

# *Ladakh et Zanskar*

## *Les grands espaces himalayens entre nomades et lamaseries*

*Du 11 août au 2 septembre 2018*

*Nous partirons par le Cachemire, et ferons la route jusqu'à Kargil et l'entrée du Zanskar. Il y aura des treks, pour aller visiter des lieux en dehors des routes, mais pas de randonnées de plusieurs jours. Jacques Vigne est familiarisé avec la culture tibétaine et le bouddhisme himalayen, il nous expliquera le sens symbolique de beaucoup de représentations en lien avec la méditation. Après le Zanskar, nous monterons au Ladakh lui-même et visiterons ces grands lieux qui sont des joyaux de la culture de l'Inde. Les altitudes seront entre 2500 et 4500 mètres, bien que l'Himalaya soit nettement moins froid que les Alpes, il faut quand même prévoir des vêtements chauds, surtout si le mauvais temps arrive.*

*Jacques Vigne guidera une méditation quotidienne.  
Christophe Schohn animera une séance de hatha  
yoga pour ceux qui s'inscrivent.*

### Le programme :

#### **Samedi 11 Août : Paris – New Delhi.**

Vol le matin au départ de Paris. Arrivée à Delhi dans la nuit.  
Accueil et transfert à l'hôtel.  
Nuit à Delhi.

#### **Dimanche 12 Août : New Delhi.**

Visite de la capitale indienne.  
Nuit à Delhi.

#### **Lundi 13 Août : Vol pour Srinagar.**

Vol le matin à destination de Srinagar.  
Arrivée à Srinagar pour le déjeuner.  
Transfert en shikara, les barques locales, jusqu'au house-boat. Installation sur ces bateaux confortables, décorés dans le style colonial, avec chambres doubles et moustiquaires, salles de bains privées, salle à manger, salon, terrasse...  
Nuit à Srinagar.

#### **Mardi 14 Août : Srinagar – Sonamarg (85km, 3h)**

Promenade en bateau sur le lac Dal et visite de Srinagar.  
Après le déjeuner route pour Sonamarg dans un cadre évoquant la Suisse.  
Nuit à Sonamarg.

**Mercredi 15 Août : Sonamarg - Kargil (127km, 5h).**

Route vers l'aventure du Zaskar et du Ladakh.

Route au cœur de paysages somptueux jusqu'au Zoji La à 3530 mètres.

Arrêt à Drass.

Arrivée à l'hôtel de Kargil en fin de journée.

Nuit à Kargil.

**Jeudi 16 Août : Kargil – Rangdum (107km, 6h).**

Route plein sud sur les berges de la rivière Suru. La route est en relativement bon état jusqu'à Sanku (environ 100 km) puis une piste parfois chaotique, s'enfonce en

direction du Nun Kun (7 084m) que l'on découvre vers Panikar. Le spectacle est grandiose, avec des sommets de plus de 7000 mètres qui barrent l'horizon au sud.

Arrivée à Rangdum Gompa, où nous visiterons le monastère fondé au XVIIe.

Installation au camp situé dans la grande plaine au pied du monastère.

**Vendredi 17 Août : Rangdum Gompa - Padum (140km, 7h).**

Route vers le sud jusqu'au Pensi La, col à 4 400 m, puis vers l'est, en suivant la vallée de la Doda, jusqu'à la capitale du Zaskar : Padum (3570 m). Installation pour trois nuits dans un lodge, simple mais propre. Découverte du site somptueux de Karsha, de l'école Gelugpa, fondé au Xe siècle. Avec une trentaine de bâtiments et environ 150 moines, il est certainement le plus important du Zaskar. La vue sur la vallée au coucher du soleil est superbe.

Nuit au Lodge.

**Samedi 18 Août : Puktal, Mune, Bardan (2h de route, 3h de marche).**

Visite de la vallée, route en jeep pour la haute vallée de la Tsarap. Arrêt au pont d'Ichar. Puis à pied nous partirons visiter le village, oasis superbe blottie sur un éperon rocheux. Riche d'une trentaine de maisons, ce village était autrefois fortifié pour se protéger des invasions du Sud. Environ 200 habitants vivent ici à l'année et se battent contre la nature pour préserver leurs cultures d'orge, de pois, de choux et pommes de terre. Malgré un exode certain depuis l'arrivée de la route, ce village authentique reste encore de nos jours un miracle de l'humanité au cœur de ce désert d'altitude. Sur notre route du retour nous nous arrêterons pour visiter les vieux monastères méconnus de Mune et Bardan. Retour au lodge puis visite de la Gompa de Pipiting et des fameux Chortens qui l'entourent et qui datent de l'époque Kanishka.

Nuit au Lodge.

**Dimanche 19 Août : Karsha - Zangla (3h de route, 2h de marche).**

Route pour Zangla où nous nous baladerons jusqu'au château, puis à la nonnerie.

Promenade à travers le village de Zangla. Sur le chemin du retour visite du monastère de Tongde.

Nuit au lodge.

**Lundi 20 Août : Padum - Sani – Phey –Rangdum (140km, 7h).**

Nous repartirons vers Rangdum. A Sani nous prendrons le temps de visiter le village et la Gompa. Arrêt à Phey pour une balade bien agréable dans le village et jusqu'à la nonnerie. Arrivée à Rangdum en fin d'après-midi. Nuit en camp fixe.

**Mardi 21 Août : Rangdum - Kargil (107km, 7h).**

Toujours sous la bienveillance du Nun et du Kun, nous reprendrons la route qui rejoint le Cachemire. Nous pourrons faire un stop au village de Parkachick, superbement situé

face aux gigantesques sommets jumeaux du Nun et du Kun. Parkachik est aussi la zone de transition entre l'univers bouddhiste et le monde musulman... Arrivée à l'hôtel de Kargil en fin de journée.

**Mercredi 22 Août : Kargil – Mulbeck – Lamayuru - Nurla (106km, 5h).**

Route pour Mulbek, arrêt devant la sculpture du Maitreya de 7m de haut. Arrivée et visite de Lamayuru, étonnant promontoire dont la beauté contraste avec l'aridité du vallon. Selon la légende il aurait été construit vers la fin du XVIe : le roi, victime de la vengeance d'un Naga après avoir fait construire un canal au monastère de Hémis, contracta une lèpre déclarée incurable ! Il fut guéri par un moine qui méditait dans une grotte au mont Kailash. Pour le remercier, le roi fit édifier Lamayuru et lui attribua de nombreux privilèges. Découverte du village et du monastère. Nuit à Lamayuru.

**Jeudi 23 Août : Lamayuru – Rizong - Nurla.**

Éclatant de blancheur au fond d'une gorge désolée, Ridzong incarne parfaitement l'idéal de l'ordre des Gelupa, l'école des "Vertueux", dernière-née dans le bouddhisme tibétain. Dans une solitude absolue, reliés au monde depuis peu de temps par une route carrossable, les moines y suivent une stricte discipline dans la vénération de leur fondateur qui choisit ce lieu isolé où le monastère lui-même pouvait devenir lieu de retraite. Nuit à Nurla.

**Vendredi 24 Août : Nurla – Alchi (20km, 40mn)**

Route pour Alchi, l'un des sites les plus intéressants du Ladakh (XIe et XIIe) : peintures finement ciselées typiques de l'art indo-cachemiri. Nuit à Nurla.

**Samedi 25 Août : Likir – Basgo – Spituk - Tiksey (145km, 6h)**

Continuation vers Likir, monastère appartenant à l'ordre Gelupa, (XIe) recelant de très belles statues et une intéressante collection de thankas. Un dernier arrêt pour découvrir la forteresse de Basgo, ancienne capitale du Ladakh entre le Xe et le XVIIe, site stratégique pour le contrôle des caravanes entre le haut et le bas Ladakh.

Le monastère de Spituk construit au sommet d'un piton aux abords de Leh, incarne l'attachement des Ladakhis à leur identité bouddhique. Son supérieur fut, durant des années, élu député au parlement de Delhi et allia à sa charge religieuse une intense activité politique pour défendre les droits et traditions de son peuple. Ironie du sort, les Hindous viennent adorer dans ce sanctuaire du Bouddhisme traditionnel une statue en laquelle ils reconnaissent l'image de la déesse Kali.

Arrivée à Tiksey, Le monastère de Thikse a été érigé pour accomplir une prophétie de Tsongkapa, le fondateur de la secte Gelug Pa : « Sur la rive droite de la rivière Si-ta, mes enseignements s'épanouiront ». Son neveu fonda le monastère au Xe siècle.

Toute la face Est de la colline est couverte de bâtiments et c'est dans la majesté architecturale de l'ensemble que se trouve la beauté du lieu.

Installation pour trois nuits à la Guest House du monastère de Tiksey.

**Dimanche 26 Août : Tiksey et ses environs.**

Tôt le matin nous participerons à la prière des moines au monastère de Tiksey.

Après le petit-déjeuner route pour le monastère de Matho, fondé en 1410 par Dorje Dukpa, seul monastère d'influence Sakyapa au Ladakh. Ce monastère possède aussi d'anciennes Thankas datant de sa création. Continuation pour Stakna, situé sur un promontoire au milieu de la plaine de l'Indus, monastère de l'école Drugpa Kagyu (comme au Bhoutan), datant du XVIe. Il possède une superbe statue d'Avalokiteshvara

le Bouddha de la compassion. Le nom Stakna signifie littéralement le nez du Tigre.  
Nuit à Tiksey.

**Lundi 27 Août : Tiksey – Hemis (50km, 2h)**

Le monastère de Hemis est le plus grand et le plus riche du Ladakh. Fondé en 1630, on peut y admirer de belles peintures murales et d'impressionnantes statues dorées. Sur le chemin du retour un petit arrêt à Shey permettra de découvrir l'ancienne citadelle des souverains du Ladakh. Nuit à Tiksey.

**Mardi 28 Août : Tiksey – Tso Moriri (210km, 6h)**

Les paysages le long de la route qui mène au lac Tso Moriri sont superbes, avec des montagnes qui culminent à plus de 6 000 mètres.  
Nuit en camp fixe au bord du lac.

**Mercredi 29 Août : Tso Moriri – Leh (220km, 6h).**

Promenade au bord du lac avant de prendre la route de retour vers Leh.  
Leh signifie oasis. Les montagnes au sud et au sud-ouest empêchent la mousson de pénétrer jusqu'ici. Malgré cela, quelques cultures de survie ont permis à l'homme de subsister dans cette haute vallée. Mais c'est le commerce des caravanes qui a fait la richesse de la ville. Chorten (stupa), moulins et murs à prières parsèment la ville dominée par la structure massive du château royal.  
Nuit à Leh.

**Jeudi 30 Août : Leh.**

Visite de la ville de Leh et temps libre pour quelques achats.  
Nuit à Leh.

**Vendredi 31 Août : Vol Leh – Delhi.**

Nous serons en période de mousson qui est la meilleure saison pour visiter ces régions de haute altitude. Cependant le temps dans les vallées est souvent perturbé et le vol de Leh à Delhi est très souvent retardé, voire annulé, c'est pourquoi par précaution, pour ne pas risquer de manquer le vol international, nous avons prévu une journée de « sécurité ». Si le vol opère ce jour-là, nous aurons la journée du 1er Septembre à Delhi où il y a suffisamment de choses à visiter pour occuper la journée.  
Nuit à Delhi.

**Samedi 1er Septembre : Delhi.**

Le programme de cette journée sera établi au dernier moment.  
Dîner d'adieu et quelques chambres pour prendre une douche avant de partir à l'aéroport pour le vol de retour.

**Retour : Dimanche 2 Septembre : Vol Delhi – Paris.**

**Tarif :**

**3150 Euros** par personne (chambre double) - Pour chambre seule : 800 Euros (une personne)

Nous saurons les prix des billets d'avion en septembre (autour de 600 Euros)  
Les billets d'avion pourront déjà se réserver en septembre. Surtout si l'on est un groupe de 10 personnes.

**Le prix comprend:**

- (01) Le transfert de l'aéroport à l'arrivée et au départ en bus air-conditionné.
- (02) Les entrées sur les monuments.
- (03) Le logement dans les hôtels mentionnés ou similaires, avec salle de bain.
- (04) Les repas végétariens en pension complète.
- (05) L'heure de mise à disposition des chambres est 12h, heure de l'Inde.
- (06) 2 bouteilles d'eau minérale par personne par jour.
- (07) Les services d'un guide francophone ou anglophone selon l'itinéraire.
- (09) Les pourboires.
- (10) 21 nuits et 21 jours en Inde.
- (11) Les vols intérieurs Delhi/Srinagar et Leh/Delhi.

**Le prix ne comprend pas :**

- (01) Les frais de visa.
- (02) Les vols internationaux
- (03) Les éventuelles taxes d'aéroport.
- (04) Toutes les assurances : voyage, annulation, maladie, responsabilité civile.
- (05) Les dépenses personnelles : achats, boissons, droits de photo.

**Les possibilités de cours de Yoga avec Christophe Schohn** (tarif : 16 Euros : 1h30 / peut-être des forfaits de 10 cours à 150 Euros).

**Les méditations avec Jacques Vigne** sont comme d'habitude comprises dans le prix du voyage.

**Conditions d'annulation :**

Sur les voyages réservés et ensuite annulés s'appliquent les frais d'annulation suivants :

- A moins de 60 jours du début du voyage– 5% du prix total du voyage.
- A moins de 45 jours du début du voyage– 25% du prix total du voyage.
- A moins de 30 jours du début du voyage– 40% du prix total du voyage.
- A moins de 15 jours du début du voyage– 50% du prix total du voyage.
- A moins de 7 jours du début du voyage– 100% du prix total du voyage.

**Engagements :**

Nous suggérons aux clients de souscrire une assurance individuelle de voyage, médicale et autre type. Elles ne peuvent être obtenues en Inde.

Ce qui est proposé ci-dessus peut être sujet à des modifications si les transporteurs ou les hôteliers modifient leurs tarifs avant le début du voyage avec Teerth Travels Pvt. Ltd Haridwar (India).

Bien qu'organisant le voyage, les transports, les réservations des hôtels et autres services, Teerth Travels agit uniquement comme agent de voyage. Il est clair qu'ils ne sont en aucun cas responsables d'un quelconque accident, dégât, perte, retard, ou inconfort en relation avec les prestations organisées par l'entreprise, ses employés, ou ses agents. Toutes les réservations sont acceptées et exécutées avec le plus grand soin, malgré cela, il est possible qu'il y ait des changements et des modifications de dernière minute dus à des facteurs hors de notre contrôle.

Comme d'habitude, l'organisation en Inde sera faite par Dinesh Sharma :  
Teerth Travels PVT. LTD  
Injun Vali Haveli, Daksh Road Kankhal, Haridwar 249408 (U.A) INDIA  
+91 (0) 98 97 28 39 82 (Mobile de Dinesh) et +91 (0) 97 60 44 09 00 (Mobile de  
Manisha, son épouse)+91 (0) 1334241990 Tel/Fax  
[dinesh@teerth.org](mailto:dinesh@teerth.org) (Dinesh parle couramment le français)  
[teerthtravel.har@rediffmail.com](mailto:teerthtravel.har@rediffmail.com) - [www.teerthtravels.com](http://www.teerthtravels.com)

Contact pour inscription et paiement - Les voyages de Jacques Vigne sont organisés  
par :

EQUATEUR VOYAGES SELECTOUR AFAT AILLEURS-OVP

(N° de licence : IM 069100001)

4 RUE DE LA REPUBLIQUE BP1171 - 69201 LYON CEDEX1

LA PERSONNE EN CHARGE DES RESERVATIONS EST 'BEATRICE'.

GARANTIE APS ADHERENTE SNAV LICENCE IATA MEMBRE DE SELECTOUR AFAT

Contact personnel : BEATRICE [equateur@ailleurs.com](mailto:equateur@ailleurs.com)

TEL 04 78 29 48 58 - FAX 04 78 29 52 04

LUNDI -VENDREDI 9H30-12H30 et 14H00-18H30 - SAMEDI 09H30-13H00