

PUNJAB-LADAKH – KASHMIR : FESTIVAL DI HEMIS TSECHU

Prezzo: € per persona

Data: 09/06/2024

Durata: 11 giorni - 10 notti

Viaggiatori: 15 persone

Maggiori informazioni su questo tour: 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 ed houseboat deluxe
- 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
- Polizza Annullamento
- Capogruppo 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"

Abbiamo previsto solo 3 persone per auto, in modo da viaggiare molto comodi, e soprattutto tutti i viaggiatori avranno sempre il lato finestrino.

INFORMAZIONI UTILI Documenti di Viaggio Passaporto con validità residua di almeno 6 mesi con 2 pagine libere consecutive, e visto elettronico.

Vaccinazioni e precauzioni sanitarie In India non è richiesta alcuna vaccinazione obbligatoria. Vi ricordiamo però di portare con voi i medicinali per uso personale e, molto importante, un repellente contro le zanzare.

Consigliamo di munirsi di disinfettanti intestinali e, in Punjab e Kashmir di prestare attenzione agli sbalzi tra il caldo dell'esterno e l'aria condizionata molto diffusa in locali, hotel e mezzi di trasporto. Come in altre destinazioni è bene evitare i cibi crudi e non bere acqua corrente ma acqua e bibite in bottiglia evitando il ghiaccio. **Telefono** Per chiamare in Italia il prefisso è 0039, per chiamare dall'Italia 0091 seguito dal codice regionale e urbano. **Fuso orario** 3 ore e mezza avanti rispetto all'ora legale italiana (estate), 4 ore e mezzo rispetto all'ora solare (inverno) **Lingua** In India esistono 21 lingue ufficiali e 1.652 dialetti: l'hindi è la lingua ufficiale del governo e quella più parlata; l'inglese, ampiamente utilizzato,

è "lingua ufficiale sussidiaria". **Clima e Abbigliamento** Il Punjab e il Kashmir hanno un clima steppico con temperatura media durante tutto l'anno di ca 30 gradi, con piogge scarse e scarsa umidità. Il Ladakh, con un territorio di altitudine media 3500 mt, ha inverni molto rigidi in cui la temperatura può arrivare a -20 e estati piacevoli con 20-25 di giorno ma notti fredde. Anche qui le piogge sono molto scarse. Per le visite ai luoghi di culto consiglio un abbigliamento adeguato non troppo scollato e pantaloni non troppo corti anche per gli uomini e scarpe che si possano togliere agilmente per entrare nei luoghi di culto, calzini da indossare se non si vuol camminare scalzi. **Elettricità** Corrente a 220 volt e prese circolari a tre poli. Adattatore universale necessario. **Moneta** In India e Ladakh la moneta locale è la rupia indiana (INR), suddivisa in 100 paisa. L'importazione e l'esportazione di rupie indiane, che possono essere acquistate solo in India, sono vietate. Si può cambiare negli aeroporti o negli hotel, dove il tasso di cambio risulta un po' meno conveniente. Conservare le ricevute di cambio, indispensabili per riconvertire le rupie in euro in caso fosse necessario. Gli euro vengono accettati, assieme alle carte di credito, nei principali negozi per turisti. Le rupie si possono ritirare anche dagli sportelli ATM che si trovano nelle città principali. **Foto e Video** Nelle zone monumentali viene normalmente richiesto il pagamento di un biglietto per foto e riprese. Sensibilità e rispetto sono raccomandati nel riprendere le persone, a cui è consigliabile chiedere sempre il permesso. In particolare si raccomanda discrezione e rispetto nei luoghi di preghiera. **Mancia** Dare la mancia è un'abitudine diffusa ed apprezzata. Vi consigliamo di munirvi di banconote di piccolo taglio. **Notizie generali** Sul **Lago Dal** vivono da secoli intere comunità su case galleggianti, senza necessità di scendere mai a terra, perchè tutta la loro vita si svolge sull'acqua, a bordo delle tipiche imbarcazioni. Particolarmente suggestivo è il mercato degli ortaggi, su barche-bancarella, all'alba nel mezzo del lago. Sulle rive del Dal si possono visitare anche bellissimi giardini terrazzati di epoca Moghul: il Pari Mahal, il Nishat o lo Shalimar, che fu creato dall'imperatore Jahangir per la sua regina, Nur Jahan, e che acquista il suo massimo splendore nelle sere di autunno. Ma l'intera regione è un magnifico giardino naturale, con frutteti, fiori e scenari unici in tutto il Paese. La città vecchia si dipana lungo le rive del fiume Jelhum ed è dominata dalla Jamia Masjid, dal santuario ligneo dal verde tetto a pagoda di Shah Hamdan, costruito nel XV° secolo dal sultano Sikander in memoria di Mir Syed Ali Hamdani, considerato il diffusore dell'Islam nella regione e dalla cupola candida e ovoidale accompagnata dall'alto minareto del dargar di Hazratbal, non lontano dal quale si trova il giardino Nasim Bagh. Altro bell'esempio architettonico è il mausoleo detto di Budshah, il Sultano Zain-ul-Abidin, anche se in realtà vi è sepolta sua madre mentre questo importante governante venne sepolto poco distante. Costeggiando il fiume si raggiunge la zona coloniale, dove oggi hanno sede i musei e molte botteghe, ove acquistare prodotti del celebre artigianato del Kashmir. Il Kashmir è molto conosciuto per i suoi preziosissimi scialli. I più costosi e famosi sono quelli intessuti in lana Pashmina, ossia il nostro più fine Cachemire, ottenuta dalle caprette del Ladakh; ma tra questi ci sono anche quelli prodotti con la lana reale o Shahtoosh, che costa la vita a migliaia di antilopi tibetane, uccise illegalmente per ricavarne la lana, come illegale è oggi acquistare questi scialli. Eccellenti sono le lavorazioni del legno, del feltro e della

cartapesta. In Kashmir la cultura dominante è oggi islamica, con tracce residue di tradizione indù, che invece è maggioritaria in Jammu. L'antica e celebrata Kashmiriyat, l'unicità dell'armonia tra culture e religioni che caratterizzava la regione, è da oltre un ventennio purtroppo solo un ricordo. **Ladakh** Il Ladakh, la terra delle cime frastagliate e del paesaggio arido, è una meta turistica affascinante e maestosa. Una terra dalla natura selvaggia con il suo carattere inalterato e la bellezza naturale travolgente che richiama il più intenso e avventuroso dei viaggiatori. La più grande delle 10 province del Jammu e Kashmir, il Ladakh è delimitata dalla catena montuosa del Karakorum nel nord e dall'Himalaya nel sud. Con il grande Indo che scorre proprio attraverso il Ladakh, la provincia è divisa in Leh, la capitale, Nubra, Zaskar, Ladakh e Rupshu. Le caratteristiche distintive del Ladakh sono i suoi altipiani. Il clima del Ladakh è freddo e secco.

FESTIVAL DI HEMIS: CHI È IL GURU RINPOCHE

Il Guru Rinpoche ("Prezioso Maestro") o Padmasambhava ("Nato dal Loto") è venerato come secondo Buddha ed è considerato il primo e più importante diffusore del Buddhismo in Tibet e fondatore del Buddhismo Tibetano. Visse nell'VIII secolo, ma la sua biografia è un misto di storia e leggende. La storia della sua vita è una incredibile sequenza di prodigi e imprese sovranaturali. In generale nella tradizione buddhista, la "verità storica" non è il criterio fondamentale seguito nella scrittura delle biografie dei grandi maestri. La maggior parte di queste opere viene composta da insegnanti spirituali per i praticanti, con lo scopo di rafforzare il senso di rispetto verso gli insegnamenti e la dedizione per la loro pratica. Dunque, i racconti delle illuminazioni, delle visioni, delle vicende di vita dei grandi Yogi non sono "storia", ma insegnamenti di Dharma veri e propri. Al di là dei dubbi sulla veridicità di alcuni passaggi della biografia di Guru Rinpoche, si può essere completamente sicuri che nell'VIII secolo d. C. un individuo straordinario cambiò irreversibilmente la storia di tutta la regione himalayana. Nacque nella valle dello Swat, da un loto fiorito nel lago Dhanakosha, formatosi dalle lacrime del padre, e alla nascita aveva già 8 anni. Fu adottato e cresciuto dal re Indrabhuti dell'Uddiyana, ma lasciò il palazzo per dedicare la propria vita al Buddhismo e diventare monaco. Nel Saor sposò la principessa Mandarava, che diventò la principale delle sue yogini (ebbe 5 mogli, di cui due tibetane e due nepalesi). La sua richiesta di lasciare la corte fu rifiutata, ma egli la sentiva come una limitazione troppo grande. Finse allora di uccidere un suo coetaneo, figlio di un ministro, per essere bandito e poter vagare liberamente dopo il suo spirito lo guidava. Una volta tornato nello Swat con sua moglie rischiò il rogo per essersi sposato da monaco, ma ricevette la grazia per le sue straordinarie capacità. Nel 786 il sovrano del Tibet, Trhisong Detsen, lo invitò nel paese per aiutarlo a convertire la popolazione tibetana. Si racconta che durante l'incontro tra il Guru ed il sovrano, ci fu un terremoto. Sulla permanenza del guru in Tibet storia e leggenda sono alquanto discordi: la prima suppone che sia rimasto qui 12 anni, la seconda solo 18 mesi. L'anno successivo al suo arrivo, egli sconfisse i demoni della collina di Hepo Ri e questa vittoria divenne l'emblema del trionfo del Buddhismo sulle divinità preesistenti.

Dettagli aggiuntivi:

Prezzi aggiuntivi:



Programma:

Hemis Tsechu

Le antiche tradizioni tra Kashmir, Ladakh e Punjab

Circa 43 milioni di anni fa il continente India, figlio del Gondwana, entrò in collisione con l'Asia meridionale, continuando poi ad infilarsi al di sotto di quest'ultima, cosa che fa ancora oggi.

L'antico oceano che una volta separava queste terre, e che gli scienziati hanno chiamato "Tethys", si è chiuso per sempre, e dall'unione di questi continenti sono nati l'altopiano tibetano e la catena dell'Himalaya, le parti del nostro pianeta più vicini al cielo.

Il Ladakh è una di quelle regioni in cui è ancora possibile vedere i resti dei fondali di quell'oceano scomparso, insieme alle testimonianze di un antico regno buddhista dove la cultura tibetana è ancora intatta, sopravvissuta anche all'invasione più infida e recente, quella della modernità e delle lusinghe del progresso.

E' un affascinante, remoto deserto ad alta quota, che beneficia solo in parte

dei monsoni che bagnano il resto dell'India, e in cui ogni albero, e persino ogni filo d'erba ci parlano dell'uomo e della sua fatica, della sua ostinazione, del suo orgoglio di vivere da sempre, con poveri e arcaici mezzi materiali ma con tantissima fede, lassù, più vicino al cielo.

In questo suggestivo itinerario proponiamo un'esplorazione di monasteri tibetani molto ben conservati, di arte indiana e nepalese di mille anni fa, di passi montuosi che regalano infine panorami sterminati, delle oasi dal verde abbagliante incastonate nei fondi valle, accompagnati dalla maestosa visione del fiume Indo.

La nostra filosofia di viaggio racchiude l'avventura unita ad un'ottima organizzazione e qualità dei servizi scelti, nel rispetto dell'ambiente e delle popolazioni locali.

La maggior parte dei viaggi sono adatti a tutte le età e, nonostante i gruppi possano essere formati da persone piuttosto eterogenee, si crea un'ottima sinergia, grazie alla passione condivisa per il nuovo ed il diverso. Nella maggior parte dei casi i partecipanti rimangono uniti nel tempo anche dopo l'esperienza di viaggio.

L'amore per la natura, il confronto ed il coinvolgimento con le popolazioni locali, i rapporti che si creano tra i viaggiatori sono i pilastri delle nostre avventure e fanno sì che un itinerario immaginario si trasformi in un viaggio esperienza.

HEMIS FESTIVAL

L'Hemis Festival è uno dei maggiori e più celebri festival religiosi del Ladakh, divisione dello stato del Jammu e Kashmir, in India del Nord. È una celebrazione tradizionale e antichissima che si svolge presso il Monastero di Hemis. È un festival vivace e colorato, che celebra l'anniversario della nascita del Guru Rinpoche (o Padmasambhava), considerato una reincarnazione del Buddha. Tutta la popolazione vi prende parte e tutti indossano gli abiti tradizionali. Si svolgono rituali, danze e spettacoli.

MONASTERO DI HEMIS

Il monastero o Gompa di Hemis è il più grande del Ladakh e vanta anche il più grande Thangka. Si trova a circa 40 km da Leh e sorge non lontano dell'omonimo villaggio. Non si hanno tantissime informazioni sull'origine del monastero, ma da alcuni testi qui rinvenuti, pare che esistesse già nel XI secolo. Fu durante il regno di Sengge Namgyal nel XVII secolo, che divenne celebre in tutta la regione, grazie al sostegno che la dinastia Namgyal concesse alla setta Drugpa, che gestiva il monastero. La storia del monastero è strettamente legata a questo popolare festival, che si svolge solitamente tra giugno e luglio.

Un viaggio nell'India del Nord che tocca gli Stati del Panjab e del Kashmir. La prima, la regione dei Sikh, la seconda un Paese a maggioranza

musulmana, con influenze induiste e buddiste. Il percorso ideale per completare del tutto la conoscenza del Continente India. Amritsar e il Tempio d'Oro dei Sikh, un luogo magico di condivisione, dove toccherete con mano la fede e la speranza dei cuori dell'India. Il Kashmir, il Paradiso in Terra, per tutte le genti della nazione. Una terra magnifica, incastonata fra le montagne dell'Himalaya. Srinagar, un gioiello centro-asiatico di una bellezza struggente, adagiata sul Lago Dal, solcato da piccola imbarcazione che si districano in una rete di fitti canali. Il festival di Hemis è una delle celebrazioni più importanti del Ladakh, regione dell'estremo nord dell'India, e ricorre nell'anniversario della nascita dell'importante figura del Guru Padmasambhava. Il Guru Padmasambhava, o Guru Rinpoche, è secondo solo al Buddha, ed è considerato il più importante diffusore del Buddhismo, che intraprese un lungo viaggio dall'India al Tibet per diffondere il sacro messaggio del buddhismo. L'Hemis Festival si svolge nel cortile del Gompa di Hemis, il più grande e importante monastero del Ladakh. Questo festival attira tutta la popolazione locale, che per l'occasione si veste a festa con i migliori abiti tradizionali, e tra splendide danze in maschera, con l'accompagnamento di cembali e tamburi i Lama, chiamati anche Chhams, svolgono la funzione religiosa. L'Hemis festival è una cerimonia unica nel suo genere e molto spirituale, assistere a questo evento vi farà entrare nel cuore della filosofia e spiritualità buddhista.

Il **Kashmir** è il cuore dell'area, con la sua valle che giace tra la catena del Pir Panjal e l'Himalaya.

I Moghul stabilirono nella valle del Kashmir la loro residenza estiva e ad essa si riferivano come il paradiso.

Srinagar ne è la capitale e pur trovandosi in terra prettamente montana è a tutti gli effetti una città che si trova sulle rive del lago Dal e le sue ramificazioni, Lokut Dal e Bod Dal, incorniciati dalle cime innevate durante buona parte dell'anno. La fortezza sovrasta il centro della città, costruita su di un'altura dall'imperatore Akbar, si dice per contrastare la terribile carestia che decimava la popolazione e fornire impiego retribuito con la sua edificazione. Oggi è sede dell'esercito indiano e dunque la sua visita non è consentita.

Il "Tempio d'Oro" **Hari Mandir** è un gioiello architettonico situato nella città sacra di **Amritsar**, Punjab. Costruito nel XV secolo, il tempio è un simbolo di unità e uguaglianza, aprendo le sue porte a persone di tutte le fedi. La struttura in oro massiccio, le cupole sfaccettate e il sarovar – il lago sacro – riflettono la sua magnificenza. Al suo interno, i fedeli cantano le sacre scritture mentre il Guru Granth Sahib, il testo sacro degli Sikh, è venerato. Il Tempio Hari Mandir è un luogo di pace, riflessione e spiritualità, che da secoli attira ed affascina per la sua bellezza intrinseca e il suo messaggio di armonia universale.

Un viaggio nella Valle dell'Indo alla scoperta degli scenari naturali della

regione himalayana dell'India settentrionale. Un itinerario in Ladakh nella spiritualità buddista dei monasteri per vivere l'esperienza d'altri tempi fra tradizioni e miti delle popolazioni locali. Sarà possibile assistere alle preghiere del mattino nel Monastero di Thiksey, visitare i monasteri più noti ma anche di quelli meno conosciuti, dove si respira ancora tutta l'atmosfera dell'antico Tibet.

Durante i festival dei monaci buddisti indossano costumi coloratissimi e grandi maschere ed eseguono danze rituali e musiche religiose, dando affascinanti spettacoli.

L'esperienza unica di visitare meraviglioso Ladakh nel periodo di festival. Durante le celebrazioni del festival i monaci indossano abiti di broccato colorati e maschere eseguendo danze tradizionali. I monaci del monastero di Tak Thok preparano offerte di fili incrociati che si ritiene possano frenare e bloccare ogni male ed essere di protezione contro i disastri naturali.

Il tour è studiato in modo da tale da salire gradualmente di quota per abituare organismo alle altezze raggiunte in questo tour.

1° Giorno: ITALIA – AMRITSAR

Ritrovo dei partecipanti in aeroporto e operazioni imbarco volo per l'India.

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.



Cena e pernottamento in hotel.

il vostro hotel: <https://www.svaasa.com/>



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

Dopo la prima colazione trasferimento in aeroporto, partenza con volo per **Srinagar**.



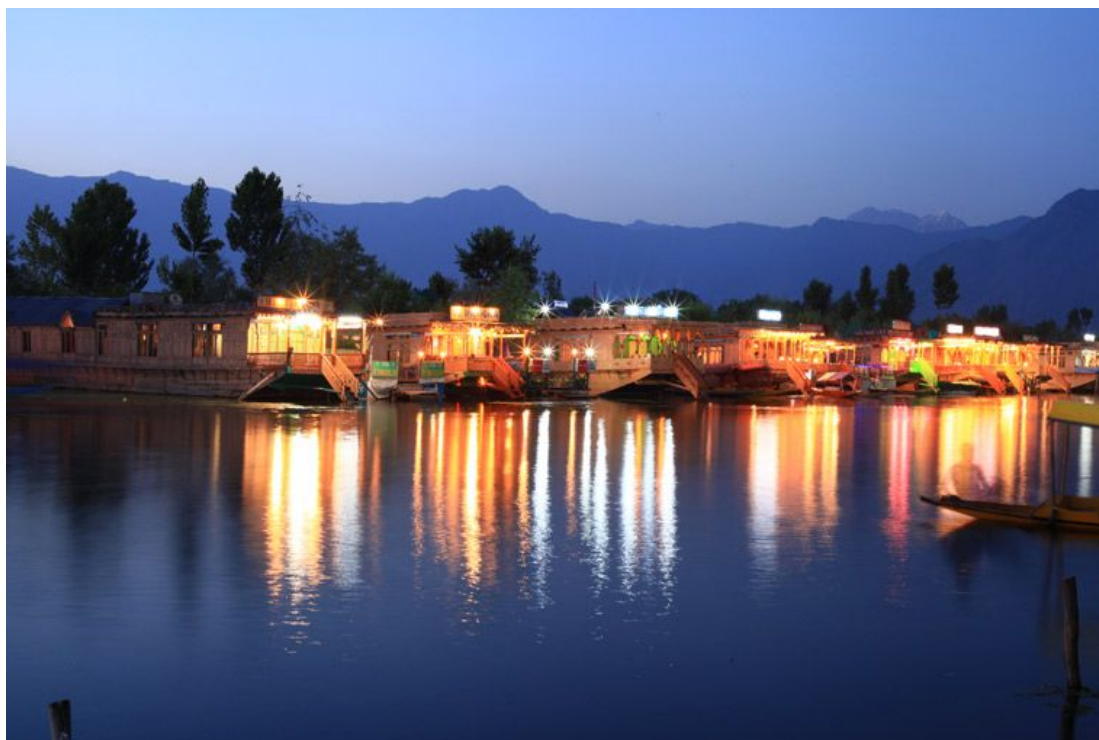
Arrivare a Srinagar significa entrare in un altro tempo. La città si trova a 1730 mt di altezza, al centro di una valle lussureggiante, solcata da fiumi, ricca di laghi e circondata da boschi e montagne innevate. La vita si svolge sulle silenziose imbarcazioni su cui la gente vive e lavora. Il nostro 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 **Sjìhah 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-sciita: 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

Il vostro hotel: <https://hotelthekargil.com/>



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 mussulmana di Kargil.



Ulay Topko. Pranzo a sacco durante il percorso. Dopo 1 ora di strada, si vedono i primi simboli buddisti: 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.

Il vostro hotel: <http://www.uleresort.com/>



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.



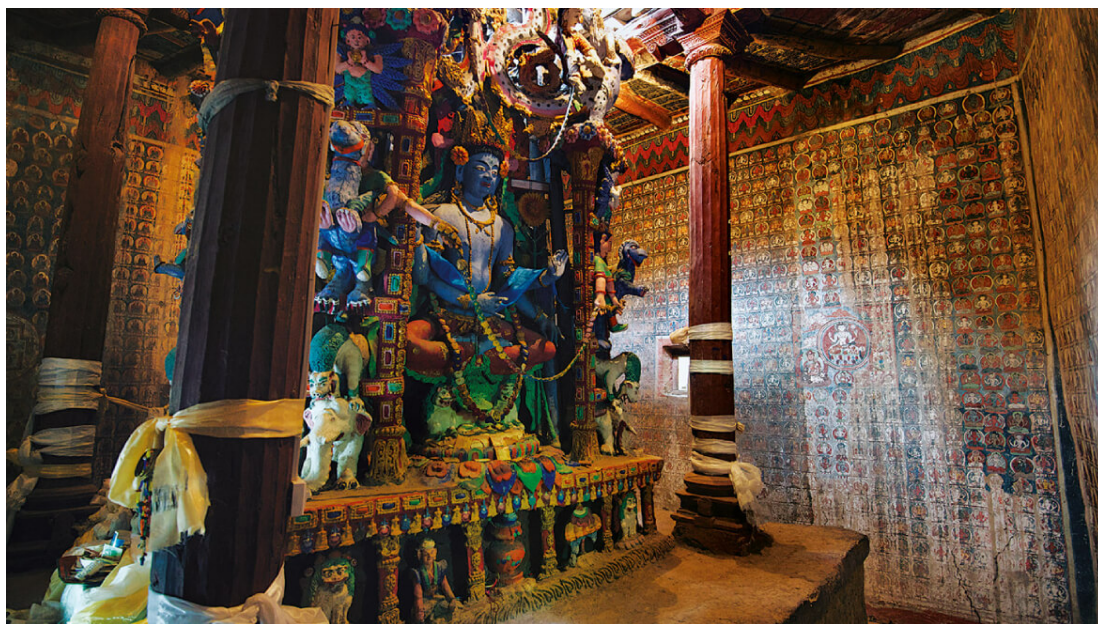
Costruito su un'ansa dell'Indo, si differenzia dall'architettura classica di tutti i monasteri perché sorge in piano e non arroccato su un'altura, protetto da un lato da un fiume e dagli altri lati da alte mura di fortificazione. Con la sua posizione al centro di estesi campi d'orzo, in un villaggio 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. Con una piacevole passeggiata possiamo visitare i vari edifici che lo compongono, affacciarsi sulla scarpata che scende al fiume e passeggiare nel villaggio vicino fra piccole bancarelle di artigiani e pellegrini in preghiera.

I superbi affreschi murali dei cinque santuari e le numerose sculture dipinte su legno lo rendono, infatti, un monumento eccezionale.

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.

Ognuna di queste statue va osservata da vicino per il microcosmo di grande

diversità e notevole bellezza, rappresentato usando l'intero spettro cromatico dei toni brillanti. Le immagini ripropongono simbolicamente la realtà storica, travagliata da guerre ed invasioni, con saccheggi e rivolte. Il gusto estetico e la narrazione si fondono mirabilmente nello stile della decorazione.



Un capolavoro dell'architettura e soprattutto della pittura monastica buddista, edificato nell' XI secolo. La struttura dalla foggia sorprendente è arricchita da incredibili decorazioni.



Proseguiremo con la visita del **Monastero di Likir**, con un breve spostamento si raggiungerà il villaggio di Likir, caratterizzato dal fatto che il goma 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, svetta un'impressionante statua dorata di Byddha Maitreja, alta 14 metri.



Si prosegue per **Basgo**, vecchia capitale del Ladakh, un'oasi di verde dove, su una roccia, svetta il **Palazzo Reale** del XVII sec. Poco più avanti si arriva alla confluenza dei fiumi **Indo e Zaskar**, 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 Gumpa (SITO UNESCO)** si trova nella parte alta del villaggio tra pinnacoli in terra erosi dal tempo.

Dopo aver passato Basgo, la vecchia capitale, e Nimu nei cui pressi il fiume Zaskar si getta nell'Indo, si arriva a Leh.



Cena e pernottamento in hotel.

Il vostro hotel: <https://ladakhresidency.com/>



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 tibetano. In questi due giorni, l'intero Ladakh si riunisce in questa gioiosa celebrazione. All'inizio del primo giorno, i capi dei sacerdoti eseguono i rituali e portano nel cortile, una colossale statua di Lord Padmasambhava. La statua viene prima adorata dai sacerdoti e poi dalla gente del posto venuta per la benedizione. Dopo questo rituale, il patio si anima con la "danza Chham".



Gli artisti si riuniscono in cortile, e l'esuberante danza inizia, per finire poi al crepuscolo.



Il secondo giorno, inizia con la vivace esibizione della danza Chham e della danza del diavolo, eseguita da artisti vividamente addobbati, la giornata poi continua in un brulicare di euforia.

Piccole bancarelle di articoli d'artigianato, circondano il monastero.

Questo festival di due giorni cade il decimo giorno (tse-chu) del quinto mese del calendario tibetano. Durante le celebrazioni i Lama, chiamati "Chhams" eseguono splendide danze mascherate, accompagnati da cembali e tamburi; intinano mantra per invocare i santi buddhisti che affermarono il Buddhismo sulle religioni preesistenti. Uno dei Lama presiede l'intera funzione e ogni 12 anni, nell'anno della scimmia, il festival ha anche una funzione benaugurante; in questa occasione viene mostrato il maestoso "Thangka" di due piani che raffigura il Guru Padmasambhava.

Il monastero viene adornato a festa, vengono mostrati i meravigliosi oggetti artigianali della zona, è un turbinio di colori e gioiosa allegria. Il Guru Rimpoche è venerato come primo diffusore del Buddhismo fuori dall'India ed è una figura molto amata. 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 esposti 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 buddhisti. Esse raffigurano il trionfo del bene sul male e sono accompagnate da spettacoli sacri.

Anche i costumi hanno un enorme valore: i monaci indossano tradizionali abiti lunghi, elaborate maschere e un copricapo; ogni maschera ha un significato speciale ad essa associato. 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. Migliaia di fedeli silenziosi pregano davanti ai guru più importanti del Ladakh, in un clima quasi surreale. Si resta estasiati nell'osservare un tale trasporto, incantati dalla bellezza e raffinatezza dei costumi e delle maschere tradizionali. Le danze sono forse il momento più pregnante, in quanto costituiscono il punto d'incontro tra terreno e divino e mettono i fedeli in comunicazione con dio.

Alla fine si svolge un rituale simbolico di allontanamento degli spiriti malvagi, rappresentati da una scultura fatta di pasta che viene distrutta. I diversi pezzi rotti vengono, quindi, lanciati in quattro direzioni diverse.



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 per il volo notturno Delhi-Italia.

11° Giorno: DELHI – ITALIA

Arrivo in Italia e fine dei servizi.