



portandovi la reliquia del Dente di Buddha. Alla sua morte gli indiani vinsero, rubarono la reliquia, che fu recuperata poi nel 1288 da Parakkramabahu III, e la città fu abbandonata ai monaci.

**Aukana.** Presso l'antico invaso pluviale Kala Wewa si trova la più antica e meglio conservata statua del Buddha sull'isola, eretta nello stesso periodo dei templi di Polonnaruwa. L'elegante Buddha di 12 m, scolpito nella roccia nella postura benedicente, Asisa Mudra, è oggetto di grande adorazione dai fedeli.

### **3° giorno – domenica 4 novembre 2018: Sigiriya – Mihintale – Anuradhapura – Sigiriya**

Pensione completa. Giornata dedicata alla visita guidata di Mihintale (70 km) e Anuradhapura (17 km). Rientro a Sigiriya (75 km) nel pomeriggio.

**Mihintale** è la città dove il buddismo approdò nell'isola. Qui re Devampiyatissa incontrò il monaco Mahinda, inviato dall'India a predicare la nuova religione di Buddha. Ai piedi della montagna ci sono il museo e le rovine di un monastero. Alla sommità della roccia si sale per tre rampe di scalini, per un totale di 1.840. Alla fine della prima rampa, ben pavimentata e ombrata da frangipani popolati di scimmie, si trova il Kantaka Cetiya, uno dei monumenti religiosi più antichi dell'isola, una stupa parzialmente in rovina, del I secolo, il cui fronte è scolpito con figure di elefanti, scimmie, pavoni e nani.

**Anuradhapura** è una delle antiche capitali dello Sri Lanka. La civiltà che si sviluppò attorno a questa città fu una delle principali dell'Asia e del mondo intero. Fondata nel IV secolo a.C. da re Pandukabhaya fu capitale del regno fino all'invasione indiana del 1017. Attualmente l'antica città, circondata da monasteri buddisti, ricopre un'area di oltre 40 km<sup>2</sup> ed è città sacra anche per gli induisti. Secondo la leggenda, infatti, Anuradhapura sarebbe la favolosa capitale del re Asura Ravana, uno dei protagonisti del Ramayana.

### **4° giorno – lunedì 5 novembre 2018: Sigiriya – Ritigala – Sigiriya**

Pensione completa. Giornata dedicata alla visita della roccia di Sigiriya e del sito di Ritigala (54 km). Rientro in hotel) per la cena.

**Sigiriya** è un sito archeologico che contiene le rovine di un antico palazzo, costruito durante il regno di re Kasyapa, nel V secolo. La roccia su cui sorge il sito è alta 370 m ed è visibile per chilometri. Il sito consiste dei resti del palazzo maggiore con delle cisterne tagliate nella roccia che contengono ancora acqua, da un antico castello costruito sulla sommità piatta della collina, una terrazza che comprende la Porta dei Leoni e un muro con affreschi, il palazzo secondario che si arrampica sui pendii sotto la roccia, i fossati, le mura e i giardini. Sigiriya venne usata come riparo dal III secolo a.C. dai seguaci del buddista Sangha. Dopo la morte di re Kasyapa tornò a essere adibito a uso monastico fino al XIV secolo, dopodiché venne definitivamente abbandonato.

**Ritigala.** Antico monastero buddista del I secolo a.C., le cui rovine si trovano in un'area di 24 ha. E includono il grande bacino rituale detto Banda Pokuna, del IV secolo. Le dimensioni del bacino e dei sentieri pavimentati suggeriscono che grandi folle di devoti erano usi visitare il

sito. Una leggenda vuole che sulle cime delle montagne Ritigala cresca, protetta dagli Yakka, gli spiriti guardiani, l'erba Sansevi, che ha il potere di conferire lunga vita e di guarire tutti i dolori umani.

#### **5° giorno – martedì 6 novembre 2018: Sigiriya – Polonnaruwa – Medirigiriya – Sigiriya**

Pensione completa. Giornata dedicata alla visita di Polonnaruwa (59 km). Pranzo e proseguimento per la visita di Medirigiriya (34 km). Al termine rientro in hotel (61 km) per la cena.

**Polonnaruwa** è la capitale del secondo regno più antico dello Sri Lanka. Fu scelta da re Vijayabahu I che sconfisse gli invasori Chola nel 1070 e riunì il regno sotto il suo dominio. Fu però il regno del nipote, Parakramabahu I, che realizzò avanzati bacini di irrigazione delle terre, l'età dell'oro di Polonnaruwa. Ancora oggi tali bacini forniscono l'acqua per le coltivazioni a terrazza dell'est dell'isola. Il maggiore di questi bacini è il Parakrama Samudraya, o mare di Parakrama, tanto grande che da una riva è impossibile vedere l'opposta. Il regno di Polonnaruwa terminò con l'invasione di Arya Chakrawartha nel 1284.

**Medirigiriya.** Il sito sacro di Medirigiriya, che data dall'epoca di Anuradhapura, include il Mandalagiri Vihara, un vatadage, tempio circolare, edificato su una rupe, con 68 pilastri su tre file concentriche che delimitano un dagoba circondato da quattro Buddha che indicano i quattro punti cardinali.

#### **6° giorno – mercoledì 7 novembre 2018: Sigiriya – Dambulla – Matale – Kandy**

Pensione completa. Partenza per la visita delle grotte sacre di Dambulla (16 km). Proseguimento per Matale (45 km) e visita del tempio indù Sri Muthumariamman Thevasthaman e di un orto botanico dove si coltivano spezie ed essenze. Pranzo tradizionale kamatha con dimostrazione culinaria presso un campo di riso e nel pomeriggio proseguimento per Kandy (26 km) e visita del Sri Dalada Maligawa, il Tempio del Dente. Al termine partecipazione a uno spettacolo di danze tradizionali, che include una camminata sui carboni ardenti. Discesa in hotel, sistemazione nelle camere riservate e cena.

**Dambulla.** I monaci buddisti delle grotte di Dambulla fornirono rifugio a re Valagambahu durante il suo esilio. Quando riconquistò il trono di Anuradhapura, nel I secolo a.C., il re vi eresse uno stupendo tempio come segno di gratitudine. Le statue e i dipinti delle grotte risalgono proprio al I secolo a.C., anche se vennero poi restaurati nel XII secolo dal re Nissanka Malla e nel XVIII secolo dai re Kandyan.

**Matale,** località dell'insurrezione del 1848 contro gli invasori britannici. La casa natale di uno di loro, Monarawila Keppetipola si può ancora vedere. Il tempio indù Sri Muthumariamman Thevasthaman di Matale è uno dei più importanti dell'isola.

Appena fuori dall'abitato la cooperativa Ranveli Gardens, coltivatori di spezie usate in cucina e nelle terapie Ayurveda mostrano ai visitatori le piante da cui si ricavano noci moscate e macis, pepe, chiodi di garofano, cannella, coriandolo, curry, cardamomo, zenzero. Le spezie, di eccellente qualità si possono comperare.

**Kandy,** conosciuta anche con il nome di Maha Nuvara, fu fondata nel XIV secolo. Nel 1592 divenne la capitale del regno, grazie alla sua posizione

più facilmente difendibile, dopo che le zone costiere dell'isola erano state conquistate dai portoghesi. Nel 1815 gli inglesi deposero l'ultimo re Sri Wikrama Rajasingha. La città è celebre per il tempio che custodisce la reliquia del sacro dente di Buddha, Dalada Maligawa, uno dei maggiori centri di pellegrinaggio buddista.

**7° giorno – giovedì 8 novembre 2018: Kandy – Pilimathalawa – Pinnawela – Peradeniya – Kandy**

Pensione completa. Dopo la prima colazione partenza per la visita del tempio di Gadaladeniya a Pilimathalawa (14 km). Al termine passeggiata di un paio d'ore tra i locali villaggi e i campi coltivati fino ai templi di Lankatilaka e Embekka. Al termine proseguimento per Pinnawela (31 km), pranzo e visita dell'orfanotrofio elefantino. Proseguimento per Peradeniya (35 km) e, tempo permettendo, breve passeggiata nei Giardini Reali. Rientro a Kandy (6 km) nel tardo pomeriggio e cena.

**Pilimathalawa.** Villaggio a 10 km da Kandy, dove si trovano i templi di Gadaladeniya, Lankathilaka ed Embekka.

Gadaladeniya è un tempio che offre riparo a un Buddha seduto, dorato, circondato da altri Buddha in piedi. Il tempio è un edificio in pietra costruito nel XIV secolo su un promontorio in granito con fregi in pietra che rappresentano suonatori di tamburo e danzatori.

Il tempio di Lankatilaka fu costruito dal re Buwanekabahu IV nel 1344 sulla rupe Panhangala in uno stile eclettico che mescola elementi di architettura cingalese del periodo di Polonnaruwa, dravidiana e indocinesi.

Il tempio di Embekka, del XIV secolo, si deve a re Vikramabahu III ed è dedicato al culto di Mahasen, il dio indù della guerra, figlio di Shiva e Parvati e comandante delle armate dei Deva.

**Pinnawela.** Il governo dell'isola non poteva non preoccuparsi del destino degli elefanti, animali spesso usati in processioni rituali bardati con corazze preziose, e ha aperto nel 1975 un orfanotrofio, che ospita i piccoli pachidermi rimasti orfani a causa del bracconaggio, degli incidenti e dei conflitti con i contadini dei villaggi.

**Peradeniya.** Giardino botanico reale, parco dalle ricche collezioni di piante tropicali, piante giganti, alberi da spezie, orchidee e fiori colorati. Il giardino risale al 1371, a Re Wikramabahu III.

**8° giorno – venerdì 9 novembre 2018: Kandy – Nanuoya – Nuwara Eliya – Ramboda**

Pensione completa. Trasferimento alla stazione ferroviaria, imbarco sul treno 1005 Podi Menike delle 8h47 per Nanuoya e sistemazione nei posti riservati. All'arrivo, previsto alle 12h45 dopo 3h58', trasferimento a Nuwara Eliya (8 km) e pranzo. Nel pomeriggio visita della cittadina e delle piantagioni di tè. Proseguimento per Ramboda (42 km, 1) discesa in hotel, sistemazione nelle camere riservate e cena.

**Nuwara Eliya,** 1980 m slm, località montana preferita dagli occupanti inglesi, è un cocktail di architettura georgiana e Tudor, con tetti a due spioventi, prati immacolati, cespugli di rose e pietre ricoperte di muschio, immersa in uno scenario di fitta vegetazione, di prati e boschi con cascate e ruscelli che scendono dal monte Pidurutalagala, il monte più alto dello Sri Lanka, che ne domina il panorama. Tutt'intorno, sulle

colline circostanti, le piantagioni del miglior tè del paese con i centri di produzione.

**9° giorno – sabato 10 novembre 2018: Ramboda – Ella – Parco Nazionale di Yala – Tissamaharama**

Pensione completa. Partenza verso la costa sud, con soste alla cascata di Ramboda (1 km) e a Ella (82 km). Pranzo a Tissamaharama (88 km), trasbordo sulle vetture 4x4 e visita del parco nazionale di Yala (25 km). Al termine, rientro a Tissamaharama (25 km), discesa in hotel, sistemazione nelle camere riservate e cena.

**Ramboda.** La cascata è alta 109, si trova in località Pussellawa ed è formata dal fiume Panna Oya, un affluente del Kothmale Oya.

**Ella.** Cittadina della provincia di Uva a 1.41 m slm. Nei pressi si trova l'Ella Gap, un belvedere sulle pianure meridionali dell'isola.

**Tissamaharama.** Fondata col nome di Mahagama nel III secolo ospita l'impressionante dagoba Tissa Maha, 165 m di circonferenza e 56 m di altezza, fatto costruire da re Kavantissa nel III secolo. D'interesse anche la statua della regina Vihara Maha Devi, madre dell'eroe nazionale re Dutugamunu, il dagoba Sandagiri con i resti di un monastero, Yatala Wehera, dalle mura scolpite con teste d'elefante e una grande pietra di luna.

**Parco Nazionale di Yala.** Una vecchia riserva di caccia, trasformata in parco naturale dal 1938, raccoglie una fauna sorprendente e variegata con elefanti, pantere, leopardi, bufali, coccodrilli, daini muschiati, orsi, sciacalli, macachi, serpenti cobra, e molte specie di uccelli dalle aquile ai pellicani a piccoli volatili multicolori. Il parco, che si estende su 1.500 Km<sup>2</sup>, regala panorami bellissimi, che alternano boscaglie a laghi, alture rocciose a zone palustri. Sulle rive del lago Katagamawa sono anche stati recentemente scoperti e portati alla luce alcuni interessanti siti archeologici.

**10° giorno – domenica 11 novembre 2018: Tissamaharama – Kataragama – Kirinda – Galle – Colombo**

Pensione completa. Partenza per la visita di Tissamaharama (19 km) e Kirinda (29 km). Proseguimento per Galle (161 km), pranzo e visita della città vecchia. Al termine partenza per Colombo (121 km), breve visita e cena di arrivederci in ristorante. Al termine trasferimento in aeroporto in tempo utile per l'imbarco sul volo Emirates EK 349 delle 2h55 dopo la mezzanotte per Dubai.

**Kataragama** è la sede del benevolo dio indù Skanda ed è una delle sedici città del Solosmasthan, i luoghi comandati al pellegrino buddista. Nel santuario della foresta infatti Buddha piantò un seme dell'albero della Bodhi. Secondo il rito, il pellegrino si bagna nel Menik Ganga, fiume delle gemme, poi risale fino al tempio vestendo abiti bianchi, pregando e portando offerte di frutti e fiori e per ultimo getta una noce di cocco sulla pietra. Se si apre in due, ciò è considerato un buon auspicio.

**Kirinda** è un piccolo villaggio con un tempio buddista costruito su una grande roccia cilindrica. La storia leggendaria di Kirinda è curiosa: nel II secolo a.C. re Kelanitissa regnava sulla parte occidentale dell'isola dalla sua capital Kelaniya. Sospettando che un bhikshu, un monaco

buddista, favorisse una tresca tra la moglie e suo fratello, il re lo fece bollire in un calderone d'olio. Per questo gli dei, furiosi, inviarono un grande maremoto. Un profeta disse allora che il regno avrebbe potuto essere salvato solo dal sacrificio al mare furioso di una principessa. La coraggiosa figlia maggiore del re si offrì e il re gli fece costruire una nave dorata che fu messa a mare a Kirinda. La nave approdò nel regno di Ruhuna, dove al re Kavantissa era stato profetizzato che si sarebbe maritato solo con una principessa proveniente dal mare **Galle**. Prima dell'arrivo dei portoghesi di Lourenço de Almeida la città era nota con il nome di Gimhathiththa, o, nel mondo arabo, Qali. Fino al XVI secolo, quando gli inglesi svilupparono quello di Colombo, fu il principale porto dell'isola. Nel devastante maremoto del 26 dicembre 2004 morirono migliaia di abitanti.

**Colombo**. Già conosciuta dai mercanti romani e cinesi, fu occupata dagli arabi nel VIII secolo, poi dai portoghesi, che vi costruirono una fortezza per proteggere il commercio delle spezie. Gli olandesi conquistarono Colombo nel 1656 dopo un epico assedio e la fecero capitale della Compagnia Olandese delle Indie Orientali fino al 1796. La conquistarono poi gli inglesi, che ne fecero la capitale della colonia di Ceylon. Il nome Colombo, introdotto dai portoghesi nel 1505, sembrerebbe derivare dall'espressione singalese kola-amba-thota, che significa porto con frondosi alberi di mango.

### **11° giorno – lunedì 12 novembre 2018: Colombo – Dubai – Venezia – Belluno**

Partenza del volo per Dubai. All'arrivo, previsto alle 5h55 locali dopo 4h30' di volo, coincidenza con volo Emirates EK 135 delle 9h40 per Venezia. L'atterraggio a Tessera è previsto alle 13h20 locali, dopo 6h40' di volo. Proseguimento in pullman per Belluno.

### **Programma dettagliato in sede**