

LADAKH

Il Piccolo Tibet nel Nord India



Dal 9 al 19 Giugno 2024



Quota a persona Euro 3.280 (minimo 18 persone)

+ Tasse aeroportuali Euro 460 + Visto ingresso Euro 80

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO INCLUSA

1° Giorno: ROMA FIUMICINO - AMRITSAR

Ritrovo dei partecipanti in aeroporto e operazioni imbarco. Alle ore 09.40 partenza con volo Qatar Airways per Doha, cambio volo e partenza alle ore 19.55 per Amritsar con arrivo alle ore 02.05 del giorno successivo. Pasti e pernottamento a bordo.

2° Giorno: AMRITSAR

Arrivo ad **Amritsar** nelle prime ore del mattino e dopo le operazioni di visto e doganali, trasferimento in hotel e assegnazione delle camere. Pernottamento. Sveglia con comodo e colazione. Inizio della visita di **Amritsar**, la città' sacra dei Sikh, con il giardino **Jallianwala Bagh**, che ricorda il massacro inflitto dagli inglesi ad una folla di indiani innocenti nel 1919. L'attrazione della città' è il **Tempio d'Oro**, l'"**Hari Mandir**", il luogo di culto più sacro per la religione Sikh, famoso per la sua cupola decorata con circa 300 kg d'oro puro, che rappresenta il fiore di loto rovesciato. Il tempio si erge nel mezzo al lago sacro e si raggiunge percorrendo un ponte di marmo chiamato Parkarma. Nella sala principale, è custodito, sotto un panno rosa, il Guri Granth Sahib, il libro sacro del sikhismo, che viene esposto al mattino all'alba e vegliato per tutto il giorno da sacerdoti Sikh a ritmo di musiche, canti e inni. Tutti i giorni alle 22.00 il suono di un corno richiama i pellegrini al tempio, e con una solenne cerimonia, il libro sacro viene portato, in processione su un baldacchino, all'**Akal Takht**, il parlamento dei Sikh, dove riposerà per la notte. Canti, preghiere e inni accompagnano l'evento e migliaia di fedeli vi partecipano con totale devozione e trasporto. Al sorgere del sole il libro viene riportato al Tempio d'Oro. All'interno dell'area sacra si trovano anche le cucine dove i pellegrini di qualsiasi religione, volontari, offrono gratuitamente del cibo. La tranquillità che si respira nei templi Sikh, è un'esperienza trascendentale, avvolge tutto e proietta in una dimensione astratta, in cui il tempo sembra fermarsi e il respiro rallentare. Pranzo libero. Proseguimento con la visita della città vecchia. Nel tardo pomeriggio trasferimento a **Wagah**, a circa 70 km da Amritsar, che segna il confine e unico punto di passaggio fra India e Pakistan, per assistere, al tramonto, alle pompose sfilate dei picchetti militari, indiano e pakistani, che, in alta uniforme e con movimenti marziali, si sfidano in marce perfettamente sincronizzate agli ordini di un comandante che urla a squarciagola. Entrambi gli schieramenti hanno la loro folla che incita gli uni e deride gli altri. Con questa simpatica e scenografica esibizione, i militari ammainano le bandiere e chiudono con fragore le porte. Rientro in hotel per la cena. Dopo cena possibilità di assistere alla cerimonia del Tempio d'Oro.



Cerimonie giornaliere e Langar nel tempio D'Oro

Un certo numero di cerimonie si svolgono all'interno del Tempio d'Oro su base giornaliera. Le cerimonie principali sono: Una vacanza con noi nel **Nord Dell'India** riguarda la purezza, lo splendore, la correlazione con la natura e il ringiovanimento. Sukhasan o rituale di Chiusura: questa cerimonia si riferisce alla chiusura del Guru Granth Sahib di notte e alla sua collocazione in un palanchino ben decorato. Viene quindi portato all'Akal Takht al primo piano e il libro sacro viene poi messo in un letto. Prakash o il rituale di apertura: ogni mattina, il Guru Granth Sahib viene portato fuori dall'Akal Takht e portato in un palanchino decorato con fiori al Santuario del Tempio D'Oro. Dopo il consueto canto dei Kirtan, viene aperta una pagina casuale e letta ad alta voce. Cibo gratis: ogni giorno, migliaia di persone sono nutriti cibo gratis dalla cucina della comunità al tempio. Questa pratica è conosciuta come langar in cui tutti siedono a terra e godono del semplice ma gustoso pasto vegetariano servito lì. Il tour **Dell'India del Nord** ti porterà nelle sue destinazioni storiche, maestose e celesti come Delhi, Himachal Pradesh, Jammu e Kashmir, Rajasthan, Punjab etc.

3° Giorno: AMRITSAR – SRINAGAR (1730 m.)

Dopo la prima colazione trasferimento in aeroporto, partenza con volo per **Srinagar**. Arrivare a Srinagar significa entrare in un altro tempo. La città si trova a 1730 mt di altezza, al centro di una valle lussureggiante, solcata da fiumi, ricca di laghi e circondata da boschi e montagne innevate. La vita si svolge sulle silenziose imbarcazioni su cui la gente vive e lavora. Il nostro hotel sarà una **houseboat de luxe**, ancorata ad una piccola isola, con giardino, vista lago e Himalaya. Le prime houseboats, case galleggianti, furono costruite dagli inglesi circa 150 anni fa, poiché gli stranieri non potevano possedere beni immobili nel Kashmir. In seguito diventeranno molto comode per sfuggire al caldo estivo, muovendosi lungo il corso del fiume in cerca di ombra. Adesso, molte di esse, sono state trasformate in hotels. Qui il passatempo più piacevole consiste nello spostarsi in "**shikara**", gondole a remo, per esplorare gli infiniti canali che collegano gli innumerevoli laghi, con i loro giardini galleggianti ed il famoso "**floating market**". Oggi passeremo una piacevolissima e rilassatissima giornata durante la quale "pigreremo" sulle Shikara (imbarcazioni simili alle gondole che fungono da taxi locali), lungo i canali e attraverso i vecchi ponti, per osservare la vita quotidiana dei venditori di spezie e di stoffe, artigiani all'opera, tessitori di tappeti, negozi e piccoli orti che si affacciano sull'acqua. Perdersi per canali a bordo di una shikara è un'esperienza unica e il modo migliore per entrare in contatto con questa Venezia Himalayana. Ci spingeremo anche fuori dalla città, lungo i **laghi Dal e Nageen**, collegati fra di loro, colmi di ninfee e fiori di loto; attraccheremo su alcune isolette dove pranzeremo pic-nic e scambieremo qualche parola con gli abitanti locali.

Cena e pernottamento sulle houseboats. Tutte le house boat sono dotate di camera da letto, bagno privato e salottino.

4° Giorno: SRINAGAR

Dopo la prima colazione in hotel, al mattino presto, visita facoltativa al **mercato galleggiante sul lago**. Visita al Tempio di Shiva, lo **Shankara Charya**, situato su una collina che ha il miglior panorama della città. Proseguimento per i **giardini Moghul**, con giochi d'acqua del XVII sec., per comprendere la bellezza e il lusso in cui vivevano i Moghul che dalle città imperiali di Agra e Delhi, si spostavano a Srinagar nel periodo estivo. Interessanti le 12 terrazze che rappresentano i segni zodiacali. Principio base del giardino timuride è la struttura geometrica, basata sul modello persiano del «chahar bagh», dove l'incrocio di due canali genera una ripartizione dello spazio in quattro quadrati, delimitato da un recinto o un muro di mattoni, dalla cui etimologia persiana, «pairi» (intorno) e «daeza» (muro o mattone), i Greci derivarono la parola «paradeisos», il nostro paradiso. Visita della città vecchia, con le sue moschee fra cui la **Sijah Hamadan Masjid**, interamente in legno, la più antica di tutto il Kashmir. Cena e pernottamento sulle houseboats.

5° Giorno: SRINAGAR – KARGIL

Dopo la colazione partenza in 4x4 in direzione **Kargil**. Su ogni mezzo saliranno 3 persone, per godere di un maggiore comfort a bordo e così tutti avere sempre lato finestrino. Percorso il primo tratto in un ambiente tipicamente alpino, si sosta a **Sonamarg** per il pranzo, quindi si inizia la salita al passo di **Zojila** (3470 m.) e si prosegue per **Kargil** (2750 m.), capoluogo del basso Ladakh. **Sonamarg**, "il prato d'oro", è una delle località più affascinanti di tutto il Kashmir, situata come' in una stretta valle erbosa, ricca di fiori e circondata da picchi innevati, in un ambiente tipicamente alpino. Qui la popolazione è musulmano-scita: ovunque si scorgono scritte in arabo, raramente si vedono in giro le donne e le poche che si incontrano portano il velo, e ci sono numerose moschee. In serata visita al **museo Kargil**, un museo a conduzione familiare dedicato alla vita e ai tempi del commerciante pioniere del percorso Munshi Aziz Bhat, fondatore di sarai, collezionista, patriota, marito e padre. Cena e pernottamento a Kargil



6° Giorno: KARGIL – MULBEKH – LAMAYURU – ULEYTOKPO

Dopo la prima colazione partenza per **Mulbekh** dove si trova il minuscolo **Chamba Gompa**, il cui perno centrale è la statua di Maitreya scolpita nella roccia, alta 8 m e risalente all'anno 700. Più in alto rispetto all'abitato ci sono i gompa di **Serdung e Gandentse**, gli ultimi monumenti buddhisti costruiti prima della dominazione musulmana di Kargil. **Ulay Topko**. Pranzo a sacco durante il percorso. Dopo 1 ora di strada, si vedono i primi simboli buddhisti: le prime Stupa, **il monastero di Shergol**, situato, come i primissimi monasteri himalayani, all'interno di una grotta, e la scultura rupestre del Buddha Maitreya (il Buddha Futuro), a Mulbekh, alta 8 mt e scolpita nella roccia verso il 700 d.c. Il paesaggio è ormai desertico, lunare, mozzafiato. Dopo aver superato i passi **Namico-La** 3.718 e **Fatu-La** 4.094, si aprirà la vista su **Lamayuru**, con il suo affascinante Monastero dei Berretti Rossi, arroccato in cima ad un picco a 3.950 mt, in una cornice di montagne color ocra, affacciato sul bacino di un lago glaciale prosciugato. Lamayuru, dal X sec., è il più' antico monastero del Ladakh e ospita ca 150 monaci che sono frequentemente in pellegrinaggio presso altri monasteri in qualità di maestri spirituali. Si prosegue verso scenari di alta quota fra montagne rocciose, oasi e villaggi, fiumi che scendono dalle piccole valli laterali, ponti di corda che attraversano l'Indo, campi di colza, gole profonde nelle quali il fiume si insinua impetuoso. Passeremo **Khalsi**, dove una postazione militare ci controllerà i passaporti, per arrivare in serata a **Ulay Topko**. Cena e pernottamento in hotel, circa 3.000 mt, incastonato fra pareti di ghiaia viola e picchi di oltre 5.000 mt, ma ciò che maggiormente affascina è trascorrere la serata sul balcone naturale che si affaccia a strapiombo sull'Indo. Si continua partenza per Uleytokpo. Cena e Pernottamento a Uleytokpo.

7° Giorno: ULEYTOKPO – ALCHI – LIKIR – BASGO – LEH

Prima colazione in hotel. Pranzo a sacco durante il percorso. Attraversata una stretta gola e un bosco di betulle, visiteremo il **Monastero Rizong**, dell'ordine dei Berretti Gialli, che si trova in un'incantevole posizione da cui si gode un impagabile panorama sulle montagne circostanti. Fondato nel 1.829, è famoso per la disciplina e la rigidità della vita monastica dei suoi monaci. A 2 km da Rizong, incontriamo il **convento Di Chulichan**, che ospita 20 monache che si occupano di attività artigianali quali tessitura di lana e estrazione dell'olio di albicocca. Proseguiremo con la visita del **Monastero di Alchi**, XI sec., **Patrimonio dell'Unesco**, uno dei monumenti più' importanti dell'arte Himalayana, che conserva i tesori dal valore inestimabile. Costruito su un'ansa dell'Indo, si differenzia dall'architettura classica di tutti i monasteri perché sorge in piano e non arroccato su un'altura, protetto da un lato da un fiume e dagli altri lati da alte mura di fortificazione. Con la sua posizione al centro di estesi campi d'orzo, in un villaggio animato da traffici e commerci, è uno dei monasteri più' affascinanti del Ladakh, soprattutto famoso per i bellissimi murali e le sculture lignee dipinte che lo rendono uno dei più' importanti per l'arte buddista di tutta l'India. Questo prezioso tempio a tre piani accoglie in realtà al suo interno ben 6 templi, ed è particolarmente suggestivo per gli affreschi che sono stati realizzati sulle pareti interne, tra cui alcuni realizzati sulle vesti di tre gigantesche statue rappresentanti **Avalokiteshvara, Vairapani e Manjushri**, la triade più famosa del lamaismo. Proseguiremo con la visita del **Monastero di Likir**, con un breve spostamento si raggiungerà il villaggio di Likir, caratterizzato dal fatto che il gompa qui presente accoglie una delle più alte statue di Maitreya Buddha **Patrimonio Unesco**. Fondato nel XI sec, anche se l'edificio attuale risale al 1.605. La struttura ricorda il Potala di Lhasa in Tibet, ospita circa 100 monaci e nelle sue sale sono custodite delle belle statue di Buddha, nel cortile, contro il cielo azzurro e le montagne innevate, sventa un'impressionante statua dorata di Byddha Maitreya, alta 14 metri. Si prosegue per **Basgo**, vecchia capitale del Ladakh, un'oasi di verde dove, su una roccia, sventa il **Palazzo Reale** del XVII sec. Poco più avanti si arriva alla confluenza dei fiumi **Indo e Zanskar**, luogo sacro in cui le acque si mischiano, punto d'incontro di queste "grandi presenze", fonti di vita dell'Himalaya. Qui la strada si snoda in una stretta gola rocciosa, con pareti a strapiombo sul fiume, per arrivare a **Nimu**, poi finalmente a **Leh**. 3500 mt. Lungo la strada si visita la fortezza imponente di Basso che sorge sulla riva destra dell'Indo, il **Basgo Gompa (SITO UNESCO)** si trova nella parte alta del villaggio tra pinnacoli in terra erosi dal tempo. Dopo aver passato Basgo, e Nimu nei cui pressi il fiume Zanskar si getta nell'Indo, si arriva a Leh. Cena e pernottamento in hotel.



8° Giorno: LEH – Festival di HEMIS TSECHU

Dopo la prima colazione in hotel intera dedicata dedicata al **festival di Hemis Tsechu**, questo festival può essere considerato il festival monastico più popolare del Ladakh e celebra l'anniversario della nascita di Lord Padmasambhava, leader spirituale della regione del Ladakh, durante l'VIII secolo, fondatore del buddismo tibetano, Nyingma, il più antico ordine del buddismo tibetano. Danze sacre in maschera o *cham* sono eseguite dai monaci residenti nel monastero nel cortile. Il monastero ospita il più grande *thangka* del mondo o il dipinto su pergamena tibetano. Questo *thangka* alto due piani viene inaugurato una volta ogni 12 anni. Il *thangka* è stato esposto nell'anno 2016 e sarà mostrato di nuovo nel 2028. **L'Hemis Festival** dura due giorni e si svolge tra giugno e luglio a seconda del calendario lunare. Migliaia di pellegrini giungono qui da tutta la regione himalayana e si accampano nelle vicinanze del monastero, per prendere parte al festival. Sulla facciata del monastero vengono esposto il Thangka (il grande Thangka solo ogni 12 anni) che raffigura il lama principale dell'Ordine dei Berretti Rossi, Drugpa. Il cortile principale del monastero è invaso dalle danze "Chham", parte centrale del rituale e della liturgia buddhista. L'abate del monastero, che è considerato la reincarnazione del fondatore, è seduto sul trono principale del cortile e dà il via alle danze e ai festeggiamenti, circondato dai grandi Lama qui riunitisi per l'occasione. Musiche, canti e danze creano un'atmosfera mistica e trascendentale, che travolge i visitatori, immergendoli pienamente nelle celebrazioni buddhiste. Le danze sono forse il momento più pregno, in quanto costituiscono il punti d'incontro tra terreno e divino e mettono i fedeli in comunicazione con dio. Durante la trasferta foto stop **monastero di Chemrey**, bella posizione su una collina. In serata rientro a Leh. Cena e pernottamento in hotel.



9° Giorno: LEH-SPITOK – STOK – LEH

Dopo colazione visiteremo il monastero di **Spitok**, sede del potere amministrativo che controlla tutti i monasteri della regione, e che si erge su una rocca in posizione strategica, dalla quale si domina la valle dell'Indo. In seguito ci sposteremo al monastero di **Phyang**, con le sue numerose sale che ospitano una collezione di bronzi, antichi dipinti e sale tantriche. La visita dei monasteri tibetani del Ladakh offre un'occasione unica per incontrare il mondo di coloro che scapparono in Nepal davanti all'invasione cinese e, da qui, ripararono nella valle del Ladakh così simile al Tibet. I templi, ben conservati e talora animati dalla presenza di fedeli, esprimono un'arte particolare ma di estremo interesse. Visiteremo in seguito il **Palazzo di Stok**, che segna la fase finale dell'evoluzione delle residenze fortificate dei palazzi. L'architettura vanta una maestria artigianale e presenta caratteristiche come la pianificazione degli spazi con passaggi di accesso. Gli appartamenti reali e la camera da preghiera sono disposti in un cortile interconnesso su più livelli. Ci sono anche silos di grano a tre piani e passaggi di drenaggio. Tornando a Leh, ci dirigeremo al **Palazzo Reale di Leh** che, sebbene molto in rovina, rende bene la grandezza e la ricchezza di questa signoria tibetana. Lo stile e l'imponenza delle costruzioni è chiaramente ispirata al Potala di Lhasa. Cena e pernottamento in hotel.

10° Giorno: LEH – DELHI

Prima colazione in hotel e trasferimento in aeroporto e volo diretto a **Delhi** e sistemazione in hotel nei pressi dell'aeroporto. Resto della giornata a disposizione per relax o attività personali. Su richiesta possibile organizzare una visita guidata a Delhi o monumenti più importanti. Cena in hotel. Le camere in hotel resteranno a disposizione fino all'ora di trasferimento in aeroporto, operazioni di imbarco. Partenza con volo Qatar Airways delle ore 22.10 con arrivo a Doha alle 23.45, proseguimento alle ore 02.10 per Roma con arrivo alle ore 07.20 del giorno seguente.

11° Giorno: DELHI – ITALIA

Arrivo in Italia e fine dei servizi.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 3.280,00 (minimo 18 persone) + tasse aeroportuali € 460 + visto € 80

Iscrizioni entro il 20 Gennaio 2024 con acconto € 100

2° acconto entro il 28/2 € 300,00 – 3° acconto entro il 31/3 € 800,00 – Saldo entro 35 giorni prima della partenza

La quota comprende

- Volo di linea Roma – Amritsar e – Roma-Delhi (bagaglio 23 kg)
- Due voli interni Delhi – Srinagar & Leh – Delhi (bagaglio 15 kg)
- Trasferimenti con bus privato in Srinagar + Trasferimenti privati con Toyota Innova in Ladakh (3 clienti più l'autista per mezzo)
- Pernottamenti in hotel 4**** e heritage e houseboat de luxe
- Pensione completa dalla prima colazione del secondo giorno alla cena dell'ultimo (acqua compresa, bevande escluse)
- 2 piccole bottiglie d'acqua per persona al giorno (1 litro)
- Visite ed escursioni compresi gli ingressi, come indicato in programma
- Guida accompagnatore locale parlante italiano
- Assicurazione medica, bagaglio e COVID 19 + **POLIZZA ANNULLAMENTO VIAGGIO**
- **CAPOGRUPPO FULGINIUM VIAGGI AL SEGUITO PER TUTTO IL TOUR**

La quota non comprende:

- Tasse aeroportuali euro 460,00 soggette a riconferma sino emissione dei biglietti aerei
- Visto ingresso elettronico circa 80,00 (soggetto a riconferma)
- Mance - Bevande ai pasti - Extra personali - Quanto non indicato alla voce "quota comprende"