

# Sikkim et Bhoutan

## A l'occasion du festival de Paro

IN 56 • Du 8 au 23 mars 2019 • 16 jours avec Katia Thomas

Sur les contreforts méridionaux de la chaîne himalayenne, les deux petits royaumes du Sikkim et du Bhoutan marient sommets enneigés et vallées encaissées à une végétation d'allure tropicale. Ces régions ont été des refuges pour le bouddhisme, chassé de son foyer d'origine par la réaction hindouiste, qui en a fait un véritable conservatoire religieux mêlant les enseignements de l'Eveillé aux vieilles traditions chamaniques indigènes. C'est aussi le monde du thé que l'on découvre autour de Darjeeling, avant de gagner le Sikkim et les monastères proches de Gangtok, sa capitale. Il est peu de pays aussi farouchement attachés à leur identité que le Bhoutan qui se protège soigneusement des influences occidentales. Le bouddhisme tantrique y imprègne la vie quotidienne, les monastères y sont aussi des centres administratifs et le calendrier est rythmé par des fêtes quasi perpétuelles qui mobilisent toute la population et interrompent toute autre activité au pays du « Bonheur national brut ». Le festival de Paro est la plus remarquable de ces fêtes et fournit l'occasion d'admirer les danses traditionnelles et les étranges cérémonies tantriques pour tenter de percer les arcanes d'une mythologie et de rituels foisonnants... Le festival commémore l'introduction du bouddhisme par Padma Sambhava, Gourou Rimpoche, au VIIe siècle. Tous les habitants de la vallée, revêtus de leurs plus beaux atours, se rendent au dzong de Paro pour voir les

## Les points forts

- Le déroulement du grand thannga, moment fort du festival de Paro
- Darjeeling et ses plantations de thé
- Le panorama sur les sommets du Kanchenjunga à Pemayangtse
- Le monastère de Rumtek
- L'architecture unique des dzongs bhoutanais
- Le monastère perché de Taktsang, "la tanière du tigre"
- Le Chronoguide Tibet et Royaumes himalayens



## Bon à savoir

Ce circuit comporte des séjours à des altitudes comprises entre 2 000 et 2 300 mètres, ainsi qu'un bref passage à 3 120 mètres. Les routes, dont l'état est souvent dégradé, sont étroites et nous contraignent à utiliser des jeeps pour la partie Sikkim du circuit. L'ascension (facultative) vers le monastère de Tak Tsang, situé à 2800 m d'altitude, peut s'effectuer à cheval mais la descente ne se fait qu'à pied. La montée prend environ deux heures pour 700 m de dénivellation. Au Bhoutan, les dzongs jouent tout à la fois le rôle de monastères, de centres administratifs et de résidences royales et ne sont pas toujours ouverts au public : les dzongs de Thimphu et de Punakha ne sont accessibles qu'alternativement. Nous ne pouvons donc garantir la totalité des visites intérieures des dzongs cités au programme. Attention : l'infrastructure hôtelière du Bhoutan est telle que, exceptionnellement, la réservation de chambres individuelles ne peut être honorée à certaines étapes : dans ce cas les prestations non servies seraient remboursées. Dans le cas d'un vol domestique Paro-Calcutta-Delhi le poids des bagages est limité à 15 kg. Vous devrez régler sur place un supplément pour le poids excédent.

# Programme du voyage

## J 1 - Vendredi 8 mars 2019 Paris – Delhi

Vol pour Delhi. Nuit à Delhi.

## J 2 - Samedi 9 mars 2019 Delhi - Bagdogra - Kalimpong

Nous nous rendons à l'aéroport national pour nous envoler vers **Bagdogra**.

De là, nous quitterons le piémont qui garde encore quelques traces de l'inextricable forêt tropicale, autrefois peuplée de tigres et de rhinocéros, pour suivre la **vallée de la Tista** jusqu'à Kalimpong.

**Nuit à Kalimpong.**

## J 3 - Dimanche 10 mars 2019 Kalimpong – Gangtok

Bruissante d'activité, **Kalimpong** offre surtout l'aspect d'une ville-marché où se côtoient des populations aux origines les plus diverses. Nous visiterons le **Zong Dog Palri Phobrang**, monastère récemment consacré par le dalaï-lama, et le **Gompa Thongsa**.

En fin de matinée, nous gagnerons les hautes collines préhimalayennes pour rejoindre Gangtok.

**Nuit à Gangtok.**

## J 4 - Lundi 11 mars 2019 Phodong – Gangtok

Le matin, nous visiterons le **monastère de Phodong**, qui s'élève non loin de la vallée de la Tista, dans un paysage grandiose. Il appartient à la secte des Nyingma-pa, et sa décoration remarquable comporte, entre autres, des scènes décrivant l'enfer bouddhique.

De retour à **Gangtok**, la capitale du Sikkim, nous découvrirons l'**institut de Tibétologie** – qui recèle de très belles toiles peintes, les *thanka*.

## <Nuit à Gangtok.

### **J 5 - Mardi 12 mars 2019 Rumtek – Pemayangtsé**

Le **monastère de Rumtek** est, sans conteste, l'un des plus riches du Sikkim. D'obédience tibétaine, fondé par les Kagyu-pa, il est cependant ouvert à tous. C'est l'un des rares monastères où l'on puisse parfois assister aux offices religieux. Le trésor du XVI<sup>e</sup> Gyalwa Karmapa nous permettra d'expliciter la théorie des réincarnations des grands maîtres du bouddhisme.

Nous prendrons ensuite la route de Pemayangtsé, au flanc de profondes vallées aux paysages sublimes. Nous ferons un arrêt au **sanctuaire de Yungdrung Bon** pour découvrir l'un des rares îlots subsistant de la religion Bon po, qui fut la première à supplanter l'animisme dans ces régions.

**Nuit à Pemayangtsé** (2 085 m d'altitude).

### **J 6 - Mercredi 13 mars 2019 Pemayangtsé – Darjeeling**

Au petit matin, vous sera proposée une promenade à pied vers le **monastère de Sanga Choling**. Après un petit temps de repos à l'hôtel, nous visiterons le **monastère tantrique du « Lotus sublime »**, dédié au grand initiateur du bouddhisme au Sikkim, le « précieux maître » Padmasambhava. Les peintures murales qui le décorent sont d'un raffinement rare et d'un foisonnement symbolique extraordinaire.

L'après-midi, nous prendrons la route vers le sud, en direction de **Darjeeling**, séjour enchanteur pour les Britanniques du XIX<sup>e</sup> siècle qui y recherchaient la douceur du climat.

**Nuit à Darjeeling** (à 2 150 m d'altitude).

### **J 7 - Jeudi 14 mars 2019 Darjeeling**

Le matin, nous découvrirons l'une de ces **plantations de thé** qui ont fait la célébrité de Darjeeling, ainsi que ses installations de traitement héritées du XIX<sup>e</sup> siècle. Nous visiterons ensuite le **monastère Bhutia Busty** appartenant à la secte Kagyupa.

L'après-midi, nous visiterons le **monastère de Ghoom**, affilié aux Gelug-pa ou « Bonnets jaunes », qui ressort de l'autorité du dalaï-lama.

<<

En fin de journée, nous pourrons flâner dans les rues du **quartier de Chowrasta** qui révèlent encore la richesse de la ville coloniale.

### **Nuit à Darjeeling.**

#### **J 8 - Vendredi 15 mars 2019 Darjeeling – Phuntsoling (180 km)**

Nous nous rendons à la colline de l'observatoire, qui couronne la ville et visiterons l'**Institut de Haute Montagne** qui illustrera les premières expéditions himalayennes.

Empruntant ensuite la traditionnelle **route du thé**, nous descendrons de plus de deux mille mètres et retrouverons les rizières et la chaleur de la plaine qui borde le massif himalayen. Nous prendrons la longue route vers l'est, qui nous mènera aux portes du **Bhoutan**.

Franchissant la frontière bhoutanaise, nous passerons la **nuit à Phuntsoling**.

#### **J 9 - Samedi 16 mars 2019 Phuntsoling – Simtokha**

La petite ville de **Phuntsoling** joue le rôle de poumon de l'économie bhoutanaise vers l'Inde. Après un arrêt devant le monastère de Karbandi, nous emprunterons la **route splendide qui s'agrippe aux flancs de la vallée de la Torsa**. L'étonnante végétation composite qui rassemble les flores tropicales, tempérées et de montagne, se caractérise par ses rhododendrons géants.

Nous découvrirons, dominant la croisée stratégique des vallées, le **dzong de Simtokha**. Ce sera notre première rencontre avec cette architecture unique, propre au Bhoutan.

**Nuit à Thimphu** (2 300 m d'altitude).

#### **J 10 - Dimanche 17 mars 2019 Thimphu**

A **Thimphu**, la capitale du Bhoutan, le centre actif de la ville s'allonge le long de la rue Norzim Lam qui nous mènera au cœur administratif du pays, le **Taschichö Dzong**, majestueux quadrilatère fortifié protégé par les « gardiens des quatre orient » et qui enserme un ensemble de splendides bâtiments administratifs et culturels.

chorten, érigé à la mémoire du troisième roi du Bhoutan, véritable compendium des doctrines bouddhiques.

### **Nuit à Thimphu.**

#### **J 11 - Lundi 18 mars 2019 Punakha**

Franchissant le col de **Dochula** (3 000 m), nous atteindrons la **riante vallée de Punakha**. Plus encore que dans la vallée de Thimphu, l'architecture civile y est remarquable de finesse, de sobriété et d'élégance. Édifié au XVII<sup>e</sup> siècle, le **dzong de Punakha** fut longtemps la résidence d'hiver des rois du Bhoutan. Tel un immense navire de pierre, il s'élève au lieu même d'un confluent, sur un site béni par Gourou Rimpoche lui-même.

### **Nuit à Punakha.**

#### **J 12 - Mardi 19 mars 2019 Paro**

Départ matinal vers **Paro**.

Après le déjeuner inclus, **l'après-midi sera consacrée aux manifestations du festival de Paro**, commémorant l'introduction du bouddhisme par Padma Sambhava, Gourou Rimpoche, au VII<sup>e</sup> siècle.

### **Nuit à Paro (2 250 m d'altitude).**

#### **J 13 - Mercredi 20 mars 2019 Paro**

Le matin, nous emprunterons le sentier qui monte à l'assaut de la falaise où s'accroche, défiant le vide, « la tanière du tigre », le **monastère de Taktsang** (l'ascension vers ce site à 2 800 m d'altitude peut s'effectuer à cheval, mais la descente ne se fait qu'à pied. La montée prend environ deux heures pour 700 m de dénivellation).

L'après-midi, après un temps de repos à l'hôtel, temps libre consacré aux manifestations du festival de Paro.

### **Nuit à Paro.**

#### **J 14 - Jeudi 21 mars 2019 Le festival de Paro**

Au cours de cette journée, nous assisterons aux diverses

manifestations du festival et, en particulier, à la cérémonie du **déroulement du grand thangka**, le Tongrol, qui est offert pour quelques heures à la dévotion des bhoutanais (visible sous réserve d'un changement d'horaire), puis aux diverses **danses apotropaiques** exécutées par les moines dans l'enceinte du dzong de Paro.

Dans la vallée, nous visiterons le **monastère de Kyichu Lhakang**.

**Nuit à Paro.**

**J 15 - Vendredi 22 mars 2019 Paro – Delhi**

Vol pour Delhi en milieu de journée, puis vol pour Paris.

Nuit en vol.

**J 16 - Samedi 23 mars 2019 Delhi - Paris**

Arrivée à Paris.

-----  
Les informations prévisionnelles concernant le programme, les hôtels ou bateaux, les horaires de transport et le nom de votre conférencier vous sont données ici à titre indicatif et sont valables au 28/02/2019. Les précisions définitives vous seront communiquées au moment de la confirmation du rendez-vous de départ.  
-----

## Dates, prix, conférenciers



### **Katia**

Diplômée en histoire de l'art. Spécialiste des civilisations de l'Inde et du monde himalayen

### **Du 8 au 23 mars 2019**

Groupe de 14 à 18 voyageurs

#### Sur demande

Forfait en chambre double	4 825 €
Supplément chambre individuelle	1 175 €
Sans transport international	-270 €
Visa	133 €

### Hôtels

**Delhi** Holiday Inn Aerocity 5\*

**Kalimpong** The Silver Oaks 4\*

**Gangtok** Nor-Khill 5\*

**Pemayangtse** Elgin Mount Pandim 3\*

**Darjeeling** May Fair 5\*

**Phuntsoling** Druk

**Thimphu** Pedling hotel 3\* sup

**Punakha** Meri Puensum Resort 3\*

**Paro** Kichu resort catégorie A

### Transports prévisionnels

#### Voyage Aller

AF 226 - Air France

Départ le 08/03/2019 à 10h20 - Paris Roissy CDG / 2E

Arrivée le 08/03/2019 à 23h15 - Delhi Indira Gandhi / 3

#### Voyage Retour

AF 225 - Air France

Départ le 23/03/2019 à 01h05 - Delhi Indira Gandhi / 3

Arrivée le 23/03/2019 à 05h55 - Paris Roissy CDG / 2E

## Prestations incluses

- Les vols internationaux Paris/Delhi et retour avec ou sans escale sur lignes régulières
- Les vols intérieurs Delhi/Bagdogra et Paro/Delhi avec ou sans escale sur lignes régulières
- Les taxes aériennes
- L'hébergement en chambre double
- La pension complète du petit déjeuner du 2<sup>e</sup> jour au dîner du 15<sup>e</sup> jour avec deux déjeuners prévus sous forme de pique-nique
- Le circuit en autocar privé à Delhi et au Bhoutan, et en jeep pour la partie Sikkim et la première journée au Bhoutan (du 2<sup>e</sup> au 9<sup>e</sup> jour)
- Les visites mentionnées au programme
- L'accompagnement culturel par un conférencier Clio

## Nos prix ne comprennent pas

- Les pourboires d'usage (prévoir 4 € par jour et par participant)
- L'assurance facultative Assistance-Rapatriement : 12 € par personne
- L'assurance facultative multirisque Assistance-Rapatriement + Annulation-Dommage Bagages
- Les boissons
- Les frais de visa

## Les autres dates de ce voyage

D'une date à l'autre, l'itinéraire et les prestations peuvent varier. Merci de nous consulter pour connaître les éléments liés à chaque départ.

# Pour préparer votre voyage

## ARTICLES

Royaumes mythiques de l'Himalaya : le Bhoutan et le Sikkim par Olivier Brunet

[http://www.clio.fr/bibliotheque/royaumes\\_mythiques\\_de\\_lhimalaya\\_le\\_bhoutan\\_et\\_le\\_sikkim.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/royaumes_mythiques_de_lhimalaya_le_bhoutan_et_le_sikkim.asp)

Mots et valeurs de la civilisation indienne par Michel Angot

[http://www.clio.fr/bibliotheque/mots\\_et\\_valeurs\\_de\\_la\\_civilisation\\_indienne.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/mots_et_valeurs_de_la_civilisation_indienne.asp)

Le yoga : origine et histoire par Bernard Sergent

[http://www.clio.fr/bibliotheque/le\\_yoga\\_origine\\_et\\_histoire.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/le_yoga_origine_et_histoire.asp)

Le bouddhisme tantrique au Tibet par Laurent Deshayes

[http://www.clio.fr/bibliotheque/le\\_bouddhisme\\_tantrique\\_au\\_tibet.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/le_bouddhisme_tantrique_au_tibet.asp)

Nouvelle histoire du bouddhisme ancien par Gérard Fussman

[http://www.clio.fr/bibliotheque/nouvelle\\_histoire\\_du\\_bouddhisme\\_ancien.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/nouvelle_histoire_du_bouddhisme_ancien.asp)

## LIVRES

### BIBLIOGRAPHIE

#### **Bhoutan dernier royaume bouddhiste**

*Thierry Mathou*

Éditions Kailash, Paris, 1998

#### **Himalaya bouddhiste**

*Olivier et Danielle Föllmi et Mathieu Ricard*

La Martinière, Paris, 2002

#### **Dieux et démons de l'Himâlaya**

*Gilles Béguin*

Réunion des Musées Nationaux, Paris, 1977

#### **Les Royaumes de l'Himâlaya**

*Sous la direction de Macdonald Alexander*

Imprimerie nationale, Paris, 1982

#### **Voyage d'une parisienne à Lhasa. A pied et en mendiant de la Chine à l'Inde à travers le Tibet**