

# Tour BHUTAN

**dal 7 al 23 settembre 2010**  
**(17 giorni/15 notti)**

**“Tashi delek!”**

**“Che la buona sorte  
ricada su di voi  
portandovi pace e serenità”**

*Fino agli anni '60 tutti i viaggi in Bhutan erano a dorso di cavallo.*

*"Druk Yul", la terra del drago tuonante sta lentamente emergendo dall'"isolazionismo autoimposto. E' una nazione ricca di eccitanti sorprese, racchiusa fra le pieghe della catena himalayana con picchi irraggiungibili, grandi e impenetrabili Dzongs, foreste primarie incontaminate e una popolazione il cui stile di vita è immerso nella cultura e nella tradizione. Perla incastonata fra Cina, Nepal, Bangladesh e India con poche centinaia di migliaia di abitanti (il 70% dei quali dediti all'agricoltura), il Bhutan è stato indicato nel 2006 da "Business Week" come il paese più felice in Asia. Qui hanno tentato di definire uno standard di vita improntato alla filosofia della Felicità Interna Lorda (in lingua inglese GNH Gross National Happiness). Così la qualità della vita si misura a prescindere dal prodotto interno lordo (in lingua inglese GNP Gross National Product), una verità quasi dogmatica che per la prima volta è stata messa sistematicamente in discussione: infatti nell'analisi dello sviluppo economico, i responsabili politici del Bhutan tengono conto dell'equità sociale nel rispetto per tutti gli esseri viventi, della natura, della cultura, della partecipazione della comunità e della necessità di equilibrio tra il lavoro, il sonno e la riflessione o la meditazione. Secondo questa pragmatica indicazione, il Bhutan ha tracciato con successo una linea di demarcazione fra le forze contrapposte della modernizzazione e dell'ambientalismo. In ossequio al profondo rispetto che la popolazione bhutanesa nutre nei confronti della natura, il Regno è uno dei paesi leader nella preservazione dell'ambiente e biodiversità. "Il dogma della illimitata produttività e crescita è ingiusto e insostenibile per le generazioni future" secondo quanto affermato dal capo del governo, quindi ad obiettivi meramente economici viene sostituita quella che oggi si potrebbe definire una responsabilità sociale o, meglio, una sostenibilità di stato. Più del 70% del territorio è ancora ricoperto da foreste. La sua ricca flora e fauna himalayana, gli stupefacenti picchi imbiancati e le rigogliose vallate verdi conferiscono al Bhutan una incommensurabile grandezza estetica. Anche i viaggiatori più navigati considereranno il Bhutan una rivelazione. L'aria è pulita e priva di ogni inquinamento, le montagne maestose e l'architettura incute soggezione. Finora hanno evitato il turismo di massa adottando una politica basata sui piccoli numeri e sui grandi incassi. Il turismo è concesso solo nella misura in cui è*

*ecologico, sostenibile e non invasivo nei confronti della cultura tradizionale delle popolazioni locali: sono permessi circa 20mila visitatori all'anno che devono lasciare almeno 150 dollari al giorno, con una tassa del 37%. Inoltre è proibito scalare le montagne. Il Bhutan è un paese molto particolare e unico in quanto è l'ultimo paese del mondo dove il buddismo vajrayana è la religione di stato e di fatto la sola praticata dagli abitanti. Il buddismo non è solo una religione ma una filosofia pratica che impronta lo stile di vita e crea un'atmosfera nel paese che può ben essere definita di aperta cordialità e amichevolezza. E' un paese straordinario e unico sul Subcontinente Indiano: piccoli villaggi, fortezze magnifiche, monasteri. La vita sembra essersi fermata a mille anni fa. Il Bhutan ospita oltre 500 monasteri, oltre 140 Lama reincarnati, circa 800 monasteri di villaggio e altri 500 templi. Gli dzong sono tipiche costruzioni con funzione di centro religioso, militare, burocratico e amministrativo; in quello di Paro è stato filmato "Il piccolo budda" di Bertolucci.*



*I festivals sono ricche e felici espressioni della sua antica cultura buddista. Sono tenuti in onore di Guru Rinpoche, il santo che vi introdusse il buddhismo nell'8° secolo e sono il modo migliore di sperimentare i colori, la passione ed il vibrante coinvolgimento. Si tengono danze rituali con maschere stilizzate, monaci e laici si*

*incontrano per celebrare la loro unità spirituale e ricevere benedizione dai religiosi, è l'occasione per i contadini di staccare dal duro lavoro dei campi, socializzare, fare mercato e partecipare alla miriade di eventi, ai giochi di abilità, alle fiere e dopo i tsechu aumenta il numero dei matrimoni.*



**1° giorno: 7 settembre 2010**  
**Alto Adige - Venezia - Calcutta**

Incontro dei Signori partecipanti e partenza con pullman G.T. per l'aeroporto di Venezia. Disbrigo delle formalità doganali e imbarco sul volo di linea EK 136 alle ore 15:45. Arrivo a Dubai alle 23:35, proseguimento con volo di linea EK 570 alle ore 02:00 per Calcutta.

**2° giorno: 8 settembre 2010**  
**Calcutta**

Arrivo all'aeroporto internazionale di Calcutta alle ore 08:15. Disbrigo delle formalità doganali e trasferimento all'Hotel Park \*\*\*\*\*.

Assegnazione delle camere riservate.

Visita di Calcutta, conosciuta come Kolkata la Città di Kali. E' una delle città più popolate e caotiche del mondo. Cuore della cultura bengalese, e grazie alla presenza inglese per 200 anni è stata la sede del rinnovamento indiano. Quando nel 1911 la capitale venne spostata a Delhi perse di importanza ma non di fascino e il Victorial Memorial resta il simbolo di quella che fu la potenza imperiale britannica. Punto di riferimento della città, da segnalare la Statua dell'Angelo della Vittoria alto sei metri e costruito in Italia. BBD Bagh è la piazza principale e le lettere iniziali sono le abbreviazioni di Binay, Badal e Dinesh che lottarono per la libertà. Qui si trova la Tomba di Job Charnock e il Writers Building, in passato sede della Compagnia delle Indie. Da non perdere il Tempio di Kali il tempio più grande e importante dell'India dedicato a Kali la divinità più controversa del pantheon induista: crea e nutre, uccide e distrugge, contiene il bene e il male e viene raffigurata nera. E' così il dualismo degli opposti che caratterizza le nostre esigenze.

Pranzo e cena in Hotel.

**3° giorno: 9 settembre 2010**  
**Calcutta - Paro**

Il volo della Druk Air, linea di bandiera bhutane-se, KB 211 parte da Calcutta alle 08:40 con arrivo a Paro alle 10:20. Avvicinandosi si ammirano l'Everest e il Makalu, poi il Kanchendzonga ed il Chomolhari. L'aeroporto è incastonato tra ripidi monti coperti di foreste. All'arrivo (l'altezza qui è di 2300 m) incontro con la guida bhutane-se e trasferimento all'Hotel Tashi Namgyel Paro. Visita del Ta Dzong, una antica torre dell'oro-

logio, che è ora dimora del Museo Nazionale. Sotto al Museo si trova il Paro Rinchenpung Dzong, il centro dell'autorità civile e religiosa dell'intera vallata di Paro. Una breve camminata ci porta alla base del Tempio attraverso un tradizionale ponte a campate coperto. In serata visita nella zona dei negozi più caratteristici di Paro. Cena e pernottamento.



**4° giorno: 10 settembre 2010**  
**Paro - Punakha**

Dopo colazione, si parte per Thimpu con un percorso di 65 km. di circa 2 ore. La capitale è situata in una larga vallata attraversata dal fiume Wangchuk. Sulla strada si visita il monastero Tachogang, "il tempio del cavallo eccellente" costruito dal Gyalpo Thangthong, costruttore di 58 ponti sospesi con catene di ferro fra Tibet e Bhutan, alcuni dei quali ancora in uso, prima di raggiungere Chunzom alla confluenza dei fiumi Paro e Thimphu. Mentre ci si ferma per la registrazione del veicolo, si possono osservare tre tipi di chorten nei diversi stili, nepalese, tibetano e butanese. Si tratta di monumenti buddhisti, la cui funzione principale è quella di conservare reliquie. Il termine deriva dal sanscrito (in tibetano Chorten) che letteralmente significa "fondamento dell'offerta" ed è il simbolo della mente illuminata (la mente risvegliata, divinità universale) e del percorso per il suo raggiungimento. La migliore definizione di Stupa è "monumento spirituale". A livello simbolico, lo Stupa rappresenta il corpo di Buddha, la sua parola e la sua mente che mostrano il sentiero dell'illuminazione. Si risale il fiume Thimphu attraverso diversi villaggi: al raggiungimento di Simtokha, il primo Dzong costruito dallo Shabdrung nel 1631, l'abate proveniente da Ralung in Tibet che pose le basi della struttura religiosa e politica del Bhutan, si prende la

strada per Punakha.

Occorrono circa tre ore e la strada attraversa il centro di orticoltura a Yusipang prima di raggiungere il passo Dochula a 3049 metri. Se la giornata è limpida si ha una vista spettacolare della parte occidentale della catena himalaiana: Masagang (7158m), Tsendangang (6960m), Terigang (7060m), Jejeganphugang (7158m), Kangphugang (7179m), Zongphugang (7060m), una montagna isolata che domina la regione di Lunana e infine Gangkar Puensum, la cima più alta del Bhutan con 7.497 metri. Il passo è punteggiato da numerose bandiere di preghiera, da 108 chorten e da piccoli Tsa Tsa che contengono le ceneri dei defunti, posti in gran numero attorno al Chorten più antico. Ci si ferma per il pranzo alla Dochula Cafeteria. Nel pomeriggio si ridiscende attraverso la foresta di rododendri e magnolie fino alla fertile valle di Lobesa dopo aver attraversato i villaggi di Lumitsawa e Thinleygang. Con gli ultimi venti minuti di guida si raggiunge l' Hotel Zangdopelhri. Cena e pernottamento.

#### **5° giorno: 11 settembre 2010 Punakha**

In mattinata si parte per visitare lo Dzong di Punakha, il più bello e storicamente importante del paese, idealmente collocato fra i due fiumi Pho Chu (maschio) e Mo Mo Chu (femmina), meravigliosa 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 meno rigido di questa valle.



Lo Dzong è curato con amore e senza badare a spese, come si riscontra dalla qualità dei lavori che sono stati fatti per restaurare il tempio principale, che era stato danneggiato da

un'inondazione. Tra gli affreschi si ammirano anche rarissimi mandala che non si trovano facilmente rappresentati altrove, neppure nei testi specifici. Si procede a nord nella valle di Punakha per avvicinarsi al chorten Khamsum Yulley situato sulla cima della collina che si può raggiungere camminando per circa un'ora fra le risaie a terrazza. Si ritorna in Hotel per il pranzo. Nel pomeriggio si ritorna a Lobesa dove con una piacevole passeggiata attraversando il villaggio e le risaie si visita il monastero Chimi "Lakhang", il "tempio della fertilità" costruito nel 15° secolo dal Lama Drukpa Kuenley più conosciuto come l'"illuminato pazzo", il cui emblema fallico adorna l'ingresso di molte case rurali. I Bhutanesi visitano questo monastero costruito per dominare i demoni locali ed è un pellegrinaggio particolarmente frequentato dalle donne per gli influssi positivi sulla fertilità. Rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

#### **6° giorno: 12 settembre 2010 Punakha - Wangdue - Trongsa**

Dopo colazione inizia il viaggio per Trongsa, nel Bhutan centrale, passando per Wangdue. Dopo circa venti minuti si raggiunge il ponte Wangdue e appare lo Dzong di Wangdue.



Narra la leggenda che si stava cercando il luogo più adatto e, laddove furono visti volare via in direzioni diverse quattro corvi, nel 1638 venne costruito, considerandolo un segno di buon auspicio perché significava la diffusione della

religione nelle quattro direzioni dello spazio. Lo Dzong è situato alla confluenza dei fiumi Puna Tsang Chu e Dang Chu. Si attraversa il ponte e sul lato sinistro del fiume c'è addossato un tipico villaggio bhutanesi, Rinchen-gang. Superata la zona delle piccole attività commerciali di Wangdue, si effettua una sosta per fare quattro passi fra i negozietti che vendono i beni di prima necessità e si prosegue quindi per Trongsa attraverso scenari sempre mutevoli delle zone rurali del Bhutan fra insediamenti sparsi lontano dalla strada per Nobding. Si supera il passo Phele a 3350 metri fra gigantesche conifere a cui si aggrappano argentei licheni, circondato dal Parco nazionale Jigme Singye Wangchuck, per poi discendere attraverso un paesaggio di ampie praterie, una vallata di mandriani con i loro yak che pascolano tranquilli tra le piante di bambù nano e diversi altri villaggi fino a Chendebji Chorten, importante per il suo chorten del 19° secolo modellato sul disegno dello stupa Swayambhunath di Katmandu.



Il chorten costruito dal lama tibetano Shida sui resti di uno spirito maligno ucciso in questo posto è quello più orientale sulla strada dei primi missionari buddisti. Nel pomeriggio si continua per altre due ore il viaggio per Trongsa. Avvicinandosi si scopre una sbalorditiva vista dello Dzong di Trongsa da un punto della vallata a 2120 metri attraverso una stretta gola attraversata dal fiume Chu, che scorre dal picco dell'Himalaya. Al centro del regno circondata da passi di alta montagna, Trongsa fu fondata dagli emigranti tibetani. Arrivo all'Hotel Yangkhil, assegnazione delle camere riservate. Dopo una passeggiata serale, cena e pernottamento.

### **7° giorno: 13 settembre 2010** **Trongsa - Bumthang**

Dopo colazione si visita il più imponente ed impressionante Dzong del Bhutan, lo Dzong di Trongsa, che ha avuto un ruolo vitale nella costruzione della storia politica del paese. Si passeggia per Trongsa fino al Ta Dzong, un'antica torre di guardia, convertita di recente in un museo, che illustra i momenti più importanti della storia bhutanesi e del ruolo fondamentale avuto da Trongsa Penlop Jigme Namgyel nell'unificazione del paese. Dopo la visita del monastero, si ritorna in Hotel per il pranzo. Nel pomeriggio ci si dirige verso la valle di Bumthang. La regione comprende quattro vallate, la Choekhor (Jakar), Tang, Ura e Chumey. La valle di Bumthang ha la maggior parte dei monasteri sacri ed è denominata il cuore del buddhismo nel paese. Superato il passo Yotung a 3536 metri, si discende nella vallata Chumey fino a Zuney, dove si potrà visitare il centro tessile che produce gli indumenti di lana "yathra". Con gli ultimi 30 minuti di guida si raggiunge lo Swiss Lodge a Jakar. Cena e pernottamento.

### **8° giorno: 14 settembre 2010** **Bumthang**

Dopo colazione si visitano il Zangdopleri Lhakhang costruito dalla Grande regina madre e il Kurjey Lhakhang, nel quale la leggenda vuole che il guru Rimpoche lasciasse impressa su una roccia l'impronta del proprio corpo (ku significa roccia, jey corpo) mentre stava meditando. Si effettua poi una breve escursione a piedi fino al monastero di Tamshing costruito nel 1501 da Terton Pema Lingpa e retto dalla sua attuale reincarnazione, che è il più importante centro Nyingmapa del paese, con affreschi storicamente importanti e si ritorna in Hotel per il pranzo.

Nel pomeriggio si visiterà il Jambay Lhakhang la cui origine risale al VII secolo: il tempio è infatti uno dei 108 edificati dal re del Tibet Songtsen Gampo per domare l'orchessa del Tibet, e si dice essere posizionato sul ginocchio sinistro del demone.

È considerato il più antico sito buddista del Bhutan, costruito pochi anni prima di Kyuchu, che visiteremo nel 14° giorno e sarebbe invece posto sul piede sinistro del demone. Si prose-

gue con lo Dzong Jakar, il castello dell'uccello bianco che ospita il centro amministrativo e l'ordine monastico e l'istituto privato Karchu Dratshang retto da sua eminenza Namkai Ningpo Rinpoche, dove c'è l'opportunità di assistere alla cerimonia di preghiere ed anche alla sessione di dibattito dei monaci. Ritorno al Lodge. Cena e pernottamento.



**9° giorno: 15 settembre 2010**  
**Escursione a Tang Valley**

Dopo colazione si parte per la valle Tang, che fa parte del distretto di Bumthang, guidando fino a Dechen Pelrithang e proseguendo poi per 27 Km. attraverso diversi villaggi. Sulla strada si visita Membartsho, il "lago infuocato" dove Terton Pema Lingpa ha scoperto il tesoro religioso nascosto dal Guru Rinpoche. La seconda sosta è al monastero di Kunzangdra, passando attraverso altri villaggi e la scuola primaria Tang a Mesithang.

Un altro quarto d'ora e si raggiunge Kizom, punto di partenza per un'escursione a piedi di un'ora al monastero di Ugyen Choling sulla collina che domina la vallata di Tang. E' stato riconvertito in museo e l'illustrazione della breve storia di Ugyen Cholin inizia con il grande maestro del buddhismo tibetano Longchen Rabjam (1308-1363). E' il più celebrato scrittore e filosofo della scuola Nyingmapa di buddhismo tibetano ed è considerato colui che ha sintetizzato la dottrina e i metodi della "scuola della grande perfezione" Dzonghen. Il monastero non è mai stato la sede del potere politico ma ha giocato un ruolo vitale come centro religioso. E' l'unica struttura della sua dimensione e storia ancora esistente e utilizzata da una famiglia discendente dai primi proprietari. Per la grandezza del complesso è stata tra-

sformata in museo per assicurare continuità, preservare e mantenere Ugyen Choling come eredità religiosa e culturale, continuando la tradizione e i rituali, per garantire un posto ideale per gli studi, la ricerca e la meditazione, facendo rivivere e valorizzando le produzioni dell'artigianato locale. Dopo la visita sosta per un picnic sulla sponda del fiume. Nel pomeriggio si continua ad esplorare la vallata Tang, si ritorna a Kizom, e poi a Jakar. Ci si ferma a visitare il monastero Remochen. Rientro al Lodge. Cena e pernottamento.

**10° giorno: 16 settembre 2010**  
**Jakar - Trongsa - Wangdue**

La mattina presto attraverso il distretto Wangdue via Trongsa si raggiunge il Chendebji chorten. In questo trasferimento si possono vedere bellissime foreste. Ci si ferma per il pranzo al Chendebji Hotel.



Nel pomeriggio si supera nuovamente il passo Phele per scendere a Nobding, si ripercorre la strada che conduce alla vallata glaciale Phobjikha sopra il Passo Tashi. Si prosegue fino a Wangdue. Arrivo al Kichu Resort. Cena e pernottamento.

**11° giorno: 17 settembre 2010**  
**Wangdue - Thimphu**

E' l'ultimo giorno del Festival di Wangdue. Allo Dzong di Wangdue Phodrang si assisterà alla cerimonia dell'esposizione del Thongdrol, il grande dipinto su stoffa che viene issato sull'Utse, il torrione centrale: è il momento più solenne ed intenso delle celebrazioni di questo Tsechu.

La thangka viene esposta all'alba e arrotolata prima che venga colpita dai raggi del sole; i monaci eseguono delle cerimonie di purificazione e la gente si avvicina al thongdrol cer-

cando di toccarne il tessuto con il capo (segno considerato di buon auspicio).



Il nome significa "liberazione con lo sguardo", ed i bhutanesi sentono che osservando questo grande dipinto con la giusta motivazione pongono nella mente le basi per raggiungere sicuramente la liberazione dal ciclo della rinascita condizionata. Dopo colazione si parte per Thimphu. E' prevista una sosta al passo Dochula.



Arrivo a Thimphu, capitale dal 1955, un miscuglio architettonico di antico e moderno comunque armonico. Arrivo all'Hotel Namgyal Heritage, assegnazione delle camere riservate e pranzo.

Nel pomeriggio si raggiunge Sangiay Gang da dove si può godere di una veduta a volo d'uccello della vallata con una sosta al mini zoo per vedere l'animale nazionale "takin". Racconta la leggenda che, nell'VIII secolo, Guru Rimpoche arrivando in queste terre, chiese come pranzo una capra e uno yak. Dopo essersi saziato, unì lo scheletro della testa della capra allo scheletro del corpo dello yak dando così origine a una nuova specie di animale: il takin appunto.

Quindi visita al convento delle monache Drubthob Gompa che hanno un ruolo importante negli affari religiosi delle comunità locali. Dopo una passeggiata per la via principale, rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

### 12° giorno: 18 settembre 2010 Thimphu (Thimphu Tsechu)

Colazione. Intera giornata dedicata al festival di Thimphu. Il Thimphu Tsechu è il più famoso festival religioso e offre l'opportunità di vedere mescolandosi ad essi i bhutanesi con i loro abbigliamenti più belli e con i gioielli più preziosi, in un grande momento di festa dopo un anno di duro lavoro nei campi. E' stato introdotto nel 1687 durante il regno del quarto Desi, Tenzin Rabgye. Il cuore del Bhutan sono i festival: i più importanti sono quelli religiosi, conosciuti come Tsechus che si tengono nei diversi distretti in momenti specifici dell'anno. Non sono solo delle cerimonie formali, ma un'occasione per ritrovarsi, stare insieme e fare conoscenza godendo di un atteso momento di gioiosa convivialità.



Durano dai tre ai cinque giorni e commemorano le grandi azioni del Guru Rimpoche, il santo che ha introdotto il buddhismo in Bhutan. Accompagnati dal suono di cembali e trombe i monaci, vestiti con variopinti abiti di broccato e con elaborate maschere di legno sul viso rimaste invariate nei secoli, eseguono i Cham, complesse e spettacolari danze, riti religiosi ed esorcistici, nelle piazze e nel Trashichhoe Dzong, il cuore pulsante del Paese dove si trovano la sala del trono, gli uffici dei ministri e la sede estiva del Je Khenpo, l'abate dei Drukpa-

kagyù bhutanesi, massima autorità religiosa del paese, una sorta di elite monastica.

L'origine della maggior parte delle danze risale al periodo medievale e ognuna ha un significato religioso rappresentato dai monaci e dagli abitanti dei villaggi.

Nel Cham occorre superare la normale percezione cui la nostra mente razionale ci relega per immergersi in mondi immaginari in cui spirito, emozioni e pensiero si fondono. In un vortice di colori, suoni e di intenso folclore gli dei e i demoni della mitologia buddhista ritornano a vivere. I festeggiamenti sono ravvivati dalla presenza degli Atsaras, i giullari, che intrattengono il pubblico con le loro burle. In giornata si visitano inoltre il Memorial National Chorten ideato dal Re Jigme Dorji Wangchuk come un monumento alla pace nel mondo e alla prosperità.



Completato nel 1974 dopo la prematura scomparsa del re, è un memoriale sia per il defunto Re padre del Bhutan moderno e un monumento alla pace nel mondo, la National Library, con i suoi antichi manoscritti buddisti e la scuola di pittura, dove l'antica tradizione delle Thangkhas (gli antichi rotoli di carta dipinti con soggetti della religione buddista) è mantenuta viva. Pensione completa, pernottamento.

### **13° giorno: 19 settembre 2010** **Thimphu - Chuzom - Paro**

Dopo colazione si parte per un'escursione nel nord della valle di Thimphu fino a Dodina dove si entra maggiormente a contatto con la vita rurale e si presenta una bellissima vista del monastero di Cheri, un centro di meditazione dei monaci.

Si prosegue fino alla base del monastero Tango (Ta significa cavallo; Ngo testa), collegio buddhista per gli studi più elevati della scuola Drupka risalente al XIII secolo, per poi raggiungerlo con un'ora circa di cammino.

Nel paese ci sono altri istituti simili, ma Tango, che ospita circa 200 monaci, è il più selettivo. Vengono scelti ogni anno circa 20 novizi tra i 13 e i 16 anni, che seguono un corso di studi molto impegnativo ogni giorno dalle 4 fino alle 22, tranne il sabato. Dopo circa 9 anni acquisiscono il titolo di "Acharya" e se poi superano con successo un ritiro in totale solitudine reclusi per tre anni, tre mesi e tre giorni diventano "Khempo". Il giovanissimo rettore dell'istituto è considerato la reincarnazione del fondatore di Taktshang.



Ci si reca successivamente al tempio di Changkha Lhakhang, sopra Thimphu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci.

Dopo la visita si ritorna a Thimphu per il pranzo in un ristorante locale. Nel pomeriggio si raggiunge Paro dove si alloggia all'Hotel Olathang. Cena e pernottamento.

### **14° giorno: 20 settembre 2010** **Paro**

Dopo colazione è prevista la visita allo spettacolare monastero Taktsang, "il nido della tigre", divenuto il luogo simbolo di questo esoterico paese. Ci si dirige a nord della valle di Paro fino a Ramthangka, da dove ha inizio l'escursione al monastero. Il sentiero si arrampica attraverso una bella foresta di pini costellata di svolazzanti bandiere di preghiera.





Per facilitare la salita (c.a. 2 ore in tutto), con una modica spesa chi vuole può noleggiare un cavallo; sul percorso si giunge ad un punto da cui si gode una vista stupenda del monastero sospeso sulla rupe. Grazie ad uno speciale permesso sarà possibile visitare il monastero. La leggenda vuole che Guru Rimpoche, il fondatore del buddhismo, abbia volato dal Bhutan orientale su una tigre, portando gli insegnamenti buddhisti e abbia meditato nelle grotte. Questo è uno dei più sacri e venerati fra i siti buddhisti nel mondo. Dopo la visita si scende alla caffetteria di Taksang per il pranzo.



Nel pomeriggio ci si reca a nord di Paro per visitare lo Dzong Drukgyel, costruito nel 1647 dal grande Shabdrung Ngawang Namgyal, padre e unificatore del Bhutan all'epoca del medioevo. Distrutto accidentalmente dal fuoco, fu lasciato appositamente in rovina a titolo evocativo per ricordare le grandi vittorie per cui era stato ricostruito. Infatti da qui respingevano le invasioni dei Tibetani da cui deriva il nome di "Fortezza della vittoriosa Drukpa": durante le limpide giornate si può ammirare la maestosa cupola bianca dello Jumolhari, meglio conosciuta come la Montagna dei Goddes.



Sulla strada del ritorno si visita Kyichu Lhakhang uno dei più vecchi e più sacri monasteri risalente al periodo dell'introduzione del buddhismo nell'ottavo secolo la cui fondazione è attribuita al re del Tibet Songtsen Gampo. Rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

**15° giorno: 21 settembre 2010**  
**Paro**

Dopo colazione si parte per l'escursione ad Haa, lo Dzong più occidentale del Bhutan, percorrendo la panoramichissima strada che scavalca i monti che separano le due valli (il passo è alto ca. 3700 mt). Pranzo al sacco. Si visita successivamente il convento femminile di Chile nei pressi del passo (ca. 45 min. a piedi, ma in salita: si parte da quota 3270 arrivando ai 3500 mt del monastero, attraverso una foresta stupenda con panorami grandiosi). Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

**16° giorno: 22 settembre 2010**  
**Paro - Delhi**

Il volo KB 204 per Delhi parte alle 11:55 con arrivo alle 14:10. A destinazione si avrà a disposizione un pullman riservato per una visita di Delhi, che include anche un giro in rickshaw nella città vecchia. Pranzo. Trasferimento all'Hotel Ashok Country Resort \*\*\*\*, vicino all'aeroporto, dove si avrà a disposizione la camera per cambiarsi e rinfrescarsi. Cena in Hotel. Dopo cena ci si trasferisce all'aeroporto internazionale.

**17° giorno: 23 settembre 2010**  
**Delhi - Venezia - Alto Adige**

Partenza con il volo EK 513 alle ore 04:15 e arrivo a Dubai alle ore 06:10. Proseguimento alle ore 09:50 con il volo EK 135 e arrivo a Venezia alle ore 14:05. Rientro in pullman riservato a Bolzano.

PER RAGIONI TECNICO-ORGANIZZATIVE IL TOUR POTRA' SUBIRE DELLE VARIAZIONI NELLO SVOLGIMENTO PUR MANTENENDO INALTERATO IL CONTENUTO DELLO STESSO

**VISTO**

Per entrare in Bhutan occorre il visto.

Per il suo ottenimento occorre il formulario compilato in tutte le parti in inglese e firmato personalmente dal richiedente e 3 foto recenti e identiche formato passaporto e in posa frontale almeno 4 settimane prima della partenza.

Per l'ottenimento del visto indiano occorre il formulario compilato in tutte le parti in inglese e firmato personalmente dal richiedente e 2 foto recenti e identiche formato passaporto e in posa frontale almeno 4 settimane prima della partenza.

Il passaporto deve avere una validità di almeno 6 mesi dalla data di entrata nel paese, almeno due facciate attigue libere per quello del Bhutan e tre per quello dell'India.

**DIFFICOLTA'**

L'itinerario è moderatamente faticoso: richiede unicamente di essere in buona salute ed in condizione di effettuare qualche camminata, al massimo per un paio d'ore.

L'altitudine massima è di 3400 metri di quota.

Sono previsti lunghi trasferimenti su strade di montagna, sono possibili variazioni di itinerario e qualche disagio, normali in un paese da poco aperto al turismo.

**VACCINAZIONI**

Non sono richieste vaccinazioni.

**FUSO ORARIO**

5 ore in più con l'ora solare, 4 ore in più con l'ora legale.

**LINGUA**

Lingua ufficiale il Dzongkha che appartiene alla famiglia delle lingue tibetane. Al di fuori della capitale Thimphu, l'inglese è quasi sconosciuto.

**VOLTAGGIO**

220 volts; portare comunque con sé un adattatore per le prese a spina piatta. E' conveniente portarsi dietro una torcia in quanto i black-out elettrici sono frequenti.

**VALUTA**

Ngultrum (BTN), che si divide in 100 Chhetrum. Il cambio è parificato a quello della rupia indiana. Consigliato portare dollari americani in contanti. 100 Ngultrum equivalgono a 1,41 €.

**CARTE DI CREDITO**

Accettate negli alberghi e in alcuni negozi di oggetti d'artigianato.

**CLIMA**

Gradevole a maggio, settembre e ottobre, con serate molto fresche; piogge monsoniche da giugno ad agosto. Si tenga però presente che in Bhutan può sempre piovere. Si consiglia di portare felpe calde per la sera, giacca in goretex, scarpe da trekking leggere e vestiti comodi.

**ABBIGLIAMENTO**

Indumenti leggeri, sportivi e pesanti al contempo, abiti caldi per la sera. Indicata una giacca a vento leggera, calzature da montagna comode, occhiali da sole, crema solare ad alta protezione, cappello.

**MEDICINALI**

Medicinali di uso personale, oltre a disinfettanti ed antibiotici per disturbi gastrointestinali. Data l'altitudine (si raggiungono altitudini di 3500 m.) si consiglia una visita medica prima della partenza.

**HOTEL - MEZZI DI TRASPORTO**

Si viaggia utilizzando un moderno pulmino giapponese, Toyota Coaster Bus da 19 posti.

Sono stati selezionati i migliori alberghi in tutte le località, comodi e puliti con stanze dotate di bagno e acqua calda.



## ACQUISTI

L'artigianato è estremamente ricco ma costoso, poiché raro. Tuttavia è l'occasione giusta per fare acquisti, se volete cambiare l'arredo interno di casa vostra. La raffinatezza della produzione bhutanesa rasenta la perfezione per i tessuti in cotone, in lana o in seta grezza. Potrete trovare, per esempio, cinture o i tipici thangkhas, gli stendardi religiosi dipinti. Meno costosi, gli oggetti di uso quotidiano (cesti, recipienti...) in legno di bambù o di vimini si comprano ai mercati, mentre troverete solo nei negozi di Thimphu i tessuti e i gioielli. A Thimphu i negozi sono chiusi il martedì e sono aperti il resto della settimana.

Tra i prodotti tipici ci sono i thangka (dipinti buddisti eseguiti su tela, montati su uno sfondo di broccato e appesi a un bastone cucito in cima), yatra (pezzi di lana cuciti insieme per la produzione di maglioni, sciarpe e coperte), statue di ottone, oggetti rituali buddisti come campanelle, cembali e trombe, oggetti di bambù, tappeti bhutanesi e tibetani e infine le varie bandiere del Bhutan. Le autorità del luogo vietano severamente l'esportazione di qualsiasi reliquia, religiosa e non, che sia più antica di 100 anni.

## TABACCO

La vendita di prodotti di tabacco è proibita. In tutto il Bhutan è in vigore una legge antifumo per cui è vietato fumare ovunque tranne che a casa propria. Nel testo di tale legge risulta che ogni turista può portare con sé una stecca di sigarette per uso personale, con divieto assoluto di venderla. In realtà alla dogana viene fatta pagare al viaggiatore una tassa di 28 dollari a stecca.

## TELEFONIA

Si possono fare telefonate internazionali da tutti i maggiori hotel anche se sono pochi quelli che hanno il telefono in camera per chiamate dirette. Le tariffe sono elevate e non è possibile telefonare con telefonata a carico del destinatario. Non c'è copertura per i cellulari. Il Prefisso dall'Italia è 00975. La telefonia mobile è stata introdotta l'11 novembre 2003. La densità dei telefoni è del 15% nelle zone urbane e dell'1% nelle zone rurali.

## GASTRONOMIA

Il cibo è valido, tra l'indiano e l'internazionale con anche qualche pietanza locale e cinese. Si trova anche dell'ottima birra di produzione locale. Il peperoncino è dappertutto: come condimento sull'insalata e non solo, è usato persino come ingrediente principale per la preparazione del piatto nazionale, l'hémadatsi (piatto a base di peperoncino e formaggio). Rassicatevi, il riso che accompagna quasi tutti i pasti vi aiuterà a spegnere il fuoco. Altra grande componente dell'alimentazione del Bhutan è la carne di yak e di maiale, spesso cucinata con la salsa. Viene essiccata precedentemente oppure vi viene servito solo il grasso.

Nel tè è la bevanda nazionale. Generalmente, come nell'Himalaya, si aggiunge sale e burro. Può essere anche preparato alla maniera indiana, estremamente zuccherato, con latte. Nell'est e nel centro del Bhutan si preferisce di gran lunga l'ara, un alcool a 20 °C.



Tutte le descrizioni e foto esposte, sono puramente indicative e quindi mai vincolanti per l'Agenzia

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE in camera doppia (gruppo minimo 20 partecipanti)	
Supplemento camera singola (su richiesta)	

**CAMBIO APPLICATO:** 1 € = 1,47 \$ al 10/10/2009  
Una eventuale oscillazione del 3% del valore del dollaro comporterà un cambiamento in più o in meno della quota di partecipazione.

**NOTA BENE: Al fine di garantirsi i biglietti aerei e gli hotel in Bhutan nel priodo dell'importante festival di Thimphu Tsechu, la chiusura iscrizioni è fissata per il 15 marzo 2010.**

Le quote sopra indicate sono costruite sulla base delle tariffe aeree attualmente in vigore e dei servizi a terra attualmente stimati. Ci riserviamo il diritto, in conseguenza della variazione del costo del trasporto, del carburante, dei diritti e della tasse quali quelle di atterraggio, di sbarco o imbarco, di rivedere il prezzo di vendita nei termini e tempi previsti dal D.L. n. 111. Le quotazioni sono basate e garantite sulle base delle tariffe aeree valide fino al 30.11.2009.

**LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE  
COMPRENDE:**

- trasferimento pullman GT da/per Bolzano/Venezia; da Merano, Bressanone, Brunico con minimo 8 persone
- volo di linea EMIRATES Venezia-Dubai-Calcutta /Delhi-Dubai-Venezia, inclusa franchigia
- volo di linea Druk Air Calcutta-Paro-Delhi
- tasse aeroportuali in Italia (a oggi € 40)

- franchigia bagaglio kg. 20;
- assistenza in aeroporto (arrivo/partenza);
- trasferimenti aeroporto/hotel/aeroporto
- trasferimenti come da programma con Toyota Coaster Bus da 19 posti in Bhutan
- pernottamenti negli hotel indicati con sistemazione in camera doppia
- camera d'albergo a disposizione a Delhi fino all'ora di partenza per il rientro
- trattamento di pensione completa
- guida parlante italiano
- entrate ai siti indicati nel programma
- visto per il Bhutan
- visto per l'India
- accompagnatore dall'Italia
- assicurazione per assistenza sanitaria, rimborso spese mediche, danni al bagaglio e contro l'annullamento fornita da ACI GLOBAL.

**LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE  
NON COMPRENDE:**

- permessi per fotografare, da pagare in loco
- le bevande;
- gli extra di carattere personale;
- le mance
- tutto quanto non espressamente indicato in "la quota di partecipazione comprende".

Comunicazione obbligatoria ai sensi dell'art.17 della legge 6 febbraio 2006, n.38  
"La legge italiana punisce con reclusione i reati concernenti la prostituzione e la pornografia minorile, anche se commessi all'estero".

**Tour Operator D.O.R. GmbH-Srl**  
Silbergasse Nr. 20  
Via Argentieri, 20  
39100 BOZEN/BOLZANO



Tel. 0471 97 33 85 - info@dortravel.it

