

LBRIS

We know
books



ARTA JAPONEZĂ DE A TRĂI

LITERA

București

目次

CUPRINS

Introducere	8	Șintoism	60
		Budism	64
BUN-VENIT ÎN JAPONIA	10	Focus pe talismane și amulete	68
Pe hartă	12	Șapte zei norocoși	70
Primăvară	14	Estetică și design	72
Vară	16	Focus pe ikebana	74
Toamnă	18	Case tradiționale	76
Iarnă	20	Grădini	78
Primele întâlniri	22	Focus pe bonsai	80
Scurtă istorie	28	Pictură	82
Japonia în lume	32	Xilogravură	84
		Ceramică	86
PERSPECTIVĂ ASUPRA		Artizanat decorativ	88
JAPONIEI	38	Focus pe origami	90
Pe hartă	40	Caligrafie	92
Peisaje urbane	42	JAPONIA INOVATOARE	94
Focus pe capace de canalizare	46	Pe hartă	96
Japonia rurală	48	Minuni ale ingineriei	98
Munți	50	Gadgeturi	102
Focus pe muntele Fuji	52	Focus pe evoluția roboților	106
Diversitate	54	Jocuri video	108
JAPONIA ATEMPORALĂ	56	Peisaje sonore	110
Pe hartă	58		»

JAPONIA CREATIVĂ 112

Pe hartă	114
Tendențe în arhitectură	116
Stil modern	118
Artă contemporană	120
Focus pe Yayoi Kusama	122
<i>Kawaii</i>	124
Modă	126
Literatură	132
Manga și anime	134
Focus pe evoluția unei serii manga	138

DIVERTISMENT ÎN JAPONIA 140

Pe hartă	142
Teatru japonez	144
Focus pe experiența kabuki	148
Lumea unei gheișe	150
Muzică japoneză	152
Focus pe idoli pop supremi	156
Viața de noapte	158
Subcultura <i>otaku</i>	160
Focus pe cartiere <i>otaku</i>	164
Japonia pe ecran	166
Focus pe cinema japonez	170
Sport	172
Focus pe arte marțiale	176

JAPONIA GURMANDĂ 178

Pe hartă	180
Sushi și sashimi	182
Tăieței	184
Orez	186
Alimente regionale	188
Focus pe <i>kaiseki-ryori</i>	190
Gustări	192
Focus pe <i>wagashi</i>	194
Ceai	196
Focus pe ceremonia ceaiului	198
Whisky	200
Sake	202

JAPONIA SĂNĂTOASĂ 204

Pe hartă	206
Izvoare termale	208
Focus pe <i>onsen</i>	210
Dietă, exerciții fizice și longevitate	212
Pelerinaje și poteci	214
Focus pe traseul Yoshida	216
Filosofii japoneze după care să ne ghidăm	218
Indice	220
Mulțumiri	223



日本へようこそ

BUN-VENIT ÎN JAPONIA

Întinzându-se de la marginea înghețată a Siberiei până la tropice, acest arhipelag format din mii de insule cuprinde o concentrare incredibilă de peisaje dispartate – nu numai orașe ultramoderne și vulcani incandescenti, ci și plaje izolate și văi luxuriante. Numitorul comun al acestei concentrări de climate, geografii și priveliști îl reprezintă ritmul anotimpurilor, în funcție de care bate inima Japoniei, dictând vremea, gastronomia și viața culturală mereu schimbătoare a celor 125 de milioane de locuitori. O rețea de transport uimitoare facilitează deplasarea și explorarea – cu bicicleta, cu avionul, cu trenul de mare viteză sau cu feribotul.

LEBRIS

We know
books



PE HARTĂ

Explorarea regiunilor din Japonia

Situată la est de Asia continentală și mărginită pe o distanță de 3 000 de kilometri de Oceanul Pacific, Japonia este formată din mii de insule. Japonia continentală este definită de obicei ca fiind formată din cele mai mari patru insule din arhipelag: Honshu, Hokkaido, Kyushu și Shikoku. Aceste insule sunt împărțite în 47 de unități administrative numite prefecturi, care, la rândul lor, sunt grupate neoficial în opt regiuni diferite. Fiecare regiune are un caracter distinct, cu obiceiuri și culturi locale modelate de condițiile meteo și de caracteristicile geografice extrem de schimbătoare ale țării.

125

milioane de oameni
trăiesc în Japonia -
locul 11 în topul celor
mai populate țări
din lume.

PREFECTURI

HOKKAIDO

1 Hokkaido

TOHOKU

- 2 Aomori
- 3 Akita
- 4 Iwate
- 5 Yamagata
- 6 Miyagi
- 7 Fukushima

KANTO

- 8 Tochigi
- 9 Ibaraki
- 10 Saitama
- 11 Tokyo
- 12 Chiba
- 13 Kanagawa
- 14 Gunma

CHUBU

- 15 Niigata
- 16 Toyama
- 17 Ishikawa
- 18 Fukui
- 19 Nagano
- 20 Yamanashi
- 21 Shizuoka
- 22 Aichi
- 23 Gifu

KANSAI/KINKI

- 24 Hyogo
- 25 Kyoto
- 26 Shiga
- 27 Osaka
- 28 Nara
- 29 Mie
- 30 Wakayama

CHUGOKU

- 31 Tottori
- 32 Okayama
- 33 Shimane
- 34 Hiroshima
- 35 Yamaguchi

SHIKOKU

- 36 Kagawa
- 37 Tokushima
- 38 Ehime
- 39 Kochi

KYUSHU-OKINAWA

- 40 Fukuoka
- 41 Saga
- 42 Nagasaki
- 43 Oita
- 44 Kumamoto
- 45 Miyazaki
- 46 Kagoshima
- 47 Okinawa

REGIUNEA CHUGOKU

Chugoku, sau „Țara de Mijloc”, este o regiune împărțită în două, cu orașe pline de viață în sud și cu o atmosferă pastorală mai liniștită în nord.

REGIUNEA KYUSHU-OKINAWA
Kyushu-Okinawa îmbină vulcanii activi, pajiștile vălurate și izvoarele termale din Kyushu cu paradisul tropical relaxat din Okinawa, mai la sud.

REGIUNEA KANSAI/KINKI

Denumită atât Kansai, cât și Kinki, această regiune este inima istorică și culturală a Japoniei, unde tradiția și viața de noapte înfloritoare prosperă în paralel.

REGIUNEA SHIKOKU

Shikoku, de mică întindere, oferă o imagine a țării așa cum era odată, cu ferme rurale și cu orașe și temple istorice.



REGIUNEA HOKKAIDO

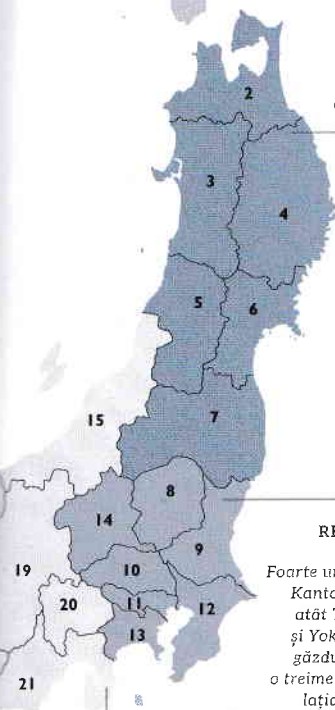
Hokkaido este
o regiune de
foc și gheață,
caracterizată de
câmpii fertile,
vulcani semeți și
condiții perfecte
de schi.

MICRO- ANOTIMPURI

Tradițional, calendarul
japonez avea 24 de anotimpuri,
împărțite, la rândul lor, în
microanotimpuri, cum ar fi
higurashi naku (tărăitul de
seară al cicadelor).

REGIUNEA TOHOKU

Aspră și izolată, Tohoku este
încărcată de mituri și legende.
Aici se găsesc munți sacri, păduri
dense și tradiții populare vibrante.



REGIUNEA KANTO

Foarte urbanizată.
Kanto cuprinde
atât Tokyo, cât
și Yokohama, și
găzduiește cam
o treime din popu-
lația Japoniei.

REGIUNEA CHUBU

Muntoasa Chubu
este de o frumusețe
aparte, îmbinând
patrimoniul stră-
vechi cu industria
modernă.

0 kilometri 150



CELE PATRU INSULE PRINCIPALE

Arhipelagul japonez este alcătuit
din 14 000 de insule, dintre care
doar 430 sunt locuite. Marea
majoritate a populației trăiește
pe insulele principale – Honshu,
Hokkaido, Kyushu și Shikoku.



0 kilometri 400





春

PRIMĂVARĂ

Anotimpul noilor începuturi

Invocația „*oni wa soto, fuku wa uchi*” („demonul să iasă, norocul să intre”) pentru a sărbători Setsubun la începutul lunii februarie este primul semn că Japonia este pregătită pentru primăvară. Muguri se deschid în parcuri și în grădini, începând cu florile de prun roz și purpurii, la sfârșitul lunii februarie. Iar prin martie începe o nouă rundă de strănut și de măști chirurgicale, datorate valului anual de alergii la cedru.

AROME PROASPETE

Când primăvara este declarată oficial pe 21 martie, la Shunbun no Hi, vremea este

în mare parte caldă și însorită în Honshu, Kyushu și Shikoku, cu Hokkaido mai rece și Okinawa mai caldă. Și odată cu noul sezon, mâncarea grea de iarnă face loc unor arome mai ușoare: legumele de munte ies în evidență, cireșe roșii apar în supermarketuri, iar muguri fragezi de bambus adaugă prospețime meniurilor.

FLORI ANUALE

Nimic nu spune primăvară ca florile de cireș, iar când repictează pentru scurt timp țara în nuanțe de roz – o mișcare urmărită meticulos la știrile zilnice și în



aplicațiile meteo – localnicii sărbătoresc cu petreceri *hanami* (admirare a florilor). Pentru majoritatea japonezilor, *hanami* este o modalitate de a se bucura de natură și de compania familiei și a prietenilor, dar, cultural, există o semnificație filosofică mai profundă a ritualului. Admirarea existenței trecătoare a florilor întruchipează conceptul de *mono no aware* (p. 72), melancolia și bucuria în fața ceva atât de frumos, dar trecător. Puteți participa la *hanami* oriunde în Japonia – pentru a vă alătura localnicilor trebuie o pătură de picnic, un bento și câteva băuturi.

CALENDAR

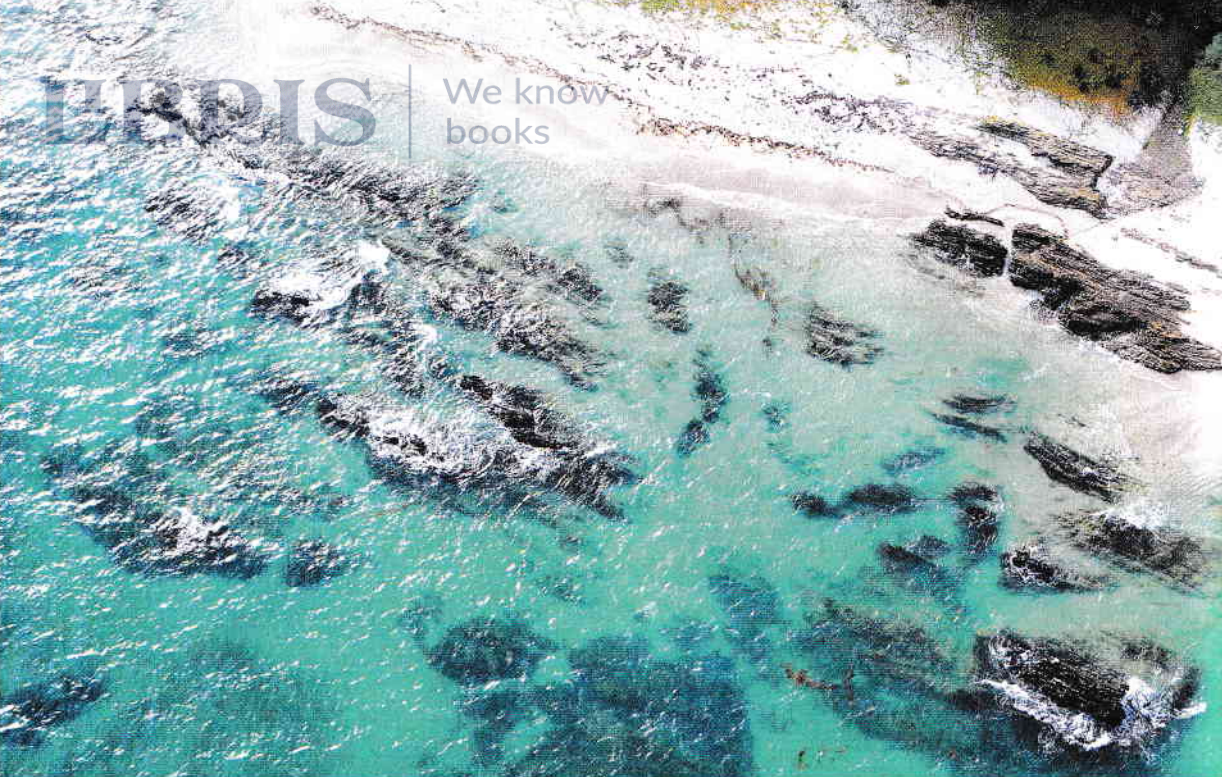
Dacă vizitați Japonia la mijlocul lunii martie, veți fi martorii Zilei Albe, pe 14 martie, când bărbații oferă cadouri femeilor în schimbul celor permise de Ziua Îndrăgostiților – majoritatea femeilor oferă cadouri pe 14 februarie,

În Săptămâna de Aur (29 aprilie–5 mai) se desfășoară multe sărbători naționale și întreaga Japonie pare în mișcare: transportul public este foarte aglomerat, prețurile билетelor cresc.

În al treilea weekend din mai, în districtul Asakusa din Tokyo are loc unul dintre cele mai energice festivaluri, Sanja Matsuri, unde sake-ul curge în valuri. Onorând fondatorii templului Sensoji, acesta prezintă echipe de hamali care transportă 100 de altare portabile pe străzile aglomerate – legănându-se, împingându-se și strigând în căldura soarelui de sfârșit de primăvară.

Mai prozaic, anul fiscal și cel academic încep la 1 aprilie, aducând runda anuală de transferuri în multe întreprinderi, precum și ceremonii de intrare în universități, licee, școli gimnaziale și grădinițe. Începe și ciclul orezului, cu răsaduri cultivate în sere, apoi plantate în orezării.

^ *Flori de cireș (sakura) în toată splendoarea în Tokyo*



夏

VARĂ

Festivaluri, distracție și familie

Aroma de mosc a spiralelor antițânțari, țârâitul neîncetat al cicadelor, umbrelele de soare – bun-venit în vara japoneză. De la sfârșitul lunii iunie, fiecare conversație conține cel puțin un oftat „*atsui!*” („ce căldură!”), pe măsură ce zăpușeala scurtului anotimp ploios semnalează trecerea la vară. Când vara începe cu adevărat, pare că este cel mai folosit cuvânt în japoneză.

TEMPERATURA CREȘTE

În iulie și august, temperaturile în afara zonelor muntoase depășesc frecvent 35°C, uneori chiar și mai mult în orașe

caniculare precum Kumagaya din prefectura Saitama și Isesaki din prefectura Gunma. Iar când se lasă noaptea, adesea nu se simte răcoare, umiditatea crescând până la 90%. Din fericire, Japonia are câteva soluții pe termen scurt cu alimente sezoniere răcoritoare, cum ar fi *kakigori* – fulgi de gheață acoperiți cu sirop cu aromă de fructe și lapte condensat –, *somen* și alți tăieței reci. Porumbul la grătar, pepenele roșu succulent și edamame reci sunt alte alimente de vară, la fel și câteva beri reci savurate în berăriile de pe acoperișuri, deschise în orașe doar pe timpul verii.



SĂRBĂTORI DE VARĂ

Când Japonia atinge apogeul festivalurilor de vară, nici căldura de vară, nici umiditatea nu opresc distracția. Festivalurile variază drastic, dar există trăsături comune: chimonourile colorate din bumbac *yukata*, vânzătorii ambulanți care vând tăieței prăjiți și *kakigori* și evantaiile pe care oamenii le flutură pentru a se răcori. Multe festivaluri sărbătoresc Obon la mijlocul lui august, când se spune că spiritele strămoșilor se întorc acasă, prilej pentru întâlniri de familie la care se aprind lampioane pentru a ghida spiritele prin întuneric.

În Kyoto, luna iulie este dedicată festivalului Gion Matsuri, vechi de o mie de ani, al cărui punct central este o procesiune de care alegorice uriașe la mijlocul lunii. Festivalul Awa-Odori din Tokushima, în Shikoku, și versiunea mai restrânsă din Tokyo, în Koenji (ambele în august) așteaptă cu bucurie căderea nopții, când

dansatori și muzicieni ies pe străzi pentru distracție frenetică și artificii.

ÎNVINGEȚI CANICULA

Pentru a scăpa de caniculă – sau măcar pentru a fi unde nu este la fel de cald –, puteți urma localnicii în destinații populare cum ar fi Hokkaido, în nordul îndepărtat, unde stațiuni de schi alpin, cum ar fi Niseko, oferă un cadru mai răcoros pentru drumeții și alte activități în aer liber (p. 51); puteți merge în Alpii japonezi (p. 51); sau puteți explora fermele, coasta accidentată și lanțurile montane din regiunea Tohoku, mai puțin vizitată. Și vizitarea stațiilor cu ape termale (p. 208) este populară. Aerul este adesea mai răcoros aici, iar petrecerea timpului în hanuri tradiționale – pe *tatami*, în chimonouri ușoare *yukata* – nu este doar revigorantă, ci și o modalitate excelentă de a vă reîncărca bateriile în timpul căldurii sezoniere epuizante.

^ Soarele verii pe una dintre plajele tropicale cu nisip alb din Okinawa



秋

TOAMNĂ

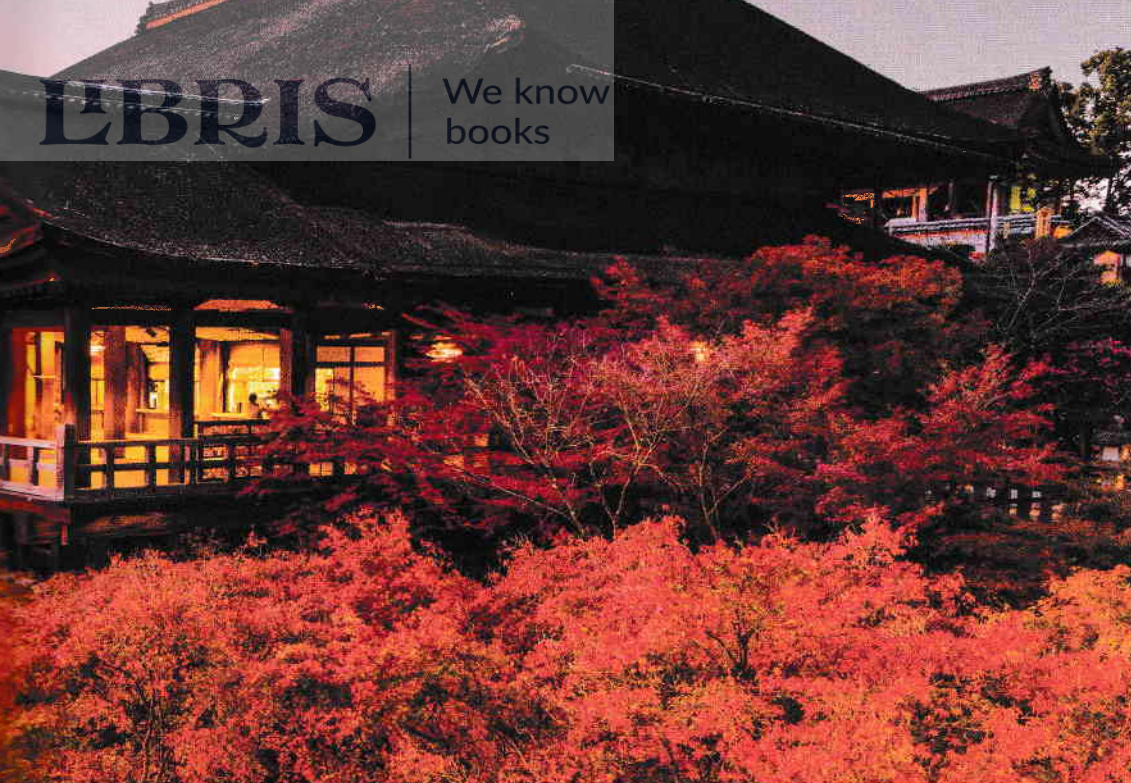
Japonia pictată în roșu

Pe măsură ce căldura se domolește la sfârșitul lunii septembrie, aproape că poți simți cum Japonia scoate un oftat colectiv de ușurare. Acasă, ventilatoarele electrice sunt scoase din priză și ferestrele sunt lăsate deschise și toată lumea se bucură să respire din nou aer proaspăt. Afară, mai mulți copii își petrec timpul jucându-se în parcuri, iar frunzișul devine roșu, ruginiu și galben.

AROME ALE PĂMÂNTULUI

Valul anual de taifunuri va agita din când în când vremea, dar în octombrie,

noiembrie și chiar la începutul lui decembrie este încă splendidă – caldă ziua, răcoroasă noaptea și în mare parte uscată și însorită. Mâncarea este la fel de specială. La sfârșitul lunii noiembrie, începe să fie suficient de rece pentru tocănițele *nabe*. Reapar delicioasele ciuperci *matsutake*, gătite simplu la grătar pentru a le evidenția savoarea, sau înăbușite cu orez ca *matsutake gohan* și folosite cu creveți, pui și nuci gingko de sezon în *dobin-mushi* – o supă limpede fiartă într-un ceainic mic și servită cu un strop de suc de citrice *sudachi*.



DRAGOSTEA DE NATURĂ

Așa cum florile de cireș sunt o parte importantă a primăverii, toamna, *koyo* (frunzele de toamnă) sunt în prim-plan. Deși nu există un echivalent de toamnă exact al *hanami* de primăvară (p. 15), oamenii vizitează parcurile și merg la munte pentru a se bucura de culorile de sezon. Frunzele galbene de pe Bulevardul Ginkgo din parcul Meiji-jingu Gaien sunt o atracție în Tokyo, la fel ca frunzele roșii și galbene din grădina Rikugien. În Kyoto, oamenii stau la coadă ore în șir pentru a vedea arțarii de un roșu intens de la templul Eikando.

Printre locurile mai puțin aglomerate se numără cele cinci lacuri Fuji de lângă muntele Fuji și Parcul Național Daisetsuzan din Hokkaido. Muntele Hachimantai, între prefecturile Iwate și Akita din Tohoku, este o explozie de culori. Scăldați-vă în izvoarele termale naturale din regiune.

SĂRBĂTORI ȘI EVENIMENTE

Toamna puteți participa la evenimente majore, cum ar fi Jidai Matsuri din Kyoto, la sfârșitul lunii octombrie, care include o paradă de peste 2 000 de persoane reprezentând personalități din istoria Japoniei, și Marele Festival de Toamnă, la mijlocul lunii octombrie la altarul Toshogu din Nikko, din Patrimoniul UNESCO, care include demonstrații de tragere cu arcul din șaua calului (*yabusame*). Mai discret, Shichi-Go-San de la jumătatea lunii noiembrie este un eveniment național, la care copii de trei, cinci și șapte ani se îmbracă în chimonouri colorate și vizitează sanctuare împreună cu familia ca să se roage pentru un viitor bun. Iar în octombrie, de Halloween – eveniment adoptat și alimentat de pasiunea japonezilor pentru cosplay – petrecăreții ies pe străzile marilor orașe în costume elaborate pentru petreceri memorabile.

^ Frunzele toamnei la templul Kiyomizu-dera din Kyoto



冬

IARNĂ

Să stăm la căldură și să așteptăm primăvara

La sfârșitul lunii noiembrie, când ultimele frunze de toamnă cad în Tokyo, începe iarna. Sub cerul în mare parte albastru, este un ger de crapă pietrele. Automatele vând băuturi fierbinți, iar noaptea se aude clinchetul camioanelor cu cartofi dulci, aducând arome de caramel și cărbune care vestesc iarna. Când decorațiunile de Halloween sunt date jos, vin luminițele de Crăciun, cu un aer festiv.

ALIMENTE CALDE

Din decembrie până în februarie, temperatura se răcește semnificativ

în multe părți ale Japoniei, iar oamenii se orientează către mâncăruri de sezon, cum ar fi tocănițe, curry și mâncăruri la caserolă, bunăoară *oden*, pentru a se proteja de frig. Totuși, cea mai distinctivă mâncare de sezon apare spre sfârșitul lui decembrie, când *osechi-ryori* (mâncăruri tradiționale de Anul Nou) apar în cutii ornate și lăcuite pe mesele din toată Japonia. Cutiile elegante conțin porții de fasole, carne, pește și alte gustări, fiecare cu o semnificație anume – fasole neagră pentru a simboliza sănătatea și alge marine *kombu* pentru că sună asemănător



cu *yorokobu* (fericire). Vor fi crochete de pește *kamaboko* roșii și albe, unde albul înseamnă puritate, iar roșul este culoarea norocului. Vei avea o mulțime de lucruri de încercat. În ajunul Anului Nou, japonezii mănâncă tăieței *soba*, deoarece se spune că tăieței lungi semnifică o viață lungă.

CRĂCIUN ȘI ANUL NOU

Experiențele de iarnă variază în Japonia, de la zăpezile abundente din Hokkaido la căldura plăcută de care se bucură Okinawa, dar anumite elemente se regăsesc pretutindeni. Crăciunul este în mare măsură cosmetizat: Moș Crăciun vizitează grădinițe, brazi împodobiți apar în holurile blocurilor de apartamente, iar KFC își face tradiționalul comerț cu pui de Crăciun. Dar, în general, nimeni nu-și ia liber de la serviciu, iar festivitățile nu durează după ziua de Crăciun. Sfârșitul de an este la fel de discret. Este o perioadă dedicată

familiei și resetării pentru anul care urmează. Anul Nou înseamnă privity la TV și mâncare pe săturate – mâncați *osechi-ryori* în timp ce urmăriți concursul anual de interpretare *Kohaku* și răsfățați-vă picioarele sub masa cu încălzire *kotatsu*.

SĂRBĂTORI DE IARNĂ

Mulți japonezi fac prima lor vizită din an la sanctuar (*hatsumode*) ca să se roage pentru un an bun. Mulți se îndreaptă spre altare precum Meiji Jingu din Tokyo și Sumiyoshi Taisha din Osaka; alții merg spre coastă sau spre munte pentru a admira *hatsuhinode*, primul răsărit de soare din an. Și, odată încheiate sărbătorile, există o mulțime de alte evenimente care îi vor însoți pe oameni în lunile reci – dar nici unul la fel de important ca Festivalul Zăpezii de la Sapporo, în Hokkaido, unde sunt create sculpturi uriașe de gheață în jurul centrului orașului.

^ Peisaj acoperit de zăpadă în prefectura Fukushima