



Buddha Blue

Le Bouddhisme des lamasseries Août 2009

Les provinces musulmanes, le plateau tibétain, le Népal, la vallée du Kathmandu.

21 jours du dimanche 9 au samedi 29 août 2009

Jour 1 (dimanche 9 août) : vol international Lufthansa Lyon- Beijing (dimanche 9 août)

Lyon: 12h 45 – Munich : 14h 05
Munich: 19h 35 - Beijing : 11h 15

Jour 2 (lundi 10 août) : arrivée à Pékin 11h 15.

Envol pour Xining par China Southern Airlines à 18h 00, arrivée : 20h 30
Qinghai Yed Hôtel

Jour 3 (mardi 11 août) : Xining (2275 m)

Départ pour la visite du monastère Kumbum (Ta'ersi) où résida Alexandra David-Néel. Découverte du temple Xiaojinwa et de celui de Dajinwa qui abrite les reliques de Tsongkhapa, grand réformateur et fondateur de l'école des Gelupga ou Bonnets Jaunes. L'ensemble monastique qui s'étend sur 40 ha, abritait autrefois plus de 2000 moines. D'époque Ming (1368-1644) il associe magnifiquement l'architecture Han et tibétaine.

Visite du musée de la province de Qinghai. Temps libre en fin d'après-midi.
Qinghai Yed Hôtel

Jour 4 (mercredi 12 août) : Xining / Tongren

Départ pour Tongren au cœur de l'Amdo historique. Visite du monastère bouddhiste de Qutan, où l'on peut encore admirer de très belles fresques.

Spectaculaire route sur les steppes d'altitude qui bordent les monts Dalishan, tantôt collines couvertes de conifères, tantôt montagnes ocre et rouges. Traversée de villages typiques aux maisons de pisé.
Regong Hôtel

Jour 5 (jeudi 13 août) : Tongren / Xiahe (2920 m)

Route pour Xiahe. Tout au long de la route, des montagnes arides alterneront avec des canyons profonds, des villages cachés émergeront des lignes de crêtes. En chemin, visite du monastère de Longwu, puis de celui de Wudun appartenant à la secte des Bonnets Jaunes. Les moines qui y résident aujourd'hui sont spécialisés dans la réalisation de tangka.

Xiling Hôtel

Jour 6 (vendredi 14 août) : Xiahe / Linxia

Matinée : visite de la lamasserie de Labrang (Labulengsi), fondé en 1710 par la secte des Bonnets Jaunes, de ses universités, de l'imprimerie, de la bibliothèque. Les lieux de culte et les cellules des moines sont regroupés en un vaste ensemble blotti contre la montagne.

Promenade dans les villages de la vallée peuplée de Han et de Tibétains.

Hehai Dasha

Jour 7 (samedi 15 août) : Linxia / Binglingsi / Langzhou

Route pour le site des grottes des Mille Bouddhas de Binglingsi que l'on atteint après avoir traversé la retenue d'eau du barrage de Liujaxia.

Les grottes construites à partir de la dynastie des Wei du Nord abritent plus de 700 statues de pierre ou de stuc où dans certaines les plafonds à caissons et les peintures murales sont encore préservés. Route pour Langzhou.

Xilian Hôtel

Jour 8 (dimanche 16 août) : Langzhou / Tsedang (3400 m)

Visite du musée provincial du Gaisu, très bien rénové, qui retrace l'histoire de la route de la soie.

Vol Langzhou-Xian (8h 05- 9h 05) Xian -Gonggar (12h 30- 15h 20).

Route pour Tsedang, environ une heure et demi de trajet. Ville étape pour s'adapter à l'altitude.

Tsedang, ville située au pied de la montagne sacrée Gangpori, elle est le berceau de la civilisation tibétaine.

Sur le trajet, visite du Yongbulakhang, sanctuaire fortifié, dont l'histoire est associée au premier roi mythique, Nyatri Tsenpo.

Tsedang Hôtel

Jour 9 (lundi 17 août) : Tsedang / Samyé / Lhasa (3680 m)

Route le long du fleuve Yarlung Tsangpo (en Inde, le Brahmapoutre) jusqu'au monastère de Samyé.

Les plans de ce monastère correspondent à la cosmogonie tibétaine qui établit le Mont Meru comme centre de l'univers. Ce monastère, fondé en 779 par Trisong Detsen, second roi religieux du Tibet, fut le premier monastère bouddhique du « Pays des Neiges ».

En chemin vers Lhasa, découverte du monastère de Mindroling à l'architecture particulière de l'école Nyingma- Pa : temple des nonnes Ani-Sungkhang.

Lorsque le roi Songtsen Gampo (608-650 après J.C.) unifia pour la première fois le Tibet, il transféra sa capitale dans la vallée de Yarlung Tsangpo au site de Lhasa qui, par sa position centrale, permettait un meilleur contrôle.

Lhasa Hôtel

Jour 10 (mardi 18 août) : Lhasa

Visite du monastère de Sera fondé en 1419, il devint au 18e une importante université monastique qui hébergea jusqu'à plus de 6000 moines. Célèbre pour la formation de « dop-dop », les fameux moines combattants.

Découverte du Potala, palais - forteresse de treize étages, avec sa façade de 178m de haut, qui domine toute la ville. Fondé à partir du VIIe siècle, cet ensemble imposant comprend actuellement plus de mille salles : sanctuaires, galeries, bibliothèques, appartements privés où les Dalai Lama résidèrent jusqu'en 1959. Le palais est aujourd'hui transformé en musée. Promenade dans le parc de Norbulinka, où se trouve le Palais d'Été des dieux-rois du Tibet.

Lhasa Hôtel

Jour 11 (mercredi 19 août) : Lhasa

Excursion au monastère Drepung, construit en 1416, bâti au pied de la montagne à l'extérieur de Lhasa.

Après-midi consacrée au temple du Jokhang « l'âme du bouddhisme ». Promenade sur le chemin déambulatoire du Barkhor bordé d'échoppes.

Lhasa Hôtel

Jour 12 (jeudi 20 août) : Lhasa / lac Yamdrok Tsao (4482m) / Gyantsé (3950m)

Départ en 4x4 jusqu'à la frontière népalaise par une route qui traverse le cœur de la province de U-Tsang. Arrêt et pique nique au bord du lac Yamdrok dit « lac de turquoise », l'un des plus sacrés du Tibet.

Passage des cols Kamba-la (4790m) puis Karo-la (4010m). Arrivée à Gyantsé en fin d'après-midi. La ville de Gyantsé est dominée par un piton rocheux sur lequel s'élèvent les ruines d'une citadelle détruite par les Anglais en 1904. Cette ville conserve une architecture tibétaine traditionnelle et des ruelles pavées bordées de maisons anciennes.

Gyantse Hôtel

Jour 13 (vendredi 21 août) : Gyantse / Shigatse (3900m)

Visite du Chorten d'Or ou Kumbum, célèbre stupa orthogonal aux cent mille bouddhas. Visite du temple Palkhor- Chode, fondé en 1418, qui abrite de superbes œuvres réalisées durant une des périodes les plus créatives de l'art tibétain.

Balade dans la vieille ville puis, route pour Shigatsé qui est la seconde ville du Tibet et le siège traditionnel du Panchen Lama. En route, détour par une piste pour la visite du petit monastère de Shalu, célèbre pour son architecture et ses fresques.

Jiumuyamei Hôtel

Jour 14 (samedi 22 août) : Shigatse

Cette ville occupe une position stratégique vers le Népal et le Sikkim. Balade sur le marché.

Visite du monastère de Tashilumpo dont la fondation remonte au XVe siècle. C'est l'un des quatre temples de la Secte des Bonnets Jaunes (« les réformés » fondée par Tsang Khapa), aujourd'hui représentée par le Dalai- Lama.

Cet ensemble monastique a été construit au XVe : les toits d'or abritent une statue de Maitreya de 26 m de haut et de nombreuses peintures murales dans la salle de prières.

Marche (d'un peu plus d'une heure) sur le chemin déambulatoire des pèlerins (très nombreux) qui entoure le monastère.

Jiumuyamei Hôtel

Jour 15 (dimanche 23 août) : Shigatse / Tingri

Route impressionnante, qui mène au Népal, le long d'une des vallées les plus hautes du monde. Passage des cols Tsuo-La (4500m) et Gyatso-La (5220m). Par temps clair, possibilité d'apercevoir l'Everest. Avant l'arrivée à Tingri, visite de l'imposant monastère de Sakya, haut lieu de l'illustre lignée des Sakyapa, et du monastère de Shigar Chode Ganden, situé dans un village perché sur une colline. Tingri Zhufeng Hôtel

Jour 16 (lundi 24 août) : Tingri / Zhangmu (Khasa)

Trajet par une route qui contourne le pied de l'Everest au milieu de la grandiose chaîne himalayenne. Arrivée au poste frontière de Zhangmu (Khasa). Zhangmu Hôtel

Jour 17 (mardi 25 août) : Zhangmu / Kathmandu

Départ pour le pont de l'Amitié qui enjambe la rivière séparant le Tibet et le Népal. Si la route était coupée, ce passage de 8 kms devrait se faire à pieds. En surplombant la rivière Sunkosi, la route se transforme avec des paysages subtropicaux aux rizières sculptées en escaliers. Puis arrivée à Dhulikhel qui offre une vue imprenable sur les monts himalayens. Promenade dans le village et arrêt dans une fabrique de cachemire. Poursuite jusqu'à Kathmandu. Vaishali Hôtel

Jour 18 (mercredi 26 août) : Kathmandu

Excursion à Patan, « la ville aux toits dorés », ancienne capitale royale et ville d'art médiévale. Patan a une longue histoire bouddhiste et les quatre coins de la ville sont marqués par des stupa qui auraient été érigés par le grand empereur Ashoka vers 250 avant J.C. Puis visite du stupa de Bodhnath, l'un des lieux de pèlerinage de la diaspora tibétaine. L'après-midi, découverte de Kathmandu : Durbar Square, son palais royal, ses pagodes et ses ruelles animées. Vaishali Hôtel

Jour 19 (jeudi 27 août) : Kathmandu

Journée libre. Vaishali Hôtel

Jour 20 (vendredi 28 août) : Kathmandu

Matinée libre. Envol pour New Dehli par Indian Airlines - Départ 16h 15 - Arrivée : 17h 30

Jour 21 (samedi 29 août) : Francfort- Lyon (samedi 29 août)

Départ : Lufthansa 2h 25 du matin pour Francfort – Arrivée à 7h
Départ Francfort : 8h 30 - Arrivée Lyon : 9h 45