KERALA Torno un'altra

Lo Stato dell'India meridionale è la meta ideale per le donne: sicuro e accogliente (anche per chi viaggia da sola) è pieno di attrattive turistiche e centri benessere dove ritrovare la forma grazie alla medicina tradizionale ayurvedica

di Stefania Miretti *e* Anna Migotto

ELEGANZA INNATA
Una giovane indiana in una strada di Kochi, la seconda città del Kerala dopo la capitale Thiruvananthapuram.

IN ACQUA COL SARI
Sopra, donne a Kovalam Beach, nota spiaggia del Kerala. Sotto: un elefante nei pressi della città di Munnar, a 1.600 metri d'altezza; una foto di Amma, la "guru che abbraccia", impegnata in iniziative umanitarie in tutto il mondo. In basso, due bimbi nei pressi di Alleppey.

Se la lista degli "sconsigli" di viaggio s'allunga e il mondo pare all'improvviso restringersi, il **Kerala,** nell'estremo sud dell'**India,** rimane la destinazione perfetta per una vacanza al caldo. Un posto gentile e fiorito, il paese di Amma, la "guru che abbraccia", nota nel mondo per le sue iniziative umanitarie, e di Arundhati Roy, che qui ha ambientato il romanzo *Il dio delle piccole cose*; il Paese della medicina ayurvedica e delle ballerine di Katakali; dei negozi di stoffe e dei sarti di strada che in poche ore copiano qualunque modello; dei **She Taxi** guidati da donne, riservati alle donne e studiati per aumentare senso di sicurezza e occupazione femminile. Un'India insolita, dove l'analfabetismo è quasi inesistente e la maggioranza delle coppie che fanno domanda d'adozione dichiara di preferire una figlia femmina. Una destinazione women friendly, perfetta per un viaggio tra amiche, ma anche da sole, in assoluta tranquillità!

OBIETTIVO: FERMARE IL TEMPO

Ringiovanire con l'Ayurveda: è questo uno dei motivi per cui si parte per il Kerala. Ma scordatevi l'idea del "massaggio", che pure è il piacevole mezzo attraverso cui

VII/LUZ PHOTO; GETTY IMAGES

BALLO SULLA SPIAGGIA
Sopra, un'esibizione di mohiniyattam, tipica danza del Kerala. A sinistra: la chiesa di Adimalathura; una futura sposa sceglie il sari per le nozze. A destra: canale delle backwaters.

vengono somministrati i trattamenti a base di oli, erbe medicinali, latte. Preparatevi a un percorso di benessere fatto di rituali complessi che, sotto controllo medico, puntano all'equilibrio del corpo e della mente, alla purificazione, al rafforzamento delle difese immunitarie. L'**Ayurveda,** la più antica forma di medicina documentata, è una filosofia che chiede, per il tempo necessario (minimo una settimana), di abbandonarsi nelle mani sapienti delle terapiste. La qualità dei trattamenti, i cottage immersi in un curatissimo giardino tropicale, le lezioni di yoga e meditazione, il cibo vegetariano vario e appetitoso (possibile frequentare corsi di cucina), gli incontri con persone di nazionalità diverse, sono i punti di forza del **Somatheeram Ayurvedic Health Resort** (*www.somatheeram.org, e.arpini@somatheeram.com*), uno dei più antichi e premiati resort ayurvedici, affacciato sulla magnifica spiaggia di **Adimalathura,** dove ogni mattina è possibile assistere allo spettacolo dei pescatori che ritirano le reti. Vivamente consigliato rompere tanta pace con un po' di shopping (stoffe, pashmine tessute a mano, gioielli) nella capitale **Trivandrum,** a 20 chilometri di distanza, o raggiungendo per una sera la vicina e sempre affollata **Kovalam Beach,** dove mescolarsi tra i bagnanti nella pozza rossa del sole che tramonta e infrangere la dieta con una grigliata di pesce freschissimo.

UNA BARCA TUTTA PER SÉ

Un'altra esperienza imperdibile: scivolare lentamente sulle backwaters, le acque interne del Kerala (1.500 km di fiumi che incrociano laghi e lagune), salpando da **Aleppey,** la Venezia del Subcontinente, su una house boat, una casa galleggiante di legno tutta per sé (da una fino a quattro camere da letto). Assistere allo spettacolo dell'alba e del tramonto, dell'alternarsi di palmeti, risaie e villaggi, della vita quotidiana che scorre lungo i canali, incrociando bambini che rientrano da scuola o donne che vanno a fare la spesa in barca, mondine e intessitori di fibra di cocco. Per 24 ore o più si naviga immersi in un silenzio irreale rotto appena dal canto

S.MIRETTI, A.MIGOTTO; GETTY IMAGES; LUZ PHOTO

DAL CAMPO ALLA TAZZA
Una piantagione di tè a Munnar. In alto, trattamento beauty al Somatheeram Ayurvedic Health Resort. In basso, bambini di Kochi.

degli uccelli, dalle campanelle d'un tempio o dalla voce di un muezzin in lontananza, cenando a lume di candela o semplicemente godendosi il paesaggio. Se l'escursione è più lunga, dalla barca madre si può passare a un barchino con il quale inoltrarsi nei canali minori, per incontri ravvicinati con la ricchissima fauna del posto (*tourindiakerala.com*). E per chi fosse interessata, nella zona di **Aleppey** sorge anche l'ashram di Amma, che è possibile visitare.

TOUR TRA LE PIANTAGIONI

Davvero tutte le sfumature del verde accolgono il viaggiatore a **Munnar,** 1.600 metri sul livello del mare, luogo di villeggiatura preferito dagli inglesi durante il periodo della dominazione britannica in India. Le piantagioni, soprattutto tè, ma anche cardamomo e cacao, si estendono a perdita d'occhio e profumano l'aria. Cascate, fiori e farfalle di colori e dimensioni incredibili, punteggiano l'incantevole scenario che ha fatto da set al regista Ang Lee per il suo film capolavoro *Vita di Pi*. Le colline di **Munnar** sono un invito al trekking, o anche solamente alla passeggiata ecologica, ma quasi tutti i resort affittano biciclette e, per le più pigre, organizzano tour in auto. Anche il centro di Munnar, piccolo e relativamente caotico, merita una visita. Per acquistare tè e spezie freschissimi, e farsi un'idea di come indù, cristiani e musulmani possano convivere in pace e amicizia!

Tre dritte utili per chi parte

QUANDO PARTIRE
Il periodo perfetto, secco e assolato, per visitare il **Kerala** va da dicembre ad aprile, prima dell'arrivo del monsone (considerato comunque il momento più propizio per le terapie ayurvediche).

ABITARE SU UN ALBERO
Famoso per i suoi parchi naturali ancora popolati da **tigri ed elefanti,** il Kerala garantisce la possibilità di una full immersion nel paesaggio tropicale. Per i pernottamenti ci sono sistemazioni di ogni tipo, dalle raffinate ex casine di caccia degli inglesi agli hotel più economici, ma per le più avventurose, o per chi viaggia con i bambini, è possibile coronare il sogno di dormire in una **casa sull'albero** (*wayanadgreenforestresort.com*).

ANDARE A MESSA
Sì, anche questo è un consiglio di viaggio. Due cose, infatti, colpiscono il visitatore del Kerala: la prima sono le molte falci e martello e i ritratti di **Che Guevara** dipinti sui muri delle case (i comunisti, qui eletti democraticamente, sono stati a lungo al potere); la seconda è l'**abbondanza di chiese** (i cristiani sono quasi il 20 per cento, contro il 2,3 per cento della media indiana). Il "cattocomunismo" alla keralese può essere uno dei tanti fili da seguire per un viaggio in quest'India diversa dove, se non è possibile visitare i templi (per sbizzarrirsi è necessario scollinare nel vicino **Tamil Nadu**), c'è invece l'opportunità di assistere a messe e processioni: affollate, colorate, piene di canti e dall'atmosfera toccante.

GETTY IMAGES