

## **Regione del Dolpo, Nepal Occidentale**

Dopo l'apertura all'Occidente del Nepal nel 1949, la regione di Dolpo, situata nel Nepal occidentale ai confini con il Tibet, fu raggiunta nel 1956 da David L. Snellgrove. "Himalayan Pilgrimage" è il racconto dei sette mesi trascorsi nelle aree di cultura tibetana e successivamente il libro "Four lamas of Dolpo" dello stesso autore perpetuò il mito di valli dove le pratiche sciamaniche pre-buddiste del rito bon po sopravvivevano nei monasteri di Samling, Ringmo, Pungmo e altri più piccoli. Con la pubblicazione del libro, "Il leopardo delle nevi", del naturalista Peter Matthiessen, questa terra divenne il sogno di molti viaggiatori, un sogno che il Nepal rese possibile aprendo nel 1990 l'area al turismo.

La regione è comunemente divisa in due parti: il basso Dolpo e l'alto Dolpo. Il primo si estende tra il lago Phoksumdo, oggi Parco Nazionale e la valle di Tarap, abitata da poche centinaia di persone che coltivano l'orzo per l'onnipresente tsampa, il piatto base della parca alimentazione locale. La gente si dedica all'agricoltura e alla pastorizia. Sono regioni entrambe desertiche, post-himalayane, situate a nord della catena del Dhaulagiri; le foreste sono presenti nella parte bassa e attorno al lago Phoksumdo, dove la quota non supera i 3500 metri.

L'alto Dolpo va oltre il lago Phoksumdo e termina a nord con il Tibet e si estende a quote superiori ai 4000 metri. Piccoli villaggi raccolti attorno al monastero, perpetuano da sempre le antiche tradizioni: d'estate la povera agricoltura e nei mesi primaverili ed autunnali il commercio. Ecco allora lunghe carovane di yak scendere verso valle ancor oggi con i carichi del sale e della lana per risalire con cereali e altri prodotti utili alla sopravvivenza.

Il monastero più noto è Shey, posto di fronte ad una montagna di cristallo che ne accresce la fama; la tradizione vuole che il lama del monastero sia la reincarnazione di Milarepa. L'alto Dolpo, per la difficoltà d'accesso, rimane tutt'oggi un'area di cultura pressochè intatta, dove le costumanze e i riti religiosi conservano la loro primordiale originalità.