

ALLA SCOPERTA DEL PAESE DELLE NEVI

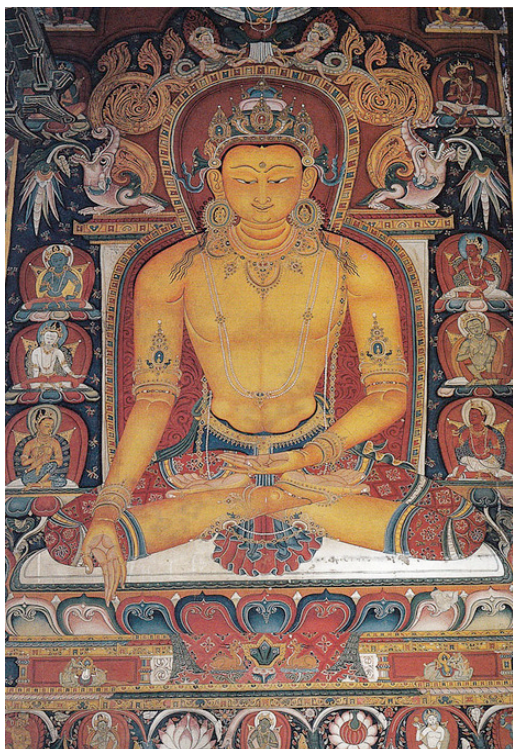
VIAGGIO IN TIBET

con Chiara Bellini e Alessandro Boesi

17-30 maggio 2016

in collaborazione con Shangrila Tours

e a sostegno di ASIA Onlus



Conosciuto come il *Tetto del mondo*, il Tibet custodisce una cultura ricchissima e affascinante, il cui perno è costituito dalla religione buddhista.

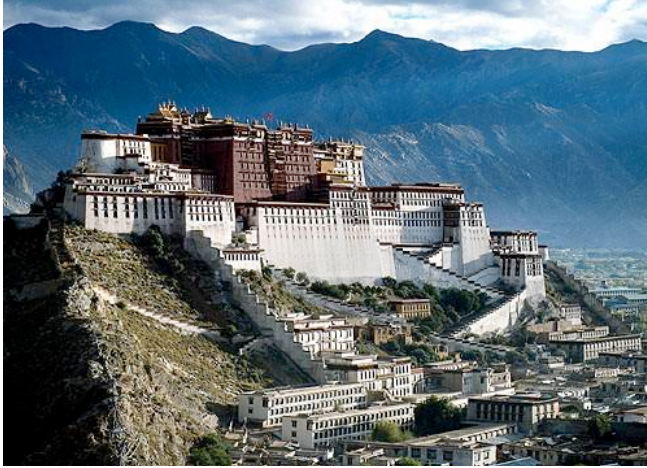
Durante questo viaggio culturale visiteremo i più importanti templi tibetani con i loro eccezionali tesori artistici, le cittadelle monastiche e i villaggi animati da vivaci mercati. Si apriranno davanti a noi paesaggi straordinari, dominati da un cielo blu cobalto e da spazi immensi costellati di laghi e montagne immacolate che, a sud, danno vita all'imponente catena himalayana.

A Lhasa, e nelle principali cittadine tibetane conosceremo i più importanti siti di interesse storico-artistico e religioso e avremo modo di

approfondire molti aspetti della cultura tibetana, tra i quali la medicina tradizionale. Delineeremo, infine, anche le condizioni geografiche e ambientali di questo altopiano.

L'itinerario qui proposto è adatto sia a coloro che si recano in Tibet per la prima volta, sia a chi ha già visitato la regione e desidera approfondirne la conoscenza da un punto di vista specificatamente culturale, antropologico e naturalistico, grazie alle competenze dei due accompagnatori, entrambi ricercatori in ambito tibetologico. La peculiarità di questo viaggio, così come di tutti gli altri itinerari proposti in precedenza e a venire, risiede nella formazione accademica di Chiara Bellini e Alessandro Boesi, e nella loro pluriennale esperienza sul campo: tali aspetti creano le condizioni per entrare in un reale contatto con la popolazione tibetana e la sua affascinante cultura.

Questo viaggio in Tibet sarà un'occasione anche per compiere un gesto concreto di solidarietà sostenendo i progetti di ASIA Onlus (<http://www.asia-ngo.org>), cui sarà devoluta una parte delle quote di iscrizione.



Programma:

17 maggio

Partenza dall'Italia per Chengdu

18 maggio

Arrivo a Chengdu.

Trasferimento in albergo. Se avremo tempo visiteremo il tempio buddhista di Wenshu, fondato durante la dinastia Tang (618-907).

19 maggio

Chengdu - Lhasa (3650 m.), volo aereo. Trasferimento in Hotel (70 km /1 ora 15 minuti), giornata di riposo per l'acclimatazione.

20 maggio

Lhasa. Visita del Jokhang (VII sec.): situato nel cuore della città vecchia, è il tempio più sacro e del Tibet e un'importante meta di pellegrinaggio. Nel pomeriggio visitiamo il Mentsikhang, l'Istituto di Medicina Tradizionale Tibetana.

21 maggio

Lhasa. Il mattino visitiamo il Potala (palazzo dei Dalai Lama) e il vicino Lukhang, tempio edificato dal Reggente Sangye Gyatso e dal VI Dalai Lama (XVII sec.), che conserva dipinti raffiguranti le pratiche della tradizione Dzogchen.

22 maggio

Lhasa. Escursione al suggestivo complesso monastico di Drepung (XV sec.) (8 km ad ovest di Lhasa) che ospitava circa 10.000 monaci, e al vicino monastero di Nechung (XII sec.), dimora della divinità protettrice Pechar e antica sede dell'Oracolo di Stato.

23 maggio

Mattina libera. (Per coloro che lo desiderino, e compatibilmente con le condizioni metereologiche, sarà possibile compiere un'escursione a piedi sulle montagne che si trovano nei pressi del monastero di Sera). Nel pomeriggio visitiamo Sera. Sera (XV sec.), una delle città monastiche meglio conservate del Tibet.

24 maggio

Lhasa - Gyantse (260 km/7 ore). Lasciata la valle del Kyichu, superiamo il passo Kamba (4900 m) per giungere al bellissimo lago sacro Yamdrok (4400 m.). Superato un altro passo (Karo, 5200 m), arriviamo a Gyantse, 3950 m, cittadina che mantiene ancora un carattere tipicamente tibetano e dove si trovano edifici sacri di eccezionale importanza storico-artistica e religiosa.

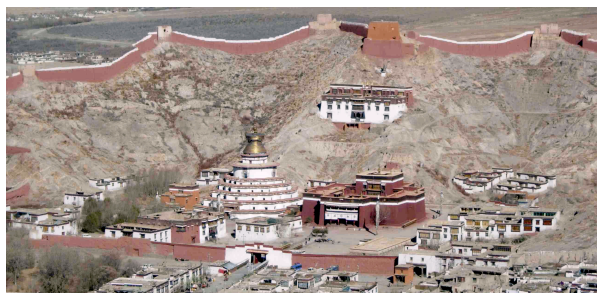
25 maggio

Gyantse. Visitiamo la città vecchia (nel Tibet premoderno era la terza città) con il mercato, il complesso monastico di Palkhor Chöde (XV secolo) che conserva raffinate opere d'arte, eseguite con varietà di stili e influenze, e il magnifico Kumbum (XV sec.), lo

Stupa delle 100.000 divinità, contenente 75 cappelle disposte su 8 piani, con straordinarie pitture raffiguranti le innumerevoli divinità del pantheon buddhista.

26 maggio

Gyantse – Shigatse (98 km/2 ore), 3900 m. Durante il percorso visitiamo il monastero di Shalu (XI secolo), un gioiello che conserva splendidi dipinti del XIV secolo. A Shigatse visitiamo il mercato locale.



27 maggio

Shigatse. Visita di Tashi Lhunpo, cittadella monastica dei Panchen Lama (XV sec.), istituzione un tempo molto influente con distaccamenti a Pechino, in Manciuria, e a Gyantse. Uno dei suoi templi ospita la più grande statua di bronzo del mondo (26 m.). Nel primo pomeriggio lasciamo Shigatse e giungiamo in serata a Samye.

28 maggio

Visitiamo il monastero di Samye, il primo edificato in Tibet (VIII sec.), costruito come un *mandala* replicante l'ordine cosmologico Buddhista. Il suo tempio principale, Utse, reca all'interno affascinanti cicli pittorici e ritratti dei Dalai Lama. Nel pomeriggio, per quanti lo desiderino, sarà possibile compiere un'escursione sul vicino monte sacro Hepori.

29 maggio

Trasferimento in aeroporto e partenza per Chengdu, proseguimento per l'Italia con volo internazionale.

30 maggio

Arrivo in Italia.



Spesa prevista: 1970 euro (minimo 10 persone)
Supplemento singola 300 euro.

La spesa comprende:

L'organizzazione del viaggio curata da Shangrila Tours, Ramoche Road, Lhasa Tibet (ciascun partecipante è tenuto a versare la quota relativa all'organizzazione logistica del viaggio al nostro arrivo a Lhasa, direttamente all'agenzia).

Trasferimenti in autobus, minibus per tutto il tour in Tibet.
Hotel e prima colazione in Tibet e a Chengdu
Biglietti d'entrata per la visita di monasteri e altri siti in Tibet.
Un accompagnatore tibetano per tutto il tour.
Assistenti culturali: Chiara Bellini, Alessandro Boesi.

La spesa non comprende:

Pranzi e cene. Circa 200 euro.
Volo aereo internazionale (700-800 euro).
Volo Chengdu - Lhasa e Lhasa – Chengdu (400 euro)
Assicurazione (base 22 euro).
Visto cinese (117 euro).
Mance.
Spostamenti e biglietti di entrata ai siti che visiteremo a Chengdu.

Iscrizioni:

Nota: per partecipare al viaggio è richiesto un certificato medico di buona salute.

Per informazioni e iscrizioni:

Chiara Bellini: t. 348 0350962 – bellinichiara@hotmail.com
Alessandro Boesi: t. 333 7450952 - alessandro.boesi@gmail.com

Chiara Bellini, storica dell'arte himalayana, e tibetologa, lavora presso il Dipartimento di Storia Culture e Civiltà orientali dell'Università di Bologna. Si è laureata in Filosofia dell'India e dell'Asia Centrale all'Università di Bologna con una tesi sui riti funebri buddhisti in Ladak (India), dove ha soggiornato annualmente, per lunghi periodi, dal 2002 al 2004 e dal 2007 al 2015. Ha compiuto viaggi di ricerca in India, Nepal, in particolare in Mustang, dove si è recata nel 2008 nel quadro di una spedizione scientifica dell'Università di Bologna, Tibet, Thailandia, Cambogia e Sri Lanka. Ha conseguito il Dottorato di Ricerca in Studi Indologici e Tibetologici presso l'Università di Torino con una tesi sulla pittura buddhista del Ladak dal XIV al XVI secolo (2010). È stata nominata Cultore della Materia per le discipline di Arte Buddhista e Fondamenti di Arte Asiatica dal Dipartimento di Storia, Culture e Civiltà orientali dell'Università di Bologna, dove tiene regolarmente seminari. Ha svolto consulenze in qualità di esperta d'arte indo-himalayana per alcune gallerie antiquarie italiane e straniere. È membro della IALS (International Association for Ladakh Studies) e attualmente collabora con l'American Himalayan Foundation (San Francisco) in qualità di consulente scientifico di un progetto di ricerca e catalogazione di una ricca collezione di immagini sacre, manoscritti e strumenti rituali conservati nel monastero di Lo Monthang, in Mustang (Nepal). Tra le sue pubblicazioni si annovera il recente saggio *Nel Paese delle Nevi. Storia culturale del Tibet dal VII al XXI secolo* (Einaudi 2015).

Alessandro Boesi (www.alessandroboesi.eu) è Tibetologo e Biologo. Dal 1986 si dedica al trekking nell'Himalaya. Dal 1994 al 1997 lavora per l'industria farmaceutica (Indena) svolgendo ricerche etnobotaniche e supervisioni di coltivazioni di piante medicinali in India, Nepal, e Cina. Dal 1998 al 2003 è dottorando al Museo di Storia Naturale di Parigi. Consegue il dottorato all'Università del Mediterraneo (Marsiglia, 2004) con una tesi di etnobiologia tibetana. Ha condotto spedizioni di ricerca soggiornando per lunghi periodi in Tibet, Nepal, e Ladak (India). Si interessa alle interazioni tra uomo e mondo vegetale nel Tibet, e alla materia medica tibetana. Ha tradotto dal tibetano un antico trattato sulle piante medicinali (*Piante medicinali del Tibet. Un antico manoscritto di scienza della guarigione tibetana*, ISMEO, 2015). Dal 2014 lavora a un progetto dell'Università di Cambridge sulla cultura del libro nel Tibet (www.tbevoltech.socanth.cam.ac.uk/). Nell'ambito di questo progetto l'Università di Cambridge ha finanziato una sua spedizione di ricerca nel Tibet centrale e orientale (2016).

Per partecipare a questo viaggio, non è necessaria alcuna conoscenza pregressa sulla storia e sulla cultura tibetana, se non una sincera curiosità e un atteggiamento aperto e rispettoso. Tuttavia, a coloro che desiderino approfondire alcuni dei temi che verranno trattati durante il viaggio consigliamo alcuni titoli, che potranno essere letti prima, durante o dopo il viaggio stesso. Sconsigliamo le guide di viaggio, che solitamente si concentrano più su hotel e luoghi di shopping che sulla storia del luogo, generalmente redatta da persone non esperte della materia.

Bibliografia essenziale:

C. Bellini, *Nel Paese delle Nevi. Storia culturale del Tibet dal VII al XXI secolo*, Einaudi, Torino 2015. Una storia aggiornata del Tibet dall'inizio dell'epoca imperiale alla contemporaneità.

A. Boesi, *Piante medicinali del Tibet. Un antico manoscritto di scienza della guarigione*. Novissimo Ramusio, ISMEO, Roma 2015. Un testo di medicina tibetana per la prima volta tradotto in italiano, preceduto da una ricca introduzione sulla storia dell'antica sapienza medica tibetana.

N. Celli, *Buddhismo*, I dizionari delle Religioni, Electa, Milano, 2006. Un utile strumento per comprendere i vari aspetti del buddhismo: i suoi simboli, le sue scuole, i suoi sviluppi filosofici e dottrinali, i suoi maestri. Sotto forma di dizionario, organizzato per voci, questo volume è di consultazione facile e immediata, anche in viaggio.

Dalai Lama, *La via della liberazione. Gli insegnamenti fondamentali del buddhismo tibetano*, Il Saggiatore, 2014. Per chi voglia farsi un'idea della dottrina buddhista attraverso le parole di uno dei suoi più eminenti rappresentanti.

C. Gianotti, *Donne di Illuminazione. Dākinī e demonesse, Madri divine e Maestre di Dharma*, Ubaldini, Roma 2012. La figura della donna nella tradizione buddhista tibetana.

L. Lopez, *Prigionieri di Shangri-la. Il buddhismo tibetano e l'Occidente*, Ubaldini, Roma 1999. Il mito del Tibet come luogo mitico e incontaminato, ridimensionato dalla caustica penna del bravo studioso americano.

G.R. Franci, *Il buddhismo*, Il Mulino, Bologna, 2004. Un'agile introduzione generale al buddhismo, dalle sue origini.

G. Tucci, *Il Libro tibetano dei morti*, SE, Milano, 1990. (anche altre edizioni, ma la traduzione di Tucci e la sua introduzione sono ottime). Un testo importante e affascinante della tradizione tibetana.

Ma gcig, *Canti spirituali*, a cura di G. Orofino, Adelphi, Milano 1995. Le poesie spirituali della grande maestra tibetana Ma gcig (XI-XII sec.), preceduti da un'introduzione biografica e storica di Giacomella Orofino.

Vita di Milarepa. I suoi delitti, le sue prove, la sua liberazione, Adelphi, Milano 1991. L'autobiografia mistica di uno degli asceti buddhisti più amati dai tibetani. Una lettura coinvolgente e commovente.