

SOMMARIO

CARTA D'IDENTITÀ	14
-------------------------	-----------

VIAGGIARE IN IRAN	16
--------------------------	-----------

» PRIMA DI PARTIRE	16	
Dove informarsi in Italia _____	16 Documenti e permessi _____	17
Visto turistico _____	17 Documenti per chi guida _____	18
Formalità doganali _____	19 Denaro _____	20
Salute _____	21 Periodo del Viaggio _____	23
Valigia per L'Iran _____	24	

<i>Covid-19: misure di contrasto</i> _____	22
--	----

» ORGANIZZARE LA VACANZA	24	
Una settimana _____	25 Due settimane _____	26
Tre settimane _____	29 Un mese _____	31
» COME ARRIVARE	31	
Aereo _____	32 Nave _____	32
Via terra _____	32	

<i>Distanze in km da Teheran</i> _____	34
--	----

» COME SPOSTARSI	35	
Aereo _____	35 Trasporti pubblici _____	37
Mezzo proprio _____	41	

<i>Viaggiando sui mezzi</i> _____	37 <i>Posti di blocco</i> _____	38
<i>Consigli per la guida</i> _____	41	

» DOVE DORMIRE	42	
Alberghi _____	42 Camere in affitto _____	43
» A TAVOLA IN IRAN	43	
La gastronomia _____	44 Le bevande _____	45
I locali _____	44	

<i>Quando si mangia</i> _____	44
-------------------------------	----

» LO SHOPPING	46
----------------------------	-----------

<i>Orari dei negozi</i> _____	46
-------------------------------	----

» LO SPORT	47	
» LA SERA	48	
» INDIRIZZI E INFORMAZIONI UTILI	49	
Indirizzi utili _____	49 Le comunicazioni _____	52

Informazioni pratiche _____ 54

Feste e celebrazioni _____ 50

CONOSCERE IL PAESE **59**

» **GEOGRAFIA E AMBIENTE** **59**

Territorio _____ 59 | Flora e fauna _____ 62

Clima _____ 63

Temperature medie nei maggiori centri urbani _____ 64

» **UN PO' DI STORIA** **65**

Una storia fatta di grandi uomini 66 | Dinastie dell'Antica Persia _____ 69

Avvento del primo Islam _____ 73 | L'era moderna _____ 75

I periodi dinastici _____ 65

» **GRANDI RELIGIONI** **83**

Religione Zoroastriana _____ 83 | Islam _____ 86

» **ARTE E CULTURA** **89**

Architettura _____ 90 | Pittura e miniatura _____ 93

Letteratura _____ 93 | Musica _____ 97

Teatro _____ 98 | Cinema _____ 99

Arte contemporanea _____ 100 | Artigianato _____ 103

» **TAPPETI PERSIANI** **104**

Le origini del tappeto _____ 105 | La lavorazione _____ 107

Le decorazioni _____ 108 | I motivi _____ 109

La datazione del tappeto _____ 105

» **POPOLAZIONE E SOCIETÀ** **111**

I gruppi etnici _____ 112 | I costumi e le usanze _____ 115

La lingua _____ 118 | Le diverse religioni _____ 120

Le feste tradizionali _____ 120 | La famiglia _____ 122

L'istruzione _____ 122 | I calendari _____ 123

» **POLITICA ED ECONOMIA** **123**

Ordinamento politico _____ 124 | Le divisioni amministrative _____ 125

La tutela delle minoranze religiose _____ 125 | Le risorse economiche _____ 126

Le risorse economiche _____ 124

Calendario persiano _____ 124 | *Le province iraniane* _____ 126

LA REGIONE DI TEHERAN **130**

Viaggiare nella regione _____ 130

» **TEHERAN, LA CAPITALE** **131**

I quartieri cittadini _____	136	I musei _____	137
I giardini _____	140	Le moschee e i monumenti _____	141
Itinerari per gli acquisti _____	142		

<i>Spostarsi a Teheran</i> _____	132	<i>Consigli per visitare i musei</i> _____	137
<i>Telefoni utili a Teheran</i> _____			143

» **ATTORNO A TEHERAN**145

A sud, mausolei ed altri ricordi_ 147

» **QOM, LA CITTÀ DI KHOMEINI**147

La terra dei Mullah _____ 148 | Arredi sacri e tappeti _____ 148
 Nei dintorni di Qom _____ 149

<i>Come arrivare a Qom</i> _____	147
----------------------------------	-----

» **KASHAN, PORTA DELLA CIVILTÀ**149

La casa di Boroujerdi _____ 151 | Il giardino storico di Fin _____ 148
 Teppeh Sialk _____ 152 | I Luoghi Sacri _____ 152
 Il villaggio sulla rocca _____ 153

<i>Come arrivare a Kasban</i> _____	149
-------------------------------------	-----

LA VIA DELLA SETA155

Viaggiare nella regione _____ 156

» **SEM NAN DEI PISTACCHI**157

Le due moschee _____ 158

<i>Come arrivare a Semnan</i> _____	157
-------------------------------------	-----

» **DAMGHAN E LA SUA STORIA**158

La casa della storia _____ 159 | Il sito archeologico _____ 160

<i>Come arrivare a Damghan</i> _____	159
--------------------------------------	-----

» **SHAH RUD E BASTAM**160

Le cascate di Shahrud _____ 160 | Il villaggio di Bastam _____ 161

<i>Come arrivare a Shabrud</i> _____	160
--------------------------------------	-----

» **MASHHAD, CAPITALE RELIGIOSA**162

La visita del Mausoleo _____ 167 | Il complesso tombale _____ 168
 I parchi di Mashhad _____ 170 | Altri monumenti cittadini _____ 170
 I tre bazar _____ 171 | Le vie dello shopping _____ 172

<i>Come arrivare e spostarsi a Mashhad</i> _____	164
<i>Come entrare nel Mausoleo</i> _____	164

» **ATTORNO A MASHHAD**172

Tus, la patria di Ferdowsi _____	172		Neishabur, sepolcro di artisti _____	173
L'incantevole Torghabe _____	175			

I DUE GRANDI DESERTI 177

Viaggiare nella regione _____	180
» IL DASHT-E KAVIR	181
Attraverso il deserto _____	181

<i>Come arrivare a Tabas</i> _____	182
------------------------------------	-----

» TABAS, REGINA DEL DESERTO	183
Il giardino tropicale _____	184

» IL DASHT-E LUT	184
Attraverso il deserto _____	184

» LE SALE DA TÈ DI KERMAN	185			
Le moschee _____	188		I musei _____	189
Le sale da tè _____	189		Il bazar _____	189
L'artigianato locale _____	190			

<i>Come arrivare e spostarsi a Kerman</i> _____	186
---	-----

» IL SANTUARIO DI MAHAN	191			
Il Mausoleo di Nematollah Vali _____	191		I giardini di Shahzade _____	193
I monumenti _____	206		I musei _____	207

<i>Come arrivare a Mahan</i> _____	191
------------------------------------	-----

» LA CITTADELLA DI BAM	193
-------------------------------------	------------

<i>Come arrivare a Bam</i> _____	194
----------------------------------	-----

» LA FRONTIERA CON IL PAKISTAN	196
Zahedan, avamposto iraniano _____	197

<i>Come arrivare a Zahedan</i> _____	197
--------------------------------------	-----

IL SUD: POESIA, ARCHEOLOGIA E MARE 198

Viaggiare nella regione _____	198			
» SHIRAZ, POESIA DI PERSIA	199			
I quartieri della città _____	203		Le moschee _____	203
Le tombe _____	204		I giardini _____	205
I monumenti _____	206		I musei _____	207
I bazar _____	208		Nei dintorni _____	209

<i>Come arrivare e spostarsi a Shiraz</i> _____	202
---	-----

» PERSEPOLI E I RE ACHEMENIDI	209	
La grande scalinata _____	217 L'ingresso a palazzo _____	219
I palazzi imperiali _____	221 Le grandi sale _____	222
La distruzione dei palazzi _____	223	

<i>Come arrivare e spostarsi a Persepoli</i> _____	211
--	-----

» LA VALLATA DEI RE	223	
Il cubo di Zoroastro _____	224 Le quattro tombe _____	224
I bassorilievi _____	224	

<i>Come arrivare a Naqsb-e Rostam</i> _____	212
---	-----

» PASARGADE, LA TOMBA DI CIRO	225	
In visita alla tomba _____	226 I palazzi nei pressi _____	227

» IL GOLFO PERSICO	223	
Il porto di Bandar Abbas _____	227 L'isola di Hormoz _____	231
L'isola di Qeshm _____	232 L'isola di Kish _____	233
Bushehr, in cima al Golfo _____	234	

<i>Come arrivare a Bandar Abbas</i> _____	228 <i>Lo shopping a Bandar Abbas</i> _____	231
<i>Come arrivare all'isola di Hormoz</i> _____	232	
<i>Come arrivare all'isola di Qeshm</i> _____	233	
<i>Come arrivare all'isola di Kish</i> _____	235 <i>Come arrivare a Bushehr</i> _____	236

IL CUORE DEL PAESE 237

Viaggiare nella regione _____	237
-------------------------------	-----

» ISFAHAN, LA METÀ DEL MONDO	239	
I quartieri della città _____	243 La Meidun _____	243
La Moschea dell'Imam _____	244 La Moschea dello Sceicco _____	245
La Moschea del Venerdì _____	246 I palazzi _____	248
I ponti _____	250 I minareti _____	251
Le scuole teologiche _____	251 Il bazar _____	252
Il quartiere armeno di Nuova Julfa _____	253 I musei cittadini _____	255
I dintorni di Isfahan _____	255	

<i>Come arrivare e spostarsi a Isfahan</i> _____	240
--	-----

» YAZD, CAPITALE ZOROASTRIANA	256	
Le moschee _____	259 I templi zoroastriani _____	260
Le torri del silenzio _____	261 Tombe, mausolei e prigionieri _____	261
I dintorni di Yazd _____	262	

<i>Come arrivare a Yazd</i> _____	257 <i>Lo shopping a Yazd</i> _____	259
-----------------------------------	---------------------------------------	-----

MESOPOTAMIA

263

Viaggiare nella regione _____ 263

» **AHWAZ, CENTRO PETROLIFERO**266

Turisti per caso _____ 267

Come arrivare e spostarsi ad Ahwaz 265 | *Come arrivare ai siti* _____ 267

» **I SITI ARCHEOLOGICI**.....268

Le colline di Haft Tappeh _____ 269 | Lo Ziggurat di Chogha Zanbil _____ 269

» **SUSA E I PALAZZI INVERNALI**.....270

La visita del Palazzo _____ 274 | La Tomba del Profeta _____ 274

Come arrivare a Susa _____ 271

» **KERMANSHAH E LA ROTTA PER BAGHDAD**275

Una città tra le montagne _____ 277 | La grotta di Bostan _____ 274

La roccia di Bisotun _____ 278 | La dea di Kangavar _____ 279

I bronzi del Luristan _____ 280

Come arrivare a Kermanshab _____ 276

» **HAMADAN, L'ANTICA ECBATANA**280

Gonbad-E Alavian _____ 282 | Gli altri mausolei e monumenti _____ 283

Itinerario per gli acquisti _____ 283 | Escursione a Ganj Nameh _____ 284

Escursione alle grotte _____ 285

Come arrivare e spostarsi ad Hamadan _____ 280

IL NORD DEI PICCHI INNEVATI

287

Viaggiare nella regione _____ 287

» **TABRIZ, CAPITALE MONGOLA**289

Le moschee _____ 291 | Il Museo Nazionale _____ 291

I monumenti cittadini _____ 293 | I giardini _____ 293

Il bazar _____ 293 | I dintorni di Tabriz _____ 294

Come arrivare e spostarsi a Tabriz _____ 289

» **ARDEBIL E IL MAUSOLEO**.....295

La visita al Mausoleo _____ 296 | Il Bazar e i suoi tappeti _____ 297

I dintorni di Aldebir _____ 298

Come arrivare ad Ardebil _____ 295

» **SULTANIEH, CITTÀ DEI SULTANI**298

Il grande mausoleo mongolo _____ 299

Come arrivare a Sultanieh _____ 299

- » **QAZVIN TRA LE MONTAGNE** **300**
 Le moschee _____ 301 | Mausolei ed altri monumenti __ 302
 I dintorni di Qazvin _____ 302

Come arrivare a Qazvin _____ 301

- » **ORUMIEH, DOVE NACQUE ZOROASTRO**..... **303**
 Moschee, mausolei e musei ____ 304 | Le chiese _____ 305
 Il bazar _____ 305 | Il lago di Orumieh _____ 305

- » **LA REGIONE DI ORUMIEH** **306**
 Bastam, cittadella urartea ____ 306 | La chiesa nera _____ 306
 Alla frontiera con la Turchia __ 308 | Gli invasori della steppa ____ 308
 Il trono di Salomone _____ 309

IL MAR CASPIO **311**

Il Mar Caspio in pillole _____ 311

- » **I PAESAGGI DEL GILAN** **313**
 Rasht, la capitale _____ 313 | Masuleh, patrimonio dell'umanità 243
 Bandar Anzali, il porto _____ 316 | Lahijan e le sue case tradizionali _ 245

Come arrivare a Rasht _____ 314 | *Caviale iraniano* _____ 315
La storia del té in Iran _____ 318

- » **LE SPIAGGE DEL MAZANDARAN**..... **319**
 Sari, la capitale _____ 319 | Ramsar, tra montagne e mare __ 320
 La strada fra Teheran e Chalus _ 321 | Weekend in montagna _____ 322

Come arrivare a Sari _____ 319

- » **LA ZONA ARCHEOLOGICA** **322**
 Gorgan, con vista sulla baia __ 323 | La tomba di Kavus _____ 323
 Al confine con il Turkmenistan _____ 324

LA CUCINA **155**

- » **LE RICETTE** **313**
 Maast-o-khiar _____ 313 | Polow (o chelow) _____ 243
 Aash-e aab leemoo _____ 316 | Khoreshht karafs _____ 245
 Kashk-e baadenjaan _____ 316 | Kabab-e barg _____ 245
 Khoreshht baadenjaan _____ 316 | Shirin-polow _____ 245
 Dolme _____ 316 | Baag-lava _____ 245

Dizionario gastronomico _____ 330

INDICE DEI LUOGHI **332**

INTRODUZIONE

Il blu è ciò che colpisce maggiormente il viaggiatore che si reca in quella terra che un tempo fu l'antica Persia. Il blu del cielo, il blu del mare, il blu delle cupole, il blu dei minareti che sfiorano il cielo, il blu dei portali, il blu delle guglie, il blu dei mosaici. Piazze, moschee, palazzi, scuole teologiche, ponti, bazar: tutto, in questo Paese, sembra scaturire dal blu. Blu, azzurro, violetto, indaco, oltremare... una vera e propria apoteosi di colore.

Ecco quello che è l'Iran: un trionfo di luce e di decorazioni che donano un carattere magico, dolce e poetico al Paese.

Non ve lo aspettavate? Sì, potrebbe sembrare un'affermazione azzardata e, invece, non lo è affatto. Lasciamo perdere per un attimo il trascorso politico di questo Paese e cerchiamo di guardare in maniera obiettiva alle bellezze e al fascino che riesce a sprigionare.

L'Iran ha la capacità di dividere gli animi: sono in molti quelli che non ne vogliono sentir parlare, che inorridiscono al solo nome e identificano il paese con estremismo religioso e terrorismo, con guerre e armi nucleari, con il petrolio e con il chador nero. L'Iran, certo, è anche questo ed è forse grazie ai suoi contrasti che ci intriga. Senza contare che i tempi stanno cambiando, anche se lentamente, e l'Iran accoglie oggi viaggiatori che per anni hanno dovuto rinunciare al sogno di visitare questa terra una volta patria di eserciti e di re.

Coloro che credono che seguire le orme di Ciro il Grande, di Dario, di Alessandro Magno, di Gengis Khan, di Tamerlano e di tutti quei grandi uomini e condottieri che hanno contribuito a rendere famosa questa parte di Asia sia un'impresa impossibile, si sbagliano.

Pochi si immaginano che quell'impero grandioso e temibile che ha fatto tremare condottieri quali Alessandro Magno e che ha incantato viaggiatori come Marco Polo esiste ed è riuscito a mantenere intatto il suo fascino antico.

Anna Prouse

MAPPE / ILLUSTRAZIONI

Cuore del Paese _____	239	Nord _____	288
Deserti _____	178	Persepoli _____	210
Iran generale _____	12-13	Regione di Teheran _____	144
Isfahan _____	242, 247	Shiraz _____	200
Mar Caspio _____	310	Sud _____	229
Mashhad _____	163	Teheran _____	134
Mesopotamia _____	264	Via della Seta _____	154

L'AUTRICE

Anna Prouse ha i viaggi nel sangue, forse grazie alle sue origini un po' neozelandesi e un po' francesi. Fin dalla più tenera età, è stata attratta dal fascino dell'antica Persia con i suoi eroi e conquistatori.

Visitare l'Iran e conoscere la sua gente è stato dunque qualcosa che Anna ha sempre desiderato, un sogno che si è avverato quando è partita per Teheran per scrivere la prima edizione di questa guida. Il suo amore per il Paese è rimasto intatto negli gli anni e, se le si chiede quale dei luoghi visitati ha un posto speciale nel suo cuore, non ha dubbi: è l'Iran. Atleta, volontaria di pronto soccorso, giornalista, delegata della Croce Rossa Internazionale ed esperta di relazioni internazionali con governi tra i più complessi al mondo, Anna ha deciso di dedicarsi a migliorare le condizioni di vita degli esseri umani, dopo che un infortunio debilitante le ha impedito di proseguire una promettente carriera come tennista professionista.

Ha iniziato come volontaria del soccorso in Croce Rossa a Milano per poi diventare giornalista. In quanto corrispondente estero, Anna ha coperto eventi in Paesi caratterizzati da regimi dittatoriali e rivolte. Dall'Iran degli Ayatollah alla Libia di Gheddafi; dai deserti degli "uomini blu" allo Yemen dei rapimenti; dai mari infestati da pirati agli ultimi nomadi sulla terra. Delegata dalla Croce Rossa Internazionale a Baghdad nel 2003 a gestire un ospedale da campo, ha ricoperto il ruolo di advisor per il governo iracheno per quasi un decennio, prima che il governo italiano, americano e britannico la mettessero a capo della ricostruzione e della lotta al terrorismo nel sud dell'Iraq.

Anna ha pubblicato quattro libri in Italia fra i quali Un'italiana in Iraq (Touring Editore), tradotto e pubblicato anche negli Stati Uniti. La vita di Anna è stata al centro del Podcast di Pablo Trincia Le Guerre di Anna che è stato primo in classifica per mesi su Audible. Il suo lavoro è stato anche al centro di documentari della BBC e della PBS, nonché di trasmissioni televisive italiane come Terra di Tony Capuozzo. La sua esperienza ha fatto sì che governi e aziende richiedessero il suo contributo in parti del mondo devastate da conflitti e terrorismo, quali Somalia, Mozambico, Siria, Libia e i vari Paesi confinanti. Dopo due decenni in zone di guerra, Anna si è trasferita nella Silicon Valley dove supporta Google nel lancio di nuove tecnologie in zone remote e pericolose della terra.

Ha ricevuto dal Presidente Napolitano la nomina di Cavaliere, la più alta onorificenza della Repubblica Italiana: L'Ordine al Merito della Repubblica Italiana. Il Dipartimento di Stato americano e la Croce Rossa italiana le hanno conferito, rispettivamente, il Meritorious Honor Award e l'Honorary Red Cross & Red Crescent Award.

Viaggiare è parte fondamentale della sua vita, una vera e propria scuola. Dove per «viaggiare» si intende soprattutto cercare di mischiarsi alla popolazione locale, di porsi in maniera aperta a usi e costumi diversi, di capire.