

Il viaggio in Nepal potrebbe iniziare da qui. Da **Pashuputinath**, tempio indù più importante del Nepal dedicato a Pashupati, una delle incarnazioni di Shiva. Situato sul fiume sacro **Bagmati**, che significa nato dalla bocca di Shiva, il tempio è un luogo mistico, che emoziona e tocca l'anima. Trasmette l'intensità e la compostezza della religione indù.



Shadu all'ingresso del Tempio di Pashuputinath
©Sabrina Talarico

Pashuputinath vale il viaggio in Nepal

Qui, come a Varanasi in India lungo le rive del Gange, si può assistere tutti i giorni al rito della purificazione e cremazione. I corpi dei defunti vengono avvolti in tessuti preziosi, portati in spalla fino al fiume, bagnati con l'acqua benedetta del Bagmati, ricoperti di farina di riso e strisce di fiori, cosparsi di incenso. Intorno, familiari e parenti piangono, intonano canti, urlano il loro dolore. L'atmosfera è cupa e tragica, l'odore acre, la vista del fiume e delle piattaforme sulle quali vengono bruciati i corpi è un pugno nello stomaco. Nonostante ciò, nei volti delle persone si legge la serenità di chi confida nella "moksha", ossia la salvezza spirituale che porterà alla liberazione del karma, il ciclo delle reincarnazioni.



Cerimonia di cremazione dei
defunti nel Tempio
Pasputinath ©Sabrina
Talarico

L'incanto degli stupa

Viaggio in Nepal. Lo stupa più importante e grande del Nepal, che ne costituisce l'icona, è certamente quello di **Bodhnath**, semplice e autentico. Qui si respira aria nepalese, sebbene il manufatto si trovi al centro di una cittadella abitata dalla numerosa comunità tibetana che ha "invaso" pacificamente questo angolo di Kathmandu.

I grandi e severi occhi di Buddha, posati su lamine dorate, sovrastano la cupola dello stupa, alto 40 metri, che assomiglia a un enorme mandala in pianta ottagonale. Dalla bianca calotta si diramano strisce giallo-arancio di zafferano, gettato dai fedeli come atto di devozione. Sfuggire agli occhi di Buddha è impossibile, così come non acquistare qualcosa nelle decine e decine di negozietti che circondano la piazza, insieme a statue, case e monasteri dove sopravvivono intatte le tradizioni buddiste tibetane. Tappa obbligatoria per un caffè e una bella foto, il bar **Paradiso**.



Cupola del Tempio di
Bodhnath ©Sabrina Talarico



Puja dei fedeli nei templi
©Sabrina Talarico

Da Bodhnath a Swayambounath

Altro stupa buddista imperdibile di Kathmandu, è quello di **Swayambounath**, detto anche tempio delle scimmie. Le quali, con grande sfrontataggine, saltellano sulle cupole, entrano ed escono dalle finestre, camminano in mezzo a turisti e pellegrini. Lo stupa è considerato il più antico del Nepal e

forse del mondo, perché le sue origini risalgono a **più di 2000 anni fa**.

Dopo aver salito i 300 gradini di pietra si arriva a una serie di statue di Buddha, tempietti, cappelle, sculture e immancabili negozietti di souvenir, che però non tolgono la *magia* di questo luogo sacro. A vigilare su tutto, gli immancabili occhi di Buddha, dipinti sulla cupola insieme al naso, una sorta di punto che rappresenta il numero "uno" nepalese.

I pellegrini portano doni e la cosiddetta "puja", mix di chicchi di riso, polvere rossa e petali di fiori, che vengono gettati sulle divinità o deposti su piatti di rame. Non si può lasciare il tempio senza averne fatto il giro completo, in rigoroso senso orario, facendo girare i mulini di preghiera. Qui è facile incontrare gli *Shadu*, asceti induisti che vivono di meditazione e spiritualità. Li vedrete aggirarsi con le barbe lunghe e grigie, il corpo cosparso di cenere, simbolo di morte e rinascita.



Scimmie nel Tempio di
Swayambounath ©Sabrina
Talarico



Monaco al Tempio di
Swayambounath ©Sabrina
Talarico

La follia del Durbar e di piazza

Basantapur

Non si può definire caos calmo. E' caos totale. Traffico incontrollato e incontrollabile. Groviglio di fili elettrici, strade di fango, miscuglio di colori e odori, illogicità, assenza di regole. Il **Durbar**, cuore della città vecchia e della corte reale, è puro concentrato di disordine, un frullatore di persone, moto, oggetti, animali, riscio, case, negozi, bancarelle, venditori e *shadu*. Dopo il violento terremoto del 1934, in questa parte antica rimasta immutata per secoli, si è insinuata la modernità.

Viaggio in Nepal. La **New Road**, con palazzi moderni e di scadente architettura, ha infatti squarciato l'incanto e dato a questo spazio una dimensione diversa, il secondo volto di una capitale comunque straordinaria. Pochi passi e si giunge nella piazza rettangolare di **Basantapur**, un angolo di Medioevo dove l'asfalto lascia il posto al lastricato rossiccio e agli affacci di palazzi con magnifici intarsi di porte e finestre. Tutt'intorno, templi a pagoda, statue di divinità, *stupa* buddisti e *shikara* indù, torri a tetti stratificati. Nella piazza si trova anche il **Palazzo Reale**, che come molti degli stupendi edifici di Kathmandu è stato semidistrutto dal secondo terribile terremoto (2015), oltre a decine di templi circondati da statue di divinità, spesso minacciose e inquietanti.

Qui è facile perdersi e ritrovarsi, senza doversi preoccupare. Nulla di brutto può accadere, se non essere investiti dalla massa di gente che, come maionese impazzita, sfugge a qualsiasi controllo.



Statue di divinità nella
piazza Durbar di Kathmandu

©Sabrina Talarico

La Kumari, bambina e dea vivente del Nepal

In fondo è solo una bambina. Ma la *Kumari*, dea vivente che incarna una delle 62 forme di *Parvati*, consorte di *Shiva*, è molto di più. Per tutti è la *protettrice* del Nepal, la rappresentazione femminile della potenza, conoscenza e saggezza, nonché l'incarnazione di *Taleju Bhavani*, dea tutelare della famiglia reale. Con un po' di fortuna, si riuscirà a vederla affacciarsi da una delle finestre in legno intarsiato del **Palazzo Reale**. Piedi e mani curatissime, abito lungo di seta, occhi e labbra truccate, un fiore tra i capelli e la *tika* sulla fronte, il simbolo del terzo occhio, quello della mente e del collegamento tra lo spirito umano e il divino.

Viaggio in Nepal. La dea vivente si presenta agli occhi di chi riesce a vederla. La Kumari è una bambina scelta a 4-5 anni tra tantissime appartenenti alle famiglie buddiste nepalesi. La selezione è durissima e si basa su 32 requisiti fisici ben precisi, che vanno dal colore degli occhi alla forma dei denti, dalla voce all'oroscopo personale. Ma la vera prova da superare, la più dura, è quella del *coraggio*, che deve rivelarne la natura divina. Le candidate vengono infatti condotte in un tempio e lasciate sola al buio in mezzo a rumori sconvolgenti, danzatori che indossano maschere terrificanti, teste di animali mozzate e sanguinanti. La bambina che resterà impassibile a questo orrore e non dimostrerà paura, sarà proclamata Kumari e tale rimarrà fino all'età dello sviluppo, per cedere il posto alla sua erede. Nel frattempo, lei e la sua famiglia si saranno arricchite con la dote reale.



La Kumari, dea vivente
nepalese ©Sabrina

Talarico

A Bhaktapur il Palazzo delle 55 finestre e la Porta d'Oro

Il viaggio in Nepal prosegue e arriviamo a **Bhaktapur**, capitale del Nepal dal 14° al 16° secolo, è collocata su un'altura che costeggia le rive del fiume *Hanumante* ed è considerata la città dei devoti. L'immane **Durbar Square** (stesso nome di quelle di Kathmandu e Patan) regala una grande emozione, perché è autentica, senza traffico, pesantemente mutilata dal terremoto eppure grandiosa. Molti dei monumenti e templi che si affacciano sui selciati rossi sono puntellati, in parte ricostruiti o in via di ristrutturazione.



Bhaktapur, nel cortile del
Palazzo delle 55 finestre
©Sabrina Talarico



Bhaktapur, il Palazzo delle
55 finestre ©Sabrina
Talarico

Le ferite sono aperte, ma ciò che si vede lascia senza fiato: il **Palazzo delle 55 finestre** dipinte in rosso e nero come i colori della valle; il **Cancello d'Oro** che porta ai templi di **Taleju** e della **Kumari** (che in Nepal sono 3); le statue di **Hanuman**, il dio scimmia, e di **Narsigh**, l'uomo leone; il tempio **Vatsala Devi** con le immagini del **dio Ganesh**, i templi **Kedarnath Shiva e BadriNath**, mirabilmente ricostruiti.

Camminando oltre la piazza si raggiunge **Taumadi Tole**, famosa per il **Tempio Nyatapole**, il più alto del Nepal e uno dei

simboli di questo Paese. In realtà si tratta di una pagoda di cinque piani, fatta costruire nel 1702 per venerare la misteriosa dea tantrica Siddhi Lakshimi alla quale si accede attraverso una ripida scalinata



Bhaktapur, nella piazza
accanto al Tempio
Nytapole ©Sabrina
Talarico

A piedi nella città della bellezza

A soli 5 km. a sud di Kathmandu si trova **Patan**, la “città della bellezza”. Alcuni testi affermano che sia la più antica città buddista del mondo e che qui abbia abitato il Siddhartha Gautama, il fondatore della religione buddista nato a Lumbini in Nepal.

In volo sull'Everest

Un viaggio in Nepal non può prescindere dalla visione dell'Himalaya.

Si chiama **Buddha Air** ed è una delle compagnie aeree che sorvolano l'**Himalaya** con aerei da 24 posti. La sveglia è all'alba, ma il sacrificio vale la pena. Quando l'aereo decolla e si prende posto garantito vicino al finestrino (tutti devono poter vedere e fotografare, il mio boarding pass segna 4A), inizia lo spettacolo. Il volo è sulla catena dell'Himalaya, che conta 10 vette sopra i 8000 metri e **8 delle 14 cime più alte del mondo**. Qualche somiglianza con le Alpi c'è, ma l'altezza, la composizione e la maestosità di queste montagne lascia senza fiato.

L'hostess distribuisce un volantino dettagliato che spiega

l'intero sistema montuoso e poi tutto diventa reale. Le cime innevate, dai difficili nomi (Shisa Pangma 8013 m., Pigferago 6620 m., Cho-Oyuy 8201 m., Nuotsse 7855 m.), scorrono sotto i nostri occhi increduli, alternate a valli profonde, scisti, calcari, lastre granitiche, ghiacciai e forre paurose. Fino ad arrivare alla vetta più alta del mondo, l'**Everest**, che con i suoi 8848 m. fu scalata per la prima volta nel 1953 da una spedizione inglese guidata dal colonnello Hunt. Everest, il sogno. Everest il mito. Di fronte a questa sorta di piramide al confine tra Cina e Nepal, si resta ammutoliti. L'aereo indugia, e quando vira per tornare indietro e ripercorrere la catena, verrebbe voglia di fermarsi e rimanere sospesi per un tempo indeterminato. Almeno finché gli occhi non siano pienamente appagati dallo spettacolo.



In volo sull'Himalya
©Sabrina Talarico

Lungo la strada per Pokhara

La strada che conduce da Kathmandu a Pokhara attraversa la vallata percorsa dal sinuoso fiume *Tirsuli*, che nasce in Tibet e percorre il Nepal fino ad affluire in India, nel Gange. Il percorso di 200 km (circa 6 ore) è faticoso ma interessante, perché attraversa un paesaggio fatto di dolci colline, gole, templi hindu, locande, piccoli villaggi sulle sponde del fiume, collegati gli uni agli altri da ponti di legno sospesi e strette stradine. Il viaggio in Nepal è fatto anche di luoghi sperduti e incontaminati, che rappresentano un Paese attraente, ricco di risorse naturalistiche, economicamente povero ma dignitoso.

Una sosta a **Kuringhat**, nel territorio di Kurintar, consente di attraversare uno di questi ponti sospesi, raggiungere le abitazioni arroccate su una piccola collina e vedere le donne

che fanno il bucato sul greto del fiume. Il Tirsuli è diventato attrazione turistica grazie al *rafting*, che consente di vivere belle avventure, soprattutto da fine settembre a fine novembre, quando la portata d'acqua è alta, le temperature miti e il cielo blu.



Ponte sospeso sul fiume
Tirsuli ©Sabrina Talarico

Pokhara e i monaci bambini

Pokhara è una città molto carina e decisamente turistica, piena di negozi, bar, hotel, guest house e ristoranti, disseminati ovunque. La cucina è nepalese ma anche italiana, coreana e francese. Il fascino le deriva dal **Lago Phewa**, tranquillo specchio d'acqua dove fare un simpatico giro su barche colorate, fino a raggiungere il Tempio induista **Tal Barahi**, sulla cui origine esistono alcune leggende che conducono alla dea *Barahi Bhagwati*, che prevedendo un'inondazione consentì agli abitanti di questo luogo di mettersi in salvo. Dal lago, con un po' di fortuna e il cielo limpido, si potranno ammirare al tramonto le cime dell'**Annapurna**, tra le più alte del mondo.



Imbarcazioni per turisti sul
lago di Pokhara ©Sabrina
Talarico

A Pokhara i tour prevedono la visita del **Tempio Brindabashini** (detto anche Pagoda della Pace nel Mondo), bianco e immerso nel verde, raggiungibile in auto o con un trekking impegnativo. Poi le **Cascate di David** e le **Grotte di Mahendra**. In realtà, l'escursione più significativa è quella al

Monastero Karma Dubgyud Choek Khorling Manang, dove vivono i monaci bambini, impegnati quotidianamente nelle preghiere, che culminano negli interminabili canti nepalesi seguiti dal coro. I bambini si passano i testi e intonano i versi, che solitamente hanno a che fare con l'amore, il paesaggio, gli animali. Concordando la visita con la guida, è possibile assistere alla liturgia e prendere la benedizione dei monaci.

Se vi assale un impellente bisogno di assaggiare cucina italiana, recatevi al **Med5** lungo Lakesaide Road. Il proprietario è **Stefano Gentile**, ristoratore veneziano che da circa due anni si è stabilito in Nepal. Il ristorante è nuovo e moderno, arredato con gusto, serve ottime pizze e insalate, patate fritte e affettati. I prodotti usati sono tutti rigorosamente italiani. Info <https://www.med5restaurant.com/>



Monaci bambini del Monastero
Karma Dubgyud Choek Khorling
Manang ©Sabrina Talarico

Elefanti e coccodrilli nel Parco Chitwan

Il viaggio in Nepal prosegue. Prima di avventurarsi nel **Royal Chitwan National Park**, un tempo riserva privata reale, guide esperte spiegano le differenze tra elefanti asiatici e africani, le dimensioni e le caratteristiche del parco, la flora e la fauna. Il tempo di prendere possesso delle camere del resort, bere un tè nepalese (tra i migliori al mondo) e l'avventura inizia. Il Chitwan, che in lingua hindi significa "*cuore della giungla*", è un'area naturale protetta di quasi 1000 kmq e ospita 43 specie di mammiferi, 450 di uccelli e 45 anfibi e rettili.

Tra le principali attrazioni del parco vi sono orsi labiati, macachi, leopardi, antilopi. Ma la regina è lei, la *tigre del bengala*. In questo luogo divenuto patrimonio **UNESCO nel 1984**, se ne trovano ben *120 esemplari*. Le sue caratteristiche naturali, il clima, la manutenzione e la sicurezza gli hanno infatti ottenere dal **Fondo Mondiale per la Natura del WWF** l'accreditamento come *santuario* per la protezione delle tigri del Bengala, in via di estinzione.



Villaggio tharu nel Parco
Chitwan ©Sabrina Talarico

Una delle escursioni più interessanti da fare durante un viaggio in Nepal è quella sull'*elefante*, che entra felpato nella giungla, con le sue grandi orecchie e la proboscide a raccogliere cibo lungo il percorso. Dall'alto del suo dorso è facile avvistare cervi, lemuri grigi e il rinoceronte indiano. Altre attività che consentono di osservare le foreste e gli animali sono escursioni in canoa, trekking, safari in jeep, bird-watching.

Dal parco è possibile fare passeggiate a piedi o in bicicletta nei villaggi *tharu*, popolo di origine mongola e di lingua indo-ariana, che vive in case di fango e ha come principale attività la caccia, pesca e agricoltura. Per visitare al meglio il parco, l'ideale è soggiornare in uno degli eco-lodge interni.

testo e foto di Sabrina Talarico



Nepal-bambini in un
villaggio tharu nel Parco
Chitwan ©Sabrina Talarico

INFORMAZIONI:

Tour Operator consigliato: I Viaggi dell'Elefante
<https://www.viaggidellelefante.it/>

Dove dormire nel Parco Chitwan: Tiger Tops –
<https://tigertops.com/>

Barahi Jungle Lodge – <http://barahijunglelodge.com/>

Meghauli **Serai** –
<https://www.tajhotels.com/en-in/taj/meghauli-serai-chitwan-national-park>

Chitwan Jungle Lodge – <http://www.chitvan.com/>

ARTICOLI CORRELATI:

<http://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/dal-nepal-al-bhutan-con-isabella-pratesi/>