



## Estensione: *Bhutan, l'ultimo Shangri-la*

Annidato tra le cime brumose della grande Himalaya tra i colossi di India e Cina, remoto come un sogno, il mistico regno del Bhutan è davvero un altro mondo. Qui la vita ha un ritmo antico e non a caso lo sport nazionale è il tiro con l'arco. Il calendario bhutanesi è ricco di festivals, che qui chiamano "Tsechu", attesi con grande trepidazione come eventi speciali e occasioni di festa, durante i quali i cortili dei monasteri si animano di danze mascherate, allegorie religiose e allegri raduni ai quali partecipano i monaci e la gente comune con uguale entusiasmo e trasporto.

**Durata**  
7 giorni / 6 notti

Partenza lunedì, giovedì e sabato



### 1° giorno – KATHMANDU – PARO – THIMPU

Volo Druk Air in tarda mattinata per Paro. Dall'aeroporto internazionale di Paro proseguiamo direttamente per la capitale Thimpu, a 2500 m. di altitudine, tra colline boschive, risaie a terrazza e il corso sinuoso del fiume Wang Chhu. Centro amministrativo e religioso del Bhutan è il Tashich Dzong, il "forte della fede gloriosa" residenza del sovrano, dei dipartimenti governativi e di oltre 2000 monaci, costruito con il lavoro volontario dei fedeli come espressione di un importante atto di fede. Durante il fine settimana il mercato di Thimpu è un forte richiamo per gli abitanti delle campagne che vi si affollano nei loro costumi tradizionali.

### 2° giorno – THIMPU – VALLE DI PUNAKHA

Lasciata Thimpu, una strada a zigzag si arrampica, fra paesaggi grandiosi e vegetazione tropicale di montagna, fino al passo Dochu-La a 3140 m. Una foresta di "bandiere di preghiera" e di chorten, le edicole religiose votive, si staglia sullo sfondo della grande Himalaya, uno scenario che suscita profonda emozione. Con una passeggiata attraverso le risaie si può visitare il "tempio della fertilità" del XIV secolo dedicato ad un santo buddista popolarmente conosciuto come "il pazzo divino". Si raggiunge infine Punakha, in una valle a 1200 m., dal clima molto mite e coltivata a frutteti.

### 3° giorno - PUNAKHA E WANGDUE PHODRANG

L'esplorazione della valle di Punakha, di Wangdue Phodrang e dei suoi Dzong, i monasteri-fortezza, ci introdurrà all'universo suggestivo e per noi misterioso della dottrina buddista tantrica di Padma Sambhava, taumaturgo, mago e sapiente che nel VIII secolo univa il potere derivato dal sapere filosofico alla conoscenza delle forze della natura.

### 4° giorno – PUNAKHA – PARO

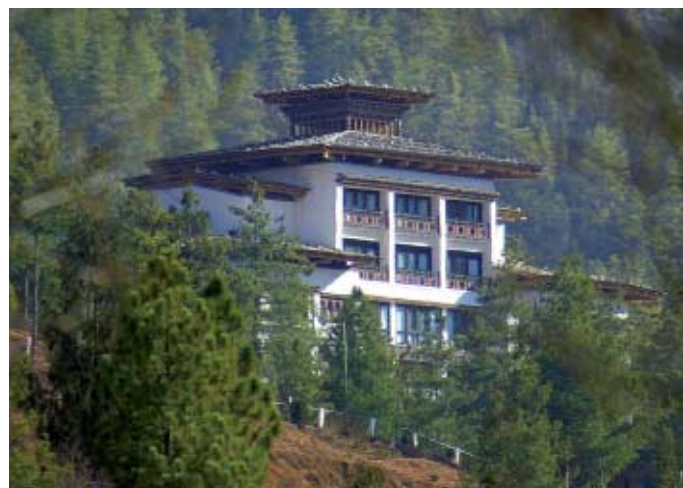
Il viaggio prosegue per Paro, attraverso splendide risaie e frutteti, foreste di rododendri e magnolie, lungo il corso di turbolenti fiumi di montagna e deliziosi villaggi tradizionali dalle case bianche con i muri decorati dai Tashi Tagye, gli otto simboli di buon auspicio che rappresentano le qualità indispensabili per raggiungere l'illuminazione. Presso il checkpoint si possono vedere i tre santuari in stile bhutanesi, tibetano e nepalese costruiti per allontanare gli spiriti maligni. Tempo permettendo si visita il tempio di Tamchog Lhakhang al quale si accede attraversando un ponte sospeso.

### 5° e 6° giorno – VALLE DI PARO

Dedicheremo due giornate alla scoperta della valle di Paro, 2200 m. di altitudine, forse la più bella di tutto il Bhutan, sulla rotta commerciale con il Tibet. Tempo permettendo, buona parte dell'esplorazione si farà camminando, tra monasteri, fortezze in rovina, piccoli villaggi, lungo antichi sentieri e attraversando il fiume Paro su un tradizionale ponte coperto. Il soggiorno a Paro culminerà con l'escursione a Taksang, il "nido della tigre", un monastero chiuso ai visitatori che, arroccato su uno strapiombo di mille metri, sembra sfidare le leggi della gravità e del logico ragionamento. Vi si accede da Satsam Chorten con un tragitto a piedi o a cavallo di alcune ore, fatica ampiamente ricompensata dalla magica suggestione del luogo e delle leggende che vi si accompagnano.

### 7° giorno – PARO – KATHMANDU

In mattinata volo di rientro a Kathmandu.



### UMA PARO RESORT

Un hotel di comfort e gusto contemporaneo, ma estremamente rispettoso dell'architettura e del contesto culturale del Bhutan. Situato fra colline boschive, un po' appartato dalla città, Uma Paro è un luogo speciale di grande quiete e di grande classe, base ideale per esplorare la vallata. E, al termine di una giornata densa di attività, il Como Shambala Retreat è l'oasi dove accostarsi a nuove dimensioni del benessere, attraverso trattamenti di ispirazione asiatica, idroterapia e sessioni di yoga.

### AMANKORA RESORT

Gli esclusivi Amanresorts, ricercati dai viaggiatori più esperti ed esigenti, sono presenti in Bhutan nelle località di Paro, Thimpu, Punakha e Gangtey, assicurando un circuito con sistemazioni veramente al top. Sono lodge di piccole dimensioni che offrono privacy totale, viste spettacolari e grande atmosfera. Le suite sono più semplici rispetto allo standard abituale Aman, ma sono dotate di lussuose stanze da bagno, letti comodissimi e una stufa tradizionale "bhukari" per i mesi più freddi. All'Amankora di Paro gli ospiti hanno a disposizione una Spa.