



NÉPAL ET TIBET, MYSTÈRES DE L'HIMALAYA

13 Jours / 11 Nuits - à partir de 4 090€

Votre référence : p_NP_NETI_ID8701

Proches et si différents à la fois, le Népal et le Tibet, deux contrées qui préservent farouchement leurs traditions et leur culture bouddhiste singulière. Belle découverte de la vallée de Kathmandu, de villes royales en villages de charme, de palais en pagodes, de temples en stupas dorés, de ruelles médiévales en ateliers d'artisans. Puis un voyage initiatique au Tibet, où le quotidien est encore fortement marqué par des rites religieux séculaires. Ancien état théocratique, le Tibet est le creuset du bouddhisme tantrique, animé par le culte des lamas réincarnés. Forteresses et villes-monastères s'égrènent au cœur de paysages somptueux, insufflant leur énergie si particulière aux hommes et aux femmes de ces hautes terres.

Vous aimerez

- Les magnifiques sites de la vallée de Kathmandu élevés au rang de patrimoine mondial
- La gentillesse de la population tant au Népal qu'au Tibet
- La singulière culture tibétaine, joyau préservé de l'Himalaya
- L'impressionnante beauté des paysages baignant dans une lumière de cristal

JOUR 1 : FRANCE / KATHMANDU

Départ pour Kathmandu sur vol régulier avec escale.

JOUR 2 : KATHMANDU

Accueil et installation à l'hôtel. Découverte de Durbar Square, le centre monumental de Kathmandu fondé au XI^e siècle par les souverains Malla. Il regroupe l'ancien palais royal, la maison de la déesse vivante, la Kumari, des pagodes, des temples et des demeures typiques de l'architecture Newar. Visite du grand stupa de Swayambunath qui domine la ville.

JOUR 3 : KATHMANDU

Découverte de l'impressionnant stupa de Bodhnath, site classé au patrimoine mondial. Son stûpa du XIV^e siècle est l'un des plus grands au monde. Balade dans le quartier animé où vit une importante communauté tibétaine. Poursuite à Pashupatinath, l'un des centres hindouistes les plus sacrés du pays, et situé sur les rives de la Bagmati (entrée dans le cœur du temple réservée aux hindous).

JOUR 4 : KATHMANDU / BHAKTAPUR

Excursion au sanctuaire de Changu Narayan, aux riches décorations, inscrit au patrimoine de l'Unesco. Poursuite pour Bhaktapur, véritable ville-musée médiévale. Découverte de ses fabuleux monuments et flânerie dans ses ruelles où chaque maison offre quelques détails insolites. Temps libre pour explorer cette ville pleine de charme à votre guise, à l'heure où la plupart des visiteurs l'ont quittée. Toute la

magie du lieu opère alors ! Dîner traditionnel chez l'habitant.

JOUR 5 : BHAKTAPUR/ KATHMANDU / GONGGAR/ TSEDANG (3 400 m)

Route pour Kathmandu et envol pour Gonggar, l'aéroport civil du Tibet. Route pour Tsedang, berceau de la civilisation tibétaine et fief de la dynastie Yarlung des rois du Tibet. Visite du monastère de Samyé le premier monastère du Tibet construit en 775 et orné de belles peintures murales. Flânerie dans le village voisin hors du temps.

JOUR 6 : TSEDANG / LHASSA (3 680 m)

Viste du monastère de Trundruk, l'un des plus anciens du Tibet, construit au VII^e siècle sous le règne de Songstan Gampo. Ensuite, halte au Yongbulakhang, sanctuaire fortifié, qui, selon la légende, aurait été le premier édifice construit par le roi mythique, Nyatri Tsenpo. Sur la route de Lhassa, découverte du monastère de Mindroling, "Endroit de la Parfaite Emancipation" grande fondation nyingmapa à la conception architecturale remarquable, qui forma pendant près de trois cents ans lettrés et yogis venus de tout le Tibet pour étudier les écritures bouddhistes, l'astronomie ou la médecine tibétaine traditionnelle tibétaine.

JOUR 7 : LHASSA

Découverte du Potala, forteresse de treize étages qui domine toute la ville. Fondé à partir du VII^e siècle, cet ensemble impressionnant comprend actuellement plus de mille salles : sanctuaires, galeries, bibliothèques, appartements privés où les Dalaï Lama résidèrent jusqu'en 1959. Le palais est aujourd'hui transformé en musée. Temps consacré au temple du Jokhang, "l'âme du bouddhisme". Excursion au monastère de Drepung bâti au pied de la montagne à l'extérieur de Lhassa, qui fut à son apogée le plus grand monastère bouddhiste au monde, et qui divulgue aujourd'hui encore un enseignement bouddhiste extrêmement exigeant. Promenade sur le chemin déambulatoire du Barkhor bordé d'échoppes.

JOUR 8 : LHASSA

Visite du monastère de Sera fondé au XV^e siècle, qui fut la troisième grande université monastique gelugpa de la région, célèbre autrefois pour la formation des dop-dop, les fameux moines combattants. Visite du musée national du Tibet, d'un centre d'artisanat et du monastère de Ramoche qui renferme une statue représentant le Bouddha historique à l'âge de douze ans. Promenade dans le parc de Norbulinka, le palais d'Été des chefs spirituels du Tibet.

JOUR 9 : LHASSA / GYANTSE (3 950 m)

Route le long du fleuve Yarlung Tsangpo (Brahmapoutre) jusqu'au Gyantsé. Sous ses airs de bourgade, cette ancienne étape sur les routes commerçantes du Népal et de l'Inde, considérée historiquement comme la troisième ville du Tibet et dominée par son dzong, est sans doute aujourd'hui la seule qui conserve encore son caractère tibétain, avec son splendide Kumbum aux " cent mille images saintes" qui abrite en son sein de nombreuses chapelles dédiées aux divinités bouddhiques.

JOUR 10 : GYANTSE / SHIGATSE (3 900 m)

Visite du Pango Chorten, stupa aux cent mille figures, et de la lamaserie de Palkhorchöde (monastère de Palcho), autrefois important centre d'études de l'école Sakya qui abrita jusqu'à seize collèges de divers courants du bouddhisme tibétain. Flânerie dans la vieille ville avant le départ pour Shigatsé, la seconde ville du Tibet et siège traditionnel du Panchen Lama. Visite du monastère de Tashilumpo dont la fondation remonte au XV^e siècle. Promenade sur le chemin déambulatoire qui entoure le monastère et visite du marché.

JOUR 11 : SHIGATSE / LHASSA

Route pour Lhassa (5h). Temps libre pour le shopping.

JOUR 12 : LHASSA/ GONGGAR / KATHMANDU / PATAN

Route pour Gonggar et vol de retour pour Kathmandu. Accueil et transfert dans le beau quartier de Patan où vous passez la nuit. Journée libre pour une découverte à votre guise des monuments de cette ancienne capitale royale et ville d'art, ses nombreux temples, ses palais et bassins sacrés ornés de sculptures. "La ville aux toits dorés" était jadis un grand centre d'enseignement bouddhique, comme en témoignent ses nombreux monastères. Ceinturée de stupas, aux points cardinaux, qui auraient été érigés par le grand empereur Ashoka vers 250 av. J.-C., la ville est réputée pour son artisanat de statues en bronze représentant le panthéon hindou, et dont les traits du visage sont finement surlignés d'or. Nous vous recommandons également une halte au très beau musée.

JOUR 13 : PATAN/ KATHMANDU/ FRANCE

Transfert à l'aéroport et retour sur vol régulier. Arrivée en France le même jour.

Hébergement

Vos hôtels ou similaires :

KATHMANDU : Ghangri Boutique ***

BHAKTAPUR : Khwapa Chhen Guest House (Hôtel Heritage)

TSEDANG : Hôtel Tsedang ***

LHASSA : Dekang ***

GYANTSE : Gyantse***

PATAN : Temple House (charme)

Le prix comprend

Le prix mentionné est calculé base deux personnes, en chambre double avec petits déjeuners, en basse saison et à partir de. Sont inclus: les vols internationaux, les taxes aériennes et surcharge carburant, tous les transferts, les visites mentionnées, les services d'un guide francophone au Népal, et d'un guide

anglophone au Tibet.

Le prix ne comprend pas

Les frais de visas népalais et chinois (nous consulter), les déjeuners et les diners, les boissons, les permis photo et vidéo sur les sites, l'assurance maladie-accident-rapatriement et bagages ainsi que la garantie annulation (pour plus d'informations nous consulter), les pourboires et dépenses personnelles.

CARTE

