

# **Viaggio in Cina**

## **Luoghi storici e bellezze naturali**

**CIRCA 22/08/2019 - 06/09/2019**  
**ITALIA - PECHINO / KUNMING / DALI**  
**LIJIANG / CHENGDU / LESHAN - EMEI**  
**CHENGDU - SHANGHAI**

# INCINA2019

Cina  
2019

BEIJING  
KUNMING  
DALI  
LIJIANG  
CHENGDU  
LESHAN  
EMEI  
SHANGHAI



## Viaggio in Cina - Luoghi storici e bellezze naturali

### Iscrizione e ulteriori informazioni

entro il 20 Aprile 2019, È necessario prenotare i biglietti del volo il più presto possibile per un gruppo.

- Inviare una copia del passaporto (pagine con foto, nome/cognome, data di nascita e validità del passaporto)
- la validità del passaporto deve essere di almeno 6 mesi oltre la data di rientro dal viaggio.

**Pagamento:** Il conto bancario verrà comunicato al ricevimento dell'iscrizione.

#### **Nota bene:**

Il programma può subire modifiche nello sviluppo dell'itinerari, mantenendo inalterato i contenuti dello stesso. In base al tempo delle escursioni, il pasto potrà essere fornito in cestino preparato dall' albergo da consumare in viaggio.



**Gli spostamenti**



## Informazioni

### Data:

22 agosto - 6 settembre 2019  
Potrebbero esserci alcune modifiche di 3 - 4 giorni alle date del viaggio.

### Contatti per info e pagamenti:

#### Taiji Akademie Yong Nian

Cell. CH: +41 79 752 93 05 WhatsApp

Cell. IT: +39 3477226926

mail: taiji@bluewin.ch

Web: www.lirongmei.it

## Chengdu nella Storia

Chengdu rappresenta il primo grande insediamento nella Cina del sud-ovest, la sua storia compare su scritti di 2300 anni fa ma le prove archeologiche vanno indietro fino a 3700 - 4500 anni fa. Questa è una città rara in Cina, il suo nome non è mai cambiato e sin dalla sua fondazione è sempre stata la città principale di tutta la provincia del Sichuan, di cui è capoluogo da oltre due millenni. La sua lunga e gloriosa storia è dovuta alla sua posizione geografica lungo una fertile pianura che da millenni beneficia le popolazioni che vi risiedono.

## Data di partenza: circa 22 Agosto - 6 Settembre 2019

**Nota:** Le date di partenza e rientro possono variare nell'intervallo indicato per motivi organizzativi. Le quotazioni dei voli sono soggette a riconferma al momento delle prenotazioni.

Si consiglia, quindi, di effettuare le prenotazioni entro la data del 20/4/2019, è possibile eventualmente prenotarsi anche successivamente alla data indicata, con una maggiorazione del prezzo dovuto all'aumento del costo dei voli.

**PECHINO / KUNMING / DALI / LIJIANG / LESHAN – EMEI - CHENGDU / SHANGHAI**

**Il viaggio in dettaglio ed i consigli utili saranno inviati al ricevimento dell'iscrizione**

## Programma del Viaggio

### Beijing:

Con una superficie di 16.800 Km<sup>2</sup> ed una popolazione di circa 20 milioni di abitanti è una delle più grandi città del mondo. Capitale della Repubblica Popolare Cinese è il centro culturale, amministrativo e politico di questa grande nazione.

Fulcro dei grandi avvenimenti sociali e culturali che hanno caratterizzato la vita della Cina imperiale e contemporanea, Pechino è ricchissima di monumenti e luoghi di grande interesse storico ed artistico: il Palazzo Imperiale fatto costruire da Yong Le della dinastia dei Ming a partire dal 1421; Tian'anmen, dove si recavano annualmente gli imperatori ad officiare riti-propiziatori per il benessere dell'impero; il Parco Beihai è un giardino imperiale di Pechino. Pechino è anche il punto di partenza per una escursione alla Grande Muraglia, in uno dei tratti meglio conservati a Nord ovest nei pressi di Badaling oppure Mutianyu.

### Città della Primavera, Kunming:

Kunming è la capitale della provincia dello Yunnan ed è conosciuta come la "città dell'eterna primavera" grazie al suo clima temperato e allo sbocciare continuo dei fiori che avviene durante tutto l'arco dell'anno. Questa moderna città ha una storia di oltre 2400 anni ed era uno dei punti di accesso alla Via della Seta meridionale (conosciuta anche come Via del Tè) che permetteva i contatti e il trasporto delle merci verso il Tibet, la provincia del Sichuan, l'India e il Myanmar. Oggi è il centro politico, economico e culturale dello Yunnan e lo snodo fondamentale per i turisti che vengono in visita non solo di questa regione ma di tutta la Cina sud-occidentale.

Kunming è anche il centro focale dei gruppi etnici dell'intera provincia dello Yunnan, come le minoranze Yi, Bai, Miao, Dai, Hani e molte altre. Ognuno di questi gruppi etnici possiede una forte ed unica identità culturale che si manifesta non solo negli abiti che indossano e nelle tradizioni culinarie, ma anche nelle loro feste, come la festa delle torce della minoranza Yi, la fiera del Tempio Dorato eccetera.

### Antica Città di Dali:

Dali è una delle destinazioni turistiche più popolari dello Yunnan. Dispone di siti storici, antichi palazzi e templi, nelle vicinanze i bellissimi Monti Cang e Lago Erhai, l'artigianato locale e la "Via degli stranieri" con ristoranti e bar in stile occidentale i cui titolari sono di lingua inglese. La strada è frequentata sia da stranieri che da cinesi. E' nota come rifugio dei backpacker. I Monti Cang sono una grande e pittoresca zona escursionistica e riserva naturale. Il Lago Erhai si trova a est e i Monti Cang a ovest. I turisti che visitano la zona possono vedere templi ed edifici costruiti un secolo fa, acquistare splendidi souvenir e oggetti d'arte, conoscere la storia del territorio e delle popolazioni indigene e fare delle escursioni presso il lago e i monti vicini.

La città ha una lunga storia. Verso l'anno 738 d.C., divenne sede del Regno di Nanzhou. Il Regno di Nanzhou aveva il controllo di importanti vie commerciali verso l'Asia Sud-Orientale e Meridionale. La sua posizione le permise di prosperare, poiché la merce dalla Cina veniva trasportata verso sud, e merci da provenienti da luoghi lontani quanto l'India venivano portati verso nord. La città fu un importante centro commerciale. I governanti del Regno Nanzhou divennero buddisti, e Dali divenne un centro per la diffusione del buddismo dall'Asia Sud-Orientale e Meridionale al resto della Cina e all'Asia orientale. Dopo 200 anni, il Regno di Nanzhou venne conquistato dal clan Duan. Duecento anni dopo, nel 1253, i mongoli conquistarono la città e il Regno di Dali ebbe fine. Sotto l'imperatore mongolo Kublai Khan, Dali divenne un importante avamposto militare per i mongoli, i quali a loro volta furono sconfitti e venne istituita la dinastia Ming.





### **Antica Città di Lijiang:**

Tre distretti antichi in questa piccola città conservano le caratteristiche speciali dell'architettura Naxi e Han e i costumi, l'arte e la cultura Naxi. **Lijiang era una città commerciale e una fermata per i mercanti che trasportavano merci sulla "Via del Chama"**. Nel 1997, a seguito di un terremoto, Lijiang venne classificata come patrimonio mondiale dell'UNESCO e la ricostruzione nel 1996 restituì alla città un aspetto più antico. La descrizione dell'Unesco dice: "La Città Antica di Lijiang, che si adatta perfettamente alla topografia irregolare di questo sito commerciale e strategico, ha avuto un passato storico, di alta qualità e autenticità. La sua architettura è degna di nota per la fusione di elementi provenienti da diverse culture che si sono mescolate nel corso di molti secoli.

**Lijiang possiede anche un antico sistema di approvvigionamento idrico di grande complessità e genialità che funziona ancora oggi in modo efficace.** "Il paesaggio è spettacolare e la Via del Chama fu importante storicamente per lo sviluppo delle culture e dei popoli del Sud-Est asiatico, della Cina e della regione himalayana. Ora, la piccola città è stata fortemente commercializzata e milioni di turisti la visitano ogni anno, ma tre antichi distretti sono in parte conservati.

### **Il Buddha Gigante di Leshan:**

Il Buddha Gigante di Leshan è una statua di Maitreya (un Bodhisattva solitamente rappresentato come un monaco piuttosto tozzo, con un ampio sorriso e con il petto nudo e il pancione in bella vista) in posizione seduta. Il Buddha è situato ad est della città di Leshan, nella provincia di Sichuan, dove confluiscono tre fiumi: il fiume Min, il fiume Qingi e il fiume Dadu. La statua è il più celebre punto di interesse della città. Nel dicembre 1996 il sito del Buddha è stato inserito nella lista dei Patrimoni dell'Umanità dall'UNESCO. Anche noi praticheremo insieme in questo luogo magico.

### **Il Monte Emei - Chengdu:**

**Il Monte Emei è un rifugio Buddista sacro. è una delle quattro più montagne Buddiste in Cina.** Questo legame con il Buddismo è contenuto nei numerosi templi e gli edifici testimoniano il ruolo storico insolito della montagna nello sviluppo del Buddismo fin da quando la religione fu introdotta in Cina più di 2.000 anni fa. La montagna vanta una grande popolarità tra i buddisti in Cina. Ogni mattina una folla di buddisti in pellegrinaggio armati di bastoncini di incenso conquistano gli scalini della montagna e si affollano negli innumerevoli templi della montagna.

Il Monte Emei offre non solo lo spazio fisico per i viaggiatori, ma permette una esposizione personale all'intimità della natura e della cultura Buddista della Cina. Un antico albero nodoso, un torrente tortuoso, una cascata e un tempio Buddista saranno un ricordo della resilienza di natura e civiltà incontaminata. Guarda le famose montagne della Cina.

### **Città antica e moderna di Shanghai:**

Shanghai è situata presso la foce meridionale del fiume Chang Jiang (Yangtze). Il fiume Huangpu attraversa la città. Shanghai è una delle antiche città culturali della Cina e una metropoli internazionale. E' famosa per essere un centro economico e finanziario. Con 23 milioni di abitanti è la città più moderna, elegante e raffinata della Cina.

Anche oggi a più di 50 anni dalla rivoluzione, Shanghai mantiene intatta, per le vie del centro e sul Bund (il famoso lungo fiume), quell'atmosfera da "belle époque" di inizio secolo, mentre strade sopraelevate, grattacieli di vetro la proiettano verso il futuro.