

Viaggio in BHUTAN

per il Wangdue Tshechu,
il Thimphu Drubchen
e il Thangbi Mani

dal 30 settembre
al 18 ottobre 2011
(18 giorni/16 notti)

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. È 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 solo 700.000 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 tradizione culturale, 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 a 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 20 mila visitatori all'anno che devono lasciare almeno 200 dollari al giorno, con una tassa del 37%. Inoltre è proibito scalare le montagne. Il Bhutan condivide molti aspetti culturali con il Tibet, tra questi la religione buddhista, più esattamente la scuola kagyù con uno spiccato accento tantrico e la medicina tradizionale tibetana. 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 un filosofia pratica che impronta lo stile di vita e crea un'atmosfera nel paese

che può ben essere definita di aperta cordialità e amichevolezza. È 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 Rimpoche, il santo che vi introdusse il buddismo nell'VIII secolo e sono il modo migliore di sperimentare i colori, la passione e il vibrante coinvolgimento. Ogni anno nei centri più importanti così come in alcuni dzong minori si tengono i tshechu dove si assiste ai cham, danze rituali con maschere stilizzate. Monaci e laici si incontrano per celebrare la loro unità spirituale e ricevere la 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 tshechu aumenta il numero dei matrimoni. Non sono assolutamente feste perdersi col tempo e appositamente ricreate per noi turisti, ma autentiche manifestazioni organizzate soprattutto per i bhutanesi che vi partecipano numerosi. In questo viaggio avremo modo di partecipare a ben tre di essi, da uno molto spirituale e importante a Thimphu, a uno pochissimo frequentato nel cuore del Bhumthang. Il governo del Bhutan ricorda ai visitatori che entrando nel paese non si recano in un museo ma si avvicinano a un'antica cultura tuttora vivente; i luoghi più interessanti quali monasteri, mercati, manifestazioni e festivals non offrono rappresentazioni orchestrate ma aspetti integrali della vita di ogni giorno che oltre ad attenzione meritano riguardo e rispetto.

"Tashi deleki!"

È il saluto Tibetano consueto,
che può essere tradotto

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

1° giorno
venerdì
30/09/2011
Alto Adige
Venezia
Dubai

Ritrovo 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.

2° giorno
sabato
01/10/2011
Dubai - Calcutta
Bagdogra
Phuntsholing

Proseguita con volo di linea EK 570 alle ore 02:00. Arrivo all'aeroporto internazionale di Calcutta alle ore 08:15. Disbrigo delle formalità doganali. Incontro con il nostro assistente indiano. Volo 9W2480 in partenza da Calcutta alle ore 12:20 con arrivo a Bagdogra alle ore 13:20. Incontro con lo staff bhutanesi, pranzo e partenza per il confine. Il trasferimento richiede circa 3 ore. Disbrigo delle formalità doganali e proseguimento per Phuntsholing, porta di ingresso in Bhutan. Arrivo a Phuntsholing, sistemazione nell'Hotel Lhaki nelle camere riservate. Arrivando via terra dall'India la prima cosa che colpisce il visitatore è l'enorme differenza soprattutto per ordine e pulizia. Siamo in Bhutan, una paese di favola. Cena e pernottamento in hotel.

3° giorno
domenica
02/10/2011
Phuntsholing
Paro

Dopo colazione visita del monastero di Kharbandi e del tempio di Kamji Lhakhang, quindi partenza verso Paro attraverso una strada che permette di godere di una vista spettacolare sui monti sino a raggiungerla, dopo circa 6 ore. Lungo la strada sosta per una foto al Monastero Zangtopelri (costruito dalla regina-nonna) e alla diga idroelettrica Chukha, una fonte importante di entrate per il Bhutan.

Arrivo a Paro e sistemazione al Tashi Namgyel Resort (www.tnr.bt). Pranzo in ristorante.



Visita del Ta Dzong, una antica torre dell'orologio, che è ora dimora del Museo Nazionale. Sotto al Museo si trova il Paro Rinchenchong Dzong, il centro dell'autorità civile e religiosa dell'intera vallata di Paro, probabilmente il miglior esempio esistente di architettura bhutanesi. Una breve camminata ci porta alla base del Tempio attraverso un tradizionale ponte a campate coperto che attraversa il Paro Chu ed è chiamato Nyamai Zam. In serata visita nella zona dei negozi più caratteristici di Paro. Rientro in Hotel, cena e pernottamento.

4° giorno
lunedì
03/10/2011
Paro
Thimphu

Dopo colazione, si parte in direzione Thimphu che dista da Paro 59 km e richiede circa 2 ore. La capitale è situata in una larga vallata attraversata dal fiume Wang Chu. Sulla strada prima di raggiungere Chuzom alla confluenza dei fiumi Paro e Thimphu ci si ferma al 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. Mentre ci si ferma per la registrazione del veicolo, si possono osservare tre tipi di chorten nei diversi stili, nepalese, tibetano e butanese.



Sono stati posizionati qui per tenere lontani i sortilegi nefasti, perché secondo la tradizione l'unione di due fiumi è considerata nefasta. Si tratta di monumenti buddhisti, la cui funzione principale è quella di conservare reliquie. Uno stupa è un monumento buddhista, originario del subcontinente indiano, 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. Se si usano soltanto due parole, 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. La strada più vecchia risale il fiume attraverso diversi villaggi fino al raggiungimento di Semtokha. Qui si incontra il primo Dzong costruito nel 1629 dallo Shabdrung, l'abate proveniente da Ralung in Tibet che pose le basi della struttura religiosa e politica del Bhutan.

Arrivo all'Hotel Migmar (www.hotelmigmar.bt), assegnazione delle camere riservate e pranzo. Ci si reca a visitare l'Istituto Nazionale per la Medicina Tradizionale. È stato fondato nel 1967 con lo scopo di preservare la medicina tradizionale tramandata con la tradizione orale fin dall'antichità. Essa ci indica l'elemento della comprensione ayurvedica dei tre principi dell'energia del corpo, delle sette componenti e dei tre escrementi; la diagnosi attraverso i battiti cardiaci e l'esame della costituzione; la conoscenza cinese e tibetana delle piante medicinali. Fin dagli anni '90 è stata condotta una ricerca approfondita e si sono scoperte le proprietà curative di oltre 600 piante. L'abbondanza di tesori naturali era già utilizzata dagli antichi guaritori, che avevano chiamato il Bhutan "Mengong Gyalkhab" cioè la terra delle piante medicinali. L'Ospedale di Thimphu cura più di 50000 pazienti ogni anno e il loro numero è in continua crescita. Esiste una sezione responsabile della raccolta delle materie prime e della produzione delle medicine sulla base delle formule tradizionali usando però le più moderne tecnologie.

Oltre alle medicine tradizionali vengono fabbricati prodotti popolari come il tè alle erbe Thseringma, la polvere medicinale Menna Chema, la polvere di incenso, la polvere Zangdruk, il lumen rilbu, le pillole cordecep. Segue la visita alla Fabbrica della carta.

L'arte della carta fatta a mano risale in Bhutan è vecchia di 8 secoli, sebbene l'uso fosse limitato principalmente a scopi religiosi.

Si visita 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. È il luogo religioso maggiormente frequentato dai locali, al centro della città.



Ci vanno per pregare, far girare le ruote-pregiera, rivolgere suppliche di grazie verso un altare al centro dell'edificio.

È una grande struttura costruita in memoria del terzo re. Colore dominante è il bianco arricchito da

particolari dorati come l'alto pinnacolo.

Altari, statue, dipinti, sculture tantriche presentano un pantheon buddista elaborato e complesso in cui deità positive e negative, protettrici e punitrici si mescolano. Il risultato è un "folclore religioso" e una "fede" in cui il bene e il male si sovrappongono e mescolano.

Ci si reca infine al Buddha Point di Kuensel Phodrang dove è stata da poco ultimata la statua di Buddha più grande del mondo e da dove si ha una vista panoramica di Thimphu. Rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

5° giorno
martedì
04/10/2011
Thimphu
Drubchen

Dopo colazione ci si reca al Thimphu Tashichhodzong, 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 Drukpagyugy bhutanesi, massima autorità religiosa del paese, una sorta di elite monastica, per assistere al festival Thimphu Drubchen meglio conosciuto come Thimphu Dromchoey.



La danza delle maschere sacre serve a ringraziarsi la divinità protettrice del Bhutan, Pelden Lhamo.

Dopo il pranzo in un ristorante locale, ci si reca al tempio di Changukhha Lhakhang, sopra Thimphu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci. È simile ad una fortezza, come del resto altri edifici religiosi bhutanesi. Costruito a sud est della città su un crinale che ne rende più interessante la visita, risale al XII secolo. Include pure un seminario ed è stato fondato da un lama tibetano. La

struttura è notevole, ricca di particolari artistici e architettonici. Da notare le mura impregnate del tempo passato, in cui sono inscrite delle nicchie con numerosissime ruote preghiere protette da sporgenze in legno gradevolissime intarsiate. Quindi visita al convento delle monache Drubthob Gompa che hanno un ruolo importante negli affari religiosi delle comunità locali. Con una camminata si raggiunge infine la Scuola Monastica di Dechenphordang. Cena e pernottamento in hotel.

6° giorno
mercoledì
05/10/2011
Thimphu
Drubchen
Punakha

Dopo colazione si partecipa all'ultimo giorno del festival Thimphu Drubchen. Si parte quindi per Punakha. Per raggiungerla occorrono tre ore. Dopo 45 minuti si arriva al passo Dochula a 3140 metri. Se la giornata è limpida si ha una vista spettacolare della parte occidentale della catena himalaiana: Masagang (7158 m.), Tsendangang (6960 m.), Terigang (7060 m.), Jejeangphugang (7158 m.), Kangphugang (7179 m.), Zongphugang (7060 m.), una montagna isolata che domina la regione di Lunana e infine Gangkar Puensum, la cima più alta del Bhutan con 7.497 m. 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. 108 è un numero assai caro ai buddisti, 108 sono le preghiere scritte nei rotoli di carta contenuti nelle ruote-preghiera, e 108 sono anche le bandiere-preghiere dedicate ai defunti.



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 Punakha.

Con una piacevole passeggiata attraversando il villaggio e le risaie si visita il monastero Chimi Lhakhang, 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.



IBhutesi visitano questo monastero costruito per dominare i demoni locali ed è un pellegrinaggio particolarmente frequentato dalle donne per gli influssi positivi sulla fertilità: le coppie, anche straniere, che non riescono ad avere figli e chiedono con fiducia la grazia, vengono quasi sempre esaudite. Sistemazione presso l' Hotel Zangdopelhari a circa 5 Km. da Punakha. Cena e pernottamento.

7° giorno
giovedì
06/10/2011
Wangdue
(Wangdue
Tshechu)

E' l'ultimo giorno del Festival di Wangdue. In meno di un'ora si raggiunge Wangdue. Quando si raggiunge il ponte Wangdue 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.



Allo Dzong di Wangdue Phodrang oggi viene srotolato all'alba il Guru Tshenye Thongdrol che reca l'immagine di Guru Rimpoche, e si potrà assistere alla cerimonia dell'esposizione del grande dipinto su stoffa che viene issato sull'Utse, il torrione centrale: è il momento più solenne e 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 cercando di toccare il tessuto con il capo (segno considerato di buon auspicio). Il nome significa "liberazione con lo sguardo", e i bhutesi 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.



L'intera giornata dedicata al Wangdue Tsechu offre l'opportunità di vedere mescolandosi a essi i bhutesi 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. Il cuore del Bhutan sono i festival: i più importanti sono quelli religiosi, conosciuti come Tsechu 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 buddismo 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.

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. Pranzo in ristorante.

Rientro in Hotel a Punakha. Cena e pernottamento.



8° giorno
venerdì
07/10/2011
Punakha

Dopo colazione, ci si reca a visitare il chorten Khamsum Yulley Namgyal situato sulla cima di una collina da cui si ha una splendida vista della valle di Punakha. Lo si raggiunge camminando per circa un'ora fra le risaie a terrazza. Successivamente si visita lo Dzong di Punakha, il più bello e storicamente importante, il secondo costruito nel paese, idealmente collocato alla confluenza 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.



Nonostante i danni provocati da numerosi incendi e da un forte terremoto, 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, danneggiato da una recente inondazione causata dalla tracimazione di un lago di origine glaciale. La torre centrale, l'utse, è alta sei piani. Tra

gli affreschi si ammirano anche rarissimi mandala che non si trovano facilmente rappresentati altrove, neppure nei testi specifici. Successivamente ci si ferma al mercato di Khurutang. Pranzo in ristorante. Ci si reca poi all'Università Nalanda conosciuta localmente come Daley Goempa, fondata nel 1754 da Gelwang Shaja Rinchen Rimpoche, la reincarnazione di Rechungpa. Il luogo è considerato molto sacro e i bhutanesi cercano di visitarla almeno una volta ed è inoltre fuori dai circuiti turistici comuni. Rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

9° giorno
sabato
08/10/2011
Punakha
Trongsa

Superata la zona delle piccole attività commerciali di Wangdue, si prosegue per Trongsa attraverso scenari sempre mutevoli delle zone rurali del Bhutan fra insediamenti sparsi lontano sulla strada per Nobding. Ci si ferma a visitare il Gangtey Gomba nella valle delle gru collonero. Si supera il passo Phele a 3350 m. 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 fino a Chendebji Chorten, importante per il suo chorten del XIX 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.



Dopo il pranzo, 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.

10° giorno
domenica
09/10/2011
Trongsa
Bumthang
(2600 m.)

Dopo colazione si visita il più imponente e impressionante Dzong del Bhutan, lo Dzong di Trongsa, che ha avuto un ruolo vitale nella costruzione della storia politica del paese. Difatti l'unica strada tra il Bhutan orientale e quello occidentale passa ancora oggi per Trongsa e un tempo attraversava lo dzong vero e proprio, che di conseguenza aveva il controllo assoluto del traffico di merci e di persone fra queste due parti del paese. Il Trongsa Dzong è la dimora ancestrale della famiglia reale del Bhutan. I primi due monarchi ereditari governarono da qui, e la tradizione vuole tuttora che il principe ereditario ricopra per un mese la carica di penlop di Trongsa prima di accedere al trono. 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 bhutanesa 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 m., si discende nella vallata Chumey fino a Zuney, dove si potrà visitare il centro tessile che produce gli indumenti di lana "yathra". I templi più importanti si trovano nella valle più ampia, quella di Choekhor, comunemente denominata Bumthang. Con gli ultimi 30 minuti di guida si raggiunge lo Swiss Lodge a Bumthang. Cena e pernottamento.

11° giorno
lunedì
10/10/2011
Bumthang
(Tangbi Mani)

Dopo colazione si parte per Thangbi. Il festival di ci offre l'opportunità di assistere a un festival poco visitato che si tiene nella campagna di Tamshing. La gente arriva dai villaggi di Thangbi, Goling e Kharshat con i loro vestiti più belli. Il festival è l'unico in Bhutan a trarre le sue origini dalla scuola Karmakagy.



Le danze sono eseguite dai Gomchen, i monaci laici, figure molto importanti in Bhutan, e non dai professionisti ammirati nei cham dei grandi dzong. C'è un interessante mercatino dove le persone che si divertono con giochi di dadi, carte con piccole scommesse di denaro, bevendo chang, la birra prodotta localmente. Rientro al lodge per il pranzo.

Nel pomeriggio si prosegue 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 e anche alla sessione di dibattito dei monaci. Ritorno al Lodge. Cena e pernottamento.

12° giorno
martedì
11/10/2011
Bumthang
(Tangbi Mani)

Dopo colazione si parte per Thangbi, dove si assisterà ad altre cerimonie di questo popolare festival. Rientro al lodge per il pranzo. Nel pomeriggio 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 (kur significa roccia, jey corpo) mentre stava meditando, il Jambay Lhakhang la cui origine risale al VII secolo: il tempio è infatti uno dei 108 edificati dal re del Tibet Songtsen Gampo nel 659 in un solo giorno per domare l'orchessa del Tibet, e si dice essere posizionato sul ginocchio sinistro della diavolessa.



È considerato il più antico sito buddista del Bhutan, al pari di Kyuchu Lhakhang di Paro, che visiteremo nel 14° giorno e sarebbe invece posto a bloccare il piede sinistro della diavolessa.

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. Ritorno al Lodge. Cena e pernottamento.

13° giorno
mercoledì
12/10/2011
Jakar
Trongsa
Wangdue

La mattina presto si ritorna indietro per la stessa strada, l'unica da ovest a est, attraverso il distretto Wangdue via Trongsa.

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 (3420 m.) per scendere a Nobding (2640 m.), 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.



14° giorno
giovedì
13/10/2011

Wangdue
Thimphu

Dopo colazione si ritorna nella capitale Thimphu. Si visita la National Library, con i suoi antichi manoscritti buddisti e l'Accademia di Belle Arti dei Volontari di Thimphu, dove l'antica tradizione delle Thangkhas (gli antichi rotoli di carta dipinti con soggetti della religione buddista) è mantenuta viva. Arrivo all'Hotel Migmar, 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. Dopo una passeggiata per lo shopping nel centro della capitale, si rientra in Hotel. Cena e pernottamento.

15° giorno
venerdì
14/10/2011

Thimphu
Paro

Dopo colazione si parte per un'escursione nel nord della valle di Thimphu fino a Dordina dove si entra maggiormente a contatto con la vita. Si prosegue fino alla base del monastero Tango (Ta significa cavallo; Ngo testa), collegio buddista per gli studi più elevati della scuola Drupka fondato nel XII secolo da Lama Gyalwa Lhanampa e rifatto nel XV secolo dal Folle Divino Lama Drukpa Kunley. Lo si raggiunge con un'ora circa di cammino. Nel paese ci sono altri istituti simili, ma Tango, che ospita circa 200 monaci, è il più selettivo.



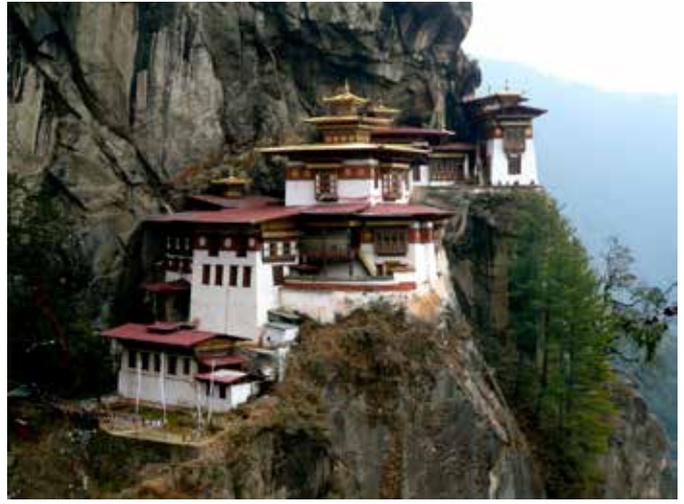
Vengono scelti ogni anno circa 20 novizi tra i 13 e i 16 anni, che seguono un corso di studi molto impegnativo ogni giorno dalle 4 fino alle 22, tranne il sabato. Dopo circa 9 anni acquisiscono il titolo di "Acharya" e se poi superano con successo un ritiro in totale solitudine reclusi per tre anni, tre mesi e tre giorni diventano "Khempo". Il giovanissimo rettore dell'istituto è considerato la reincarnazione del fondatore di Taktshang. Dopo il pranzo al sacco, nel pomeriggio, con un'ora circa di cammino, si raggiunge il monastero di Cheri, un centro di meditazione dei monaci. Si raggiunge quindi Paro dove si alloggia all'Hotel Tashi Namgyal Resort. Cena e pernottamento.



16° giorno
sabato
15/10/2011

Paro

Dopo colazione è prevista la visita allo spettacolare monastero Taktshang, "il nido della tigre", divenuto il luogo simbolo di questo esoterico paese. Ci si dirige a nord della valle di Paro fino a Ramthangkha, 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 (ca. 2 ore in tutto), con una modica spesa chi vuole può noleggiare un cavallo per la prima parte fino alla caffetteria, 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 Taktshang 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 costruito. 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 allo scopo di immobilizzare il piede sinistro della diavolessa che cercava di impedire la diffusione del buddhismo. Rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

17° giorno
domenica
16/10/2011

Paro
Delhi

Il volo KB 204 per Delhi parte alle 11:55 con arrivo alle 14:10 (gli orari possono però variare e vengono confermati a Paro). 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.

18° giorno
lunedì
17/10/2011

Delhi
Venezia
Alto Adige

Partenza con il volo EK 513 in partenza alle ore 04:15 con arrivo a Dubai alle ore 06:10. Partenza con il volo EK 135 alle ore 09:50 e arrivo a Venezia alle ore 14:05. Rientro in pullman G.T. per l'Alto Adige.

INFORMAZIONI UTILI

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 1 foto recente formato passaporto e in posa frontale almeno 4 settimane prima della partenza.

DIFFICOLTA'

L'itinerario è moderatamente faticoso: richiede di essere in buona salute ed in condizione di effettuare qualche camminata.

La più impegnativa è quella del giorno 15 ottobre, una delle escursioni più belle del tour: il dislivello fra il fondovalle e il Taksang è di oltre 800 metri e si copre su sentieri di montagna.

La prima tappa fino alla caffetteria richiede mediamente 1 ora e si può fare anche a cavallo, da qui per raggiungere la cima occorre mediamente 1 ora (chi vuole può fermarsi alla caffetteria dove si ritorna per il pranzo che offre una spettacolare vista del monastero), il ritorno richiede mediamente 1 ora e mezza nelle due tappe. Il giorno 5 l'escursione al monastero Chimi Lhakhang richiede mediamente 1 ora e mezzo fra andata e ritorno.

Le escursioni del pomeriggio del giorno 11 richiedono circa 2 ore. Il giorno 14 ci sono due escursioni, una al mattino ed una dopo il pranzo che richiedono ognuna mediamente 1 ora per salire e mezz'ora per scendere. 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. Si consiglia di rivolgersi alle autorità sanitarie competenti per informarsi sulle misure di profilassi raccomandate per il paese di destinazione.

FUSO ORARIO

4 ore in più.

LINGUA

Lingua ufficiale è 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' consigliabile una torcia elettrica per eventuali interruzioni nell'erogazione della corrente.

VALUTA

Consigliato portare dollari americani in contanti. Moneta: Ngultrum (BTN), che si divide in 100 Chhetrum. Il cambio è parificato a quello della rupia indiana (1 euro=60 ngultrum; 1 dollaro= 44,00 ngultrum circa, aggiornato a dicembre 2010).

CARTE DI CREDITO

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

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. Il Prefisso dall'Italia è 00975. La telefonia mobile è stata introdotta l'11 novembre 2003. La copertura attuale è con tecnologia GSM 900, l'operatore è B-Mobile (www.telecom.net.bt). La Bhutan Telecom ha introdotto i servizi 3G/EDGE/GPRS dal 5 maggio 2008. Il servizio tuttavia non funziona quasi mai. Il modo migliore per telefonare in modo conveniente ed economico è l'acquisto di una SIM del gestore del Bhutan.

CLIMA

Gradevole a maggio, settembre ed 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. Il clima è gradevole pur con notevoli escursioni termiche tra il giorno e la notte: le temperature previste durante il nostro tour variano dai 12° ai 28°.

ABBIGLIAMENTO

Indicati indumenti leggeri, sportivi e pesanti al contempo, abiti caldi per la sera, una giacca a vento leggera, calzature da montagna comode o comunque scarpe comodissime adatte anche a camminare in luoghi non asfaltati, calzini di ricambio da utilizzarsi dopo le visite nei templi in cui fosse necessario accedere senza scarpe, occhiali da sole, crema solare ad alta protezione, cappello.

L'abbigliamento deve essere rispondente alle caratteristiche dei luoghi visitati, specie quelli sacri e privilegiare la praticità.

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 - CUCINA - MEZZI DI TRASPORTO

Si viaggia utilizzando un moderno pulmino giapponese, Toyota Coaster Bus da 20 posti. La nostra organizzazione prevede che i bagagli siano trasportati separatamente su un altro pullman, il che, oltre a rendere più sicuro e veloce il viaggio, permette di trovare le valigie già nelle camere all'arrivo negli alberghi. 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. Sono stati selezionati i migliori alberghi in tutte le località, comodi e puliti con stanze dotate di bagno ed acqua calda.

ACQUISTI

Tra i prodotti tipici ci sono i thangkha (dipinti buddisti eseguiti su tela, montati su uno sfondo di broccato e appesi a un bastone cucito in cima), le 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.

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

Comunicazione obbligatoria ai sensi della Legge n°38 del 15/02/2006 art. 17 -
"La Legge italiana punisce con la reclusione i reati concernenti la prostituzione e la pornografia minorile, anche se commessi all'estero"

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE in camera doppia (gruppo minimo 18 partecipanti)	
SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA (su richiesta impegnativa)	

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 30/11/2010.

CAMBIO APPLICATO: 1 € = 1,34 \$ al 06/12/2010

Una variazione del tasso di cambio del +/- 3% potrebbe portare a un ritocco dei prezzi indicati. Eventuali adeguamenti valutari potranno essere applicati 20 giorni prima della partenza. La parte quotata in dollari corrisponde al 70% del totale.

Si sottolinea infine che la dogana italiana può sanzionare chi contravenga alle norme in materia di importazioni. In particolare si evidenzia che è consentita l'importazione di merci il cui valore d'acquisto non superi 175 euro.

NOTA BENE: Al fine di garantirsi i biglietti aerei e gli hotel in Bhutan, trattandosi di festival molto importanti la chiusura iscrizioni è fissata per il 15 marzo 2011.

LA QUOTA COMPRENDE

- Trasferimento pullman G.T. Bolzano/Venezia da Merano, Bressanone, con minimo 8 persone
- Volo di linea EMIRATES Venezia/Dubai/Calcutta/Delhi/Dubai/Venezia, inclusa franchigia bagaglio 20kg
- Volo di linea Druk Air Paro/Delhi, inclusa franchigia bagaglio 20kg
- Tasse aeroportuali (a oggi 40 €)
- Assistenza in aeroporto (arrivo/partenza)
- Trasferimenti aeroporto/hotel/aeroporto
- Trasferimenti come da programma con Toyota Coaster Bus da 19 posti da Bagdogra in India e per tutto il tour in Bhutan
- Trasporto dei bagagli con pullman separato
- Pernottamenti negli hotel indicati con sistemazione in camera doppia
- Trattamento di pensione completa
- Camera d'albergo a disposizione a Delhi fino all'ora di partenza per il rientro
- Accompagnatore dall'Italia esperto della destinazione e in grado di tradurre le spiegazioni della guida locale
- Entrate ai siti indicati nel programma
- Visto per il Bhutan e visto per l'India
- Assicurazione medico bagaglio e contro l'annullamento fornita da ACI GLOBAL.

LA QUOTA NON COMPRENDE

- Permessi per fotografare, da pagare in loco
- Eventuale adeguamento carburante
- Bevande, mance (saranno raccolti 50 € dall'accompagnatore in loco) extra personali e quanto non indicato alla voce "la quota comprende".

PENALITA' DI ANNULLAMENTO:

- 20% fino a 60 giorni dalla partenza
- 30% da 60 a 30 giorni prima della partenza
- 60% da 29 a 15 giorni prima della partenza
- 80% da 14 a 7 giorni prima della partenza
- 100% da 6 giorni alla partenza (nessun rimborso)

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



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

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