



INDIA

## India Himalayana

accompagnatore e assistenza culturale  
Delia Coppo

### Sulle tracce di Kim

**Devbhumi: la Terra degli Dei.** Qui secondo gli antichi testi sacri indiani, è la dimora terrestre del Signore Shiva, una regione remota in cui la presenza del divino è palpabile. Parliamo dell'Himachal Pradesh, lo stato indiano che racchiude i due antichi regni indo-tibetani di Spiti e del Kinnaur. Per lungo tempo regione isolata al centro della catena himalayana e proibita al turismo, oggi Spiti/Kinnaur si rivela al viaggiatore con l'incanto della catena del Pir Panjal, fra ghiacciai, altopiani e valli segrete, villaggi abbarbicati ai fianchi delle montagne lungo avventurose strade carovaniere, e la più grande concentrazione di monasteri buddisti, ultimo baluardo della cultura e della religione tibetana che qui ha conservato i suoi valori e si è mescolata all'Induismo senza guerre e senza pena. Isolati dal mondo per buona parte dell'anno da un mantello impenetrabile di neve e ghiaccio, solo per pochi mesi rivelano il loro tesoro di natura magnifica e spiritualità senza confronti. Più a valle, tra le montagne affacciate sulle pianure del ricchissimo stato del Punjab, percorriamo la mitica **Grand Trunk Road**, strada vecchia di secoli che collegava l'attuale Bangladesh a Kabul in Afghanistan, incontrando i luoghi del **viaggio di Kim**, il personaggio del romanzo picaresco di **Kipling** ambientato all'epoca del Grande Gioco, il conflitto politico tra Russia e Gran Bretagna nell'Asia centrale che continua ancora oggi con altri attori, per concludere il viaggio al favoloso **Tempio d'Oro di Amritsar**, uno dei siti di più intensa spiritualità del sub-continente indiano.

### Punti salienti

**Shimla**, capitale estiva dell'India coloniale  
**Hindustan-Tibet highway**, antica e importantissima via commerciale  
**Baspa Valley** e monte Kailash, casa del dio Shiva  
**Spiti** con il Buddismo delle origini  
**Regno di Guge**, cuore della cultura tibetana  
**Tabo**, tempio patrimonio Unesco  
**Kaza e Kye Gompa**, monastero rupestre con inestimabile collezione di *thang-ka*  
**Kunzam-La**, passo a 4551 m con vista grandiosa  
**Manali**, splendide foreste di *Cedrus deodara*  
**Mandi**, con cento templi induisti in pietra, dove si fermò Alessandro Magno  
**Dharamsala**, sede del Dalai Lama in esilio  
**Amritsar**, e il Tempio d'Oro centro della religiosità sikh  
**Delhi** e il **Qutb Minar**, patrimonio Unesco

1° giorno / 16 giugno – giovedì

### Italia/Delhi

Incontro con l'accompagnatore e partenza per Delhi con volo di linea via scalo europeo. Arrivo a Delhi verso la mezzanotte, trasferimento in hotel e sistemazione nelle camere riservate al Claridges, hotel elegante dal fascino d'epoca, ma con tutti i confort moderni di un hotel di lusso.  
**Hotel Claridges 5\***

2° giorno / 17 giugno – venerdì

### Delhi/Shimla - 370km/2.500m\*

\*altitudine

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**  
Trasferimento di buon mattino alla stazione ferroviaria e partenza con treno veloce Shatabdi

Himalyan Queen dalla stazione New Delhi per Kalka. Da qui si raggiunge Shimla con un treno "Toy Train" - con scorcio panoramici mozzafiato. **Shimla**, a 2.500 m di altitudine, è la capitale estiva dell'India coloniale dal 1864; qui otteniamo gli *Inner Line Permits* per il tour, necessari per il proseguimento del viaggio nella regione dello Spiti. Passeggiamo sul Mall, la zona più frequentata soprattutto nel tardo pomeriggio per i magnifici tramonti sull'Himalaya, e nel dedalo di vicoli con vivaci bazar illuminati.  
**Hotel Clarkes 4\***

3° giorno / 18 giugno – sabato

### Shimla/Sarahan 175 km/5 ore/2.165 m, via Narkhanda a 2.708 m

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**  
Percorrendo l'antica Hindustan-Tibet Highway, in mezzo alle foreste di *cedrus deodara*, famose un tempo per la caccia agli orsi, sostiamo a **Nirath**, per vedere il **Surya Mandir**, vecchio tempio del XVIII secolo dai bei pannelli lavorati in legno, dedicato alla divinità del sole; a **Rampur Bushahr**, visitiamo il bel giardino del **Palazzo Padam**, residenza del Raja, costruita nel 1919. Da sempre importante centro commerciale dei mercanti che provengono dal Kinnaur, Spiti e Lahoul, nel suo bazar si incontrano donne e uomini negli abiti tradizionali, intenti a vendere lana grezza, scialli lavorati, oggetti di artigianato e frutta secca, specialmente albicocche. Arriviamo a **Sarahan**, antica capitale estiva dell'impero Bushahr (VI secolo d.C.), famosa per le vedute spettacolari sul massiccio del Srikhand Mahadev (5.227 m) e per il favoloso **tempio di Bhimakali**, nome locale della dea Kali, antico edificio in pietra e legno,

con balconate e finestre finemente decorate, uno dei più pregevoli esempi dell'architettura *himachali*; qui scopriamo la perfetta fusione di elementi indu e buddisti nelle statue di Bhimakali, Parvati, Buddha e Annapurna. Nel vicino tempio di **Lankra Vir** fino al XVIII secolo si officiavano sacrifici umani alla dea Bhimakali, oggi sostituiti da sacrifici animali durante il festival di Dussehra, in ottobre/novembre. La nostra sistemazione per la notte non è classificabile in stelle, ma ha bella vista sulle montagne e sul vicino tempio. Le camere hanno confort di base, molto semplici con bagno privato con acqua corrente calda e fredda.

**Shrikhand Cottage** (base)

4° giorno / 19 giugno – domenica

## Sarahan/Sangla - 95 km/5 ore/2.680 m

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**

Arriviamo nella regione del Kinnaur attraverso **Sangla** (o Baspa), una delle valli più spettacolari dell'Himalaya, con case tradizionali in legno e muratura, dai tetti ardesia, sculture in legno, con lo sfondo del monte **Kinnaur Kailash** (6.050 m), montagna sacra per induisti e buddisti. La sua popolazione è di origine mongola, veste costumi originali, e pratica il buddismo tibetano, introdotto qui dai sovrani del regno di Guge. Nella parte bassa della cittadina ammiriamo le antiche case di pietra e i templi induisti e buddisti, e nelle vicinanze il villaggio di Kamru, dominato dal Fort, ora dedicato alla divinità Kamakhya Devi.

**Mushtrang Camp**

5° giorno / 20 giugno – lunedì

## Sangla/Kalpa - 50 km/2.900 m

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**

Proseguiamo la nostra scoperta del Kinnaur verso il villaggio di **Chitkul** (3.480 m di altitudine a 25 km da Sangla): con il suo splendido panorama, le architetture tradizionali delle case, tre templi in legno del XVI secolo e un piccolo *gompa* alla fine della valle, era l'ultimo punto di sosta sull'antica rotta commerciale del Tibet. Dopo 2 ore si arriva a Kalpa (2.960 mt di altitudine), spettacolare villaggio intatto da 500 anni, con impagabili vedute sul Kinnaur Kailash e sul Jorkaden (6.473 m). La nostra sistemazione per la notte ha camere essenziali e modeste con servizi privati con acqua corrente calda e fredda.

**Kinner Villa** (base)

6° giorno / 21 giugno – martedì

## Kalpa/Nako - 110 km/5 ore/3.800 m

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**

Seguendo il corso del fiume Sutlaj lungo la leggendaria Hindustan-Tibet Highway, entriamo nella regione dello Spiti. Ormai le profumate foreste sono lontane e ci inoltriamo nel tipico paesaggio del deserto di montagna, dove la popolazione pratica il buddismo nelle sue forme originarie. Osserviamo le tipiche case imbiancate a calce, i tetti piatti con le bandiere di preghiera e le fascine, i monasteri fortezza abbarbicati alla roccia, i coltivi nei fondovalle, i *chorten*: un vero angolo di Tibet. A Nako, antico villaggio-oasi, troviamo a nord il complesso **Locha Lha Khang Khanum**, monastero buddista fondato da Rinchen Zangpo nell'XI secolo, e quattro grandi templi appartenenti al lignaggio monastico Drug-pa (prevalente in Buthan). A sud vediamo diversi *chorten* e altre costruzioni monastiche – alcune purtroppo danneggiate dal terremoto del 1975.

**Guest House** (base)

## Nako/Tabo - 65 km/3 ore/3.050 m

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**

Rimaniamo in quota, viaggiando tra 3.000 e 3.700 m slm. A Sumdo bivio per il Tibet (il confine con la Cina è a 20 km) - siamo nell'area dell'antico regno di Guge, dove registriamo passaporti e Inner Permit. Il regno di Guge fu un antico regno del Tibet Occidentale, che oggi fa parte della regione cinese di Zanda, non lontana dal Monte Kailash. A partire dal X secolo la sua storia è legata alle vicine regioni dello Zanskar, del Ladakh, dello Spiti e del Purang, alternativamente in quanto stato tributario o come sovrano. **Tabo** (o Ta-pho, 3.050 m di altitudine) è una cittadina che ospita un importante centro di studi buddisti ed eccezionali opere d'arte nei suoi templi ed è **patrimonio Unesco**. Giuseppe Tucci fu il primo occidentale a studiare il sito nel corso di una spedizione nei primi anni '30 del secolo scorso e a definire Tabo il cuore del buddismo tibetano, sede di studi buddisti. Circondata da mura di pietra e sabbia, il complesso monastico si divide in tre edifici di cui quello mediano è il più interessante e importante, con un'atmosfera molto spirituale. Il sito, costruito da Ringchen Zangpo nel X sec., è un complesso di edifici a forma di *mandala* tridimensionale, disposti intorno alla sala delle preghiere dello Tsuglhakhang. Al livello inferiore ci sono affreschi con *jataka* - episodi delle vite del Buddha, al primo piano 33 statue di stucco di Bodhisattva, mentre il secondo piano racchiude una statua di Buddha in meditazione e Bodhisattva, con la grande statua di Vairocana, un capolavoro assoluto. **Tabo Gompa**, insieme ai monasteri di Alchi in Ladakh e di Tholing nel Tibet occidentale è il sito dove si trovano i più pregevoli esempi di arte indotibetana che ancora esistono al mondo. Tra l'altro, è l'unico, fuori dal Tibet, a conservare questo stile di mandala alle pareti.

A nord, sopra la strada, piccole grotte fanno parte del monastero **Pho Gompa** (affreschi in stile post-Ajanta), e vi si trova anche un grande albero sacrificale. Nei pressi del monastero c'è una scuola di pittura di *thangka*, fondata da Dalai Lama. In ottobre si tiene qui un Cham (festival del monastero, con cerimonia di danze, maschere, ostensione di *thang-ka*). Negli ultimi venti anni Tabo ha avuto un nuovo impulso economico, con interventi governativi per lo sviluppo dell'agricoltura, è arrivata l'energia elettrica, è stata costruito un nuovo *gompa* e una scuola per giovani monaci, nuovi edifici civili ed amministrativi

**Hotel Trouser** (base)

8° giorno / 23 giugno – giovedì

## Tabo/Kazaa - 50 km/2 ore/3.600 m

**Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante**

Raggiunta Kazaa e dopo la sistemazione nel modesto albergo Spiti Fry, proseguiamo per **Key Gompa** (a 7 km e 4.166 m di altitudine), imponente complesso monastico del XIV secolo dell'ordine Gelug-spa, i cosiddetti "berretti gialli", lo stesso ordine a cui appartiene il Dalai Lama, e che ospita oggi una quarantina di monaci; fu costruito da Ringchen Zangpo, ed è probabilmente il sito più antico dello Spiti. Circondato da un grandioso deserto di alta quota, racchiude una inestimabile collezione di *thang-ka*, e di trombe/corni antichi lunghi 3 metri). Il lama anziano è l'attuale reincarnazione di Rinchen Zangpo. Il villaggio di **Kibber**, 11 km più avanti e a 4.205 m, è in posizione suggestiva sull'antica via carovaniere del sale. Nel 1983 vi fu cremato il lama di Tabo: da allora una nuova sorgente di acqua continua a sgorgare da una roccia. Infine eccoci a Kazaa (3.640 m di altitudine), una vecchia città con bazar, alberghi e ristoranti, centro amministrativo dello Spiti, dove il Dalai Lama ha inaugurato il nuovo **Sakya Gompa**.

**Hotel Spiti Fry** (base)





9° giorno / 24 giugno – venerdì

## Kaza/Manali - 210 km/10 ore/2.050 m

### Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante

Oggi ci attende un lungo tragitto su una delle strade carrozzabili più alte del pianeta. Le condizioni della strada e la scarsità di ossigeno in certi punti non consentono di avanzare a più di 10 km/h. Lasciata Kaza, a Pagmo oltrepassiamo il monastero femminile **Yangchen Choling**, l'unico della regione dove le ragazze di tutta la valle ricevono un'istruzione. Durante i 210 km di percorso attraverseremo i diversi villaggi – Rangrik, Kurik, Morang – lungo il corso del fiume Spiti, lambito dalle colate dei ghiacciai. Dopo Lossar, si sale al passo Kunzam-La, a oltre 4.550 m di altitudine, con un piccolo tempio dedicato alla Devi Kunzum, e cosparso di bandierine di preghiera, e una vista grandiosa sui picchi del Chandrabagh e sul ghiacciaio Bara Shingri, uno dei più lunghi dello Spiti. Dopo Gramphoo si incrocia la strada proveniente da Leh, capitale del Ladakh, e attraverso il Rotang Pass (3.980 m) raggiungeremo Manali, nella Kullu Valley.

**Hotel Ambassador Resort**

10° giorno / 25 giugno – sabato

## Manali

### Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante

Situata all'estremo nord della valle di Kullu, **Manali** è oggi uno dei centri turistici himalayani di maggior pregio ambientale, famosa per le sue splendide foreste e le coltivazioni di mele. **Il tempio Dhoongri**, del 1553, su una collina e immerso in un magico bosco di cedri, è considerato la dimora della dea Hadimba, la divinità più importante della valle. A circa 20 km Naggat è un bel villaggio, anch'esso circondato dalla foresta. E' stato capitale della Kullu Valley per circa 1500 anni; visitiamo il castello, gli antichi templi e la galleria del pittore russo Nikolai Roerich.

**Hotel Ambassador Resort**



### ITINERARIO AEREO con Swiss

Da Milano				
16 JUN	Milano Mxp	10.05	Zurigo	11.05
16 JUN	Zurigo	12.45	Delhi	23.55
30 JUN	Delhi	01.15	Zurigo	06.20
30 JUN	Zurigo	07.20	Milano Mxp	08.15

## Manali/Kullu/Mandi - 110 km

### Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante

Da Manali attraversiamo la valle di Kullu o "Valle degli Dei" – così chiamata per l'alta concentrazione di templi e santuari, lungo l'antica carovaniere che collegava l'India all'Asia centrale. Lungo la strada per Kataula, ecco Mandi, detta la "Città dei templi", per i suoi ottantun templi di epoche diverse, cittadina ricca di storia e cultura situata sulle rive del fiume Bias, uno dei cinque grandi fiumi che danno il nome a questa regione di confine ai piedi dell'Himalaya, il **Punjab**, termine che significa proprio "terra tra i cinque fiumi". Sulla strada potremo fare un'escursione al lago Prashar, luogo sacro di pellegrinaggio induista, tra prati colmi di stelle alpine.

**Visco Resort**

12° giorno / 27 giugno – lunedì

## Mandi/Dharamsala - 130 km

### Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante

Dal 1959 l'India ospita a Dharamsala, nella parte alta della città chiamata McLeod Ganj, il governo tibetano del XIV Dalai Lama in esilio. Originariamente sorta a metà dell'Ottocento come *hill station* inglese, ha una magnifica posizione a picco sulla Kangra Valley e vista sulle catene dei Monti Dhauladhar e Shiwalik. I suoi templi non si distinguono dal punto di vista artistico, essendo piuttosto recenti, ma l'atmosfera cittadina richiama quella del mondo tibetano. Il complesso del Tsuglagkhan è venerato dai tibetani in esilio come il Jokhang di Lhasa e al suo interno incontreremo la grande statua dorata di Sakyamuni, posta tra Avalokitesvara, bodhisattva della compassione, e Padmasambhava, conosciuto come Guru Rimpoche su tutto l'arco himalayano e promotore del buddismo in Tibet nell'VIII secolo. Il Norbulingka Institut, sul fondovalle al confine della Kangra Valley, è una scuola importante di artigianato sacro, tra l'altro vi sono prodotti bellissimi *tang-kha* dipinti e ricamati, nella più pura tradizione della scuola tibetana.

**Surya Resort**

13° giorno / 28 giugno – martedì

## Dharamsala/Amritsar - 200 km/5 ore

### Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante

La strada che collega Dharamsala ad Amritsar si snoda in un bel paesaggio, e diventa autostrada dopo Patankhot. Amritsar ha rivestito sempre un ruolo chiave nella storia del sub-continente indiano; antico crocevia della via della seta, contesa nei secoli, porta i segni della dominazione inglese, della Partition del 1947, e infine quelli dell'Operazione Blue Star nel 1984 – la violazione del Tempio d'Oro voluta da Indira Gandhi per combattere il separatismo sikh e che finì per costarle la vita. Il termine Amritsar significa "lago del nettare dell'immortalità", ossia *vasca dell'ambrosia* e così è chiamato anche il bacino che racchiude il favoloso Tempio d'Oro, santuario della religiosità sikh noto in tutto il mondo. Fondata nel XVI secolo, la storia della città è legata a quella del Tempio e l'atmosfera che qui si respira non ha paragoni, secondo molti è uno dei luoghi di più alta spiritualità non solo dell'India, ma nel mondo. La vita sembra gravitare intorno allo Harmandir Sahib, l'edificio al centro del lago dove viene venerato il "libro sacro". Noi assisteremo alla cerimonia serale, che offre spunti di grande commozione, durante la quale il libro viene riportato "a dormire" nell'edificio principale, con musica e canti. Bellissimo è anche l'edificio che ospita le cucine, dove ogni giorno diecimila persone, senza distinzioni di casta, ricevono il pasto preparato dai volontari della comunità sikh.

**Hotel Ista 5\***

14° giorno / 29 giugno – mercoledì

## Amritsar/Delhi

### Colazione e cena in hotel, pranzo in ristorante

In mattinata volo per Delhi. All'arrivo trasferimento dall'aeroporto all'hotel e lungo il tragitto sosta al Qutb Minar, il minareto in mattoni con incisioni calligrafiche più alto del mondo, il più famoso dei monumenti che compongono il Complesso di Qutb, composto da cinque piani che si affacciano in altrettante balconate e che nel 1993 è stato inserito nell'elenco dei patrimoni Unesco.

Nel pomeriggio tempo a disposizione per relax in hotel oppure shopping in centro. Cena in hotel e in tarda serata trasferimento al nuovissimo aeroporto internazionale per il volo notturno verso l'Italia.

**Hotel Claridges**

15° giorno / 30 giugno – giovedì

## Italia

Arrivo a Zurigo, sbarco e cambio di aereo in coincidenza con la destinazione italiana.



## QUOTE DI PARTECIPAZIONE

### Quota di partecipazione

per persona (minimo 15 partecipanti) da Milano

camera doppia **€ 3.050**

supplemento singola **€ 650**

supplemento partenze da altre città italiane su richiesta

### La quota comprende:

accompagnatore dall'Italia  
voli di linea in classe economica  
guida locale di lingua inglese dall'arrivo alla partenza a/del Delhi.  
14 pernottamenti in hotel 3/4/5 stelle, guest house locali nella regione dello Spiti, come da programma o simili  
pensione completa dal pranzo del 2° giorno alla cena del 14°  
trasferimenti ed escursioni  
facchinaggio in hotel (1 bagaglio per persona)  
set da viaggio con guida turistica sulla destinazione  
assicurazione medico-bagaglio base  
copertura Rischio Zero

### La quota non comprende:

quote apertura pratica se non soci € 80 p.p. e € 30 se coniuge o familiare, prevede l'associazione al TCL  
tasse aeroportuali € 220 soggette a variazione  
visto per l'India € 65  
Inner Line Permit  
mance ad autisti e guida locale € 60 (importo obbligatorio raccolto in loco dall'accompagnatore)  
pasti non indicati e bevande  
spese personali  
integrazione medico-bagaglio e copertura annullamento su richiesta tutto quanto non elencato ne "La quota comprende".

## NOTIZIE UTILI

### Documenti e visti

**Passaporto** individuale in corso di validità, con scadenza di almeno 6 mesi dalla data di partenza

### Per il visto di ingresso sono necessari:

modulo compilato e firmato (ve lo invieremo al momento della prenotazione)

3 pagine libere - 2 foto tessera recenti

**Attenzione:** il Consolato non rilascia il visto se il passaporto non è firmato dal titolare

**Raccomandiamo di inviare passaporto, fototessera e modulo compilato e firmato al nostro ufficio a mezzo corriere, almeno un mese e mezzo prima della partenza, per non incorrere nel costo supplementare della procedura d'urgenza.**

### Alberghi

Ad eccezione di Delhi, Shimla ed Amritsar, in tutte le altre località le sistemazioni sono estremamente semplici e modeste e richiedono un grande spirito di adattamento.

### Altitudine

**La maggior parte del viaggio si svolge ad altitudini superiori a 3.000 m, con punte oltre i 4.500 m.** e con lunghi percorsi lungo strade coperte di neve per molti mesi all'anno e dunque in condizioni precarie, in zone con insediamenti umani molto scarsi. **Raccomandiamo vivamente di consultare il vostro medico prima del viaggio, soprattutto se avete problemi cardiaci o respiratori.**

### Pasti

Alcuni pranzi nel corso degli spostamenti potrebbero essere con lunch-box