

# Lettres du Zanskar

Janvier 2009



Versione italiana di  
"Lettere dallo Zanskar"  
Bollettino semestrale di informazione  
dell'associazione AaZ

**"Evitate le cattive azioni;  
fate del bene a chi vi circonda;  
purificate il vostro spirito.  
Questo è l'insegnamento di  
tutti i Buddha"**



N°33

## 2 LMHS...

tutto quello che è accaduto quest'estate

- 2 · Relazione dell'incontro con il Preside
- 3 · Galleria di ritratti 2008
- 5 · Un percorso esemplare

## 6 ZANSKAR... notizie estive in breve

- 6 · Souvenir di un viaggio eccezionale
- 6 · Estate 2008 piccolo tour nella terra Zanskar-pa
- 7 · Il nostro soggiorno in Zanskar nel luglio 2008
- 8 · Piccole immagini dello Zanskar

## 9 ZANSKAR... un po' di storia

- 9 · Evoluzione dello Zanskar fra il 1995 ed il 2008
- 11 · Popolazioni e villaggi
- 12 · Nel paese sotto le montagne, le case del Ladakh.

## 13 FOCUS... su AaZ Onlus

- 13 · Gli amici dello Zanskar appoggiano i nostri progetti
- 13 · L'attività editoriale di AaZ Onlus
- 14 · Buddha in tutte le sue manifestazioni

## 15 LE INFORMAZIONI... che vi necessitano

- 15 · Date delle feste in Ladakh
- 15 · Infanzia nel mondo
- 16 · Le donne dello Zanskar

## 17 AaZ piccolo album estivo

## 18 AaZ il sito...web

## 19 VA MEGLIO.....se lo diciamo!

## 20 DONAZIONI

- 20 · Per donazioni e 5X1000 ad AaZ

# EDITO

## 2009... sulla strada per il CBSE ?

**In questo inizio d'anno, come vuole la tradizione, vogliamo incominciare con i ringraziamenti che vanno ai soci italiani e francesi che si sono recati in Zanskar in occasione della festa della scuola.** Desideriamo ringraziare anche tutti coloro i quali, al loro ritorno, hanno scritto un articolo per AaZ. Un piccolo "clic" sul nuovo sito web di AaZ: [www.aazanzkar.org](http://www.aazanzkar.org), e potrete consultare alcuni degli articoli del giornale, illustrati con foto supplementari.

Ma è sempre preferibile guardare al futuro piuttosto che ritornare sul passato, anche se 20 anni hanno il loro peso!

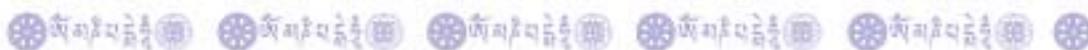
**Sulla strada per il CBSE**, è il titolo dell' editoriale, e sarà anche uno dei temi importanti della nostra prossima Assemblea Generale che si terrà, sempre a Pentecoste, il 30 e 31 maggio e 1 giugno prossimi nei

Paesi Baschi.

Vi aspettiamo numerosi. Nel frattempo, vi auguriamo un buon 2009.

Djullé

Per il consiglio  
**Eliane Serveyre**



# La parola alla Presidente

## Guardiamo insieme al futuro:

Nel rapporto di missione dell'estate 2008, avevamo già puntualizzato gli obiettivi del 2009:

- **Assunzione** di un preside e di due altri professori
- **Aggiornamento** del salario degli insegnanti
- **Fattibilità del CBSE** (Central Board of Secondary Education) ed inizio dell'iter per ottenerlo.
- **Il getto dell'acqua** a scuola è debole (si devono esaminare diversi progetti)
- **Pranzo a mezzogiorno.** Valutazioni e partenza del progetto a marzo 2009
- **Costruzione del laboratorio** e restauro di alcune classi dello edificio principale

Questi obiettivi sono stati confermati dall'assemblea del dicembre 2008. L'assemblea si è tenuta con la presenza di Tina (presidente di AaZ onlus) e di Luisa (segretaria di AaZ onlus). Abbiamo fissato come obiettivo l'installazione di pannelli solari supplementari sul tetto della scuola.

Coloro fra voi che consultano regolarmente il nostro sito, sono già a conoscenza di questa informazione, poiché i verbali delle riunioni sono sistematicamente riportati sul sito web dell'associazione.

Lasciamo comunque a Delphine la nostra webmaster, il compito di parlarvi in questo numero del "rifacimento del look" del nostro sito web e dell'"interattività" fra giornale e sito web che speriamo vivamente di rendere operativa.

**Grazie a Internet, il presidente della LMHS ci ha inviato la lista dei bambini che inizieranno la**

**scuola nel marzo 2009.**

Sono 26 e tutti hanno trovato un padrino o una madrina. È già stata istituita una lista d'attesa per gli ingressi del 2010.

Per il consiglio  
**Eliane Serveyre**



## LMHS ... quello che è accaduto quest'estate

### Relazione dell'incontro con il preside

della LMHS a Leh  
**Edith GENAND**

**Scopo di questo incontro era ottenere delle informazioni sull'affiliazione al CBSE con i relativi vantaggi.**

Prima di riassumere questo incontro, mi sembra necessario puntualizzare il ruolo del CBSE: Central Board of Secondary Education (Consiglio Centrale dell'insegnamento secondario).

In Francia, l'amministrazione dell'educazione nazionale è gerarchizzata: ministero, rettorati (per le scuole secondarie) ispettori accademici (per quelle elementari).

L'India è una federazione di 28 stati e di 7 territori, ciascuno con la propria lingua costituzionale e la propria amministrazione.

Quindi una scuola può dipendere amministrativamente sia dallo State Board del proprio stato (amministrazione locale) sia dal Central Board (livello federale), essendo tali due istanze totalmente indipendenti l'una dall'altra ed addirittura in concorrenza. I programmi sono diversi, così come gli esami. Attualmente la LMHS di Pipiting-Ufti dipende dall'amministrazione locale del Jammu e Kashmir, distretto di Kargil, mentre la LMHS di Leh ha richiesto ed ottenuto la propria affiliazione all'amministrazione federale.

In primis abbiamo incontrato il vice preside, responsabile dei programmi ed in seguito il preside.

**Quali passi occorre intraprendere per ottenere l'affiliazione al CBSE?**

In primo luogo è essenziale **ottenere** dall'amministrazione locale del Jammu Kashmir il **certificato di nulla osta**: ovvero l'autorizzazione a lasciare lo State Board per collegarsi con il Central Board. Sarà la cosa più difficile da ottenere poiché l'amministrazione locale non accetta di buon grado di perdere le "scuole buone". Infatti l'amministrazione locale del Jammu Kashmir è uno degli stati che ha i peggiori risultati in termini di educazione e la perdita di una "buona scuola" farà precipitare ulteriormente le sue statistiche!

Ottenuto il nulla osta, occorre depositare presso l'amministrazione centrale una domanda di affiliazione, allegando il certificato.

Dopo la presentazione della domanda una squadra di ispettori del CBSE verranno a verificare se la scuola risponde ai requisiti di affiliazione. Il preside della LMHS di Leh potrà eventualmente fare parte di questa équipe.

**Quali sono le condizioni cui dovremo adempiere?**

**Delle buone aule.** Pare che le nostre siano troppo piccole per il nostro effettivo di allievi.

**Un laboratorio** per delle lezioni di Fisica, Chimica e Biologia



**Degli insegnanti qualificati.** (Master, Bachelor of Education) in particolare per quanto riguarda le classi IX e X, preparati in pedagogia secondo quanto richiesto dal programma del CBSE.

Adempiere a queste condizioni richiederà molti sforzi e tempo da parte nostra. Il preside ci propone il suo aiuto per compiere questi passi.

#### **Conseguenze dell'affiliazione al CBSE**

##### **Anno scolastico e programmi**

Poiché i programmi sono molto più impegnativi e la pedagogia totalmente diversa, la durata dell'anno scolastico in Zanskar sembra essere più corta di un mese in confronto a Leh (dal 1° marzo al 15 dicembre, con 12 giorni soltanto di vacanze estive).

È possibile allungare la durata del nostro anno scolastico?

##### **- Esami.**

Gli esami si svolgono in un unico centro (LEH) durante il mese di marzo, le prove sono a livello nazionale e si svolgono tutte nelle medesime date.

Dunque, almeno il primo anno, occorrerebbe distaccare per un mese i nostri allievi nel centro dove si tengono gli esami (con quale mezzo di trasporto all'inizio di marzo?) e cercare in seguito di ottenere di svolgere gli esami in un centro più vicino.

##### **- Insegnanti**

Occorrerebbe assumere insegnanti più qualificati per le classi IX e X e soprattutto già rodati per quanto riguarda la pedagogia adottata dal CBSE. In effetti a livello degli esami organizzati dallo State Board, le domande che vengono poste sono riportate nei libri impiegati in classe, alla fine di ogni capitolo. Basta quindi imparare a memoria le risposte. A livello del Central Board invece, si lavora con un metodo che permetta all'allievo di poter rispondere a qualunque domanda.

Si può fare della formazione in Ladakh oppure può essere proposta dall'ufficiale di zona a Padum.

Per l'assunzione, cercare dei professori in Himachal Pradesh o a Dharamsala fra i rifugiati tibetani che non possono ambire a degli impieghi meglio remunerati nelle scuole

governative.

Ogni qual volta un insegnante si dimette dalla LMHS di Leh, richiedere un preavviso di 3 mesi, il che lascerebbe al preside il tempo di mettere delle inserzioni sui media locali (giornali, TV locale).

##### **- Finanze**

Nessuna speranza su questo fronte. L'affiliazione al CBSE ci porterà pochissimi sussidi mentre ci costringerà a versare numerose quote al CBSE. Il preside non ci nasconde che è più il denaro che versa al CBSE di quanto non ne riceva!

Bisognerà pensare a pagare meglio gli insegnanti qualificati per conservarci e dunque sarà necessario aumentare le tasse scolastiche che vengono richieste ai genitori (600 rs al mese a Leh, 70 da noi)

##### **Allora perché affiliarsi al CBSE?**

Molto semplicemente per facilitare ai nostri allievi la continuazione degli studi. Infatti, qualunque allievo che esca con un diploma di classe X o XII da una scuola affiliata al CBSE può accedere a qualunque scuola superiore od universitaria. Questo ci permetterà senza dubbio anche di motivare gli insegnanti alla formazione sui nuovi programmi e sui nuovi metodi pedagogici e di migliorare ancora la reputazione della scuola.

Questo nuovo orientamento della scuola sarà presentato e discusso nel corso dell'Assemblea Generale del giugno 2009.

**Per saperne di più sull'unione Indiana ed i suoi stati**  
<http://www.tlq.ulaval.ca/axl/asia/inde-1Union.htm>

**Per saperne di più sul CBSE:**  
<http://cbse.nic.in/>



## **La galleria del 2008**

Personale insegnante alla LMHS nel 2008

**Edith GENAND**



**Sonam Tundup**  
*Preside / Matematica*



**Padma Youdol**  
*Scienze*



**Tashi Namgyal**  
*Bodhi*



**Lobzang Tsewang**  
*Inglese*





**Sonam Yangdol**  
*Hurdu*



**Dawa Tsering**  
*Géografia*



**Sanjay Kumar**  
*Hindi*



**Padma Angmo**  
*Hindi*



**Youg Raj**  
*Hindi*



**Tenzin Tundup**  
*Storia*



**Sangay Dolma**  
*Bodhi*



**Stanba Tsering**  
*Matematica*



**Surander Kumar**  
*Inglese*



**Tsering Zomba**  
*Bodhi*



**Rigzing Samdup**  
*Biologia*



**Rajiv Thakur**  
*Educazione fisica*



**Skalzung Choskit**  
*Inglese - Hindi*



**StanzinMunzom**  
*Bibliotecario -  
Informatica*



**K.Kumar Sharma**  
*Fisica-Chimica-Biologia*



**Tashi Tsomo e il suo  
bambino**  
*Inglese - Hindi*

## Un percorso esemplare

Kelzang Choskit  
insegnante della LMHS  
di Edith GENAND

Quest'anno Kelzang Choskit è venuta alla Lmhs come insegnante per sostituire Tashi Tsomo, moglie di Sonam Tundup, in congedo per maternità.

Nel mese di settembre ha accettato di firmare il contratto come professore a tempo indeterminato che le è stato proposto dal comitato direttivo. **Kelzang Choskit è una ex allieva della scuola** ed il suo percorso è parallelo a quello della storia della scuola.

Kelzang ha fatto parte del secondo corso della scuola ed è quindi entrata alla LKG nel momento in cui le classi erano ospitate nel piccolo monastero di Pipiting. In seguito ha

conosciuto la vecchia sede della scuola ed infine ha frequentato la classe X a Ufti nei nuovi edifici. È andata poi a Leh per frequentare le classi XI e XII con indirizzo letterario alla "Government Boys High Secondary School" in quanto all'epoca queste classi non esistevano nella sezione femminile.

Voleva diventare insegnante ma, dopo il diploma della classe XII, si è sposata ed ha quindi deciso di continuare i suoi studi per corrispondenza, con l'obbligo di passare ogni anno un mese a Jammu per convalidare la sua formazione. Suo marito, d'accordo con la sua scelta, ha finanziato i suoi studi.

Nel mese di Luglio ha terminato la sua formazione ed ha ottenuto il titolo di BACHELOR (equivalente per noi al diploma). La materia da lei scelta per l'insegnamento è l'inglese ma nelle classi materne inse-

gna anche l'Hindi.

Era veramente felice di aver l'opportunità di una supplenza alla LMHS e quando il Managing Committee le ha proposto di rimanere come professore a tempo indeterminato, non ha avuto esitazioni.

Le ho chiesto se non aveva in programma di tentare di ottenere un posto meglio remunerato in una scuola statale ed ella mi ha risposto che la LMHS le aveva dato così tanto che non desiderava che una cosa: **poter restituire almeno altrettanto agli allievi presenti e futuri della LMHS.**

Speriamo che altri allievi seguano il suo stesso percorso. Attualmente altri tre ex allievi insegnano in Zanskar in altre scuole. **Kelzang Choskit è mamma di una piccina** che senza dubbio presto verrà anche lei a scuola...



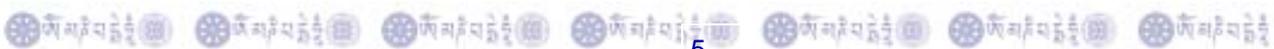
(E. Genand)



Edith & Choskit



Choskit con i suoi allievi nel cortile della scuola





# ZANSKAR ...

## notizie flash estive

### Souvenir di un viaggio eccezionale in Zanskar

**Marie Claude Van DE STEEN**

**Per il primo vero grande viaggio, ho cominciato alla grande !**

Non sapevo veramente che cosa mi attendeva, ma di sicuro non mi aspettavo di vivere un'emozione così grande come mi ha dato la calorosissima accoglienza del comitato direttivo della scuola, sulla pista che porta a Padum. Tale emozione si è ripetuta più volte durante il mio soggiorno, in contatto con persone semplici, gioiose, libere da invidia, in breve fuori della società dei consumi, ma fino a quando? **Ho scoperto con meraviglia un popolo felice, vivo, dei bambini che veramente comunicano la gioia di vivere.** Forse mi aspettavo di trovarli tristi, bisognosi... ebbene, no! Non hanno granché ma hanno l'essenziale : l'amore. Per dei piccini da 3 a 6 anni, ospitati nei monasteri, resto comunque perplessa... è duro, duro per loro!

Desidero ringraziare infinitamente Robert per avermi guidata nella scelta di questo **trekking da Padum a Phuktal**, di villaggio in villaggio, così ricco di incontri. Riconosco di essere stata tentata dall'ascensione dello Stock Kangri (6000m.) che solleticava un po' il mio lato sportivo. Avrei perduto per un pelo **un'eccezionale esperienza umana.** Non avrei certo visto granché della rude vita degli Zanskarpa, né delle loro relazioni famigliari se non avessi condiviso con loro dei momenti forti (ad esempio i pasti). Inoltre ho avuto la possibilità di passare un'intera giornata con una mamma



Monastero di Phuktal (E. Serveyre)

ed il suo bebè appena nato: un regalo per me che sono puericultrice. **La scoperta del Phuktal** all'inizio del cammino mi ha immediatamente evocato i miei amati villaggi del Lto (Rocamadour e St-Cirq-La-Popie) che ora mi appaiono molto piccini.

**Il secondo trek, Padum – Lamayuru attraverso il Labar – La- Nierak**, ha avuto essenzialmente la caratteristica di essere una marcia alla scoperta di questa prestigiosa montagna sempre più alta, sempre più grande, con la sua successione di creste a perdita d'occhio, i suoi chilometri di cammini di fate, i suoi torrenti ribollenti (con un'acqua dal colore sorprendente) che trascinano con sé enormi rocce.

Ancora un'ultima osservazione... Così tanta estasiante bellezza, non mi ha tuttavia fatto scordare le sequenze mozzafiato, per non dire peggio... i ponti oscillanti sospesi su acque furiose, dei vecchi autobus gementi sopra i burroni... L'autista cui si chiudono gli occhi per il sonno dopo 14 ore di strada... Ah! Il Sojila, il terrore della mia vita! Mai più!

Malgrado questi episodi inquietanti, almeno per me, come mi sono poi sentita bene negli accampamenti, all'arrivo dopo le nostre giornate di marcia. Poche persone ma sempre il medesimo calore umano fra noi, mulattieri, guide, cuochi.. Che fortuna per me aver avuto la possibilità di partecipare a questo viaggio in cima all'India, io che mi ero sempre limitata al Lot ed ai Pirenei.

### ESTATE 2008 un piccolo tour in terra Zanskar-pa

Espressione libera di **Maguy FEUTELAIS**

Il primo contatto è innanzi tutto il sorvolo dell'Himalaya in aereo.

Fa bello ed ho la fortuna di trovarmi seduto vicino al finestrino, da cui domino le montagne innevate. Poi è l'atterraggio a Leh, veramente impressionante. Scopro la città, i luoghi e gli abitanti con le difficoltà inerenti all'altitudine : ecco il fiato corto.

In seguito il viaggio in autobus fino a Padum, con l'occasione di scoprire questo paese, di cogliere la grandezza e la varietà del rilievo. Prima dell'arrivo a Padum ecco la sorpresa : l'accoglienza in due riprese, lungo il tragitto, che ci

viene riservata dalle famiglie e dagli insegnanti di Pipiting, accoglienza calorosa che ritroveremo più volte durante il nostro soggiorno. Poi ecco la nostra installazione a Padum e la scoperta della scuola a Pipiting. Il quadro è davvero impressionante, la pianura in cui è situata la scuola è attornata da altissime cime. Tutti ci accolgono calorosamente : sia il Managing Committee, sia gli insegnanti e gli allievi.

(M:Feutelais)



Gli allievi sembrano tutti molto maturi e contenti di trovarsi a scuola, rispettosi del luogo e delle persone. Per me che sono un' insegnante è stata una bella "sorpresa" scoprirlo. In valigia avevo portato con me delle lettere di alcuni allievi francesi destinate agli allievi della scuola.

la. Le hanno ricevuto con molto rispetto e con emozione, sorpresi che dei bambini in Francia avessero pensato a loro... Il mio soggiorno è stato un'occasione per scoprire un paese e soprattutto un popolo: accoglienti, calorosi, pronti ad aprirvi la loro casa per passare un momento con voi, senza altro scopo che il piacere di incontrarvi.

**UNA GRANDE LEZIONE DI UMANITA'...**



## IL NOSTRO SOGGIORNO IN ZANSKAR nel luglio 2008

di  
**Jean-IVES PERROT, Caroline GROSS e la Famiglia  
Ambert (Chaterine, Bernanrd, Laura e Alix)**

Quest'estate abbiamo passato il mese di luglio in Zanskar. Il nostro obiettivo era di soggiornare una settimana a Padum (sfortunatamente non durante il festival) per visitare la scuola, le famiglie, i ragazzi, gli amici, fare un minimo di spostamenti in auto ed il massimo di camminate.

### **2 trekking : Chipiyangzam/ Padum– Padum/ Darsha.**

#### **Chipiyangzam/ Padum**

È così che dopo 3 giorni di inevitabile acclimatamento a Leh, abbiamo iniziato il primo trekking.

La nostra scelta era di raggiungere Padum dopo "Chipi" con il passaggio del Kanij.la a 5100 metri ed un trasferimento in auto Rangdum/Padum. Le difficoltà di questa opzione : il passo a più di 5000 metri attraversato dopo esserci appena (ma comunque sufficientemente) acclimatati ed un fiume il cui attraversamento è un po' problematico nel mese di luglio. Tuttavia si può realizzare a cavallo, se non si inizia a pomeriggio troppo inoltrato. Segnaliamo comunque che al nostro conduttore che ha attraversato a piedi, l'acqua arrivava fino alla vita.

I vantaggi di questa opzione sono multipli : trekking magnifico, molto selvaggio. Poco frequentato, punteggiato di villaggi molto graziosi. E poi dal punto di vista dei trasferimenti, si evita la lunga deviazione del passo di Kargil ed il pernottamento che questo comporta.

Dunque lo consigliamo per quegli escursionisti in forma anche se il trasferimento non presenta grosse difficoltà eccezion fatta per il passo ed il fiume che si attraversa bene – comunque- al mattino presto.

#### **Padum/Darsha**

9 giorni molto piacevoli di facile trekking che abbiamo effettuato con una famiglia di amici (dei nuovi soci di AaZ provenienti dalla Guadalupa) e le loro 2 figlie, gemelle di 14 anni.

Il clou dell'itinerario è senz'altro il monastero troglodita di Phuktal dove, se si arriva presto (8 del mattino) si può assistere alle preghiere in compagnia dei monaci, consumando con loro il the e la tsampa!

Villaggi molto graziosi con poco dislivello a parte il Shingo-la a fine percorso, ottimi bivacchi.. Da farsi una volta senza dubbio, piuttosto nel senso di marcia Padum-Darsha, per ottenere un buon acclimatamento.

Sottolineiamo che la riuscita di questi due trekking è strettamente legata alla qualità dell'agenzia in loco. La Kaniska Expedition diretta da Gyalik, vecchio direttore della scuola di Reru, ci ha completamente soddisfatti. Prezzi competitivi, cook e guide eccellenti, cavalli in buone condizioni. In breve un'agenzia seria e simpatica che impiega abitanti dello Zanskar che non possiamo che raccomandare!

#### **La nostra settimana a Padum**

Una settimana, ottima ma sempre troppo poco. Così tante persone da incontrare e cose da fare!

Le famiglie innanzi tutto.. iniziamo sempre con il giro dei "mangioni" La famiglia del nostro allievo a Shagar, le famiglie amiche, le famiglie dei nostri amici con le lettere ed i doni da consegnare..

Ogni volta che ritorniamo in Zanskar è una festa con gli abitanti sempre calorosi ed ospitali e ogni

volta abbiamo l'impressione di dover ripartire troppo presto. Viva la pensione e le vacanze senza fine!!!

La scuola è magnifica. Dopo quattro anni, data della ns ultima visita, si è ancora evoluta. Tutta pimpante per festeggiare i 20 anni di AaZ, conta oggi, oltre a numerose classi, un laboratorio di scienze naturali, una sala informatica, una biblioteca. Gli alloggi dei professori sono terminati come la sala di preghiera che serve anche come sala per gli esami. Nel mezzo della piana di Padum si erge veramente con fierezza!

In quanto medico, ho approfittato del mio soggiorno per visitare l'ospedale. Attualmente in pianta stabile a Padum ci lavorano dai tre ai quattro dottori. Ma durante la nostra visita di mattina incontriamo soltanto il dottor Nawang Chosden. Gli altri medici stanno seguendo uno "stage" a Kargil. Egli è uno Zanskar-pa originario di Rantaksha. In considerazione del buon numero di pazienti che attendono nel corridoio, mi invita a mettermi al lavoro con lui. Simpatizzeremo più tardi. In una piccola stanza di 10 metri quadri, visitiamo due malati contemporaneamente. Per quanto mi riguarda in uno stentato linguaggio Ladakho-inglese, ho potuto constatare che qui si propone una classica consultazione di medicina generale, malauguratamente piuttosto corta, all'anglosassone.... (solamente pochi minuti per ogni malato) con medicine date con il contagocce. Quelli che non guariranno, ritorneranno!

Abbiamo fatto in seguito un giro dell'ospedale: il dispensario (dove si danno gratuitamente le medicine che vengono prescritte) e dove si effettuano i vaccini utili alla popolazione; un laboratorio di analisi dove possono essere effettuati alcuni esami indispensabili (come quelli del sangue) e dove si può individuare il bacillo della tubercolosi; una sala parto che accoglie la maggior parte delle donne di Padum e dei dintorni, dove si pratica anche la piccola chirurgia; una sala radiografie ed infine una poltrona dentistica.

Cinque letti completano il tutto per accogliere i malati che necessitano di essere seguiti. In breve, un equipaggiamento vetusto ma relativamente completo permette di trattare la maggioranza delle patologie più comuni, effettuando piccoli interventi di chirurgia, riservandosi di inviare a Leh o a Kargil i casi più complessi. I trasferimenti naturalmente si fanno in estate mentre in inverno, il problema resta.

La prossima estate sarà operativo un nuovo edificio che rimpiazzerà questo vecchio ospedale.

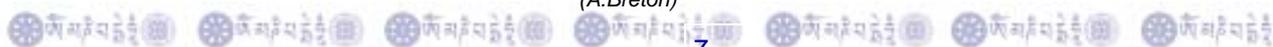
*La piana di Padum. A sinistra, la valle di Tsarap dietro a sud il "paburio" alto 5191 m.*



(A. Breton)



(T. Imbriano)





# ZANSKAR ...

## un po' di storia

Evoluzione dello ZANSKAR  
fra il 1995 ed il 2008

Anne Marie LIQUIER

È difficile fare un bilancio oggettivo nel caso in cui i periodi di osservazione siano stati difforni.

Nel 1995 ero rimasta 3 mesi (dal 6 luglio all'8 ottobre). Nel 2008 non potendo assentarmi più di un mese dalla Francia, non sono rimasta che 17 giorni sul posto, dal 4 al 21 luglio. Per quanto riguarda l'accoglienza, ho percepito sempre il medesimo calore, il medesimo desiderio di incontrare "l'altro", di conoscerlo, di condividere, di donare anche se si possiede poco.



(T: Imbriano)

### Ambiente

**Similitudini** : deserto di pietre e sabbia. Molti fiori in luglio ed in agosto. Villaggi circondati da piccoli campi dove cresce orzo, grano, piselli, molto ben curati dalle donne che li liberano dalle erbe cattive, che ogni giorno deviano i piccoli ruscelli d'acqua per permettere che le zone coltivate vengano irrigate correttamente. L' acqua di montagna viene convogliata da piccoli ruscelli o torrenti.

#### Rumori esterni:

Canto degli uccelli, scorrere dei ruscelli: brusio o cascate dei torrenti che si precipitano dalla montagna, venti tutti i pomeriggio e la notte, negli spazi aperti. Scambi tra le persone: Djulè, canzoni nei campi...

#### Rumori interni:

Nonostante la barriera linguistica, gli uomini -così come le donne- cercano di comunicare con "lo straniero" per meglio conoscersi.

### Differenze:

1995	2008
<b><u>Acqua raccolta</u></b> da tubi in alcuni villaggi	<b><u>Acqua che giunge</u></b> per mezzo di tubi e numerose pompe che sono state installate
<b><u>2 o 3 piantagioni di alberi</u></b> "di prova"	<b><u>Numerosi gli alberi</u></b> , (del genere del pioppo) praticamente in ogni villaggio, sia presso le abitazioni, sia fuori dei villaggi, in recinti chiusi da muri, reticolati o grate.
<b><u>Piste esistenti:</u></b> Kargil – Padum con numerosi passaggi di guadi Padum – Bardan Padum – Zangla  Padum Karsha passando da Tungri	<b><u>Numerosi ponti</u></b> sono stati costruiti - prolungata fino a Raru  - lavori in corso per collegare Leh, forse entro 5 anni? - Padum – Karsha passando direttamente da Ufti, poiché è stato costruito un ponte sulla Doda, che permette il passaggio di una sola automobile per volta. Pista in corso di rivestimento con macadam.  - Karsha – Pichu  - Padum- Tagrimo
<b><u>Rumori esterni</u></b> Abbaire dei cani giorno e notte	- Sempre vento, ma attraverso gli alberi - Non si sente più abbaiare. I cani sono stati abbattuti nel 2007. - Canto degli uccelli dal mattino. Sembrano essere aumentati - Rumore del vento accentuato se ci sono alberi nelle vicinanze. - Camion, jeep, trattori (carico di pietre)
<b><u>Rumori interni:</u></b> Di pomeriggio il vento che soffia con maggiore o minore intensità provoca il tremolio dei vetri, e lo sbattere delle porte	- Medesima situazione ma alterata dallo scoppio di bolle di chewing gum... - Meno tremolio dei vetri - Suonerie dei telefoni nelle case dei villaggi situati in prossimità di Padum ( solamente in contatto con Leh)



(U. Febre)



(T. Imbriano)



(E. Serveyere)



(V. Aberard)

### HABITAT

1995	2008
<b>Case terminate</b> a metà (46 villaggi visitati)	Molte <b>case in costruzione</b> in tutti i villaggi ( ho visitato circa 20 villaggi). Mattoni di terra ovunque.
1 o 2 <b>squadre nepalesi</b>	Numerose squadre nepalesi con donne ( che lavorano) e bambini.
Alcuni <b>edifici pubblici</b> hanno tetti spioventi in metallo	Proliferare di edifici pubblici, in special modo a Padum.
<b>Interni:</b> <b>Stanza d'accoglienza:</b> tappeti sovente usati e sporchi.  <b>Soffitti:</b> fatti con piccoli tronchi di legno, più o meno guarniti da paramenti in tessuto  <b>Cucina:</b> fatta con la tradizionale padella, usando come combustibile dello sterco di ruminanti ( vacche, dzos, yack) raccolto dalle donne, seccato e stoccato nelle case o in prossimità di queste.  <b>Kerosene:</b> nei villaggi approvigionati	Tappeti spessi e puliti  Nelle nuove case <b>soffitti</b> fatti con assi  <b>Cucina:</b> la tradizionale padella esiste sempre ( soprattutto per la preparazione dei Chapati), si fanno le stesse scorte.  Si cucina su un <b>fornello a gas</b> , alimentato con bombola.

### FAMIGLIA

1995	1998
<b>La famiglia</b> : è composta da 5 a 7 bambini	In media da 3 a 5 figli <b>Contracezione:</b> a Padum viene inserita la spirale
<b>La mortalità</b> è del 50%	Non sono stata in grado di compiere valutazioni
<b>La scuola:</b> 1 o 2 figli vanno a scuola	Praticamente tutti i bambini vanno alla <b>scuola gel Governo</b> nel villaggio, al Potala e alle <b>scuole patrocinate</b>
<b>Le mamme</b> in maggioranza sono analfabete, alcune parlano inglese	L'istruzione delle donne è ancora scarsa, ma mostrano comunque molta curiosità. La giovane generazione parla inglese
Poche <b>persone anziane</b>	Molti " <b>Abi</b> " e " <b>Memè</b> " che vivono in famiglia

### ABBIGLIAMENTO

1995	2008
<b>Uomini:</b> - costume tradizionale o jeans, cappellino, occhiali da sole e sempre un giubbotto. - Calzature in plastica o scarpe da tennis. Nei villaggi più lontani, calzature tradizionali in feltro	<b>Uomini anziani:</b> - costume tradizionale, goncha e berretto <b>Uomini giovani:</b> - tenuta da trekker, cappello o berretto, tee-shirt, scarpe da trekking o da tennis, occhiali da sole
<b>Donne:</b> <b>costume tradizionale:</b> goncha portato con un gilet di seta verde o blu.  - Sulla testa: berretto di lana (anche in estate) fatto ai ferri o di foggia tradizionale - Scialle di lana o pelle di montone sulla schiena - Peyrac per la festa del Potang e per i matrimoni	Solamente le donne anziane portano il costume tradizionale. - Indossano più volentieri un completo pantaloni e scamiato lungo di colore variabile. - Sulla testa: un foulard che pongono davanti al viso ( per proteggersi dalla polvere) - Un solo peyrac per la festa del Potang; per la cerimonia del matrimonio viene indossato dalla sposa e dalla sua "damigella" - Scarpe in plastica

### CIBO

1995	2008
<b>Alimenti:</b> Essenzialmente <b>la tsampa Riso</b> presso le famiglie ricche <b>Legumi</b> che ricordano degli spinaci, <b>Patate</b> in piccola quantità, in settembre presso alcune famiglie di Padum, <b>Chapati, Momo</b> (Pasta con Tsampa)	Tutte le famiglie che ho visitato hanno offerto il <b>riso</b> accompagnato da <b>legumi</b> . - Zuppa di verdure servita in una ciotola con del <b>chapati</b> - Frequenti i <b>momo</b>
<b>Bevande:</b> - <b>The salato</b> preparato con uno strumento speciale. - <b>The con latte e zucchero:</b> i due the che vengono sistematicamente serviti ad ogni visita. Da 3 a 5 tazze in ogni famiglia. <b>Mai del the nero</b> - <b>Tchang:</b> servito abitualmente - <b>Biscotti</b> serviti solo in casi eccezionali	- <b>The salato</b> con aggiunta di <b>burro</b> sul bordo della tazza ( meno piacevole della precedente versione!) - <b>The con latte e zucchero</b> Il the è servito in tazze con piattino. Talvolta solo the nero. - <b>Tchang:</b> servito solo eccezionalmente - <b>Biscotti</b> dolci e salati serviti sistematicamente



## HABITAT

1995	2008
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Centro commerciale:</b> limitato : un venditore di verdure, talvolta non molto fornito, secondo le condizioni della pista. visto che la frutta e la verdura vengono dal Kashmir</li> <li>- <b>Alcuni negozi</b> che vendono qualche prodotto</li> <li>- Alcuni <b>negozi di souvenir tenuti da kashmiri</b> Impossibile trovare un quaderno o altra carta.</li> <li>- <b>Un calzolaio</b></li> <li>- <b>Un hotel:</b> il Cholula</li> <li>- Apertura del <b>ristorante</b> "Chantang"</li> <li>- <b>Gruppo di trekking</b> sotto la tenda</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il <b>centro commerciale</b> si è trasferito nella Padum nuova: <b>negozi</b> di abbigliamento, calzature (che rassomigliano a quelle che indossiamo noi) orologi, piles</li> <li>- <b>Souvenir dello Zanskar:</b> collane, bracciali, pietre da pyrac...</li> <li>- <b>Panettiere:</b> diversi venditori di verdure, frutta ( banane) bonbon, chewing gum</li> <li>- <b>Servizio taxi:</b> (cari)</li> <li>- Diversi <b>calzolai</b>, fra cui almeno uno che proviene da altri stati indiani</li> <li>- <b>Posta, banca, cybercafe, telefono internazionale</b></li> <li>- <b>Parrucchiere, massaggi</b></li> <li>- <b>Vendita di cartoline</b></li> <li>- <b>Hotel:</b> Ibex, Kailash, Chantang, Gaiki</li> <li>- Numerose <b>Guest houses</b>, tra cui una nella vecchia Padum</li> <li>- Alcuni <b>gruppi</b> sotto le tende</li> <li>- <b>Turismo di massa</b></li> <li>- Molta <b>popolazione inattiva</b></li> <li>- <b>Ospedali</b> sempre nelle medesime condizioni!</li> </ul>



(K.Manson)

"negozi" a Padum che vende alcuni prodotti...

## POPOLAZIONE e villaggi

Lo sapevate?  
**Josiane PEBRE**

### La popolazione:

**Vive della coltivazione** di base di orzo e dell'allevamento di capre pashmina. La religione è buddista. Lo Zanskar è uno fra i siti abitati con maggiore altitudine e con freddo più intenso del mondo.

**A partire dal mese di novembre** le strade diventano impraticabili e lo Zanskar si chiude in un silenzio ed in una solitudine glaciale per otto mesi. Gli anziani preferiscono morire in autunno! Lo Zanskar non si potrà più lasciare prima di aprile.

Questo isolamento non viene interrotto che brevemente in gennaio quando il fiume Zanskar gela, permettendo un precario passaggio verso Nimu. Il Tchadar (fiume gelato) è un itinerario pericoloso che necessita dai 5 ai 10 giorni di marcia sul ghiaccio scricchiolante sotto il quale il fiume scorre con violenza.

Il Jumlam permette inoltre di raggiungere Markha partendo da Zangla in 5 giorni. Sono degli itinerari faticosi. L'attività principale in inverno è accudire il

bestiame e far seccare la bovacca

**All'alba** la madre prepara la zuppa d'orzo ed il padre distribuisce le razioni di foraggio. I bambini dormono ancora sotto l'unica coperta della casa.

**Tutti dormono insieme nella medesima stanza al piano terreno.** La stanza invernale - nella quale si vive nei periodi in cui il freddo è più intenso - è praticamente interrata nella casa, circondata completamente dalla stalla. Non vi è alcuna finestra, una sola piccola apertura nel soffitto permette l'aerazione e lascia filtrare un po' di luce. La stanza rimane oscura e piena di fumo. Vi si accede a fatica, procedendo a tentoni dalle stalle e superando 5 o 6 porte molto strette e basse. All'interno la temperatura è quindi di 3°C mentre fuori si aggira sui -30 -35° C.

**Quando il sole è allo zenith**, nelle prime ore del pomeriggio, la famiglia esce per riscaldarsi lungo il muro posto a sud : la temperatura raggiunge allora i 5°C ( all'ombra, -20°C). Dopo ci si occupa del cucito, della filatura, del lavaggio e si prende lo Tchang. I bambini imparano a leggere a pregare. Al crepuscolo si governano gli animali, si mangia la zuppa e si prega.

**L'alimentazione** è principalmente a base di farina d'orzo, farina di piselli e

di grano che si cucina sotto forma di pasta o di galletta. La giornata è scandita dal the salato con l'aggiunta di molto burro per combattere il freddo. Il latte di Dzo o di capra è prezioso ma raro e viene riservato ai più piccoli.

**Le riunioni** con i vicini sono frequenti, soprattutto in occasione del Losar, il capodanno tibetano.

**Il Losar** cade due mesi prima di quello tibetano perché la leggenda narra che il re del Ladakh, dovendo partire per la guerra, preferì anticiparlo piuttosto che perderlo.

**Il primo giorno del nuovo anno** i vicini si ritrovano la sera per bere, pregare, discutere e bere il tchang fino ad esaurimento delle scorte di orzo.

**Il Gugtor** è il festival religioso più importante dell'anno e si tiene dopo il Losar. Se il tempo lo permette, tutti gli abitanti del villaggio si riuniscono per ammirare le danze dei monaci coperti con maschere spaventose, al suono ritmico dei gong e dei cembali. È un momento di scambio e tutti si presentano al meglio. La tradizione vuole che le nuove coppie che si sono formate danzino nel cortile del monastero davanti a tutti gli abitanti del villaggio. Allora gli si offre una sciarpa di tulle bianco -il "katak" - e qualche rupia.

Un mese dopo un secondo festival, il Montam che è meno popolare. I monaci pregano seduti dinanzi ad un grande Tanka che viene srotolato contro il muro del monastero. I laici più religiosi si astengono dal parlare e dal mangiare per 3 giorni e pregano tutto il giorno girando attorno al monastero. In generale c'è poca neve poiché il clima è secco e la neve rimane farinosa per tutto l'inverno essendo il suolo già gelato da tempo. Padum non ha che tre ore di sole al giorno ma a Karsha la neve non si ferma perché il villaggio è molto ben soleggiato.

In marzo ed aprile, il variare della temperatura è più decisivo e nevica di più. Gli Zanskar-pa preferiscono allora camminare la notte su una neve che li sostenga meglio.

## I villaggi:

**RANGDUM** : è il primo monastero che si incontra arrivando da Kargil con la pista carrozzabile. È stato fondato nel 17° secolo da Losang Geleg Yeshe Droga. Nella sala riunioni sono custodite delle belle statue, mentre nel piccolo tempio situato dietro alla sala ve ne è una grande di Buddha

**PADUM** È la capitale dello Zanskar., Ha una popolazione di poco meno di mille abitanti, buddisti e musulmani sanniti. È il solo luogo in Zanskar che possiede una moschea. Sopra all'agglomerato urbano, qualche tempio e le rovine della fortezza.

**KARSHA** Situata su una collina che domina a strapiombo la piana di Padum (3650 metri), Karsha è il più grande monastero Gelupa dello Zanskar. È stato fondato nel 12° secolo da Pagpa Shera ed attualmente ospita 160 monaci. I due templi principali si trovano nella parte alta del complesso monastico e danno sul cortile del monastero. Dietro si trova la biblioteca. Sotto alle rovine del forte si erge un vecchio chorten riccamente decorato in uno stile che ricorda quello dei chorten di Alchi.

Sul fianco della collina, nel mezzo di un gruppo di case e di chorten, si trova il tempio di Avalokitsevara, il più antico sito religioso di Karsha. Il tempio ospita delle interessanti pitture: la figura principale di Avalokitsevara è posta in una nicchia di fronte all'entrata, la pittura di sinistra rappresenta Manjucru e quella di destra Vajrapani. I due monaci dipinti sulla sinistra sono Rinchen Sangpo e Pagpa Shera, i due celebri traduttori. Sulla sinistra c'è il Mandala di Vairocana e sulla destra altri due. Il 28° e 29°

giorno dell'11° mese tibetano, danze durante la festa di Gugtor.

**THONGDE** Si inerpica su una collina a nord est della pianura di Padum. Nell'undicesimo secolo, il grande maestro tibetano Marpa soggiornò in una grotta nei dintorni e fondò il monastero : è uno dei siti religiosi più antichi della regione. In seguito, Gyaltsenpa Ludrup Palsangpo convertì il monastero alla tradizione Gelupa. Nel tempio dei Protettori, dei monaci dal berretto giallo, Vajrabhaiava ed alcune figure di Tsong Khapa, fondatore della tradizione Il 28° e 29° giorno dell'11° mese tibetano danze in occasione della festa di Gugtor

**PISHU** Villaggio. Tre ore di sole durante l'inverno.

**ZANGLA** Situata presso uno degli affluenti del fiume Zanskar, vi si trovano dei resti d'una fortezza residenza del re di Zangla **CHE RE-GNARONO SULLO** Zanskar insieme a quelli di Padum. È nel corso del 15° secolo che il re Senge De divise il paese fra i suoi due figli, destinando al cadetto la regione di Zangla. Una strada collega ormai Zangla a Padum

**PIDMO** Villaggio. Tre ore di sole durante l'inverno.

**HANUMIL** Villaggio. Camini di fate.

**SNERTZE**

**LINGSHEd** Comprende 693 Zanskar-pa. Il monastero è situato sul fianco della collina come a Karsha. È un monastero importante.

**PHOTOSKAR:** comprende 282 zanskar-pa.

## HANUPATTA

**WANLA.** Il tempio dell'11° secolo è consacrato a Avalokitsevara dalle 11 teste e la fortezza è stata costruita da Lachen Naglug **NEL 12° SECOLO.** Wanla è già accessibile dalla strada a partire da Khalatse. Una strada asfaltata unisce Fanjila a Wanla( 7 km) ed il progetto annuncia che 8 km di deserto di Photoksar (25 km) e Lingshed (13 KM) sono già stati lavorati con le pietre! Presto lo Zanskar sarà aperto a tutti.



(E. Serveyere)

**LAMAYURU** Per raggiungere Lamayuru occorre passare il Prikti-La, valico a 3860 metri e ridiscendere in una valle attorniata da montagne di tutti i colori. Il primo tempio, che appartiene all'ordine Kadampa, data dal 10° sec. Dei cinque edifici esistenti in origine non ne resta che uno, il Sensesang. Alla fine del 16° sec., il re Jamyang Namyal era malato di lebbra. Egli offrì al lama Dri-gung Kagyu – che fece chiamare dal monte Kailash -, il monastero e molti privilegi come l'impunità totale dei criminali entro il raggio di un miglio.

## NEL PAESE SOTTO LE MONTAGNE, la casa Ladakha.

Lo sapevate?

Da : <http://pascal-blonde.info/voyages/ladakh.html>.

Nel "paese sotto le montagne" - il significato della parola Ladakh- **la casa ladakha** si presenta con il suo stile particolare, simile a quello del Nepal: quattro muri portanti ad angolo retto, in forma di piramide troncata sui quali posano dei tronchi di legno a sostenere il tetto piatto con l'aiuto di rami. Le aperture sono obbligatoriamente ridotte al minimo, a causa del clima freddo. **Le tradizioni tibetane** si ritrovano nell'architettura delle case : gli dei in alto, gli uomini in basso ed al livello inferiore, il resto. Praticamente il piano terreno è una stalla, l'uomo vive al primo piano ed il tetto-terrazza permette di immagazzinare, asciugare e stendere le bandiere di preghiera. **Un corvo morto ed una testa di capra** fissati in alto sulla casa proteggono il focolare dagli spiriti maligni.



## Con le loro tasse gli amici dello Zanskar aiutano i nostri progetti

Piccolo bilancio  
**MARCO VASTA**

Il lungo cammino iniziato con la fondazione di AaZ onlus ha raggiunto una nuova tappa. Cinque anni fa il primo obiettivo immediato era di usufruire della detrazione fiscale di quote associative e donazioni. Ora abbiamo raggiunto un secondo importante risultato. Nel 2005, come ONLUS (Organizzazione non lucrativa di utilità sociale) eravamo stati ammessi all'elenco delle associazioni che possono essere destinatarie del così detto 5/1000. Che cosa significa? Ogni cittadino italiano può destinare il 5/1000 delle proprie tasse ad una associa-

zione da lui scelta. Nel 2006 "solo" 450 contribuenti lo hanno fatto. Oggi, a distanza di due anni, la somma di tutte queste scelte è arrivata a destinazione! E sul nostro conto corrente presso la Banca Popolare Etica sono stati accreditati 15.155,14 euro. Sì, hai letto bene: più di 15.000 euro!

Questo contributo che, dice la legge, deve essere destinato a progetti specifici. Cosa vuol dire "progetti specifici"? Significa che i soldi non potranno essere spesi per le normali attività istituzionali di AaZ (quindi per pagare il contributo annuale alla LMHS) ma devono essere spesi per un progetto chiaro e definito nel tempo. In questo modo il legislatore vuole evitare che i fondi servano solo a mantenere gli apparati burocratici delle associazioni di volontariato.

Le idee non mancano! Aumentare i pannelli solari, sostituire i computer

obsoleti, nuovi locali come il laboratorio di chimica, obiettivi specifici ma che favoriscono il passaggio della nostra scuola dalle scuole del Kashmir alle scuole della Unione indiana. Ma abbiamo la possibilità di sviluppare anche altri progetti come i corsi di alfabetizzazione per le donne e le mamme dei nostri allievi zanskar pa.. Questi che ho elencato sono alcuni esempi di quanto potremmo fare. E di tutto AaZ onlus dovrà rendicontare al Ministero del Tesoro italiano. È un impegno che ci assumiamo volentieri per aiutare gli zanskar-pa, ma che comporta un aggravio di lavoro per la segreteria italiana che dovrà attivarsi velocemente per sviluppare i nuovi progetti. E, almeno sulla carta, fra dieci mesi arriveranno altri 15.000 euro che nel 2007 i nostri sostenitori hanno deciso di attribuire a noi!

## L'attività editoriale di AaZ onlus

Piccolo Bilancio  
**Marco VASTA**

Fra i suoi obiettivi AaZ onlus ha quello di far conoscere la cultura tibetana ed in particolare quella del Ladakh. Negli anni abbiamo approntato mostre che possono facilmente girare per l'Italia con un allestimento di poca o nulla spesa, se non quella di trasporto. Ne abbiamo una (con catalogo) che riguarda la "cultura materiale" della nostra valle e nel 2007 è stata ideata la mostra "Zanskar-pa" con un ottimo catalogo in bianco e nero delle foto di Tina Imbrino e con i testi di Bruno Burdizzo.

Nel novembre 2007 è inoltre partita l'operazione "Tibet Orientale". Abbiamo scartato l'idea di un nuovo lavoro sul Ladakh perché già pubblicato da Marco Vasta e Stefano Pensotti nel 1997, il nuovo soggetto è stato scelto con un criterio di mercato: non vi erano infatti libri in lingua sulle aree del Kham e dell'Amdo di cui Stefano aveva

migliaia di fotografie scattate nel corso di numerosi viaggi.

Quando, circa un anno fa, Stefano e Marco hanno aderito al progetto non volevano realizzare una pubblicazione sul Tibet conosciuto, quello della provincia centrale di Ü-Tsang, tutto monasteri e vette innevate, ma pensavano ad un libro che introducesse alla conoscenza di quell'area ad oriente del Tibet che da secoli è sotto l'influenza tibetana, regione comprendente le province tradizionali di Amdo e Kham. Questo "Tibet Orientale", fondamentalmente sconosciuto, rischia di essere cancellato nel

volgere di un'unica generazione dalla impetuosa marcia verso l'industrializzazione e la modernità della Cina. L'idea era di far sorgere la curiosità, di spiegare che non esistono solo la valle di Lhasa e le altre città sedi di importanti monasteri come Ganden, Sera, Gyantze o Tashilumpo, ma che c'è dell'altro: le inaspettate praterie del "grande mare d'erba", la regione dei grandi laghi dove vivono i nGolok, i fieri mongoli Sokwo Arik raccontati per la prima volta da Rock nel 1927. Aprire uno scrigno "misterioso" dove trovare visioni splendide ed inaspettate.

Per abbassare i costi Stefano, autore delle fotografie, ha personalmente scannerizzato oltre 80 immagini, mentre Marco si è preoccupato della diffusione e vendita diretta del volume via internet. Un editore ha accettato di pubblicarlo e farlo distribuire nelle librerie tramite canali commerciali cui AaZ non può avere accesso. AaZ onlus ha quindi acquistato e messo in vendita mille copie del volume tramite gli "spacciatori di libri". La nostra forza sono stati i soci più attivi e i numerosi "coordinatori" di Avventure nel mondo che hanno accettato di promuovere la vendita come strenna di Natale.



Fra gli oltre 13.000 destinatari della news letter personale di Marco è stato lanciato il concorso "scegli la copertina" con lo scopo di promuovere la vendita del libro che è uscito il 21 novembre.2007. A dicembre gli "spacciatori" avevano venduto 600 copie mentre altre 200 sono state vendute tramite internet. AaZ ha recuperando l'investimento iniziale e ottenuto un cospicuo guadagno di cui beneficeranno i nostri alunni!. Nelle librerie le altre 500 copie sono state esaurite già a marzo 2008. All'associazione rimangono ancora circa un centinaio di copie che saranno vendute nelle manifestazioni cui parteciperemo.



## Buddha in tutte le sue manifestazioni

Le differenti posizioni del Buddha di Angèle BOMSEL

Come interpretare i gesti e le posizioni del Buddha

Potrete anche trovare le differenti posizioni dei Buddha sul sito <http://daniel.fournier3.free.fr/boud.html>



La posizione del Loto



Gesto della 1°predicazione

protuberanza  
ciuffo di peli  
orecchie lunghe  
triple pieghe "di bellezza"

### •"Bodhisattva"



Loto



Sutra



Fulmine diamante

### •Gesti (MUDRA)

#### Insegnamenti/protezione



Vitarka-mudra abhaya-mudra bhumisparca-mudra varada-mudra Anjali-mudra

#### meditazione



Dhyana-mudra Bodhyagri-mudra Prajnalinganabhinaya-mudra Vajrahumkara-mudra

### •Posizioni

#### Posizione in piedi

#### tripla flessione



Samapada



Tribhanga

#### rilassamento



Ardhaparyanka

#### Scioltrezza regale



Maharajalilasana

#### Loto o Diamante



Vajraparyanka



Sattvaparyanka





## Date delle feste in Ladakh

Nome della festa	Luogo	2009	2010	2011	Manifestazioni
Spitok Gustor	Spituk	GEN 23, 24	GEN 13, 14	GEN 31, FEB 01	Cham
Dosmochen	Leh, Likir e Diskit	FEB 22, 23	FEB 11, 12	MAR 2, 3	Cham, processioni, mandala
Stok Guru Tse-Chu	Stok	MAR 5, 6	FEB 23, 24	MAR 14, 15	Cham, 2 oracoli
Matho Nagrang	Matho	MAR 10, 11	FEB 27, 28	MAR 18, 19	Cham, 2 oracoli
Shey	Brullo	MAR 25	??		
Buddha Purnima	Leh	GIU 7	MAG 27	GIUE 15	Cham, offerte
Yuru Kabgyat	Lamayuru	GIU 20, 21	GIU 10, 11	GIU 28, 29	Cham
Hemis Tse-chu	Hemis	LUG 2, 3	GIU 21, 22	LUG 10, 11	Cham
sTongde Gustor	sTongde in Zanskar	LUG 11, 12	GIU 30 - LUG 1	LUG 19, 20	Cham
Karsha Gustor	Karsha in Zanskar	LUG 19, 20	LUG 8, 9	LUG 27, 28	Cham
Ph-Yang Tsedup	Phyang	LUG 20, 21	LUG 9, 10	LUG 28, 29	Cham
Korzok Gustor	Korzok (Tsomoriri)	LUG 24, 25	LUG 14, 15	AGO 2, 3	Cham
Tak-Thok Tse-Chu	Tak Thok	LUG 31, AGO 01	LUG 20, 21	AGO 8, 9	Cham, danza del cervo
Sani Naro Nasjal	Sani in Zanskar	AGO 4, 5	LUG 24, 25	AGO 12, 13	Cham
Ladakh Festival	Leh e Nubra	SET 1, 15	SET 1, 15	SET 1, 15	Gare, danze popolari, film
Shub Lha	Shey	SET 10	?	?	Offerta dei primi frutti
Thiksay Gustor	di Thiksey	NOV 5, 6	OCT 25, 26	NOV 13, 14	Danze sacre, 1 oracolo
Chemrey Angchok	Chemrey	NOV 14, 15	NOV 4, 5	NOV 23, 24	Cham
Galdan Namchot	In tutto il Ladakh	DIC 11	NOV 30	DIC 20	Cham
Losar	In tutto il Ladakh	DIC 17	DIC 06	DIC 25	Nuovo anno ladakho

### INFANZIA NEL MONDO

Educazione, cultura e tradizione

Associazione  
**Marc DAMIENS**

E.D.M. (Enfance du Monde) desidera innanzi tutto ringraziare sinceramente AaZ per il suo sostegno finanziario (1500 euro) assai utile nell'approntamento di una nuova struttura, tenendo conto dell'attuale congiuntura.

"Mémé Marc", con l'iniziativa di creare questa nuova associazione, si vedeva difficilmente in grado di restare a braccia conserte dopo 20 anni dedicati allo Zanskar.

Il suo impegno in questo nuovo progetto naturalmente non potrà essere altrettanto lungo ma si sforzerà comunque di condurre bene le cose, attorniato da una squadra già sperimentata e motivata, con un ricambio giovane per l'avvenire.

E.D.M. ha per scopo d'offrire ai suoi membri, come a tutte le persone desiderose di condividere l'ideale dell'associazione il progetto continuo ma pon-

derato di aiutare coloro i quali hanno bisogno, per mezzo di azioni apolitiche, disinteressate, indipendenti e non religiose. Questo sostegno riguarderà l'educazione dei bambini nel rispetto e nella difesa del loro credo e delle loro tradizioni.

Una particolare attenzione sarà posta per quanto riguarda le loro condizioni di vita, di salute, ed il loro futuro, in un armonioso quadro familiare.

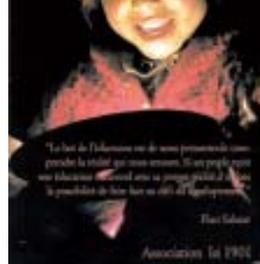
**Beneficiarie** saranno in particolar modo quelle comunità neglette in tutto il mondo, permettendogli di ricevere un insegnamento ed una formazione di qualità, elargiti a tutta la cellula familiare. Un primo progetto proposto da **Julie Baudin e David Ducoin (cofondatori)** è già stato preso in considerazione; si tratta di sostenere lo sviluppo della scuola **PUKA PUKA (Bolivia)**.

**Enfances du Monde** non ha la pretesa e soprattutto non ha i mezzi finanziari per portare il suo appoggio coprendo il 100% delle necessità di ciascun progetto.

In ogni caso la nostra associazione non desidera intervenire in maniera

esclusiva. Auspica invece di associarsi e di sostenere dei progetti già esistenti, iniziati localmente, sostenendoli con un nuovo impulso ponderato e limitato nel tempo (4/5 anni). Dopo la Bolivia ci sarà il Madagascar e senza alcun dubbio la Nigeria.

E.D.M. intende seguire diversi progetti allo stesso tempo – naturalmente in misura delle sue capacità finanziarie. Grazie fin d'ora per la vostra attenzione a questo nuovo progetto. Se desiderate ricevere (senza impegno) delle informazioni complementari, potete scriverci.



E.D.M. intende seguire diversi progetti allo stesso tempo – naturalmente in misura delle sue capacità finanziarie. Grazie fin d'ora per la vostra attenzione a questo nuovo progetto. Se desiderate ricevere (senza impegno) delle informazioni complementari, potete scriverci.

**ENFANCES DU MONDE**  
Maison des Associations  
59 rue du Dr Debat - 92380 Garches  
[enfancesdumonde@hotmail.fr](mailto:enfancesdumonde@hotmail.fr)



# LE DONNE dello Zanskar

Associazione  
Christiane ROLLIN

Quest'anno sono stata in Zanskar per la seconda volta. È sempre un'emozione e un grande piacere ritrovare la nostra scuola di Pibiting i bambini, le famiglie e gli insegnanti. Eravamo in molti quest'anno per festeggiare i 20 anni della nostra associazione e della scuola. Racconti ed aneddoti li potrete trovare sul giornale quello che mi preme fare ora è parlarvi di qualcosa'altro!!!!

## “Le donne dello Zanskar”

Tra i nostri insegnanti, una fedelissima della scuola **Padma** già nel 2005 mi aveva parlato della creazione di una associazione di donne, alla quale io avevo aderito prontamente.

Ora sono stata favorevolmente sorpresa nel vederne l'evoluzione.

Il loro scopo è quello di aiutare le donne a:

- **Imparare a leggere e scrivere:** ogni inverno, su richiesta delle donne stesse, si tengono corsi di alfabetizzazione nei villaggi, la durata è di soli due mesi perché bisogna pagare un insegnante e soprattutto riuscire a trovarlo.
- **Imparare un mestiere:** L'associazione ha aperto un locale a Padum dove le donne possono imparare a cucire e a lavorare a maglia, affinché possano poi trovare un lavoro presso una sartoria, oppure organizzarsi da sole per vendere i loro prodotti.
- **Discutere insieme e prendere decisioni:** per esempio sul controllo delle nascite. **Dolma** l'infermiera di Padum fa parte dell'associazione ed interviene quando le donne chiedono consiglio sui metodi di contraccezione.

Veramente un'importante evoluzione!!! Quando ci sono situazioni problematiche l'associazione si occupa di fare i passi amministrativi necessari e aiuta le donne

finanziariamente e moralmente ad affrontare problemi riguardanti i bambini, la casa, il lavoro, etc.

Vi ho delineato un breve spaccato di quelli che sono i loro interventi. Considerando il



(J.Pebre)



La preparazione dei “momo” (T.Imbriano)

contesto in cui vivono hanno tutta la mia ammirazione, allo stesso modo sono rimaste colpite **Tina e Vilma** anche loro presenti in Zanskar l'estate scorsa.

Siamo state invitate ad una piacevole serata dove ci hanno offerto momo a gogo. Hanno anche cercato invano di insegnarci a prepararli, tutto questo in un ambiente accogliente con canti e danze a fine serata. Hanno un dinamismo ed un entusiasmo che ci hanno fatto riflettere!

**Come aiutarle?** Se qualcuno di voi dopo aver letto il mio breve resoconto si ponesse la stessa domanda allora potremmo parlarne e vedere cosa fare per far progredire l'associazione di queste donne coraggiose.

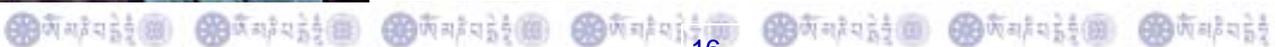
**“Le donne vogliono progredire per loro stesse e per i loro bambini”**

**Stanzin Chotak**  
È stata eletta presidente  
dell'associazione ex-allievi della LMHS

**Risultati della classe X**  
5 allievi su 19  
hanno superato gli esami,  
la lista nominativa sarà pubblicata sul sito  
di AAZ non appena avremo conferma del  
numero di ammissione degli allievi, l'unico  
modo che ci permette di evitare errori.

Grazie a internet  
Sappiamo che ora a Padum i cellulari  
funzionano.

**Anniversario del XIV Dalai Lama**  
Sorgente: <http://www.istc.org>  
il 6 giugno 2009 a Dharamsala  
Musica, feste e seminari per tutta la giornata.





# Piccolo album estivo

## La scuola & l'anniversario

(Foto: E.Serveyre B.Genand)



## Il pic-nic dei piccoli



# AaZ, il sito...web

## Il sito di AaZ si rifà il maquillage!

[www.aazanskar.org](http://www.aazanskar.org)



La parola al nostro webmaster  
**Delphine LOHNER**

[www.aiutoallozanskar.it](http://www.aiutoallozanskar.it)  
La parola al nostro webmaster  
**Beppe PINI**

**Più vivace, più esaustivo, potrete seguire da vicino le attività “segrete” dei membri del consiglio AAZ che voi avete eletto!**

E in aggiunta al vostro giornale preferito – parlo ovviamente delle Lettere dallo Zanskar – Voi potrete trovare, se vi aggrada, articoli di attualità sulla regione, indirizzi Internet da consultare. . .

I commenti sono graditi, non esitate quindi a lasciare la vostra opinione.  
Grazie a tutti

### Sul sito potete anche trovare:

**altri articoli oltre a quelli presenti sul giornale e articoli di LZ con fotografie supplementari.**

Al momento potete trovare il seguente articolo:  
**“Piccole storie della mia vita a Pibiting”** di Vilma Burdizzo e tra poco:

**Il “trombinoscope”**, ovvero il file di presentazione dei professori della LMHS e altre fotografie della scuola

Nel nuovo sito italiano, oltre ad una rinnovata veste grafica, potrete trovare informazioni più dettagliate sulla scuola, sui progetti in corso e sull'attività dell'Associazione italiana.

Da segnalare inoltre un'interessante galleria fotografica, che ripercorre i 20 anni della L.H.M.S. e fornisce una buona visione sia del territorio che della popolazione.



### Il Dalai Lama in Zanskar

È ufficiale: il Dalai Lama torna in Zanskar per la terza volta. Ce l'hanno comunicato con entusiasmo i nostri amici zanskar-pa. Sul sito ufficiale [www.dalailama.com](http://www.dalailama.com) compaiono le date 16-21 agosto e l'ipotesi che darà degli insegnamenti. Dal 21 al 29 il Dalai Lama sarà poi a Leh. Considerate la salute di sua Santità, la situazione in Tibet ed altri eventi improvvisi che potrebbero trattenerlo a Dharamsala, le date rimangono indicative.

Il nostro augurio è che Tenzin Gyatso possa trascorrere un felice soggiorno a Padum, e tornare alla LMHS, di cui ha posto simbolicamente la prima pietra, con piena gioia e soddisfazione dei nostri allievi e degli Zanskar-pa.

La Redazione





# VA MEGLIO SE...



## lo diciamo

### • UN CHIARIMENTO SULLE VOSTRE "LETTERE":

"**Lettere dallo Zanskar**" è il bollettino d'informazione dell'associazione AAZ. È uno strumento d'informazione aperto, creato da voi e per voi. Tutte le vostre lettere e fotografie sono le benvenute per alimentare il vostro giornale!

**Testi:** tradotti in francese, scritti al computer in formato .txt, .rtf o .doc con Word 2000 o versioni precedenti.

**Immagini:** su carta, diapositive o di preferenza digitali formato .jpg, .tif, .eps, .bmp, .gif.

Definizione fotografie digitali: per una foto 10x15=1800 x1200 pixel (risoluzione da 300 dpi se è possibile)

**Supporto per i file:** Cd-Rom o DVD

**Importante:** Non inserire le fotografie nel vostro testo, meglio inviarle a parte, alle foto saranno messe le didascalie

Inviare i vostri documenti a:

**ABÉRARD Véronique**

- 41 bis rue du Theil - 77120 Coulommiers

o per e-mail a :

[aberard@grey.fr](mailto:aberard@grey.fr) et [v.aberard@wanadoo.fr](mailto:v.aberard@wanadoo.fr)

Oppure inviateli alla segreteria italiana:

Email: [info@aiutoallozanskar.it](mailto:info@aiutoallozanskar.it)

*Solo chi non ha la posta elettronica riceverà la Lettera in formato cartaceo. A tutti gli altri, sarà inviata in formato pdf all'indirizzo di posta elettronica. L'associazione potrà così ridurre le spese, il risparmio andrà a favore della scuola e dei bambini.*



(B.Genand)



(5 Foto dalla galleria fotografica del sito)



**Layout:** Veronique Abererard

**Traduzione dal francese:** Beatrice Naretto

**Impaginazione ed ottimizzazione:** Monica Petrella

### • COME COMUNICARE CON

Aiuto allo Zanskar onlus:

Teniamo a ricordarvi che per comunicare con AaZ

• **Il solo indirizzo da utilizzare è:**

[Aiuto allo Zanskar onlus - via Gorizia, 1 25126 Brescia](mailto:Aiuto allo Zanskar onlus - via Gorizia, 1 25126 Brescia)

• **L'indirizzo e-mail è:**

[info@aiutoallozanskar.it](mailto:info@aiutoallozanskar.it)

### • SE AVETE CAMBIATO INDIRIZZO...

#### ...o numero telefonico

Comunicateci le nuove coordinate se non riusciate più a contattarvi. Se avete un indirizzo e-mail comunicatecelo.



(3 Foto: B.Genand)

(E.Servyere)





## Per donazioni

C/C 108989  
intestatario del conto: Aiuto allo Zanskar – onlus  
Banca Popolare Etica - Filiale di Brescia  
ABI 5018 - CAB 11200  
Coordinate Internazionali (IBAN)  
» **IT90 M 05018 11200 000000 108989** «

### **Bollettino Postale GRATUITO**

CCP n° 12182317  
Intestato a Banca Popolare Etica – Padova  
Causale: Versamento su CCB 108989 per Aiuto allo Zanskar onlus

## **Deducibilità fiscale**

### **AIUTO ALLO ZANSKAR**

è una Onlus (organizzazione non lucrativa di utilità sociale) ai sensi del D.Lgs. n° 460/97

#### **Per le persone fisiche**

Rif.: art. 13-bis, lettera i-bis) d.p.r. 917/86

Dall'imposta lorda si detrae un importo pari al 19 per cento delle erogazioni liberali in denaro, per importo non superiore a 4 milioni di lire (2.066 EUR), a favore delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale (Onlus).

#### **Nell'ambito del reddito d'impresa**

Rif.: art. 65, comma 2, lettera c-sexies

Sono deducibili le erogazioni liberali in denaro, per un importo non superiore a 4 milioni di lire (2.066 EUR) o al 2% del reddito d'impresa dichiarato, a favore delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale (Onlus).

Occorre conservare la ricevuta del pagamento ai fini fiscali.

## 5 X Mille ad "Aiuto allo Zanskar"

è un modo di contribuire alla nostra attività a favore delle bambine e dei bambini Zanskar che non costa nulla: devolvere il **5 per mille** della propria dichiarazione dei redditi a **Aiuto allo Zanskar onlus**.

Come fare:

Compila la scheda CUD o del modello 730.

Firma nel riquadro indicato come **"Sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale..."**

Indica nel riquadro il codice fiscale di Aiuto allo Zanskar onlus: **98109320170**.

Anche chi non deve presentare la dichiarazione dei redditi può comunque richiedere la scheda al datore di lavoro o dell'ente erogatore della pensione e consegnarla (compilata e in busta chiusa) a un ufficio postale, a uno sportello bancario, che le ricevono gratuitamente, o a un intermediario abilitato alla trasmissione telematica (CAF, commercialisti, etc.). Sulla busta occorre scrivere **DESTINAZIONE CINQUE PER MILLE IRPEF** e indicare cognome, nome e codice fiscale del contribuente.

**Aiuto allo Zanskar riferirà dell'impiego dei fondi devoluti con il 5 per mille attraverso questo sito internet.**

www.aiutoallozanskar.it

Aiuto allo Zanskar-onlus  
via Gorizia, 1 25126 Brescia

Devolvi il 5 per mille della dichiarazione dei redditi  
aiuta 300 bambini a studiare in Himalaya  
Indica il codice fiscale di Aiuto allo Zanskar-onlus  
nell'apposito spazio sotto la tua firma

COGNOME E NOME DEL CONTRIBUENTE  
MARIO ROSSI  
CODICE FISCALE  
98109320170