

ASIA: Bhutan, terra del drago tonante La culla culturale del Bhumtang e la straordinaria magia dei festival Thangbi Manu e Gangtey Tsechu

Viaggio di gruppo: Id577_18

Durata: 15 giorni/14 notti

IL FASCINO DEL VIAGGIO

Un paese nascosto per secoli, protetto e rassicurato dall'**Himalaya**. All'interno di questi contorni il regno, l'ultimo del **Buddhismo Mahayana**, ha sviluppato e preservato la sua cultura unica. Meno di un milione di persone gelosamente protettive e preoccupate che la propria identità culturale non sia sopraffatta dalla modernità di culture e pensieri diversi. Un paese unico, dove è fiorita la forma più autentica e pura del Buddhismo tantrico con i suoi credo surrealistici, le processioni festose, le danze e i rituali. Dove la felicità delle persone è considerata un obiettivo finale, più importante del prodotto interno lordo. Sarete trasportati in un'epoca, lontana nel tempo, dove i valori tradizionali dettano il ritmo della vita. Per quanto ancora non ci è dato di sapere.

Il tour ci permette di partecipare al **Thangbi Mani** e al **Gangtey Tsechu**

PLUS SOLIDALE

Contribuiamo ad un piccolo progetto volto a tenere in vita la **Tshochase Primary school**, una scuola che sopravvive grazie alla buona volontà degli insegnanti e dei ragazzi che devono quotidianamente percorrere lunghe distanze per raggiungerla, Accoglie infatti i ragazzi di tutti i villaggi della vallata.

Questo cartello ci accoglierà alle porte dell'edificio:

Nostro compito è formare individui completi, equilibrati e felici. Ogni bambino a scuola deve poter esprimere il meglio delle proprie potenzialità: compito degli insegnanti è capire il dono di ogni bambino, capire il talento di ognuno per svilupparlo e promuoverlo.

Assisteremo a qualche lezione e avremo la possibilità di dialogare con gli insegnanti.

PROGRAMMA DEL VIAGGIO

GIORNO 1: ITALIA -NEPAL

Partenza dall'Italia per Kathmandu, in Nepal

GIORNO 2: KATHMANDU

Arrivo a Kathmandu, ottenimento del visto di transito nepalese.

Trasferimento e sistemazione in albergo.

Cena libera, pernottamento in hotel

GIORNO 3: VALLE DI KATHMANDU

Possono essere organizzate escursioni e visite ai siti più significativi della valle di Katmandu:

Pashupatinath immenso tempio dedicato a Shiva che sorge alla sorgente del

fiume Bhagmati, sacro per gli induisti poiché affluente del Gange, e dove vengono ancora cremati i corpi dei defunti.

Boudanath, il più grande stupa del mondo: attorno al quale sorgono centinaia di piccoli centri buddisti e attività commerciali fondate dai profughi dell'invasione cinese del Tibet nel 1959

Pranzo e cena liberi, pernottamento in hotel

GIORNO 4: KATHMANDU - PARO - THIUMPU 55 Km, circa 1h

Partenza con volo **Druk Air** e arrivo a Paro, aeroporto del Bhutan, a m. 2200 s.l.m. 12th

Il volo della Druk Air è già un momento spettacolare del viaggio, si vedono l'**Everest**, il **Kanchendzonga** e il **Jhomolhari**, la montagna sacra del Bhutan.

All'arrivo all'aeroporto internazionale di **Paro**, veniamo accolti dalla guida e proseguiamo per **Thimphu**, la capitale del Paese, che sorge in una bella e verdeggiante valle sulla sponda del fiume **Wang**. La capitale butanese offre l'esperienza di una peculiare mescolanza di sviluppo e tradizione, vecchio e nuovo, religione e commercio. E' la realtà più vicina ad un centro urbano che si possa incontrare in Bhutan, fra mercati di frutta, negozietti di stoffe e oggettistica, dove tutti passeggiano senza fretta sui marciapiedi della via principale: monaci nei loro abiti cremisi, funzionari governativi e studenti.

Gli uomini indossano il **gho**, una veste che arriva all'altezza del ginocchio allacciata in vita da una cintura, la kera e calzettoni di colore scuro; le donne vestono una tunica lunga chiamata "**kira**", cucita con stoffe dai colori vivaci e guarnita con decorazioni tradizionali, chiusa da cinture e fermagli elaborati; sopra la tunica si indossa il toego, la giacca di seta. Questo abbigliamento è obbligatorio per tutti coloro che sono impiegati nei lavori pubblici e statali, come vuole la **Driglam Namzha (Codice delle Buone Maniere)**. A **Thimphu** le facciate colorate e decorate degli edifici conferiscono un'impronta ancora medievale all'assetto urbanistico della città: una legge speciale rende obbligatorie le forme e i motivi dell'architettura tradizionale anche nelle nuove costruzioni, conferendo a tutto il paese una gradevole armonia strutturale.

Cominciamo le visite con il **Memorial Chorten**, uno degli stupa più belli della setta buddista Nygmapa, costruito nel 1974 per onorare la memoria del defunto re **Jigme Dorji Wangchuck**, considerato il padre del moderno Bhutan. Per molti rappresenta il centro della devozione quotidiana e non è difficile imbattersi, nel corso della giornata, nei pellegrini che percorrono il suo perimetro.

Nel tardo pomeriggio la visita al **Trashie Chhoe Dzong**, splendido monastero situato a Nord della città. Entriamo nel cortile interno dell'ala monastica, da dove possiamo osservare l'architettura della struttura e della torre centrale, ammiriamo la sala dell'assemblea che ospita la grande statua di Sakyamuni e le pitture murali che raffigurano mandala.

Pensione completa

Pernottamento a Thimphu

GIORNO 5: THIMPU – PASSO DOCHU (circa 1 h.) - SOPSOKA - (circa 2 h) - PUNAKHA

Partenza alla volta del **passo di Dochu La**, 3140 m, situato all'interno di una foresta lussureggiante e contrassegnato da migliaia di **tangka**, drappi sacri coloratissimi, e da **108 chorten** (nome tibetano per **stupa**), costruiti nel 2005 in commemorazione delle battaglie svoltesi ai confini con l'Assam. Tali costruzioni hanno il senso di un atto di espiazione per la perdita di vite umane e sono circondate da rododendri, ontani, cipressi, cicute, abeti e dafne.

Sostiamo per un tè in una Guest House per poi lasciare la **National Hway** e inoltrarci nella valle verso villaggi e località meno conosciute. Ci fermiamo a pranzo a **Sopsoka** e da qui per un paio d'ore passeggiamo fra i campi di riso, i villaggi di **Yoaka** e **Pana**, dove la vita scorre fra i lavori quotidiani dei campi e **Chimi dove** falli volanti sono dipinti sui muri di tutte le case, in diverse dimensioni, in "atteggiamenti" ridicoli, infiocchettati con nastri colorati, con occhi

ammiccanti e sorriso simpatico.... Il primo effetto può essere imbarazzante, ma sappiate che qui il fallo è benedetto, scaccia i demoni e protegge le famiglie. I dipinti fallici hanno la loro origine nel monastero di **Chimi Lhakhang** costruito in onore di **Lama Drukpa Kinley**, popolarmente conosciuto come il folle divino e illuminato. Visitiamo il monastero, dove si recano le donne che desiderano avere dei figli, per ricevere una benedizione e scegliere il nome del nascituro. Proseguiamo la nostra strada per **Punakha**, dove arriviamo in serata. Pernottamento a Punakha

GIORNO 6: PUNAKHA – GANGTEY

Punakha è stata capitale del Bhutan e sede del potere politico fino al 1955, quando la capitale è stata trasferita a Thimphu. Posta alla confluenza tra il **Mo Chhu** (Fiume Madre) e il **Pho Chhu** (Fiume Padre), sita a 1300 metri sul livello del mare, in una magnifica fertile valle, ha un clima è curiosamente quasi tropicale, e per questo clima ideale è anche residenza invernale della famiglia reale. La natura qui è generosa, offrendo agli abitanti due raccolti di riso all'anno, arance e banane. È la sede di uno dei monasteri più imponenti del paese: il **Punakha Dzong**. Il monastero è stato costruito strategicamente proprio nel punto di confluenza dei due corsi d'acqua (tra il 1637 e il 1638), allo scopo di divenire il centro religioso e amministrativo più importante della regione, ha infatti giocato un ruolo significativo nella storia del Paese e conserva i massimi esempi della storia dell'arte bhutanesa.

Proseguiamo per la visita alla **Tshochase Primary school**, e subito dopo per **Gangtey**, località resa famosa per la migrazione delle **Gru dal Collo Nero**, conosciuta anche come gru tibetana. Il terreno paludoso della valle è l'ambiente naturale per le gru, specie a rischio di estinzione a causa sia della bonifica delle zone di riproduzione sia di un turismo poco attento. Solo negli ultimi anni sono state create aree protette in Bhutan, in Tibet e in altri paesi. Le gru, dagli altopiani del Tibet, migrano verso il Bhutan in tardo autunno e alla fine di febbraio ritornano attraverso l'Himalaya fino alla loro "residenza estiva", in Tibet.

Pensione completa

Pernottamento a Gangtey

GIORNO 7: GANGTEY

Abbiamo oggi occasione di assistere al festival di **Gangtey**

Nell'alto Himalaya, in Bhutan, Tibet, Ladakh e Mongolia i monaci buddisti tengono feste sacre durante il quale si effettuano Cham, danze mascherate mistiche collettive, vecchie di 1.300 anni, al fine di trasformare il male in bene. Sono un insieme di funzioni religiose, trame teatrali mitiche ed evocazioni vicine allo spiritismo, immerse in un contorno di folklore intenso, accompagnato da recite e danze. In Bhutan i "**Tshechu**", (festival) si basano sul calendario lunare buddista e quindi le date variano di anno in anno. Tutti gli Dzong organizzano ogni anno il proprio Tshechu. Il ruolo importante lo svolgono i Cham, che conferiscono benedizioni agli spettatori e insegnano le vie del Dharma buddhista. Durante il Cham lo stato di coscienza legato alla mente razionale si affievolisce, consentendo il fondersi di spirito, emotività e pensiero permettendo l'emersione di mondi sottili che noi occidentali releghiamo nello spazio dell'immaginazione ma che qui consentono di attingere alle radici profonde della realtà e rappresentano la purificazione della mente e il trionfo del bene sul male. Le divinità sono raffigurate in forme adirate, al fine di dimostrare che il male viene da dentro la mente, creato dall'ignoranza, dalla rabbia, dal desiderio, dalla gelosia e dall'ego.

"Mostriamo la stessa forma del male in modo che il male possa provare paura. Le divinità protettrici assumono una forma irata al fine di spaventare il male.

" Khenpo (Dotto) Konchok Namdak

Sono una parte importante della vita culturale del Bhutan, forniscono alla comunità un'occasione e uno scopo per riunirsi, riaffermando i legami di comunità e di fede tra i monaci e gli abitanti dei villaggi.

Pensione completa

Pernottamento a Gangtey

GIORNO 8: GANGTEY – TRONGSA – JAKAR (140 km, 4.00 ore circa)

Il passo di **Pelè La**, la valle glaciale di **Phobjikha** e i **Monti Neri** ci portano verso il Bhutan centrale con un percorso tortuoso fino al Passo Pelè Là (3420 m) e una vegetazione varia, dai pini dell'Himalaya ai rododendri alle foreste tropicali, ai bambù nani, cibo preferito dagli yak e cavalli. Poi si apre la valle di Mangde con pascoli e campi coltivati. Arriviamo a **Trongsa**, piccola cittadina agricola, situata esattamente al centro del Bhutan, in una posizione strategica che ne testimonia il grande passato: il crocevia delle tre strade che portano a Punakha, nel Bhumthang e nello Zhemgang.

Visitiamo lo Trongsa Dzong, in posizione spettacolare e strategica su una gola del **Mangde Chhu**, dimora del primo e del secondo re del Bhutan e cuore nevralgico del potere. Costruito su vari livelli, su uno sperone a ridosso della montagna, domina le rotte viarie a ovest e a sud così che niente poteva sfuggire al controllo delle guardie.

Proseguiamo verso Jakar, cittadina principale della regione del **Bumthang** che comprende quattro valli: **Chokhor**, **Tang**, **Ura** e **Chhume**. Gli dzong e i templi più antichi si trovano nella valle di **Chokhor** chiamata spesso, ma erroneamente Bhumthang.

Pensione completa e pernottamento

GIORNO 9: ESCURSIONE ALLA VALLE DI TANG

Partiamo oggi per un'escursione nella valle più remota del Bhumthang, per vivere un'esperienza autentica nel Bhutan rurale. La popolazione è dedita all'allevamento di pecore e yak, poco praticata invece è l'agricoltura per la quota elevata della zona, a parte la coltivazione del grano saraceno che in ottobre ricopre di rosa tutta la valle.

Pensione completa.

Pernottamento a Jakar

GIORNO 10: IL FESTIVAL THANGBI MANI

I cham di **Thangbi Mani** sono atipici, con il sapore di una festa di villaggio e differente dagli Tsechu dei monasteri più importanti da cui differisce nello stile e nel contenuto di alcune cerimonie. Molto raccolto e sentito dalla popolazione locale, celebra i riti della purificazione seguendo le antiche tradizioni del Bumthang. Viene data enfasi all'entità protettrice della scuola Karmakagyü, da cui trae origine

Pensione completa

Pernottamento a Jakar

GIORNO 11: VOLO JAKAR - PARO (circa 35 minuti)

Atterriamo nuovamente a Paro che si trova ad est del monte **Jhomolhari**, la montagna sacra per i bhutanesi ed è il capoluogo del distretto. È una cittadina distesa in un'ampia valle, ricca di terreni agricoli, fattorie e colline boschive. Conta circa 20.000 abitanti. Lungo la strada principale è un pullulare di botteghe in legno colorate che vendono sia articoli da regalo sia prodotti per la gente del luogo. Visitiamo lo **Rinpung Dzong**, uno fra i più massicci e noti del Bhutan, visibile in tutta la valle per i suoi contrafforti imponenti. La fortezza fu utilizzata per difendere la valle dalle invasioni tibetane e sopravvisse ai danneggiamenti subiti dal terremoto e incendi. Ora ospita il quartiere monastico e gli uffici governativi.

Pensione completa

Pernottamento a Paro

GIORNO 12: ESCURSIONE AL "NIDO DELLA TIGRE",

Escursione al **Taktshang Lhakang**

Di prima mattina partiamo e raggiungiamo il punto di partenza per l'escursione al famoso Taktshang Lhakang, icona culturale e religiosa del Bhutan, conosciuto anche come "**Nido della Tigre**". Il monastero è stato fondato nel 1692 su una ripida parete della montagna a 3.120 metri di altezza ed è stato considerato uno dei luoghi più sacri del regno. Si narra che il **Guru Padmasambhava -Rinpoche-** sia volato qui nell'VIII° secolo sul dorso di una tigre per sconfiggere i demoni della regione di Paro. Il complesso di Paro ospita sette templi ed è stato costruito vicino alla grotta dove, secondo la leggenda, il Guru si ritirò a meditare per tre anni, tre mesi e tre giorni.

L'escursione è abbastanza impegnativa, 5-6 ore fra andata e ritorno, ma l'affronteremo con calma, avendo tutta la mattinata a disposizione. Lo sforzo verrà compensato dalla suggestiva visione di questo ineguagliabile monastero e della sua posizione.

La prima parte del cammino, circa 300 metri di dislivello, 2 ore, si può effettuare a cavallo. Si arriva ad un primo punto di ristoro, da dove in lontananza è visibile il monastero. Da qui si prosegue con altri 300 metri di dislivello e si arriva alla meta.

La Tana della Tigre ci dà il benvenuto.

Pensione completa

Pernottamento a Paro

GIORNO 13: VOLO PARO – KATHMANDU

Arrivo a Katmandu, trasferimento in albergo

Nel pomeriggio e domani possiamo continuare le visite in autonomia ai siti della valle di Katmandu:

Bhaktapur, la città dei devoti, per la sua forte connotazione mistica nel passato

GIORNO 14: KATHMANDU

Patan anche conosciuta come **Lalitpur** è considerata la più antica tra le città reali nella valle di Kathmandu, l'UNESCO l'ha dichiarata patrimonio dell'umanità.

Pranzo e cena liberi, pernottamento in hotel.

GIORNO 15: VOLO KATHMANDU – ITALIA

NB: le informazioni riportate potrebbero subire variazioni. Eventuali modifiche e/o aggiornamenti saranno forniti in fase di iscrizione.

SCHEDA TECNICA DEL VIAGGIO

VITTO E ALLOGGIO

Si pernotta in hotel e guest house, in camere doppie con servizi, in singola su richiesta. La colazione è sempre servita in hotel/ guest house, i pasti in piccoli ristoranti, in farm house e in famiglia.

Pasti liberi nelle sistemazioni in Nepal

TRASPORTI

Il trasporto è previsto in pulmino da 16 posti con autista. La strada da Thimpu a Paro è agevole e percorribile in poco tempo, mentre da Punakha a Jakar è tipica di alta montagna,

Viaggi Solidali Società Cooperativa Impresa Sociale
Sede legale: c/o AVVOCATO TORINO | ATHENA SOCIETA' DI AVVOCATI S.R.L. S.T.A.
Palazzo Galileo, Via San Quintino 28, 10121 TORINO (TO)
Sede operativa: c/o CASA CONTE ROSSO
Piazza Conte Rosso 20, 10051 AVIGLIANA (TO)
P.IVA: 08998700010

Uff. Registro Imprese: 1016818 – Iscrizione Albo delle Cooperative: A161747 del 05/01/2005
Lic. Ag. Viaggi n. 2023/222-A– Ass. RCT/RCO UNIPOL: polizza n. 149563032
www.viaggisolidali.it – Tel: 011.4379468 – E-mail: info@viaggisolidali.it
www.casaconterosso.it – Tel: 011.19820877 – E-mail: info@casaconterosso.it

meno scorrevole e prevede tempi più lunghi. Le strade nel Bhutan occidentale e centrale hanno subito forti ammodernamenti, mentre restano ancora difficili i percorsi verso il Bhutan orientale.

Le varie tappe di trasferimento sono relativamente brevi, più lunghi i percorsi verso le valli di Tang, dove la strada è più disagiata.

CLIMA

I **periodi migliori** per visitare il Bhutan sono le stagioni intermedie, e in particolare marzo e aprile, e da metà ottobre a metà novembre. In primavera il paesaggio è ancora brullo, mentre in autunno le valli sono verdissime.

Le precipitazioni cadono con intensità da maggio a settembre, per l'arrivo dei monsoni; rendono fangose e pericolose le strade e gli spostamenti sono lenti e difficili. In inverno il tempo è in genere buono, i cieli limpidi, ma è rigido e non sono escluse nevicate alle alte quote.

DOCUMENTI E SALUTE

Il passaporto deve essere in corso di validità (almeno per i 6 mesi successivi al giorno della partenza), necessario visto d'ingresso in Nepal e in Bhutan.

Sono richiesti i certificati vaccinali.

Nessuna altra vaccinazione è obbligatoria.

Per maggiori informazioni vi invitiamo a consultare:

<https://www.viaggiasesicuri.it/find-country/country/NPL>

<https://www.viaggiasesicuri.it/find-country/country/BTN>

COSTI VIAGGIO INDICATIVI DELLA PROPOSTA:

Quota volo: 950 euro, quota indicativa comprensiva di tasse e diritti: l'ammontare esatto verrà comunicato al momento dell'iscrizione.

Quota viaggio: 4820 euro (base 10 persone)

Supplementi:

piccolo gruppo partenza in 8/9 viaggiatori: 100 euro

Il supplemento per "piccolo gruppo" verrà rimborsato o scalato dal saldo al raggiungimento del minimo di partecipanti.

camera singola: 450 euro

NOTA BENE: il programma ed i costi possono variare in base alla singola data di partenza per cui per ogni partenza faranno fede programma e costi inviati al momento dell'iscrizione.

LA QUOTA COMPRENDE (programma base di 14 giorni):

- > Quota di iscrizione; assicurazioni: polizza Assistenza alla Persona, Spese mediche, Bagaglio ed Annullamento
- > Visto di entrata in Bhutan.
- > Quota di solidarietà per lo sviluppo di progetti locali
- > A Kathmandu, Nepal: accoglienza e trasferimenti dall'aeroporto in hotel e viceversa. 4 notti in hotel servizio bed&breakfast.
- > In Bhutan: pernottamento in stanza doppia, pensione completa.
- > Volo aereo Kathmandu/Paro/Kathmandu.
- > Volo aereo Jakar/Paro

> Tutti i trasferimenti con minibus privato e autista, tutte le escursioni previste come da programma. Compenso e rimborso spese guida locale e intermediatore culturale/traduttore in partenza con il gruppo.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

> Visto di entrata in Nepal, i pasti, le visite di Kathmandu e i trasferimenti in città. Tutto quanto non espressamente indicato in "la quota comprende".

Quota consigliata per spese in loco circa € 180,00 / 200,00

ASSICURAZIONE INCLUSA NEL PACCHETTO:

I nostri viaggi sono coperti da polizza assicurativa (già prevista ed inclusa nel pacchetto) per "Assistenza alla persona", "Spese mediche", "Bagaglio" e "Annullamento":

-Garanzia Assistenza in viaggio: prestazione come da dettaglio riportato nella DIP (Documento Informativo Precontrattuale) che verrà inviato in fase di apertura iscrizioni

-Garanzia Rimborso Spese Mediche con differenti massimali prestabiliti in base alla destinazione del viaggio (Italia/Europa /Mondo)

-Garanzia Assicurazione Bagaglio: con differenti massimali prestabiliti in base alla destinazione del viaggio (Italia/Europa /Mondo)

-Garanzia Assicurazione Annullamento Viaggio: Costo totale del viaggio (fino a 5.000 euro per persona)

La polizza prevede le garanzie anche in caso di malattia da Covid-19 e copertura anche in caso di malattie pre-esistenti.

Le relative condizioni sono contenute nel DIP (Documento Informativo Precontrattuale) che verrà inviato in fase di apertura iscrizioni ed firma del contratto di viaggio.

Per chi ne facesse richiesta è possibile sottoscrivere una polizza integrativa scegliendo fra prodotti Globy di Allianz Assistance.

PENALI DI ANNULLAMENTO

Al viaggiatore iscritto a questo viaggio che receda dal contratto prima della partenza per qualsiasi motivo, saranno addebitati il costo della gestione pratica e le seguenti penali di annullamento

1. 20% della quota di partecipazione dopo la conferma del viaggio – 60 gg prima della partenza

2. 50% della quota di partecipazione da 59 a 44 giorni prima della partenza

3. 100% della quota di partecipazione 45 giorni prima della partenza.

La penale circa il biglietto aereo può cambiare in base alla policy della compagnia aerea e in base alla tipologia della tariffa aerea (biglietto non rimborsabile al momento dell'emissione del biglietto aereo o alla conferma di prenotazione).

Vedere l'articolo 10 del contratto di vendita del pacchetto viaggio pubblicato completamente sul nostro sito: www.viaggisolidali.it