repubblica Dominicana e incoraggiano tutti quanti a sperare, ogni giorno, in una patria migliore. Il vice ministro ha anche sottolineato come il giovane Espinosa sia fonte di ispirazione e stimoli tutti quanti non solo a continuare a migliorare la qualità dell'offerta didattica nella lingua cinese, ma anche a creare nuove opportunità affinché i giovani dominicani possano sviluppare appieno le proprie potenzialità nel campo del cinese.

2023 年，吴恺杰凭借扎实的中文基础和创新的教学方法，成了孔子学院的一名本土中文教师。他的课堂氛围活跃，教学内容生动有趣，深得学生们的喜爱。他即将在 2024 年赴华留学，实现自己的中国梦！



外交部为吴恺杰
颁发“汉语桥”
奖牌和奖品

Consegna del premio a Edilian
Uceta Espinosa per aver vinto
il Chinese Bridge da parte del
Ministro degli Affari Esteri



在北京举行的
“汉语桥”洲冠军
选手表彰大会

Cerimonia di premiazione dei
campionati continentali del Chinese
Bridge organizzata a Pechino

Nel 2023, Edilian Uceta Espinosa è diventato un insegnante di cinese presso l'Istituto Confucio di Santo Domingo aggiungendosi alla già forte squadra di insegnanti di cinese e inaugurando l'inizio di una nuova fase nei metodi d'insegnamento. La sua classe offre un'atmosfera vivace, i contenuti insegnati sono interessanti, ed ha conquistato l'apprezzamento degli studenti. Nel 2024, si recherà in visita in Cina e realizzerà il suo Sogno Cinese!

此外，孔院还组织了许多丰富多彩的文化活动，如各类中国传统文化讲座、中秋和春节主题书画比赛、春节联欢会、国际中文日、端午节包粽子活动等。通过这些文化活动，多米尼加中文爱好者们认识了一个全面、立体、多彩的中国，致力于成为中多友好的使者。

L'Istituto Confucio organizza anche molte attività culturali vivaci, come i seminari su ogni aspetto della cultura tradizionale cinese, competizioni di calligrafia sui temi della Festa di Mezzo Autunno e delle Festa della Primavera, festeggiamenti per la Festa di Primavera, giornate internazionali della lingua cinese ed eventi che riguardano la Festa delle Barche Dragone e la preparazione degli *zongzi*. Attraverso queste attività, i dominicani che apprezzano il cinese possono non solo conoscere la Cina in modo completo e divertente ma anche diventare ambasciatori devoti dei rapporti di amicizia tra Cina e Repubblica Dominicana.



剪纸活动 Un'attività di ritaglio della carta



包粽子活动 Attività di preparazione degli zongzi

在中多双方高校合作的新机制下，圣多明各理工大学孔子学院蓬勃发展。建院四年来，孔子学院得到黑龙江大学的大力支持，疫情期间线上教学与活动的组织和参与等方面也得到了多方的大力支持与合作。圣多明各理工大学校长和副校长多次参加孔子学院的活动，如春节联欢会、“汉语桥”比赛等，并于2021年特别录制了庆祝黑龙江大学建校80周年贺词，称赞了两校合作的成果，表达了两校携手共进的信心。

Grazie ai nuovi meccanismi di cooperazione sino-dominicana, l'Istituto Confucio dell'Università di Tecnologia di Santo Domingo ha assistito ad un forte sviluppo. Nei quattro anni intercorsi dalla sua apertura, ha ottenuto l'energico supporto dell'Università di Heilongjiang; durante la pandemia ha anche ottenuto il supporto e la collaborazione di numerosi altri istituti grazie ai quali ha potuto organizzare corsi di lingua e attività didattiche in modalità digitale. Sia il preside che il vice preside dell'Università di Tecnologia di Santo Domingo hanno partecipato varie volte alle attività organizzate dall'Istituto Confucio come, ad esempio, ai festeggiamenti per la Festa della Primavera o alla competizione del Chinese Bridge e, nel 2021, hanno registrato un messaggio di congratulazioni in occasione dell'80° anniversario dalla fondazione dell'Università di Heilongjiang, elogiando la cooperazione tra i due istituti per i grandi risultati ottenuti e mostrando grande fiducia nel proseguimento dei rapporti di cooperazione.

多米尼加圣多明各理工大学孔子学院已经走过了四个春秋。中多两国人民见证了孔子学院的诞生，并陪伴着孔子学院成长，增进了两国人民的友好交流。越来越多的多米尼加民众能够通过孔子学院了解中国，学习并爱上灿烂的中国文化，与此同时，我们也增进了对多米尼加的认识和了解。

L'Istituto Confucio dell'Università di Tecnologia di Santo Domingo ha già compiuto quattro anni. Sia la popolazione dominicana che quella cinese hanno assistito alla sua nascita e gli sono stati accanto mentre l'Istituto cresceva a promuoveva gli scambi amichevoli tra i due paesi. Grazie all'Istituto Confucio, sempre più dominicani hanno potuto imparare a comprendere la Cina, a studiare e amare la sua splendida cultura. Infine, ha anche promosso la conoscenza e la comprensione della Repubblica Dominicana da parte dei cinesi. 孔

供图 / 王悦



古装秀 Posa con indosso gli eleganti ed antichi abiti tradizionali

《孔子学院》征稿函

《孔子学院》由中国国际中文教育基金会主办、上海外国语大学协办，拥有标准国际连续出版物刊号（ISSN）和中国国内统一刊号（CN），该刊为双月刊，有中英、中法、中西、中俄、中德、中意、中葡、中阿、中泰、中韩、中日 11 个中外文对照版，面向全球发行。

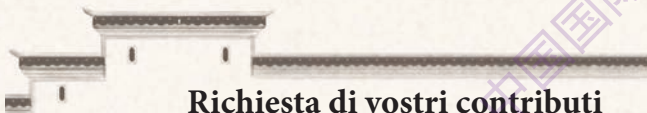
《孔子学院》设有“文化视窗”“汉语学习”“当代中国”和“孔院链接”栏目。“文化视窗”着重介绍中国不同地区风俗民情、特色文化和非遗（物质）文化传承等；“当代中国”旨在展示当地的最新发展，呈现中国百姓的日常生活、流行与时尚。2023 年拟依序介绍安徽省、江西省、贵州省、青海省、黑龙江省和广东省。“汉语学习”关注国际中文教与学的方方面面；“孔院链接”以汉语教师和学习者为主，聆听他们汉语教与学的故事。

投稿须知：

1. 文稿完整，包括题目、正文、署名和作者简介及联系方式。
2. 文字简洁，突出叙事性、趣味性和文化性，字数以 800—2500 为宜，中文、外文、中外文对照皆可。
3. 欢迎提供配图和图片说明，图片大小不低于 3MB，分辨率为 300dpi 以上，单独以附件形式发送。
4. 咨询、投稿邮箱：ci.journal@ci.cn。编辑部将在收稿 10 个工作日内予以回复。

免责声明：投稿稿件要求原创、首发，稿件中不得含有任何违法内容，不得侵犯他人名誉权、隐私权、商业秘密等合法权益，否则引发的法律责任由投稿人承担。一经投稿，即视为作者同意将作品多语种的修改权、复制权、汇编权、翻译权、信息网络传播权及电子数码产品版权等著作权（署名权、保护作品完整权除外）在全球范围内转让给《孔子学院》编辑部。

《孔子学院》编辑部



Richiesta di vostri contributi

Istituto Confucio è una rivista pubblicata a livello internazionale, ed è diretta dalla CIEF, collabora con la SISU e possiede un codice ISSN e CN. La rivista è pubblicata bimestralmente in versione bilingue. Inclusa la versione originale in lingua cinese, ci sono in tutto 11 versioni tradotte in lingue straniere: inglese, francese, spagnolo, russo, tedesco, italiano, portoghese, arabo, thailandese, coreano e giapponese.

La rivista è suddivisa in quattro sezioni: **Orizzonti culturali**, **Imparare il cinese**, **La Cina di oggi**, **Links dell'Istituto Confucio**.

La sezione “Orizzonti culturali” si parte da una nuova provincia cinese per concentrarsi sulla cultura distintiva della regione e sul suo patrimonio culturale materiale e immateriale. La sezione “La Cina di oggi” ha l'obiettivo di presentare i più recenti sviluppi avvenuti a livello locale attraverso fatti reali e immagini in modo da mostrare la vita e lo spirito del popolo cinese. Le province che verranno introdotte nei volumi del 2023 dalla rivista sono le seguenti: Anhui, Jiangxi, Guizhou, Qinghai, Heilongjiang e Guangdong.

La sezione “Imparare il cinese” si focalizza sui diversi aspetti dell'apprendimento e insegnamento della lingua cinese, la sezione “Links dell'Istituto Confucio” si concentra sui sentimenti degli insegnanti e degli studenti della lingua cinese, poiché vengono raccontate le storie che riguardano le loro esperienze dello studio della lingua cinese e i cambiamenti che il cinese ha portato nella loro vita.

Istruzioni per gli autori:

1. L'articolo deve comprendere titolo, testo, firma e presentazione dell'autore;
2. L'argomento dell'articolo deve essere chiaro, la struttura del testo deve essere chiara e concisa. Deve essere posta enfasi sui seguenti aspetti: narrazione, intrattenimento e cultura. La lunghezza dell'articolo deve essere minimo 800 caratteri e massimo 2500 caratteri, può essere scritto in cinese, in lingua straniera, oppure può essere bilingue.
3. In caso di inserimento di immagini, si chiede di allegarne la descrizione. La dimensione minima delle foto è 3MB e la risoluzione deve essere superiore a 300 dpi. Le immagini devono essere mandate in allegato.
4. Il contatto E-mail per l'invio di contributi e la richiesta di informazioni è il seguente: ci.journal@ci.cn. Dopo che la redazione avrà ricevuto l'articolo, il Consiglio editoriale risponderà entro 10 giorni lavorativi per confermare all'autore l'avvenuta ricezione.

Nel consegnare articoli, si chiede di confermare:

1. Il contributo è il tuo proprio lavoro.
2. Il contributo non è stato pubblicato prima.
3. Il contributo non contiene messaggi illegali e segreti commerciali, non viola potere di privacy altrui, non contiene nessun materiale che potrebbe causare danni o ferite.
4. Dopo che è stato consegnato l'articolo, tranne i poteri di attribuzione e integrazione, l'autore trasferisce il copyright del lavoro alla rivista che include ma non è limitato ai poteri di modifica, riproduzione, compilazione, traduzione, disseminazione e pubblicazione in forma digitale nell'ambito del sistema di distribuzione globale della rivista.

Consiglio editoriale *Istituto Confucio*

敬请关注
孔子学院媒体矩阵！

12 种语言说
“你好”



孔子学院
抖音号



孔子学院
微信公众号



孔子学院
微博



孔子学院
全球网站 ci.cn



孔院人的云上家园

RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5

ISSN 2095-7750



9 772095 775231

0.7>