



Nepal e Bhutan per il Punakha Festival

Perché questo viaggio:

- Per assistere a uno dei festival religiosi più colorati e folkloristici del mondo
- Per scoprire il Paese che calcola il benessere della sua popolazione in base alla Felicità Interna Lorda
- Per restare senza fiato davanti alle vette dell'Himalaya

Programma di viaggio

1° giorno

Milano Malpensa / Istanbul

Partenza dall'aeroporto di Milano Malpensa alle ore 18.55 con volo

Turkish Airlines diretto a Istanbul. Cena a bordo. Arrivo a Istanbul alle

23.45 locali.

2° giorno

Istanbul / Kathmandu

Coincidenza con il volo per Kathmandu alle ore 01.45 con arrivo nella capitale nepalese, posta a circa 1400 m di altitudine, previsto per le ore 11.25. All'arrivo, incontro con la guida e trasferimento all'hotel Fairfield by Marriott 4*, situato in zona centrale. Sistemazione nelle camere e pranzo. Nel pomeriggio, inizio delle visite alla città: comin-

ceremo con la visita al grande stupa di **Swayambhunath**, non più solo tempio, ma simbolo del Paese, chiamato anche il

"tempio delle scimmie" per la presenza di un gran numero di questi animali. Rientro in hotel, cena e pernottamento.



3° giorno

Kathmandu



Trattamento di pensione completa. Intera giornata dedicata alla visita del centro della città. Cominceremo dal centro della città vecchia, costituito da **Durbar Square**, la piazza ove venivano incoronati i re, e dai tanti vicoli che la circondano, un insieme architettonico di grande bellezza e fascino: qui, in un'atmosfera unica al mondo, si affacciano templi e monasteri dedicati alle tre principali divinità hindu, Brahma Shiva e Visnu; splendidi edifici con

balconi e finestre in legno istoriato, il Palazzo Reale, la Dimora della Kumari, la Dea Vivente rappresentata da una fanciulla giovanissima, che incarna fino alla pubertà la dea Taleyu. Proseguiremo poi per lo stupa di **Boudhanath**, di 36 metri di altezza, uno dei più grandi al mondo, riconosciuto come patrimonio dell'umanità nel 1979. L'influsso di un gran numero di rifugiati dal Tibet ha comportato la costruzione di oltre cinquanta monasteri tibetani intorno al Boudhanath. Dopo il pranzo in

ristorante, proseguimento con una visita di grande impatto emotivo: il tempio di **Pashupatinath**, il tempio hindu più importante del Nepal, che sorge lungo le sponde del fiume sacro Bagmati. Il tempio è dedicato a Shiva, distruttore e insieme creatore, ed è teatro di frequenti cremazioni, in cui il corpo del defunto, avvolto in un sudario, viene disteso su una pira di legno e dato alle fiamme. Al termine delle visite rientro in hotel per la cena e il pernottamento.



4° giorno

Kathmandu / Changu Narayan / Nagarkot

Trattamento di pensione completa. Dopo la prima colazione, visita della **Valle di Kathmandu**, fino ad arrivare a Nagarkot. Dopo circa un'oretta di viaggio faremo una sosta a **Changu Narayan**. Arroccato a 1700 metri d'altitudine, in cima ad una collina dalla quale, oltre il bosco di pini sottostante, si può godere uno splendido panorama della Valle incorniciata a Nord

dalla catena dell'Himalaya, il tempio è il più antico santuario dell'affascinante valle di Kathmandu, tra i più famosi santuari indu del paese. Costruito nel VI secolo, è dedicato a Vishnu (Narayan in indu) e racchiude in sé 1700 anni di storia nepalese: visitando questo tempio si ha, pertanto, la possibilità di osservare in un unico sito tutta la storia e l'evoluzione culturale e artistica della Valle di

Kathmandu. Le sue sculture in legno e le strane figure di pietra, metà donna metà uomo - cioè le coppie di Shiva-Parvati e Vishnu-Lakshmi - sono tra i più preziosi lavori di scultura, intaglio e forgiatura di tutta la valle. Si proseguirà poi per **Nagarkot**, ritenuto uno dei punti migliori per ammirare i panorami himalayani. Qui, in una giornata limpida si possono



ammirare tutte quelle cime che abbiamo sentito nominare, grazie agli alpinisti che le hanno scalate, primo fra tutti Reinhold

Messner, dall'Annapurna ad ovest al Kanchenjunga a est, e, tra essi, il Monte Everest (Sagarmatha 8.848 m.),

il Manaslu (8.463 m), il Ganesh Himal (7.111 m) e il Langtang (7.234 m). Sistemazione all'hotel Country Villa 3* sup.



5° giorno

Nagarkot / Bhaktapur / Kathmandu

Trattamento di pensione completa. Per chi lo desidera, sveglia all'alba per assistere allo spettacolo del sole che tinge d'oro le cime.

Dopo la prima colazione, partenza col bus per andare alla scoperta di **Bhaktapur**, situata a circa 30 minuti da Kathmandu, sull'antica via

commerciale per il Tibet. La città è splendida ed ha conservato intatto il carattere tradizionale dell'epoca Malla, nella sua Durbar Square, nei suoi templi, santuari, edifici, fontane, e nelle vie animate da vasai, intagliatori di legno, tessitori e numerosi artigiani di tradizioni centenarie. Arrivo a Kathmandu nel pomeriggio e tempo libero per passeggiare nella famosa zona di Thamel, vicina all'hotel.



6° giorno

Kathmandu / Paro / Thimphu (55 km, 2h ca. di viaggio)

Trattamento di pensione completa. Dopo la prima colazione, trasferimento all'aeroporto e alle ore 09.00 partenza con volo Druk Air per **Paro**, l'unico punto d'ingresso aeroportuale del Bhutan: dall'alto il panorama di creste rocciose e di scintillanti picchi nevosi è incredibilmente affascinante e magica è la vista della vallata, punteggiata dagli imponenti "dzong" (costruzioni tipiche con funzione di centro religioso, militare,

burocratico, amministrativo e sociale). All'arrivo, previsto per le ore 10.25 locali, incontro con la guida e proseguimento via terra per **Thimphu** capitale del Bhutan, mitico regno di cime, spiritualità, isolamento e sorrisi. All'arrivo inizio delle visite, per prendere un primo contatto con la città, posta a circa 2300 metri di altitudine in una bella e boscosa valle sulla sponda del fiume Wang, con le facciate colorate e decorate dei suoi edifici (una legge

speciale, che rende obbligatorie le forme e i motivi dell'architettura tradizionale anche nelle nuove costruzioni, le conferisce una deliziosa armonia strutturale). Cena e pernottamento in hotel.



Il Bhutan è un Paese che misura il proprio successo con la Felicità interna lorda invece che col Prodotto Nazionale lordo. È una moderna Shangri-La: un paradiso terrestre che enfatizza la centralità della gioia su tutto il resto.

Forse anche la felicità un giorno diventerà legge.

Michael J. Fox

7° giorno

Thimphu

Trattamento di pensione completa. Giornata dedicata alla scoperta della città. Visiteremo il Memorial Chorten: la costruzione di questa pietra miliare è stata prevista dal terzo re del Bhutan, Sua Maestà Jigme Dorji Wangchuck, come un monumento alla pace nel mondo e alla prosperità. Completato nel 1974 dopo la prematura scomparsa del re, è il memoriale per il defunto Re (Padre del Bhutan moderno) e conserva numerosi dipinti e statue sacre, che forniscono una profonda conoscenza della filosofia buddista. Per molti rappresenta il centro della devozione quotidiana: durante il giorno vari pellegrini percorrono il suo perimetro offrendo uno spettacolo con i loro

variopinti costumi. Visiteremo anche la Biblioteca Nazionale, la scuola tessile Zorig Chusum Art & Craft, il Museo Folcloristico, lo Tashi Chho Dzong e lo zoo. La **Biblioteca nazionale** ospita una vasta collezione di antichi testi buddisti e manoscritti, alcuni risalenti a diverse centinaia di anni fa, così come moderni libri accademici principalmente sulla cultura himalayana e sulla religione buddista. Allo **Zorig Chusum** (comunemente noto come scuola di pittura) gli studenti seguono un corso di formazione di sei anni sulle arti e i mestieri tradizionali (nell'emporio ammireremo manufatti tessili e in legno). Il **Tashi Chho Dzong**, completamente restaurato negli

anni '60, è un impressionante monastero-fortezza, che domina l'orizzonte su una collina appena sopra la città; attualmente ospita gli uffici del re, la stanza del trono e il Corpo dello Stato Monastico del Sommo Sacerdote. **Allo zoo** della città, infine, sarà possibile osservare i rari esemplari di Takin, gli animali nazionali del Bhutan, imparentati col capricorno e col camoscio e, per l'origine alquanto incerta, raggruppati con questi nella sottofamiglia dei Caprini.



Il monte Everest dall'aereo



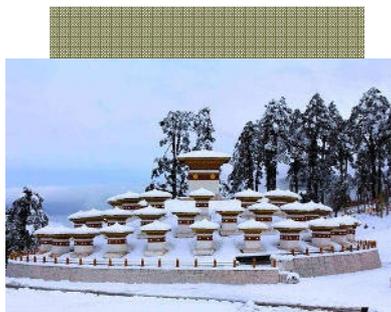
8° giorno

Thimphu / Punakha (75 km, 4h ca. di viaggio)

Treatmento di pensione completa. Una giornata in mezzo agli spettacolari panorami himalayani: si raggiungerà il **passo Dochu-La** posto a 3100 metri di altezza, dove, nelle giornate terse, è possibile ammirare in tutta la loro grandezza i panorami mozzafiato dell'Himalaya bhutane- se e il paesaggio circostante, contornato da una foresta lussureggiante. Si vedono migliaia di bandiere di preghiera colorate e tanti Chorten (reliquiari) e si osservano anche tanti piccoli tsa tsa contenenti le ceneri

dei defunti, posti in gran numero attorno al Chorten più antico. Raggiungeremo quindi il **passo Pele-la** (a 3300 metri di altezza) dove sventola un grande vessillo da preghiera; sosteneremo al Chendbj

Chorten, costruito in stile nepalese con i grandi occhi dipinti ai quattro punti cardinali. Inizieremo quindi la discesa verso **Punakha**, posta a circa 1300 m. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.



9° giorno

Punakha (Festival)

Treatmento di pensione completa. E' questa probabilmente la giornata più importante di tutto il viaggio, grazie alle celebrazioni in corso allo Dzong di Punakha, il più bello e importante del paese; è la sede invernale del Je Khempo, l'Abate del Bhutan, che vi risiede

con i circa 1600 monaci che costituiscono il suo seguito nei sei mesi più freddi dell'anno, per il clima mite di questa valle: lo Dzong è situato a 1250 m di quota, mentre Thimphu, dove è situata la sede estiva, è a 2300 m. Durante questo Tsechu (festival), cui presenza lo Je Khempo, le musiche

rituali e le danze in maschera e costume sono eseguite impeccabilmente dai monaci del suo seguito che utilizzano questo mezzo per narrare storie legate alla religione che ci saranno spiegate dalla guida per consentirci di godere al meglio di questo spettacolo straordinario.



10° giorno

Punakha / Paro (125 km, 4,3 h ca. di viaggio)

Pensione completa. In mattinata visita dello dzong di Punakha, il secondo monastero più antico del paese, il più bello ed importante del Paese il cui nome ha il bel significato di "palazzo della grande felicità. Con la particolarità di avere tre cortili, anziché i due tradizionali, la struttura,

danneggiata nel corso dei secoli da incendi e inondazioni e più volte restaurata, è arricchita di oggetti preziosi, statue e dipinti. Proseguimento per **Paro** ove si visiterà la torre dell'orologio (XVIII secolo) e, tempo permettendo, del Kyichu Lhakhang, uno

dei templi più sacri di tutto il Bhutan, e del Duntse Lhakhang, edificato nel XIV secolo.

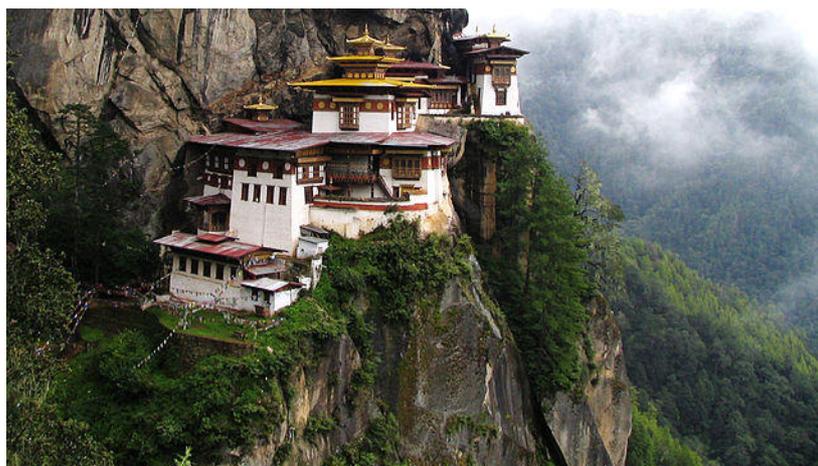
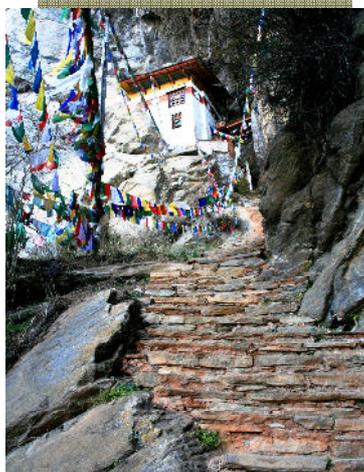
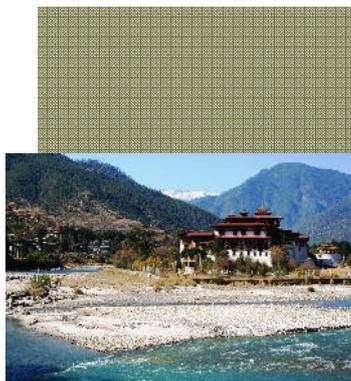
11° giorno

Paro

Trattamento di pensione completa. In mattinata visita del famoso "nido della tigre", **Taktshang**, che si raggiunge con una salita di circa 2 ore: la fatica sarà ampiamente ricompensata! Si tratta sicuramente del luogo più celebre del Bhutan, sospeso tra le rocce

sopra la valle; a metà del percorso si giunge a un piccolo rifugio, dal quale si gode una vista stupenda, dove potrebbero fermarsi i meno allenati (per facilitare la salita, con una modica spesa, si può noleggiare un cavallo - poco più che un ronzino - con il quale si può raggiungere la

terrazza del rifugio). Edificato a 3.120 metri di altitudine in una posizione suggestiva, aggrappato alla montagna a sfidare le leggi della gravità, il monastero comprende sette templi ed è caro alla storia di Guru Rimpoché.





12° giorno

Paro / Kathmandu

Di buon mattino, trasferimento all'aeroporto e partenza con volo Druk Air delle ore 08.00 per Kathmandu.

All'arrivo, previsto per le ore 9.05, incontro con la guida e partenza per l'escursione alla vicina **Patan**, la seconda città della valle, la cui Durbar Square è uno splendido esempio dell'architettura newari, con templi e palazzi che faranno la gioia di ogni fotografo.

Dopo il pranzo in ristorante trasferimento a Kathmandu e tempo a disposizione per l'ultimo shopping o le ultime visite.

Al termine, sistemazione in hotel, cui farà seguito la cena dell'arrivederci allietata da danze locali in un ristorante tipico.



13° giorno

Kathmandu / Istanbul / Milano

Prima colazione in hotel.

Verso le 10.00 trasferimento all'aeroporto e partenza per Istanbul col volo di linea Turkish Airlines delle ore 12.55. Pranzo a bordo. Arrivo a Istanbul alle ore 18.50 locali. Coincidenza per Milano alle 20.15 con arrivo a Malpensa previsto per le 21.20 locali

Nota: se necessario, in base anche ai suggerimenti della guida locale, l'ordine delle visite potrà subire variazioni per una migliore fruibilità del viaggio senza nulla togliere al valore dello stesso.

Foto dell'Himalaya (sopra) e del Monte Ararat (sotto) scattate durante il volo Turkish Airlines

