

Bhutan, il paese in verticale

Il Regno del Drago del Tuono, Druk Jal, è stato per molto tempo una delle località meno accessibili al mondo, un territorio dalla superba bellezza ma estremamente aspro e isolato.

Culla di tradizioni e ultimo baluardo dei regni buddisti indipendenti himalayani dove templi e monasteri sono testimoni attivi e vitali di uno stato antico, forgiato da personaggi mistici, magici e leggendari che non hanno mai smesso di condividere lo spazio con gli esseri umani. Fitte foreste, prati di montagna, le vette himalayane, una vita semplice dal profumo di fuoco di legno, rami di pino e burro di yak.

Un racconto di viaggio che parte da Paro, con il trekking del sentiero del Druk, fino a Thimphu, la capitale, e Phunaka

140 km da nord a sud, 300 km da est a ovest, grande più o meno come la Svizzera, non raggiunge il milione di abitanti. A volte sembra quasi di essere nella Svizzera delle valli beate, con romantici chalet e panorami.

Collocato fra l'India e la regione tibetana della Cina, il Bhutan è il regno delle fiabe. Un giovane re che ha rinunciato al suo potere assoluto, un popolo affabile e bucolico devoto alla religione e alle tradizioni, distribuito per etnie lungo un territorio che, da sud, è tropicale, poi diventa giungla fitta, finisce e sale ai prati montani dei 5.000 m, territorio di yak, contadini e nomadi, fino alle pareti solitarie dell'estremo nord, la catena dell'Himalaya, il paradiso degli dei e delle nevi.

15 novembre 2004 notte a Delhi. All mattino, partenza per Paro, unico aeroporto internazionale bhutanesi servito quasi esclusivamente dalla flotta Druk Air, forse l'unica in grado di atterrare e decollare a vista su una pista corta - 1830 m -, decorata di nuvole e montagne che aggiungono quota alla quota.. In caso di maltempo o scarsa visibilità il ritardo può protrarsi per ore ma anche per giorni.

Per ottenere il biglietto aereo occorre indicare il numero del visto (formalmente emesso all'arrivo in aeroporto) ma che si ottiene prima della partenza, allegando la richiesta dell'itinerario, la conferma, il pagamento del viaggio e la prenotazione tramite un tour operator bhutanesi che a sua volta riceve il consenso dal DOT, Department of Tourism.

Il costo per ogni notte trascorsa in Bhutan è di 200 Usd (2004), tariffa che comprende tutti i servizi quali vitto, alloggio, guida locale, ingressi a monasteri

e riserve, materiale da campo, personale di servizio, cavalli o yak, per il trekking.

Il sistema del prezzo imposto può apparire come una restrizione superba ed esosa, mirata a un turismo dal numero chiuso, quindi selettivo. In realtà è il naturale prodotto di un percorso tipicamente bhutanesi: una parte dell'importo è destinata al tour operator, una parte in tassa allo stato che la converte a sostegno della spesa sociale. In Bhutan si può crederci.

Scelte illuminate e accorte, volte al benessere collettivo, hanno prodotto in Bhutan un modello di sviluppo economico quasi "sostenibile" o per lo meno molto ragionevole che lo hanno premiato ed elevato da paese povero a nazione modello.

L'utilizzo degli aiuti internazionali è stato distribuito in maniera equa, le borse di studio all'estero hanno formato medici o ingegneri che hanno poi operato nel paese con la consapevolezza che il privilegio dell'istruzione non deve essere orientato a prestigio e potere personale ma alla condivisione collettiva.

Niente di strano quindi se un medico guadagna più di un contadino ma con l'equilibrio che sta nella giusta proporzione.

Il lavoro del contadino è rispettato, incentivato e ritenuto di grande utilità.

L'obbligo di prenotazione e prepagamento non significa necessariamente che si debba viaggiare in gruppo o che non sia consentito muoversi individualmente e liberamente. Una volta stabilito e approvato, l'itinerario non può essere stravolto, ma diventa elastico nelle possibili varianti.

Le strutture ricettive lungo il percorso culturale sono ottime e l'organizzazione dei trekking e il pernottamento in tenda eccellente.

Rakin, la guida bhutanesi mi attende nello sfondo di un cielo blu, con una ghirlanda di fiori e una sciarpa fra le mani. Elegante e solenne con l'abito tradizionale, il gho, a scacchi, piegato e perfettamente allacciato in vita, la sciarpa ben avvolta sul collo, le calze al ginocchio, le scarpe nere lucidissime. Lineamenti che si confondono evocando tracce tibetane e birmane, occhi a mandorla e zigomi rialzati, un corpo forte e ben proporzionato che fa intuire le lunghe camminate lungo sentieri che si arrampicano per raggiungere vallate, villaggi e monasteri.

Al suo benvenuto segue un profumo dolcissimo di fiori bianchi e morbidi. Anche sulla macchina fuoristrada ci sono fiori, amuleti vari, una immagine del Guru Rinpoche.

Fino agli anni 60 in Bhutan non c'erano strade asfaltate, scuole, ospedali, posta, telefono, bar o ristoranti di modello occidentale. E' curioso: i britannici hanno lasciato la guida a sinistra, i cinesi hanno costruito le strade con mezzo metro in meno rispetto a quelle tradizionali, i giapponesi e gli indiani hanno importato le macchine.

La globalizzazione, anche se controllata ha fatto il resto. Se tante cose possono passare inosservate il capitolo strade rimane ben impresso. Non sono molte quelle asfaltate, hanno una larghezza di tre metri e mezzo circa, e sono lo stampo di una serpentina in verticale.

Strade tortuose, con molte curve in successione che si inerpicano affiancando gli antichi sentieri, ancora oggi utilizzati dalla maggioranza della popolazione che per spostarsi cammina o va con il cavallo.

Distanze lunghe e camminate solitarie, attività quotidiana per i numerosi nuclei familiari che vivono isolati nelle fattorie in legno delle comunità montane, contadini o allevatori, che hanno il loro centro e riferimento negli dzong, monasteri fortificati su modello medievale.

Lo dzong è una sorta di laboratorio spirituale, sociale, scolastico e sanitario. Oggi anche centro amministrativo, quindi sempre molto animato, per intenderci, è come se fosse la piazza principale di un paese.

La religione svolge un ruolo fondamentale e, con la devozione al re e alle tradizioni, ne costituisce il modello sociale e lo stile di vita.

Templi e monasteri sono spesso arroccati in ambienti naturali di una bellezza primitiva, un buddismo tantrico dove spiriti e reincarnazioni, demoni mostruosi e divinità estasiato conducono il gioco eterno del bene e del male, della morte e della rinascita.

Paro è adagiata sulle rive del Paro Chhu, a 2280 m. Un paesaggio dolce la circonda con verdi vallate che formano quadrati geometrici di risaie.

A dominare la città è il Paro Dzong, monastero fortezza di colore bianco, considerato il miglior esempio di architettura butanese.

Troneggia sulla valle con le sue mura inclinate e il suo nome significa "fortezza su un cumulo di gioielli". E' anche uno dei più grandi e ospita, oltre alla sezione monastica anche gli uffici amministrativi.

E' conosciuto per le celebrazioni dello tsechu, una serie di danze primaverili che si tengono in onore del Guru Rimpoche, "prezioso maestro". Fine delle danze e della festa con l'esposizione del thondrol, enorme thangka, un dipinto di 18 mq che viene srotolato lungo la parete dello Dzong.

Nel Paro Dzong furono girate alcune scene del film Il Piccolo Buddha.

La celebrità non ha tolto l'atmosfera religiosa e lo svolgimento della vita quotidiana all'interno del monastero. Nella sala delle cerimonie i giovani monaci leggono i libri sacri, recitano mantra che risuonano come un canto ipnotico. Le voci riempiono l'aria, la luce, vibrano come le fiamme rosa giallo delle lampade alimentate a burro di yak. Un profumo e un sapore indimenticabile.

Seduti in fila con una sequenza di colori rosso e giallo che si confondono con le file delle statue del Buddha e delle sue reincarnazioni.

Tutto si svolge con scioltezza, solennità e semplicità.

Un percorso karmico e un viaggio verso il cielo che dalla sofferenza conduce alla Illuminazione.

Le Quattro Nobili Verità; l'esistenza è sofferenza, la sofferenza è provocata dal desiderio e dall'attaccamento alle cose materiali. La sofferenza sparisce con il cessare del desiderio. Il desiderio si elimina con la retta via, retta fede, retta decisione, retta parola, retta azione, retta concentrazione. La beatitudine.

Il nirvana.

Il tantra è la pratica.

Il Bhutan offre agli appassionati del trekking molte possibilità, dai più facili ai più impegnativi. Il trekking dell'Uomo delle Nevi, dalla durata di un mese circa, è considerato uno dei più difficili del mondo.

Il trekking che ho scelto, da Paro a Motithang (50 km circa) è di difficoltà media, dura dai 5 ai 7 giorni e ha una altitudine massima di 4500 m.

Tutti i trekking sono organizzati con pernottamento in tenda e cucina da campo. Il materiale viene trasportato da cavalli o yak.

I percorsi sono abbastanza lunghi con forti dislivelli di altitudine ma possono essere ben adattati in base alle singole capacità.

Si cammina dalle 5 alle 8 ore, variabili al tempo che si decide di dedicare alle soste o alle deviazioni. Occorre comunque sempre raggiungere le aree autorizzate per i campeggi notturni. Durante il giorno il sole è molto caldo ma la notte.. in alta quota letteralmente si gela!

Per il primo tratto del sentiero del druk sono stati utilizzati cavalli da soma, con relativi padroni, poi yak per l'alta quota e poi cavalli ancora. I cavalli sono più simpatici degli yak che sono diffidenti e facili a impiantarsi.

I sentieri sono stretti, a volte ripidissimi e quando uomo e yak devono passare diventa una bella complicazione...

Non serve portare provviste o materiale per la cucina, a questo pensa l'agenzia. La cucina è ottima e il piatto tipico del trekking sono riso e patate, chapati, biscotti e tavolette di cioccolato.

E' reperibile anche la carne, ma io sono vegetariana.

Tende e materassini sono forniti dall'agenzia.

Quello che vi dovete portare è il sacco a pelo, l'abbigliamento e tutto quanto di personale, prestando però attenzione a non superare il peso di 15 kg.

Non dimenticate il piumino, abbigliamento termico per la notte e qualcosa di molto ampio per proteggersi dalla pioggia.

Anche se può sembrare bizzarro, per le donne, l'idea di indossare delle lunghe gonne, può risolvere in maniera diplomatica il problema del pipi stop.. sentieri in verticale lungo il fianco della montagna o il vuoto laterale.. e con la schiera di uomini e animali è forse la formula più pratica e discreta.

Il cammino del druk parte da 2470 m, in zona Museo Nazionale a Paro.

Il primo tratto sale di 1000 m. Il sentiero è ghiaioso, il panorama delizioso.

Attraversiamo aree rurali con campi coltivati e piccoli giardini, fitte foreste di lauri, betulle, aceri dove eleganti pini azzurri e cipressi dell'Himalaya dominano nel caleidoscopio dei colori.

Si raggiunge il passo del Jili La e si dorme a Jili Dzong, a 3480m.

I passi e i picchi delle montagne, sono per i bhutanesi luoghi sacri, di raccoglimento alla preghiera. Tumuli di pietre, poste l'una sopra l'altra, pietre che salgono verso il cielo. Si gira intorno, si prega, si lasciano piccoli doni o preghiere scritte che si appendono lasciando il compito al vento di portarle chissà dove.

Per i viaggiatori è il luogo dove celebrare i rituali di buon auspicio, scacciare gli spiriti maligni, rinnovare gli amuleti di viaggio legati alla superstizione, per i pellegrini luoghi ideali dove appendere le lunghe bandierine di preghiera conosciute anche con il termine di " cavalli al vento".

Se non fosse per i tocchi di colore passerebbe inosservato. E' il monastero nella roccia, luogo magico, che ospita una enorme statua di Sakyamuni.

Ci arrampichiamo e arriviamo alle ruote della preghiera. Le facciamo girare e ascoltiamo l'eco delle campane. Sembra il suono della creazione.

Al nostro arrivo giovanissimi monaci cantano sottovoce mentre preparano il torma, sorte di caramellone dall'aspetto zuccherino, modellato con farina e burro, a forma di fiore e di sole. Vengono create come atto di fede.

Il secondo giorno si percorre il tratto lungo il crinale per giungere al bosco dei rododendri. Eh si, i rododendri qui sono delle piante enormi.

Si vedono le cime innevate e il Jhomolhari, la montagna sacra del Bhutan. Raggiunta Tshokam 3770m si montano le tende vicino ai nomadi pastori di yak. E' un piccolo accampamento di tende nere, svolazzanti al vento che a volte soffia prepotente. Sono uomini del silenzio e del vento, sembrano invincibili, il volto non rivela l'età. Anche le donne sono forti, abituate a una vita di conquiste dove niente è facile e scontato.

Ci osservano in silenzio e quando gli occhi si incontrano accennano a un sorriso. Non so chi ha inventato il sorriso ma adoro questo strumento universale, espressione spontanea di uno stato d'animo interiore.

Rakin è impegnatissimo nel suo lavoro di guida e nella garanzia di offrire la massima ospitalità; si preoccupa in ogni momento di come mi sento, di cosa mi piace, se ho freddo o caldo, se respiro regolarmente in quota, è una guida premurosa e un compagno di viaggio eccezionale. Per tutto il giorno ha giocato con la storia della sorpresa che mi avrebbe organizzato per la sera.

Arrivati al campo ecco il regalo. Io devo solo rilassarmi, dice lui, e la sorpresa.. è un vero bagno in una vasca in legno riscaldata con pietre incandescenti. Non ci sono parole..

Il terzo giorno di trekking risulta essere il più impegnativo.

Il freddo della notte o forse l'acqua non ben purificata mi ha provocato indesiderati disturbi intestinali. Tutto risulta più faticoso. La pioggia ha ridotto il sentiero a una pista scivolosa, si sale ripidissimi e con alte pietre da superare.

Risultato: 11 km lentissimamente percorsi in 8 ore. Arriviamo al lago del Bue della Sabbia. Rakin ha ancora l'energia per pescare. Si galvanizza quando prende le trote. Mi parla della cucina della sera. Mangiare.. in realtà non vedo l'ora di provare a dormire. Quando la notte arriva si sperimenta e si realizza il vero significato della parola buio. I nostri occhi non sono più abituati alla percezione in nero. Il vento della notte avvolge il campo addormentato e le stelle dirigono una irreale orchestra cosmica.

Quando la notte arriva si sperimenta anche la parola freddo.

Nel quarto e quinto giorno si viaggia in quota, oltre 4.000 m, sali e scendi con panorami mozzafiato, per arrivare a Simkotra Tsho e Phajoding.

Si procede fra sentieri erosi di cespugli e rododendri, piccoli torrenti e pietre scivolose coperte di licheni.

Phajoding è il luogo ideale per concludere un trekking. Area di forte energia, ideale per la meditazione, con templi razionalmente irraggiungibili, quasi sospesi negli strapiombi.

Il sesto giorno scendiamo per 1200 metri a Motithang, il quartiere alto di Thimphu, luogo prediletto delle famiglie benestanti.

Le impressioni della capitale, 2320 m di altezza, 45mila abitanti, dopo i giorni di solitudine del trekking sono piuttosto confuse e strane. Città che ostenta modernismo, con ristoranti, bar, discoteche "di tendenza", mi rallegra con le sue case colorate, i dipinti naif e il ritmo fin troppo frenetico del traffico stradale. Divertentissimo il vigile. Collocato su un piedistallo, statuario e con una elegante divisa. Dirige il traffico con dolcezza, in movimenti raccolti e misurati, armonici e quasi musicali.

Thimphu raccoglie la sintesi delle tradizioni bhutanesi; le Dzong, la Biblioteca Nazionale, il Museo Nazionale della Pittura, quello dei Tessuti, quello delle Tradizioni Popolari, l'Istituto Nazionale della Medicina Tradizionale, l'Accademia Reale di Danza, il National Memorial Chorten, di recente costruzione ma cuore e luogo di preghiera d'eccellenza della capitale.

Il Chorten è il corrispondente dello Stupa indiano, un monumento sacro che ospita le reliquie di personaggi più o meno illustri, si erge come un

ideogramma esoterico che parte con un largo basamento per formare un cono che termina con il pinnacolo del sole e della luna.

C'è molto movimento a Thimpu in questi giorni.

Una competizione importante si svolge al campo di tiro con l'arco.

E' lo sport nazionale e affonda le radici in un passato guerriero.

Oggi come allora gli arcieri tirano le frecce verso bersagli distanti anche 150 metri. La freccia viaggia velocissima e molto lontano.

Il punteggio viene assegnato con sciarpe colorate che si infilano alla cintura del gho. Quando si centra il bersaglio non ci sono applausi ma una danza e un canto. I bhutanesi cantano molto spesso, quando raccolgono il riso, quando costruiscono case, quando dipingono le magnifiche finestre e cornici che caratterizzano le abitazioni. L'architettura bhutanesa è omogenea e di grande effetto scenico. La casa, in legno e pietra è generalmente a due piani, tetto spiovente con soffitta decorata. Al piano terra si trova la stalla e il granaio, al piano superiore la cucina e la sala pranzo, le camere da letto e il choesum, sala degli ospiti e luogo di preghiera con il piccolo tempietto. Nelle case tradizionali i tetti sono ricoperti con tegole di legno. In cima sventola la bandiera sacra. Il legno è quasi sempre decorato; fiori, svastiche, disegni augurali, cieli, soli, nuvole.. così come le pareti esterne; simboli di buona sorte, fertilità, mostri e divinità. Spesso ai quattro angoli viene appeso un fallo in legno. Non è un simbolo di fertilità ma un portafortuna.

Da Thimphu a Punakha ci separano 70 km circa. Il percorso in macchina è piacevole, così come il clima, ora nettamente caldo. Il passo del Dochu La regala un bellissimo panorama. Si lasciano le foreste di querce e pini azzurri per attraversare la foresta umida montana, con abeti, cipressi, rododendri e quando si scende la vegetazione diventa tropicale con cactus, aranci e bambù.

Gabriella Tognoli

Bhutan trekking Paro Thimphu e Punakha