



NEPAL

Tour Mustang e il Festival Tiji

Dal 05-05-2018 al 19-05-2018

n. 15 giorni

Quota base 10/12 partecipanti

*Quote a partire da € 3750,00*pp*

La quota comprende: i voli domestici Jomson Pokhara e Pokhara Kathmandu (quota da riverificare al momento della conferma) – tutti i trasferimenti – i permessi speciali per il Mustang – veicoli privati tipo minibus per le visite di Kathmandu e Valle – jeep 4x4 in Mustang tipo speciale Green Plate – guide locali parlanti inglese – accompagnatore dall'Italia da minimo 10 pax – entrata al Tiji Festival – sistemazione nelle strutture indicate – pensione completa in Mustang, pernottamento e prima colazione a Kathmandu e Pokhara - visite, escursioni indicate nel programma – gadget di viaggio.

La quota non comprende: i voli e le relative tasse aeroportuali (vedere la tabella sottostante) - spese visto Nepal in loco (€ 30) – l'assicurazione con l'annullamento (3% del totale dei costi del viaggio) – i pasti a Kathmandu e Pokhara – l'escursione a cavallo a Lo Manthang (facoltativa) – bevande, mance, extra personali e tutto quello non incluso nella quota comprende..



Tour di 15 giorni

Giorno 1 –05/05 Milano Malpensa

Partenza dall'Italia con volo di linea per Kathmandu.

Giorno 2 – 06/05 - Arrivo a Kathmandu

Arrivare a Kathmandu è un'esperienza eccitante e memorabile, la veduta panoramica delle cime innevate della catena Himalayana si presenterà alla vostra vista. La capitale nepalese è situata in un'ampia vallata a 1340 mt di quota. All'aeroporto ci sarà il nostro staff ad attendervi. Dopo il check in in hotel, si iniziano alcune visite della Kathmandu storica e culturale, l'antica capitale del regno. Visita al monastero Buddhista di Boudhnath, lo stupa più grande del Nepal e al tempio Hindu di Pashupatinat, luogo di cerimonia Hindu. Rientro in hotel per il pernottamento.

Giorno 3 – 07/05 – Kathmandu

Prima colazione in hotel e giornata dedicata alla visita della Kathmandu storica e culturale. Visita a Swayambhunath, Monkey Temple, un mix di Hinduismo e Buddhismo, da dove si gode una vista bellissima su Kathmandu. Visita al Monkey Temple, un mix di Hinduismo e Buddhismo, da dove si gode una vista bellissima su Kathmandu. Visita alla città di Patan, situata a pochi chilometri dalla capitale. Nella Durbar Square si trovano alcuni spettacolari tempi, risalenti all'epoca delle antiche città imperiali, tra cui il palazzo del re e il tempio dedicato al Dio Hindù, Krishna Mandir, costruito interamente in pietra con al suo interno sculture rare. Rientro a Kathmandu in serata. Pernottamento in hotel.

Giorno 4 –08/05–Kathmandu –Bandipur –Pokhara

Dopo colazione partenza per Pokhara (210 km), tranquilla cittadina sulle rive del lago Phewa. Ci fermiamo però prima a Bandipur, a metà strada tra Pokhara e Kathmandu. Da questo villaggio nepalese puro, potremo osservare viste uniche sull'Himalaya. È uno dei punti di vedute più belli di tutto il Nepal (Annapurna, Dhaulagiri, Ganesh, Langtang), nonché una cittadina interessante per conoscere la cultura newari. Proseguimento per Pokhara. Arrivo, sistemazione in hotel e prima visita della bellissima cittadina. Pernottamento.

Giorno 5 – 09/05 – Pokhara – Jomson (9/10 h di trasferimento)

Dopo colazione, trasferimento a Jomsom (151 km) via strada. Il percorso non sarà facile, la strada si presenta talvolta dissestata. Jomsom, anche conosciuta come Dzongsam o Nuovo Forte, si trova a 2800 metri di altitudine. Si trova nella regione nepalese del Mustang, e si estende su entrambe le sponde del Kali Gandaki River. Su queste sponde si trovano pietre sacre agli Hinduisti. Sullo sfondo si elevano le altissime vette del Dhaulagiri e del Nilgiri. E' stata per secoli una delle maggiori rotte di commercio. Fino al 1959, i commercianti scambiavano diversi beni, ma soprattutto sale raccolto dai laghi salati del Tibet in cambio di riso e orzo raccolti nelle colline del Nepal centrale. Il commercio è ora ridotto a causa della concorrenza dell'India e dei cambiamenti politici ed economici in Tibet. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa. (Per raggiungere Jomsom ci si impiega l'intera giornata, perchè la strada si presenta impervia e talvolta ma viaggiando attraverso bellissimi paesaggi ci si immerge sin da subito



nelle atmosfere di questa remota regione evitando anche il trasferimento aereo che sovente subisce dei ritardi o anche cancellazioni a causa soprattutto dei forti venti).

Giorno 6 – 10/05 – Jomson – Ghami (4 h circa di trasferimento)

Dopo colazione guidiamo fino a Kagbeni e ritiriamo i permessi, continuiamo poi fino a Chuile, costeggiando la banchina del fiume Kaligandaki. Se sarà possibile attraversare il fiume continueremo poi fino a Ghami (32km), altrimenti cambieremo Jeep per raggiungere la città. Ghami è una magnifica cittadina, ricca di un'atmosfera meravigliosa. È la terza città del Mustang, che sorge in alto rispetto al fiume ed è circondata da campi coltivati. Questo luogo è incredibilmente silenzioso, lo Dzong è in disuso ed il Gompa vicino al forte chiuso. I tetti delle case vengono normalmente utilizzati come essiccatoi per lo sterco degli animali, utilizzato come combustibile. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa.

Giorno 7– 11/05 –Ghami – Lo Manthang (4 h circa di trasferimento)

La giornata di guida di oggi ci regalerà viste e panorami fantastici del Dhaulagiri. Arriveremo a Lo Manthang* (26 km) per l'ora di pranzo. Lo Manthang, la capitale e il villaggio più importante del Regno, giace al confine con il Tibet. Fu fondata nel 1450 dal figlio del leggendario Ame Pal, conquistatore che unificò i piccoli regni del Mustang superiore. Il muro alto, lungo 300 metri e spesso 150 m, a forma di "L", ha protetto la città da banditi e venti feroci per centinaia di anni e gli archeologi affermano che non essendo mai stato più esteso il muro, la comunità rimase immutata per 500 anni. Circa 1.200 persone vivono qui in circa 150 abitazioni, collegati da vicoli stretti. Vi sono alcuni chorten di fronte all'ingresso principale, dopo il quale vediamo subito il palazzo del re. Vi sono inoltre tre monasteri a Lo Manthang, ma i monaci risiedono solo nel più vicino Chode Lhakhang, che è più antico di circa 200 anni. Gli altri due monasteri non sono più in uso, ma sono gestiti da diverse famiglie, che condividono i diritti di cambiare l'acqua ogni mattina e di accendere le lampade a burro di notte. Molta gente qui protegge le proprie case dagli spiriti maligni appendendo delle "trappole per fantasmi" sopra le porte – queste sono delle teste di capre decorate con intrecci di corde. Il paesaggio intorno a Lo Manthang è straordinario nella sua diversità, caratterizzato da vallate, canyon, pianure, montagne coperte di neve e fiumi. In questo piccolo e pittoresco centro si respira un'atmosfera antica e surreale. Visita al re e al Palazzo Reale. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa. * Il Monastero di Namgyal, a Lo Manthang, ha subito dei danni a seguito del terremoto del 25 aprile 2015. Sono attualmente in corso dei lavori di ristrutturazione.

Giorno 8–12/05 –Lo Manthang (Tiji Festival)

Giornata a Lo Manthang per condividere la festività assieme ai Monaci buddisti e ai cittadini. Visita ai Monasteri locali per le tradizionali celebrazioni. Ci sono tre monasteri dentro la fortezza. Dentro uno di questi è conservata l'immagine enorme di un Buddha seduto in meditazione, e molte altre statue di varie divinità. Thanka antichi e meravigliosi pendono dal soffitto e dai pilastri del monastero. I muri sono dipinti con storie di Buddha e altri racconti. Il Gompa appare antico e nella sua forma originaria. I Lama per pregare e meditare usano il terzo monastero, chiamato Tugchen. Dentro il monastero vi è una



stanza separata dove si trovano maschere e costumi. Questi costumi vengono indossati dai Lama durante la festività. Il Re del Mustang partecipa al festival indossando i suoi vestiti da cerimonia. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa.

Giorno 9 – 13/05 – Lo Manthang (Tiji Festival ed escursioni)

Secondo giorno di Festival a Lo Manthang. Questo è il giorno principale di festeggiamenti: danze e riti locali ci accompagneranno per tutta la mattina. Al pomeriggio possibilità di effettuare una escursione a cavallo (non inclusa). Per tutti, escursione a Chosar (che dista circa 40 min da Lo Manthang), il sito dei gompas di Garphu e di Nyphu. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa.

Giorno 10 – 14/05 – Lo Manthang – Tsarang

Oggi assistiamo alla cerimonia di chiusura del Festival. Dopo pranzo partiamo per Tsarang (12 km, 2h circa), uno dei luoghi più religiosi del Mustang, villaggio magico ed ex capitale e residenza del Raja del Lho. Tsarang è la seconda città del Mustang, con circa 1000 abitanti. Una magica spiritualità pervade il villaggio. La vista del Monastero (gompa) locale ci apre le porte del villaggio Tibetano. Questo monastero arancione, bianco e rosso e il suo vecchio palazzo sono perfettamente adatti al paesaggio mozzafiato. Il gompa è un edificio massiccio che si erge su un colle dietro al quale sono visibili i ghiacciai. In tempi passati, centinaia di monaci vivevano qui – oggi ve ne sono solo una cinquantina e la maggioranza non sono residenti. Sebbene imponente dall'esterno, il gompa è in stato decadente e molte stanze sono in disuso. Vi sono molti dipinti di pregio in una sala di assemblea, così come Tankha e statue. L'altro punto di riferimento principale è il palazzo del re, anch'esso caduto in rovina non essendo in uso da mezzo secolo. Le sole due stanze rimanenti in buone condizioni sono la Gonkhang e la cappella, dove vi sono alcune statue raffinate, incluse i cosiddetti "I Tre Santi", tre figure che hanno svolto un ruolo importante nella storia antica del Mustang, e dei libri tibetani. Nel Gonkhang, o "Stanza dei protettori", vi è un leopardo delle nevi imbalsamato, alcune armi antiche e una "mano" che ha tre leggende popolari: la prima secondo la quale era di un ladro, la seconda che dice che fosse di un monaco che la offrì in sacrificio e la terza secondo la quale fu tagliata all'architetto di questo Dzong, per impedirgli di creare una simile struttura altrove. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa.

Giorno 11 – 15/05 – Tsarang – Kagbeni

Oggi ci dirigiamo verso Kagbeni (50 km, 6h circa), villaggio di influenza tibetana ricco di ruote di preghiera, Stupa e un monastero Buddhista risalente a 500 anni fa. Il nome Kagbeni proviene da "kag" (masso di pietra) e "beni" (confluenza dei due fiumi) e infatti Kagbeni giace sulle sponde della confluenza dei fiumi Kali Gandaki e del Jhong. Storicamente, Kagbeni è stato un importante passaggio sulla strada commerciale del sale. Ancora oggi, la disposizione della città testimonia la guerra e riflette la sua posizione di confine. Vi sono campi di mais, orzo e patate che circondano questo villaggio incantevole, caratterizzato da edifici a due e tre piani con pareti bianche, tetti piatti dove legna da ardere e fieno



vengono messi a seccare al sole per l'inverno. Le case sono costruite molto vicine le une alle altre con dei vicoli che conducono alle porte d'ingresso, dando al villaggio un assetto a labirinto. E' una città che sembra uscita dal passato, con le sue case di fango una vicina all'altra, piccoli sentieri scuri, imponenti stupa e un grande Gompa color ocra arrampicato sopra la città. Molte persone vestono ancora con i vestiti tibetani. Una delle maggiori attrazioni di Kagbeni è il Thupten Samphel Ling Gompa, che significa "monastero del luogo in cui fermarsi e sviluppare concentrazione sugli insegnamenti di Bhudda". Il monastero fu fondato nel 1429. Fino alla metà del XVIII secolo, il monastero ospitò circa 100 monaci dai 12 villaggi vicini. L'altare del monastero espone icone di bronzo del Sakyamuni Bhudda a fianco dei suoi discepoli Sariputra e Maudgalanya e altre divinità, Thanka, affreschi e bellissime lavorazioni in legno. Il monastero è il centro della vita spirituale per la comunità. Grazie all'aiuto esterno e della comunità locale, nel 2009 è stato fondato un collegio per i monaci, il che dà un'opportunità ai giovani monaci di Kagbeni e dei villaggi circostanti di studiare materie – sia religiose che non – sotto la disciplina monastica tibetana. Sistemazione in semplice guest house, pensione completa.

Giorno 12 –16/05 – Kagbeni – Muktinath – Jomson

Dopo colazione, ci dirigiamo verso Muktinath. Il tempio e i complessi religiosi di Muktinath si trovano a circa 90m di altitudine sopra Ranipauwa. Muktinath è un luogo sacro e di pellegrinaggio sia per gli Hinduisti sia per i Buddhisti. Si trova nella valle omonima, a 3.710 metri di altezza, ai piedi del passo del Thorong La. Qui si trovano un tempio buddhista e il tempio di Vishnu Mandir (in stile pagoda) considerato sacro (come gli altri 108 Divya Desam, ossia templi di Vishnu) dal culto Sri Vaishanava. Il tempio è uno dei più antichi tra i templi Hindu della dea Vishnu. Il Murti (un'immagine che rappresenta lo spirito divino di Vishnu) è in oro e alto quasi quanto una persona. Nel giardino esterno si trovano 108 musici di tori dai quali esce acqua gelata. L'acqua sacra che passa per 108 tubi intorno al complesso del tempio denota tutte le sacre acque Pushkarini (le Vasche del Tempio) di tutti i 108 templi di Vishnu del culto Sri Vaishanava, nei quali i devoti fanno i loro bagni sacri anche a temperature ghiacciate. Ancora più sacra è l'acqua che proviene da una roccia all'interno del tempio in stile tibetano Jwala Mai, poco dietro la pagoda. Dentro il tempio, dietro una tenda lacera, ci sono piccoli getti di gas naturale che producono una perpetua vampa di fumo, di fianco a una fonte che è la sorgente dell'acqua sacra. Questa favorevole combinazione di terra, fuoco e acqua è responsabile dell'importanza religiosa di Muktinath. E' spesso possibile vedere donne tibetane con elaborati copricapo turchesi devote presso questi complessi religiosi. La tradizione Buddhista Tibetana vuole che Guru Rimpoche, il fondatore del Buddhismo Tibetano, abbia meditato a Muktinath durante il suo viaggio verso il Tibet. Sulla strada sarà possibile incontrare molti pellegrini Hindi e Nepalesi. I pellegrini più colorati sono i monaci asceti Sadhu, che viaggiano poco vestiti, macchiati di cenere e spesso portando una lancia con tre punte chiamata Trishul. Arrivo a Jomson (24 km, 5h30 circa), sistemazione in semplice guest house, pensione completa.



Giorno 13 –17/05 –Jomson – Pokhara

Al mattino volo per Pokhara. Il volo di circa 30 minuti è uno dei più bei voli di montagna, poiché passa tra le più profonde gole incuneate tra l'Annapurna I (8,091m) e il Dhaulagiri I (8,167m). Una volta arrivati a Pokhara, avremo tempo per compiere alcune delle visite culturali (visita al campo profughi tibetani, alle cascate di David, alla Pagoda della Pace), per fare una gita in barca sul lago Phewa o per rilassarci nella bella cittadina. Sistemazione in hotel e pernottamento.

Giorno 14 –18/05 –Pokhara – Kathmandu –Bhaktapur –Kathmandu

Rientro a Kathmandu in aereo. Una volta arrivati, ci trasferiremo poi nella bellissima cittadina di Bhaktapur, dove visiteremo la famosa Durbar Square e potremo ammirare il famoso palazzo con 55 finestre costruito nel 1754, il Sunko Dhoka ed incantevoli templi induisti. Rientro a Kathmandu per il pernottamento in hotel.

Giorno 15–19/05 –Kathmandu –Malpensa

Trasferimento in aeroporto per il volo di rientro in Italia.