VIAJE CULTURAL A SIKKIM Y BHUTAN

Del 2 al 19 de Agosto de 2018

Sikkim fue un estado independiente gobernado por la monarquía Chogyal hasta 1975, cuando se decidió por referendo convertirse en el vigésimo segundo estado de India. A pesar de ser pequeño, es geográficamente muy diverso. En Sikkim se encuentra el Kanchenjunga, el tercer pico más alto del mundo con unos 8598m de altitud. Los arroyos, alimentados por el deshielo han generado lagos de extraordinaria belleza en el oeste y el sur del estado.

Bhután, un paraíso escondido en el tramo oriental del Himalaya cerrado al turismo hasta 1974, es conocido como el último Sangri-La por la serenidad y virginidad del país y la belleza de sus parajes. Es un país casi enteramente montañoso. Su pico más alto es el Kula Kangri de unos 7554m. En el siglo VIII, el gurú indio Padmasambhava llevó el budismo a Bhután.

Visitas

2 DE AGOSTO: Barcelona-Delhi

Salida de Barcelona y llegada a Delhi. Traslado al hotel.

3 DE AGOSTO: Delhi.

Desayuno y visita en Delhi al Memorial de Gandhi, el Templo del Loto, el campamento tibetano y el templo Sikh. Noche en hotel de Delhi.

4 DE AGOSTO: Delhi-Gangtok (Sikkim)

Traslado al aeropuerto para tomar el vuelo hacia Bagdora. Llegada a Gangtok por carretera (aproximadamente cuatro horas). Gangtok es la capital de Sikkim. Situada a más de 1600 metros de altitud, la ciudad se convirtió en un importante centro de peregrinación para los budistas, así como un centro político y comercial. Alojamiento en el Hotel de Gangtok.

5 DE AGOSTO: **Gangtok (Sikkim)**

Durante este día visitaremos uno de los monasterios más importantes de la región, el monasterio de **Rumtek**. Construido por el IX Karmapa en el siglo XVI, es la sede principal del linaje Karma Kagyu en el exilio. Cuando el XVI Karmapa llegó a Sikkim después de escapar de Tíbet encontró el monasterio en ruinas y decidió reconstruirlo. Después de la reconstrucción, las reliquias y los objetos sagrados del monasterio del Karmapa en Tíbet fueron trasladados a Rumtek. Actualmente es el monasterio más grande de Sikkim.

Visita a los alrededores de Gangtok. Conoceremos los monasterios de Enchey y Sera, el Research Institute of Tibetology, los parques florales y la stupa de Do-Drul Chorten. Se dice que el **monasterio de Enchey**, a unos 3 kms de Gangtok, fue construido en un lugar bendecido por Lama Druptab Karpo, un maestro tántrico conocido por su poder de volar. Cuenta con más de doscientos años de antigüedad y pertenece a la tradición Nyingma del Budismo Tibetano.

El **Namgyal Institute of Tibetology** es el museo del Tíbet de Gangtok. El XIV Dalai Lama colocó la primera piedra en febrero de 1957 y fue inaugurado el 1 de octubre de 1958 por el Primer Ministro de India Pandit Jawaharlal Nehru. La stupa de Do-Drul Chorten fue construida por Trulshik Rinpoche, cabeza de la orden Nyingma del Budismo Tibetano en 1945. Alrededor de la stupa hay 108 molinos de oración. Noche en hotel Tibet de Gangtok.

6 DE AGOSTO: **Gangtok (Sikkim)**

Después del desayuno, visita al **Lago Tsomgo**, casi frontera de Tíbet. Situado a más de 3700m sobre el nivel del mar, es una de las visitas obligadas para los turistas en Sikkim. El mítico lago permanece completamente helado durante el invierno. En primavera, los rododendros florecen y las amapolas amarillas y azules cubren los alrededores. Tiene 1 kilómetro de largo y unos 15 metros de profundidad. Los turistas pueden pasean con yaks rodeando el lago. Si la carretera de acceso se encuentra cortada por lluvias se propone visitar el monasterio de Phodong, a unos 28 kms al norte de Sikkim. Regreso a Gangtok y alojamiento en Hotel de Gangtok.

7 DE AGOSTO: **Gangtok-Pelling (Sikkim)**

Después del desayuno, traslado por carretera a Pelling para visitar los **monasterios Bonpo**, la estatua de **Samdruptse Guru Rimpoche** y **Pema Yangtse**.

La religión Bon tiene más de 18000 años de antigüedad. El monasterio que visitaremos está situado en la localidad de Bakhim y fue construido en 1984 por el lama Yungdrung Tsultrim.

En la colina de Samdruptse, a más de 2100 metros sobre el nivel del mar, se encuentra la estatua más grande del mundo de **Guru Padmasambhava** con más de 41 metros de altura.

A continuación visitaremos el Buddha Park que cuenta con una estatua de Buddha de más de 40 metros de altura con la cara recubierta de 3.5kg de oro de Bangkok.

Finalizaremos con la visita al monasterio de **Pema Yangtse**, construido en el siglo XVII por Latseen Chembo, uno de los tres lamas que consagraron al rey, es uno de los más antiguos de todo Sikkim.

Noche en Hotel de Pelling.

8 DE AGOSTO: Pelling (Sikkim)

Por la mañana visitaremos el monasterio de **Tashi Ding**, construido en 1717, está situado a 145 km de Gangtok. Se cree que el gran Guru Padmasambhava estuvo meditando aquí. El monasterio está rodeado por centenares de stupas, piedras sagradas grabadas, molinos y banderas de oración. El templo principal fue reconstruido en 1987.

A continuación visitaremos Sanga-Choling y el reino en ruinas de Rabten Tse. El Sanga-Choling es también uno de los monasterios más antiguos de la región, un lugar de extraordinaria belleza al que se ha de acceder a pie en su tramo final.

Rabten Tse fue hasta 1814 la segunda capital del antiguo reino de Sikkim. Las ruinas están situadas muy cerca de Pema Yangtse en Sikkim oeste.

Noche en Hotel de Pelling.

9 DE AGOSTO: Pelling-Siligure (Sikkim)

Traslado por carretera hacia Siligure. En el camino visitaremos los monasterios de **Sed-Gyued** y de **Kalu Rinpoche**. El monasterio de Sed-Gyued de Tíbet fue

establecido por Su Eminencia Jetsun Sherab Senghe, discípulo de Je-Tsong-Khapa, fundador del linaje Gelukpa en el siglo XIV. El 21 de febrero de 2005, Sed-Gyued Dorjee Chang Jampal Wangyal Rinpoché inauguró el Sed-Gyued de Salugara. Noche en Hotel de Siligure.

10 DE AGOSTO: Siligure-Thimpu (Bhután)

Traslado a **Thimpu** por carretera. Noche en hotel de Thimpu.

11 DE AGOSTO: Thimpu (Bhután)

Thimpu es una ciudad que ha sabido compaginar a la perfección la modernidad con la tradición. Es la capital más pequeña del mundo. A día de hoy, aún se mantiene sin ningún semáforo. Visitaremos los alrededores de Thimpu, su impresionante stupa, su mini-zoo, en el que se podrá ver el takín, animal símbolo de Bhután, y un monasterio de monjas. Por la tarde visitaremos el Dzong, el Instituto Nacional de Medicina Tradicional y la Escuela de Artesanía. Después podremos disfrutar de los bailes tradicionales del país. Noche en Thimpu.

12 DE AGOSTO: Thimpu- Punakha (Bhután)

Por la mañana traslado por carretera hacia Punakha. Visita a **Dochula Pass**, **Chi-med Lhakhang** "Templo de Divina Locura" y **Punakha Dzong**.

Dochula está situado a unos 3150m sobre el nivel del mar. El paso cuenta con 108 stupas construidas para el bienestar de todos los seres de la tierra. Fueron también un tributo a los reyes de Bhután por su servicio desinteresado y su liderazgo. **Chi-med Lhakhang** es un monasterio situado sobre una pequeña colina cerca de Lobesa. Fue construido por Ngawang Choegyel en 1499. Se accede mediante un paseo por campos de arroz. **Punakha Dzong** está construido por

Shabdung Ngawang Namgyal en el lugar exacto que profetizó Guru Rinpoche 800 años atrás, sobre una colina con forma de trompa de elefante. Noche en Hotel de Punakha.

Noche hotel de Punakha.

13 DE AGOSTO: Punakha-Bhumtang (Bhután)

Traslado por carretera hacia Bhumthang. El viaje es largo (unas 10h) así que en el camino visitaremos algunas estupas. Noche en hotel de Bhumthang.

14 DE AGOSTO: Bhumthang-Trongsa (Bhután)

Visita a **Jakar Dzong** y **Kurjey Lhakhang** en los alrededores de Bhumthang. El **Jakar Dzong** está situado sobre el pueblo de Jakar, en el valle de Bumthang. Su nombre significa "fortaleza del pájaro blanco" debido a que durante su construcción un pájaro blanco emergió de la estructura y se posó sobre sus muros. Según la tradición bhutanesa, las aves blancas son auspiciosas.

El monasterio de **Kurjey Lhakhang** se construyó en 1652. Está formado por tres templos principales y varias stupas. Según cuenta la historia, el templo principal contiene la huella de Guru Rinpoché, el fundador del Budismo en Bhután, que formaba parte de la cueva en la que meditó durante tres meses para liberar al rey de Bhután de una enfermedad que le causaban unos espíritus malignos.

Noche en Trongsa.

15 DE AGOSTO: **Trongsa-Paro (Bhután)**

Después del desayuno visitaremos el Museo Nacional de Trongsa y el **Trongsa Dzong**. El Museo Nacional se encuentra en Ta Dzong (torre del reloj). La historia de Bhután, su cultura y monarquía a través de una colección de bellos objetos.

El **Trongsa Dzong** es uno de los más impresionantes de Bhután, construido en 1644 por Zhabdrung, es una pieza maestra de la arquitectura butanesa.

Traslado por carretera hacia Paro. Noche en hotel de Paro.

16 DE AGOSTO: **Paro (Bhután)**

Visita en Paro al monasterio de **Taktsang**. El monasterio de **Taktsang** es uno de los símbolos más importantes de Bhután. Su historia está ligada a Guru Padmasambhava, que llegó a Bhután en el siglo octavo. Situado sobre un acantilado, es un desafío para los principios de la arquitectura actual. Numerosos santos han meditado en sus cuevas. Fue construido en 1692 y cuenta con 8 cuevas de salida de las cuales solo 4 tienen acceso.

Noche en hotel de Paro.

17 DE AGOSTO: **Paro (Bhután)**

Después del desayuno visitaremos el Museo Nacional, **Paro Dzong** y **Kyichu**. El templo de Kyichu es uno de los más antiguos de Bhután. Fue construido por el rey Songsten Gampo en el siglo VII. Es uno de los 108 templos que construyó para dominar un demonio que

atemorizaba la región. Se considera que Guru Rinpoché también visitó este lugar durante su estancia en el valle de Paro.

Noche en hotel de Paro.

18 DE AGOSTO: Paro (Bhután)-Delhi

Por la mañana, traslado al aeropuerto de Paro para tomar el vuelo hacia Delhi.

Tarde libre. Noche en hotel de Delhi.

19 DE AGOSTO: Delhi-Barcelona

Traslado al aeropuerto de Delhi y vuelo de regreso a Barcelona.

Información y reservas:

-Precio total del viaje por persona en habitación doble **3750€** (**5% descuento** para los socios de la Fundació Casa del Tibet).

-Grupo mínimo de **10 personas**.

-Plazas limitadas.

-Reservas hasta el **8 de mayo** incluido: la plaza quedará confirmada al abonar paga y señal.

Para más información y reservas llamar al 932075966 o enviar un mail a admin@casadeltibetbcn.org

Información importante:

Incluye:

-Vuelos internacionales:
Barcelona-Delhi, Delhi-Barcelona, Paro-Delhi
-Vuelo interno: Delhi-Bagdora
-Todos los traslados en vehículos con aire acondicionado.
-Alojamiento y pensión completa.
-Visados.
-Agua.

-Entradas.

No incluye:

-Propinas
-Seguro de cancelación (opcional, coste adicional por confirmar)
-Seguro de cancelación y asistencia (opcional, coste adicional por confirmar)
-Bebidas extra, comidas extra, actividades fuera del itinerario.

Términos y condiciones:

Seguros:
La contratación de los seguros opcionales debe realizarse en el momento de hacer la reserva (abono del depósito). Solicitanos las coberturas y te las haremos llegar por correo electrónico.

Grupos mínimos:
Si el número de personas con reserva confirmada no alcanza el mínimo de 10 la actividad puede suspenderse o continuar si así lo deciden los participantes. En este segundo caso el coste podría variar.

Cancelación:
Cuando una persona con la reserva hecha no pueda participar en la actividad y cancele su asistencia, aquellas gestiones ya realizadas no se podrán reembolsar (billetes avión, tasas, visados, etc.)
En caso de haber contratado los seguros opcionales, será la compañía de seguros la que decida la devolución.

Condiciones de pago:

Vía transferencia bancaria (consultar con secretaría)

Primer pago (depósito): antes del 8 de mayo.
Segundo pago: antes del 20 de julio.

Estos plazos pueden verse modificados según la disponibilidad de plazas.