



# L'EREDITÀ SPIRITUALE DEL TIBET SUL MONTE AMIATA

**PROGETTO REALIZZATO DA ASIA IN COLLABORAZIONE  
CON LA COMUNITÀ DZOGCHEN DI MERIGAR**



**Merigar**, Comune di Arcidosso, Grosseto – Italia





Sarebbe molto difficile trovare un adulto tibetano, sia esso monaco, tantrico o laico che non abbia nella sua vita affrontato un pellegrinaggio.

Per pellegrinaggio, i Tibetani, usano il termine *nékor* (*gnasskor*) andare intorno al *né* (*gnas*), un luogo sacro o una persona sacra. Il pellegrino viene conosciuto come *nékorwa* (*gnasskorba*), uno che compie una circumambulazione intorno a un posto sacro o una persona.

**Un pellegrinaggio per un Tibetano è molto di più che un semplice atto di viaggiare** per andare in un posto sacro. E' associato ad attività rituali e religiose e ha un significato sociologico, culturale, economico e letterario.

**In Tibet, ci sono tre tipi di luoghi di pellegrinaggio:** i siti naturali come le montagne, i laghi, le grotte; i siti creati dagli uomini come i templi, i monasteri, i posti di ritiro e le terre segrete o *béyul* (*sbasyul*).

Un quarto tipo di pellegrinaggio è quello per andare a incontrare e rendere omaggio a un Maestro o persona dotata di una conoscenza spirituale particolare.

I Tibetani, vanno anche in pellegrinaggio fuori dal Tibet, in India e Nepal, Paesi dove il Buddha è nato, ha insegnato ed è morto così come tanti altri Maestri legati alla tradizione Buddhista e Bönpo.

I pellegrinaggi nei luoghi sacri non sono una peculiarità soltanto dei Tibetani, ma si ritrovano in tutte le principali religioni monoteistiche del mondo.

**Andare in pellegrinaggio è un viaggio verso la conoscenza e un atto che il pellegrino svolge per raccogliere meriti.**

Per i praticanti dello Dzogchen e discepoli di Namkhai Norbu, **Merigar, il primo Gar del'International Dzogchen Community, è un luogo sacro dove recarsi per ricevere gli Insegnamenti trasmessi da Chögyal Namkhai Norbu, incontrarlo e rendergli omaggio, praticare e meditare.**

Merigar è un importante luogo sacro dove sono presenti molti edifici importanti quali:

- il Tempio della grande contemplazione
- gli Stupa
- lo Zhikhang, che ospita la Sala del Mandala
- la casa di ritiro di Chögyal Namkhai Norbu.



**LA CASA DI RITIRO DI CHÖGYAL NAMKHAÏ NORBU, NECESSITA DI URGENTI MANUTENZIONI**

# OBIETTIVO

ASIA da trent'anni è impegnata a conservare la cultura e la spiritualità tibetana in Tibet, India e Nepal, ma ha realizzato anche tanti progetti per far conoscere queste culture in occidente e diffonderne i valori.

Per questo motivo, abbiamo deciso, in **collaborazione con il Gakyil di Merigar di lanciare nel 2018 una campagna di raccolta fondi per restaurare la casa di ritiro di Chögyal Namkhai Norbu.**

---

# ATTIVITÀ PREVISTE



I lavori di ristrutturazione della casa di ritiro di Chögyal Namkhai Norbu prevedono:

## **1** TRATTAMENTO PARTI ESTERNE:

1. pareti doghettate
2. grondaie
3. pavimentazione
4. scala e balaustra in legno
5. pilastri

## **2** FOGNATURA ESTERNA

## **3** RIPRISTINO PAVIMENTAZIONE IN PIETRA NELLE SCALE E NEL CAMMINAMENTO

## **4** OPERE DI CONSOLIDAMENTO E RINFORZO STRUTTURALE

## **BENEFICIARI**

Chögyal Namkhai Norbu , tutti i suoi discepoli e i praticanti dello Dzogchen. Tutte le persone interessate alla cultura e alla spiritualità del Tibet.

*“Quando ho cominciato a dare insegnamenti Dzogchen abbiamo stabilito che i praticanti dovessero collaborare tra loro... Non mi dà gioia solo insegnare e spiegare. Il mio scopo è quello di cercare di far capire alle persone il vero senso dell'insegnamento. Sono molto felice quando le persone capiscono e collaborano facendo qualcosa in modo corretto, questo corrisponde all'insegnamento Dzogchen”.*

Brano estratto dal discorso di Chögyal Namkhai Norbu del 3 gennaio 2017,  
L'ultimo giorno del ritiro di Yangtig a Dzamling Gar

---

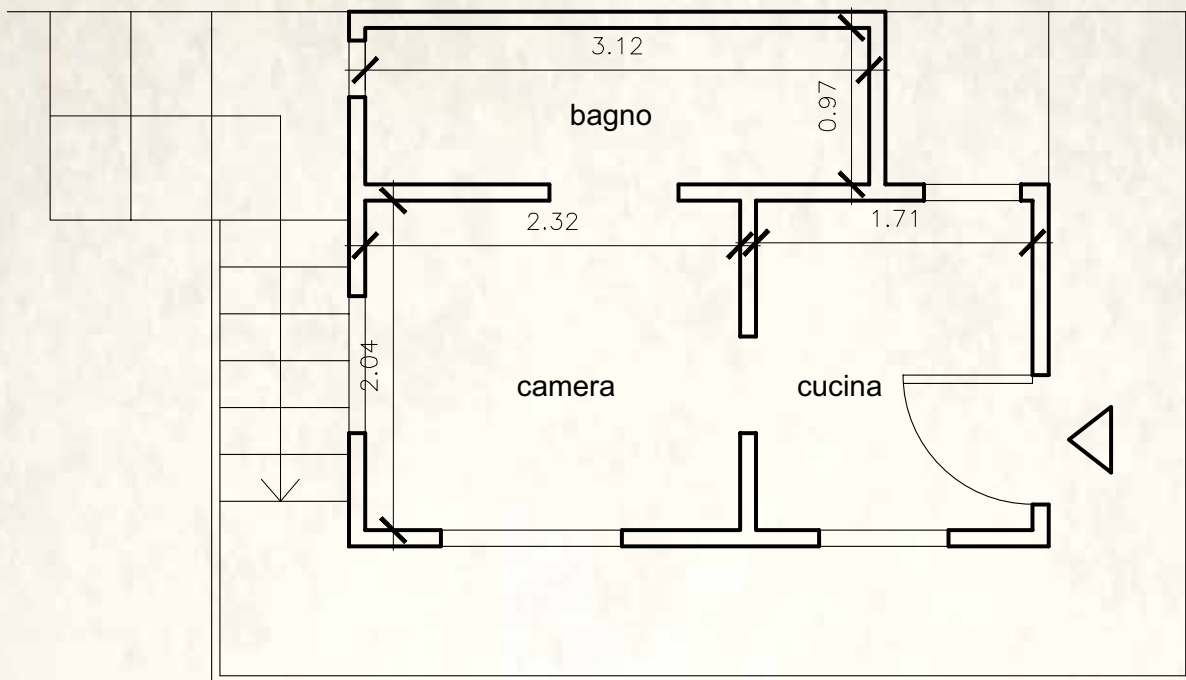
## **METODOLOGIA**

**ASIA** Organizzazione Non Governativa fondata da Chögyal Namkhai Norbu nel 1988 e riconosciuta dal Ministero degli Affari Esteri italiano si occupa della raccolta fondi, della promozione e della diffusione del progetto.

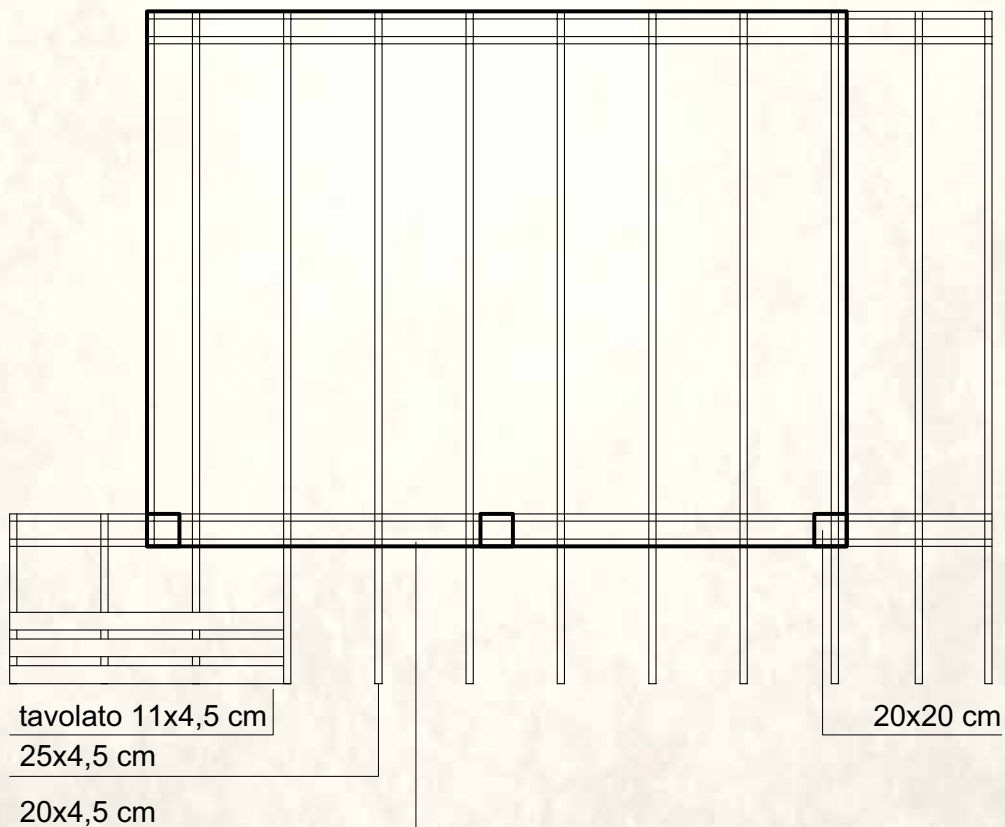
**Merigar** – Comunità Dzogchen di Merigar – fondata da Chögyal Namkhai Norbu nel 1981 si occuperà della realizzazione, del monitoraggio, dei lavori di restauro e della rendicontazione dei fondi.



# Pianta



# Solaio di calpestio



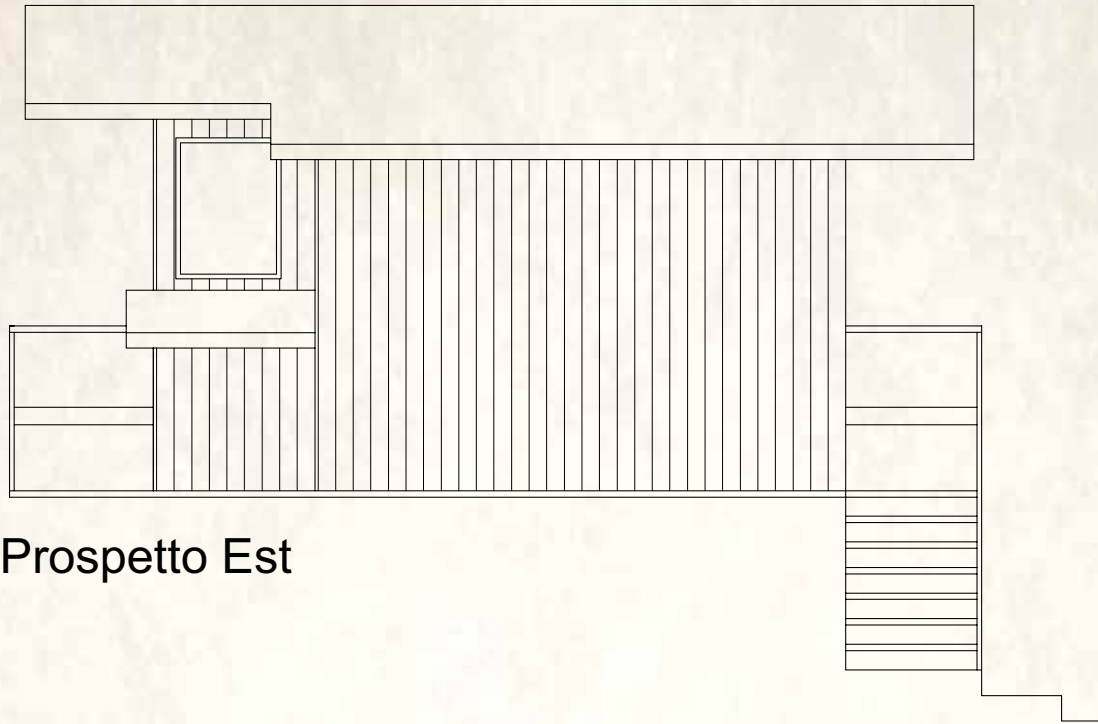


Prospetto Ovest



Prospetto Nord

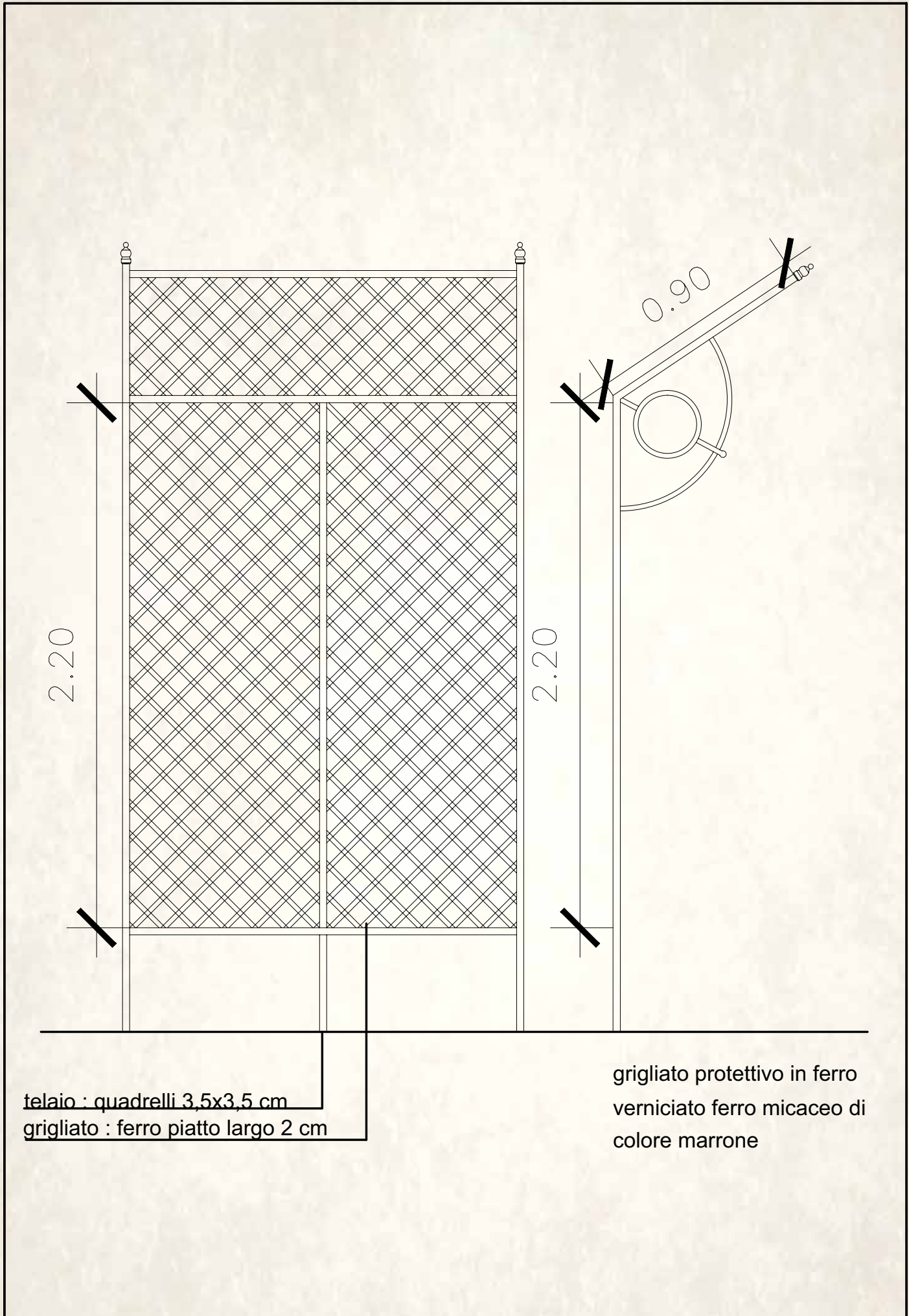




Prospetto Est



Prospetto Sud



telaio : quadrelli 3,5x3,5 cm  
grigliato : ferro piatto largo 2 cm

grigliato protettivo in ferro  
verniciato ferro micaceo di  
colore marrone

# € COSTI

Il costo totale dei lavori è di 20.000 Euro.

 **50€**  
Pavimentazione

 **100€**  
Pareti esterne  
e grondaie

 **200€**  
1 metro quadro  
della casa di ritiro

# € COME DONARE\*



- **Bonifico bancario** intestato a **ASIA onlus**  
IBAN: IT 43 M 05216 03226 00000013004
  - **C/c postale n. 89549000** intestato a **ASIA Onlus**
  - Carta di credito o Paypal su [www.asia-ngo.org/merigar](http://www.asia-ngo.org/merigar)
- Inserire come causale **"Merigar casa di ritiro"**

\*Ogni donazione è fiscalmente detraibile.



**ASIA – Associazione per la Solidarietà Internazionale in Asia** – è una Organizzazione Non Governativa riconosciuta dal Ministero degli Affari Esteri italiano e firmataria del partnership agreement con ECHO (Ufficio per gli Aiuti Umanitari dell'Unione Europea). Dal 1988 ASIA è impegnata nelle regioni himalayane con progetti che promuovono lo sviluppo economico, sociale e sanitario e la salvaguardia dell'identità culturale delle popolazioni di quest'area geografica.

**ASIA**  
Via San Martino della Battaglia 31  
00185 Rome, Italy  
Tel +39. 06.44340034  
[info@asia-ngo.org](mailto:info@asia-ngo.org)  
[asia-onlus.org](http://asia-onlus.org)



**Merigar – L'Associazione Culturale Comunità Dzogchen di Merigar** – nata nel 1981, ha lo scopo di sostenere l'Insegnamento Dzogchen trasmesso dal Maestro Namkhai Norbu. Svolge attività per portare armonia e benessere, fornendo strumenti che permettano di affrontare con equilibrio la vita quotidiana e le relazioni con gli altri, in particolare con corsi di meditazione, Yantra Yoga, Danza del Vajra e Danze Khaita (meditazione in movimento).

**Comunità Dzogchen di Merigar**  
Loc. Merigar,  
58031 Arcidosso (GR) Italy  
Tel. / fax: +39 0564 966837  
[office@dzogchen.it](mailto:office@dzogchen.it)  
[dzogchen.it](http://dzogchen.it)