

## Cina e Tibet: Kham e l'Amdo, il Tibet orientale e il Sichuan



Tibet dimenticato di Kham. Un labirinto di valli e catene montuose intersecate da profonde gole alpine caratterizza il Tibet più ricco, più abitato e meno conosciuto: è il Tibet orientale, ricco di tradizioni, abitato da genti nomadi e guerriere, il Tibet dimenticato di Kham, un territorio vasto, un quarto di tutto il Tibet storico, sconfinite praterie solcate dai nomadi tribali di etnia tibetana, cancellato dalle carte geografiche dopo l'occupazione cinese del Tibet iniziata nel 1950. Da allora quelle terre poco esplorate divennero off-limits per gli occidentali. Kham, Amdo e Gyarong divennero parte delle province cinesi di Sichuan, Yunnan, Qinghai e Gansu, e fino al 1976 i guerrieri Khampa si opposero all'occupazione cinese; poi dovettero soccombere. Anni prima erano state rese famose dagli scritti dei pochi viaggiatori che attraversavano quelle terre per avventura, per passione della scienza, per conoscere un mondo che agli inizi del secolo scorso l'occidente considerava inesplorato e misterioso. Fra queste valli è stata scritta l'ultima gloriosa pagina dell'impero tibetano quando i bellicosi e indomiti Khampa e nGolok, considerati feroci predoni, e gli Amdowa, allevatori di yak e ovini, si opposero strenuamente all'esercito cinese. I quattro grandi fiumi del Kham, nascono tutti da questa parte dell'altopiano tibetano: Salween, Mekong, Yangtze e Yalong. Oltre al corrugato rilievo montuoso, la maggior caratteristica del Tibet orientale sono i pascoli, praterie di alta quota occupati da nomadi dediti alla pastorizia. Da queste distese, che si trovano a nord e a ovest e dalle montagne che le separano, scorrono i grandi fiumi che si avviano in direzione sud-est verso le pianure

attraverso immense gole dove si aprono un passaggio fra depositi di arenaria o di calcare. A oriente del Kham è il Gyarong solcato dalle gole formate da Ser chu, Do chu e Mar chu. Questa parte del mondo sembra aver incoraggiato descrizioni esagerate e creato fantastici miti attorno ai Drokpa, i nomadi dell'altopiano. Alexandra David Neel, che percorse queste terre nei primi decenni del ventesimo secolo, fu la prima occidentale a darne notizia dopo le sue mirabolanti avventure, con i suoi libri che ancora oggi sono classici della letteratura di viaggio e preziosi testi sulla religione Buddista. Parigina raffinata e indomita, si avventurò nel Tibet orientale per tentare di raggiungere i grandi templi di Lhasa, la città proibita: fu il primo civile a riuscirci, nel 1924. La David Neel attraversa il Tibet Orientale assolutamente sconosciuto agli occidentali, luoghi che resteranno ignoti fino a oggi. È il favoloso paese dei temibili nGolok, i briganti gentiluomini come li descriverà in un suo celebre libro, che vivevano di rapina ai danni delle carovane per Lhasa. Pochi altri ebbero l'ardire di attraversare queste terre, come Przhhevsky, Roberovsky, Brooke, Dolan, Rock e ultimo Clark. Dopo la spedizione di Clark negli anni '40 e fino al 1997, il regime comunista non permise ad alcun occidentale di visitare il Tibet orientale, neppure per motivi di studio. Qui la presenza cinese è meno invadente e si ha la possibilità di vedere e sentire un'atmosfera permeata dalla cultura tibetana. I paesi, i luoghi di culto, la vita quotidiana, tutto riflette antiche usanze e tradizioni che altrove non hanno retto sotto l'influsso omologante della cultura occidentale. Si visitano importanti luoghi di culto buddista, delle sette Sakya, Kalugpa, Nyingmapa e Bon Po. Contrariamente alla regione autonoma del Tibet dove sono state quasi totalmente abbattute, qui si incontrano le grandi architetture religiose come il Minyak Chakdra Chortena con il suo candido stupa che si innalza al cielo per più di 25 metri, la singolarità dei chorten di preghiera. Si attraversano paesaggi stupendi, dagli ambienti caratterizzati da foreste alpine agli sconfinati pascoli dell'altopiano. Un Tibet etnico dove sull'altopiano si incontrano le feste d'estate dei nomadi Khampa con le loro tende nere e le mandrie di yak, a volte poche famiglie in alcuni casi centinaia di famiglie Khampa che per una settimana si riuniscono per fare festa. Nota È un vero e proprio "viaggio alla scoperta" delle regioni del Sichuan che prima del 1950 erano parte integrante del Tibet Storico che, con una superficie quasi doppia rispetto a quella della regione autonoma locale odierna, misurava 3,8 milioni di chilometri quadrati di superficie, quanto l'Europa occidentale. La regione del Kham è caratterizzata da imponenti dorsali montuose divise da profonde gole che si estendono da nord-ovest a sud-est, chiamate collettivamente "le montagne Hengduan". Questa regione in giugno e luglio subisce gli influssi del monzone estivo che penetra dal golfo del Bengala, le precipitazioni che ne derivano vanno ad alimentare i tanti fiumi che scorrono nelle valli del Kham, i maggiori dei quali sono il Mekong, lo Yangtze, lo Yalong Jiang, e il Salween. Agosto, quando finisce degli influssi monsonici, è il periodo in cui hanno luogo le più grandi feste annuali dei nomadi dell'altopiano. Nonostante il governo cinese da 15 anni cerchi di rendere possibili i collegamenti via terra per 12 mesi all'anno, nelle regioni remote del Kham ancora oggi le piste possono subire interruzioni per crolli di ponti o frane, pertanto l'itinerario potrà subire alcune variazioni per ragioni tecnico-operative strettamente correlate allo stato delle piste che permettono l'accesso alle località in programma. I brevi tratti a piedi, semplici camminate da farsi in quota a 3000/4000 metri, necessarie per visitare i villaggi e i monasteri, le condizioni delle piste che verranno percorse con i fuoristrada 4x4, l'isolamento dell'area e il livello delle strutture ricettive fanno consigliare questa proposta di viaggio a persone motivate e

con buono spirito di adattamento: queste verranno ripagate dalla possibilità di vedere queste regioni abitate da etnie difficili da raggiungere ma proprio per questo più autentiche. Poiché le date delle feste vengono confermate anche solo con poche settimana di anticipo, il programma potrà subire variazioni anche in corso di viaggio

<b>COSTO</b>	<b>DURATA</b>	<b>TIPOLOGIA VIAGGIO</b>	<b>DA PRENOTARE ENTRO IL</b>
Su richiesta	14gg	Viaggio individuale	31/10/2019

### **TAPPE PRINCIPALI DELL'ITINERARIO**

Chengdu, Kangding, Daocheng, Litang, Garze, Baiyu, Derge, Luhuo, Danba

## **ITINERARIO**

### **1° GIORNO: CHENGDU**

Arrivo e trasferimento in hotel (check-in dalle ore 14.00). Tempo libero per un primo approccio personale. Pernottamento.

### **2° GIORNO: CHENGDU / KANGDING (320 KM, CIRCA 6 ORE)**

Prima colazione e inizio del nostro viaggio alla scoperta di questi luoghi unici al mondo. Nel percorso che ci porterà a Kangding (Darzedo in tibetano, 2.760 metri) nel Sichuan percorreremo le vallate che seguono il corso del fiume Daduhe e di fronte a noi, impetuose, ci guarderanno le vette fra le più alte al mondo come il monte Gonggha. Kangding oggi è una piccola cittadina che si snoda lungo una valle ed è il centro di riferimento per le partenze in direzione del Tibet orientale. Pernottamento.

### **3° GIORNO: KANGDING (320 KM, CIRCA 6 ORE)**

Prima colazione e giornata a Darzedo per aiutare l'acclimatamento in vista delle giornate successive. Visiteremo alcuni monasteri e mercati locali oltre i dintorni della cittadina. Pernottamento.

### **4° GIORNO: KANGDING/DAOCHENG (420 KM, CIRCA 8 ORE)**

Prima colazione e addentrandoci in direzione ovest nel Sichuan ci dirigeremo verso Daocheng (3.750 metri) passando per il villaggio tibetano di Xinduqiao dove i colori della natura sono così forti e intensi da rapirci gli occhi. Vedere i nomadi tibetani che pascolano le loro greggi di Yak ci ricorderà che in questi luoghi l'uomo è riuscito ad adattarsi rispettando in armonia la natura. Pernottamento.



### **5° GIORNO: DAOCHENG/LITANG (150 KM, CIRCA 2,5 ORE)**

Prima colazione e partenza per Litang (circa 4.000 metri) che si raggiunge facilmente. Visiteremo la regione del monte Haizi con il suo ghiacciaio in continuo movimento che forma laghi d'alta quota che sembrano fondersi con il cielo. Arrivati a Litang visiteremo il monastero tibetano con il suo Gelupa dove il settimo Dalai Lama ha vissuto per diversi anni. Pernottamento.

### **6° GIORNO: LITANG/GARZE (280 KM, CIRCA 6 ORE)**

Prima colazione e partenza per Ganzi, o Garze, come viene chiamata in tibetano. Siamo nel Kham, la parte orientale del Tibet annessa al Sichuan. Passeremo per il lago di alta montagna Cuoka con i suoi Yak ed i suoi cavalli e gli accampamenti lungo le sue sponde. A Garze, villaggio a prevalenza di popolazione tibetana, i colori degli abiti saranno sgargianti così come le pareti interne delle tipiche case in legno circondate dai monti Chola. Prima di arrivare visita di alcuni templi come quello di Yixi. Visita del monastero Gompa e del monastero Darjay. Pernottamento.

### **7° GIORNO: GARZE/BAIYU (280 KM, CIRCA 6 ORE)**

Prima colazione e partiremo alla volta del Qinghai sud orientale verso Baiyu, siamo nell'Amdo. Attraverseremo l'altipiano tibetano e scenderemo verso i 3.000 metri raggiungendo la nostra meta che si adagia lungo il fiume Dingchu. Lungo il percorso visiteremo due importanti monasteri come quello di Yaqing e quello proprio di Baiyu, monastero che segue l'ordine Nyingmapa. La vista di Baiyu arroccata fra le verdi e lussureggianti montagne con i suoi monasteri e gompa che svettano è davvero spettacolare. Pernottamento.

### **8° GIORNO: BAIYU/DERGE (140 KM, CIRCA 3 ORE)**

Prima colazione. Attraverseremo il fiume Jinsha e arriveremo a Derge. Derge, insieme con Lhasa e Xiahe, è una dei tre antichi centri tibetani e per più di 1.300 anni la sua linea monastica è stata totalmente preservata. Visita del monastero Gomchen e della Derge Printing House, dove sono custoditi su tavole di legno preziosi manoscritti e mantra tibetani. Pernottamento.

### **9° GIORNO: DERGE**

Prima colazione e proseguimento della visita di Derge con il suo fantastico monastero Zhuqing che si trova in direzione nord e che è dedicato alla reincarnazione dello spirito. Questo monastero di scuola Nyingmapa è uno dei principali come scuola del buddismo tibetano e vi risiedono più di 500 monaci. Costruito nel 1685 è caratterizzato dalle grotte scavate nella roccia che sono utilizzate per la meditazione; è tutt'oggi un luogo di riferimento nel Kham. Successivamente visita dell'ospedale tibetano dove potremo apprendere le medicine naturali e l'uso delle erbe che vengono diffusamente utilizzate da tibetani.

Pernottamento.

**10° GIORNO: DERGE/LUHUO (260 KM, CIRCA 6,5 ORE)**

Prima colazione e trasferimento verso Luhuo visitando lungo il percorso il lago Xinluhai e alcuni monasteri. Pernottamento.

**11° GIORNO: LUHUO/BAIMEI/DANBA (260 KM, CIRCA 5,5 ORE)**

Prima colazione e visita dei monasteri Shouling (in tibetano Drango Gompa) e Huiyuan (Garthar Chorte in tibetano). Il Drango Gompa significa "salute e longevità" ed è un importante monastero Gelucpa fondato intorno al 1650. Oggi la sua vastità con i suoi 14.000 m2 ne fanno quasi una piccola cittadina da visitare mentre i suoi monaci svolgono le loro attività e preghiere quotidiane come il "Monlam", "Gen Rou", "Qiong Chi", "Gong Re", "Ga Deng An Que". Si prosegue per Danba dove vivono i Gyarong, ceppo di origine tibetana dai vestiti e copricapi sgargianti. Pernottamento.

**12° GIORNO: DANBA**

Prima colazione e partenza per la visita del bellissimo villaggio di Jiaju che si trova 8 km da Danba. Qui vivono circa 140 famiglie in circa 200 case colorate in stile tibetano che si affacciano su vallate incontaminate. Si prosegue con il villaggio di Suopo per ammirare le tipiche costruzioni a torre, Diaolou, fatte di pietra e fango, che si ergono dalle colline fino a 60 metri e che un tempo servivano a esorcizzare i demoni. Pernottamento.

**13° GIORNO: DANBA/CHENGDU (330 KM, CIRCA 6,5 ORE)**

Prima colazione e giornata di rientro verso Chengdu lasciandoci alle spalle il Kham e l'Amdo. Le foreste, i villaggi e le vette fra le più alte al mondo ci scorteranno fino a destinazione per imprimere ancora meglio un viaggio impegnativo ma unico al mondo, oggi, nel panorama tibetano. Pernottamento.

**14° GIORNO: CHENGDU - partenza**

Prima colazione e camera a disposizione fino alle ore 12.00). In tempo utile trasferimento in aeroporto.

## MAPPA

Viaggi d'emozione e d'intelletto

**TOA**  
DMC TOUR OPERATOR



Viaggi d'emozione e d'intelletto

**TOA**  
DMC TOUR OPERATOR

TOA & DMC Tour Operator s.r.l.  
PI 14541621000  
Via S. Antonio, 2  
00060 Castelnuovo di Porto (RM)  
Tel +39 06 90160016 • VirtualFax +39 02 73965133  
e\_mail: toa@toadmc.com