

Sri Lanka: tra cannella e il cuore di Kandy

scritto da goditilavita.it | 10 Luglio 2026



Lascio il finestrino leggermente abbassato e mi accorgo quasi subito che qualcosa è cambiato. Non è il paesaggio, ancora verde e rigoglioso come quello di [Sigiriya](#) che ci accompagna da giorni, ma l'aria. Fino a poco fa profumava di lago, terra umida e cocco; adesso porta con sé una nota diversa, più calda, intensa, quasi avvolgente. Mi volto verso la Bipede e sorrido.

«Secondo me ci siamo.»

Lei inspira profondamente, poi ricambia il sorriso.

«Le spezie?»

Annuisco. «Esatto. Da questo momento lo **Sri Lanka** non si limiterà più a farsi vedere. Comincerà anche a farsi annusare.»

Matale e il Giardino delle Spezie dello Sri Lanka

La strada continua a salire tra colline ricoperte di vegetazione e, dopo qualche curva, raggiungiamo **Matale**, una delle zone più conosciute dell'isola per la coltivazione delle spezie. Ad accoglierci è una guida sorridente che ci dà il

benvenuto con una frase destinata a rimanermi impressa per tutto il viaggio.

«Qui non si visita. Qui si annusa.»

Ha ragione.

Bastano pochi passi per capire che questo non è il classico giardino botanico dove si passeggia leggendo cartellini con nomi latini. Qui ogni pianta racconta una storia, ogni foglia custodisce un profumo diverso e ogni corteccia ricorda che, per secoli, uomini provenienti da ogni angolo del mondo hanno attraversato oceani inseguendo proprio questi aromi.

La cannella di Ceylon, la vaniglia e le spezie di Matale

La prima protagonista è la **cannella**.

La guida prende delicatamente un ramo, incide la corteccia e ci mostra come, con pazienza e manualità, venga lavorata fino a trasformarsi nei bastoncini che tutti conosciamo. Ne porto uno al naso quasi per istinto. Il profumo è sorprendentemente delicato, molto diverso da quello che esce dai piccoli vasetti della nostra cucina. È più morbido, elegante, quasi dolce, e per un attimo capisco perché questa pianta sia stata considerata una delle ricchezze più preziose dell'isola.

Proseguendo tra i sentieri incontriamo la **vaniglia**, che cresce arrampicandosi con discrezione sulle piante vicine, quasi volesse nascondersi. Poco più avanti arrivano il **pepe**, il **cardamomo**, la **noce moscata** e lo **zenzero**. Ogni tappa è un piccolo viaggio nella memoria, perché i profumi hanno uno strano potere: riescono a riportarti indietro nel tempo molto più velocemente di una fotografia.

La cannella mi fa pensare ai dolci preparati in casa durante l'inverno.

La vaniglia ha il sapore dell'infanzia.

Il pepe pizzica il naso con la stessa energia con cui certi ricordi bussano alla porta senza preavviso.

Lo zenzero, invece, entra in scena deciso, quasi a voler ricordare che anche i sapori più intensi hanno bisogno del giusto equilibrio.

Camminando tra queste piante mi viene spontaneo pensare a quanti navigatori abbiano inseguito per secoli questi profumi. Oggi acquistiamo una bustina di spezie quasi senza pensarci. Qui, invece, capisco che un tempo bastava il profumo della cannella a spingere uomini e navi ad attraversare oceani interi.

Ayurveda e rimedi tradizionali nel Giardino delle Spezie

La visita prosegue tra racconti e dimostrazioni dedicate alla [tradizione ayurvedica](#). Ci mostrano oli essenziali, creme, estratti naturali e preparazioni tramandate da generazioni. Naturalmente non mancano i rimedi che promettono di risolvere praticamente ogni problema: l'olio che favorisce la ricrescita dei capelli, la crema che attenua le rughe, l'unguento per i dolori muscolari e quello che, a sentire la guida, sembra quasi poter fermare il tempo.

La Bipede ascolta con l'attenzione di chi potrebbe tranquillamente uscire dal negozio con una valigia piena di prodotti. Fa domande, osserva ogni dimostrazione e annuisce convinta. Io, invece, continuo a guardarmi intorno. Più che le confezioni, mi incuriosiscono le piante. Sapere che da una semplice radice o da una corteccia possa nascere un sapere antico mi affascina molto più di qualsiasi promessa miracolosa.

Prima di risalire sul pullman mi volto ancora una volta verso

il giardino. Ho la sensazione che, quando tra qualche mese aprirò un barattolo di cannella nella cucina di casa, non sentirò soltanto un profumo. Rivedrò questo sentiero, queste colline e questo piccolo angolo di **Sri Lanka** che riesce a raccontare la propria storia senza bisogno di grandi monumenti.

Da Matale a Kandy, nel cuore spirituale dello Sri Lanka

Lasciamo **Matale** nel primo pomeriggio. Il paesaggio cambia lentamente, il traffico aumenta e le colline iniziano a lasciare spazio alle prime case. È in quel momento che compare **Kandy**.

Dal finestrino vedo Kandy avvicinarsi curva dopo curva. Prima compaiono le case, poi aumentano i tuk-tuk, i negozi, il traffico e quel concerto di clacson che ormai comincia quasi a sembrarmi familiare. È una città viva, ma non caotica: sembra semplicemente seguire un ritmo diverso dal nostro. Tuk-tuk, autobus, automobili e motociclette sembrano danzare seguendo regole che soltanto chi vive qui conosce davvero. Eppure, dietro questo apparente caos, si percepisce immediatamente un'atmosfera diversa. Più raccolta. Più elegante. Più spirituale.

Mi basta osservarla dal finestrino per capire che questa città ha molto da raccontare.

E io sono pronto ad ascoltarla.

Il blu degli zaffiri e il cuore di Kandy

Non facciamo in tempo ad ambientarci che Kandy ci mostra subito uno dei suoi tesori più preziosi.

Qui lo [zaffiro](#) non è soltanto una pietra. È parte della storia della città e, in fondo, anche dello Sri Lanka. La nostra prima tappa è infatti un laboratorio di oreficeria dove la roccia grezza, apparentemente anonima, si trasforma lentamente in un gioiello.

Entriamo in silenzio.

Gli artigiani lavorano seduti ai loro banchi con una concentrazione che ricorda quella di un chirurgo. Ogni gesto è misurato, ogni movimento sembra il risultato di anni di esperienza. Davanti a loro le pietre cambiano forma poco alla volta, liberando una luce che fino a pochi istanti prima sembrava imprigionata.

Lo zaffiro blu dello Sri Lanka è il protagonista assoluto.

La guida ci racconta che proprio da queste miniere provengono alcune delle gemme più celebri del mondo, comprese quelle che hanno impreziosito l'anello di Lady Diana e che oggi continua a brillare al dito della principessa Kate. La Bipede osserva le vetrine con quello sguardo che conosco bene, a metà tra la curiosità e la tentazione. Io, invece, resto incantato dalle mani degli artigiani.

È strano.

Tutti guardano il risultato finale.

Io continuo a guardare il lavoro.

Forse perché mi piace pensare che la vera bellezza non sia nella pietra, ma nella pazienza necessaria per farla emergere.

Le danze kandiane tra tamburi, costumi e fuoco

Lasciato il laboratorio, Kandy cambia ancora volto.

Il traffico lascia spazio al suono dei tamburi che arriva da

un piccolo teatro dove stanno per iniziare le tradizionali **danze kandi**ane. Entriamo quasi in punta di piedi e prendiamo posto mentre gli strumenti iniziano lentamente a scandire il ritmo dello spettacolo.

Il primo colpo di tamburo lo senti nello stomaco prima ancora che nelle orecchie.

Poi arrivano i ballerini.

Costumi ricchi di dettagli, cinture d'argento, copricapi elaborati e movimenti che sembrano raccontare storie antiche senza bisogno di parole. Ogni danza ha un significato preciso e nasce da tradizioni che continuano a essere tramandate da secoli.

La **Ves Natuma** colpisce per l'eleganza dei movimenti, mentre la danza del pavone sembra trasformare i ballerini in creature leggere, capaci di imitare con sorprendente naturalezza l'apertura delle piume.

La Bipede segue tutto con attenzione.

Io, lo confesso, ogni tanto mi ritrovo a osservare anche il pubblico.

Mi piace vedere gli occhi dei bambini spalancarsi davanti ai costumi e quelli degli adulti seguire il ritmo dei tamburi quasi senza accorgersene.

L'ultimo spettacolo si svolge all'aperto.

Nel frattempo il cielo ha deciso di ricordarci che siamo pur sempre in pieno clima tropicale e qualche goccia di pioggia inizia a cadere proprio mentre fanno il loro ingresso i **danzatori del fuoco**.

Le torce disegnano cerchi luminosi nell'aria.

Le fiamme si riflettono sulle pozzanghere.

Per qualche istante il fuoco e l'acqua sembrano danzare insieme.

È uno spettacolo diverso da quello immaginato, forse meno perfetto, ma proprio per questo ancora più autentico.

Lo **Sri Lanka** non aspetta mai il momento ideale per mostrarsi.

Si racconta così com'è.

Con il sole.

Con la pioggia.

Con il vento.

Con tutto quello che la natura decide di regalargli.

Quando lasciamo il teatro il cielo continua a essere coperto, ma nessuno sembra farci troppo caso.

Il Tempio del Dente Sacro di Kandy

La tappa successiva è uno dei luoghi più importanti dell'intero Paese.

Il Tempio del Dente Sacro.

Già dall'ingresso capisco che l'atmosfera è diversa.

Centinaia di fedeli, quasi tutti vestiti di bianco, avanzano lentamente portando tra le mani fiori di loto e gelsomini. L'aria profuma d'incenso e le preghiere si mescolano al suono dei tamburi che accompagna la cerimonia.

Naturalmente si entra scalzi.

A questo punto del viaggio ho ormai imparato una cosa.

Se decidete di [visitare lo Sri Lanka](#), infilate in valigia qualche paio di calzini economici. Vi torneranno utilissimi

ogni volta che il pavimento di un tempio sarà bagnato dalla pioggia tropicale.

Fidatevi del Geco.

La reliquia del dente del Buddha e gli antichi manoscritti

Dentro il tempio il tempo sembra rallentare.

Non importa quale sia la vostra fede.

Qui viene spontaneo abbassare la voce.

Ci si limita a osservare.

A respirare.

A lasciarsi avvolgere da quell'atmosfera fatta di silenzio, profumo d'incenso e devozione.

La **reliquia del dente del Buddha** è custodita all'interno di una preziosa teca dorata e, anche se non è visibile direttamente, si percepisce chiaramente quanto rappresenti per il popolo dello Sri Lanka.

Prima di uscire visitiamo anche una sala dove sono conservati antichi manoscritti. Le fotografie non sono consentite e, per una volta, nessuno sembra sentirne la mancanza.

Ci sono immagini che meritano di essere conservate soltanto nella memoria.

Fuori continua a piovere.

Io e la Bipede ci incamminiamo lentamente verso l'hotel.

Ripenso a tutto quello che abbiamo vissuto durante questa giornata e mi accorgo che **Kandy non è soltanto una città.**

È il luogo dove lo Sri Lanka riesce a mettere insieme natura,

arte, spiritualità e tradizioni senza che una prevalga sull'altra.

Domani il viaggio continuerà verso le **colline del tè** e uno dei treni più panoramici del mondo.

Ma, prima di addormentarmi, mi porto via una certezza.

Se **Sigiriya** mi ha regalato l'alba più emozionante del viaggio, Kandy mi ha insegnato che il cuore dello Sri Lanka non batte soltanto nei suoi paesaggi.

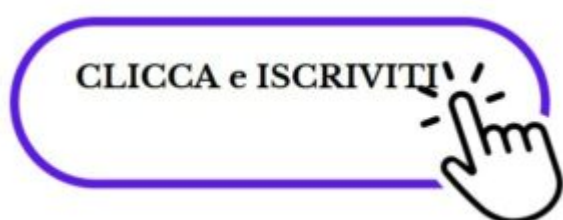
Lo ritrovo nei sorrisi che incrocio, nelle mani che lavorano con pazienza e in quelle tradizioni che qui non vengono raccontate: **vengono semplicemente vissute.**

"Si ringrazia Asianet per queste esperienze"

Articolo a cura di **Geco Gaudenzio**, per Goditilavita.it.

Contributo in liberalità di 0,15 centesimi di euro al giorno per l'annualità, per l'iscrizione al Club di Gaudenzio e per nucleo familiare (oppure 0,07 centesimi di euro per i singoli) CLICCA per connetterti e avere tutti i vantaggi riservati agli iscritti

[Tutte le info le trovi sul "Chi Siamo" alla sezione "FAQ"](#)



– Vuoi una videointervista su misura per il tuo esercizio o

solo per far conoscere e condividere la tua passione?
Gaudenzio ha tantissimi amici a cui piacerebbero.

– Cerchi idee per il tuo tempo libero?– Non trovi il tuo spettacolo o concerto?

– Vuoi trovare ciò che cerchi ad un prezzo “esclusivo” per te e tutti i tuoi amici?

– Vuoi un pacchetto tutto incluso: viaggio, biglietto, hotel?

[Chiedilo a Gaudenzio: info@goditilavita.it](mailto:info@goditilavita.it)