



## BHUTAN



## ITINERARIO DI DUE GIORNI

### **1°g. Arrivo in volo a Paro e prosecuzione per Thimpu**

Giunti a Paro, dove la maggior parte dei voli atterra in tarda mattina, ci si reca in auto o pulmino privati – che si utilizzano per tutto il viaggio - lungo la valle che porta a Drukuel, dove si visitano il villaggio e i resti dello Dzong. Dalla strada si ammira il monastero di Taktshang, appollaiato su una parete granitica che sovrasta la valle. Tornando verso Paro si visita Kyuchu Lhakhang, uno dei monasteri più antichi del Bhutan, e si prosegue fino a Thimpu, un tragitto di 65 km che si copre in circa 2 ore, e sistemazione in hotel.

### **2°g. Thimpu – Paro**

Visita del grandioso Trashichhoe Dzong, dove sono situate la sede del governo, la sala del trono del re e la sede estiva dell'Abate del Bhutan

e di Dechen Podrang; ci si reca poi al tempio di Changangkha Lhakhang, sopra Thimpu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci. Si torna quindi a Paro dove si visitano lo Dzong e il museo, collocato all'interno di Ta Dzong, la torre di guardia posta sul colle sovrastante. A Paro sistemazione in hotel.

### **3°g. Volo di ritorno**

Tutti i voli lasciano Paro di prima mattina.



## **ITINERARIO DI TRE GIORNI**

### **1°g. Arrivo in volo a Paro e prosecuzione per Thimpu**

Giunti a Paro, dove la maggior parte dei voli atterra in tarda mattina, ci si reca a visitare lo Dzong e il museo collocato all'interno di Ta Dzong, la torre di guardia posta sul colle sovrastante. Ci si reca poi a Thimpu, con un tragitto di 65 km che si copre in circa 2 ore con un'auto o un pulmino privati che vengono utilizzati per tutto il viaggio e ci si sistema in hotel.

### **2°g. Thimpu – Paro**

Visita del grandioso Trashichhoe Dzong, dove sono situate la sede del governo, la sala del trono del re e la sede estiva dell'Abate del Bhutan e di Dechen Podrang; ci si reca poi al tempio di Changangkha Lhakhang, sopra Thimpu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci. Dopo una visita della cittadina si torna verso Paro, sostando a visitare Semtokha, che fu il primo Dzong costruito dallo Shabdrung nel 1631, l'abate proveniente da Ralung in Tibet che pose le basi della struttura religiosa e politica del Bhutan. A Paro ci si sistema in hotel.

### **3°g. Paro, escursione al monastero di Taktshang,**

il “nido della tigre” di Guru Rimpoce, sicuramente il luogo più celebre del Bhutan, sospeso alle rocce sopra la valle. Per facilitare la salita con una modica spesa chi vuole può noleggiare un cavallo, con cui si giunge fino ad un bel rifugetto da cui si gode una vista stupenda. Da qui si può proseguire attraverso una magnifica foresta portandosi in meno di un’ora ai piedi del monastero. Tornati a valle ci si reca al villaggio e al forte di Drukyl e poi a Kyuchu Lhakhang, uno dei monasteri più antichi del Bhutan.

### **4°g. Volo di ritorno**

Tutti i voli lasciano Paro di prima mattina.



## **ITINERARIO DI QUATTRO GIORNI**

### **1°g. Arrivo in volo a Paro e prosecuzione per Thimpu**

Giunti a Paro, dove la maggior parte dei voli atterra in tarda mattina, ci si reca a visitare lo Dzong e il museo, collocato all’interno di Ta Dzong, la torre di guardia posta sul colle sovrastante. Ci si reca poi a Thimpu, con un tragitto di 65 km che si copre in circa 2 ore con un’auto o un pulmino privati – che vengono utilizzati per tutto il viaggio, e ci si sistema in hotel.

### **2°g. Thimpu – Punakha**

Visita del grandioso Trashichhoe Dzong, dove sono situate la sede del governo, la sala del trono del re e la sede estiva dell’Abate del Bhutan, e di Dechen Podrang; ci si reca poi al tempio di Changangkha Lhakhang, sopra Thimpu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci. Si lascia Thimpu e attraverso foreste meravigliose con giganteschi rododendri si valica il passo di Dochu a 3116 metri, dove in una foresta lussureggiante migliaia di bandiere di preghiera colorate circondano 108 Chorten costruiti per commemorare le recenti battaglie svoltesi ai confini con l’Assam; qui si trovano anche tanti piccoli Tsa Tsa che contengono le

ceneri dei defunti, posti in gran numero attorno al Chorten più antico. La discesa tra scenari grandiosi porta alla valle di Punakha. Con una passeggiata che transita per un bel villaggio ci si reca al tempio della fertilità di Chimi Lhakhang, posto in cima ad una panoramica collina; il tempio fu fondato dal grande Lama Kunley, “l’illuminato pazzo” il cui emblema fallico adorna l’ingresso di molte case rurali. Le coppie che non riescono ad avere figli e chiedono qui con fiducia questa grazia vengono quasi sempre esaudite... anche gli stranieri! Il tempo di guida è di circa 3 / 3,5 ore; a Punakha ci si sistema in hotel.



### **3°g. Punakha – Paro**

Visita di Punakha Dzong, il più bello del paese, meravigliosa sede invernale del Je Khempo, l’Abate del Bhutan. Si parte poi alla volta di Paro, riattraversando il bel valico del Dochu e sul percorso ci si reca a visitare Semtokha, che fu il primo Dzong costruito dallo Shabdrung nel 1631, l’abate proveniente da Ralung in Tibet che pose le basi della struttura religiosa e politica del Bhutan. Giunti a Paro ci si sistema in hotel.

### **4°g. Paro, escursione al monastero di Taktshang,**

il “nido della tigre” di Guru Rimpoce, sicuramente il luogo più celebre del Bhutan, sospeso alle rocce sopra la valle. Per facilitare la salita, (c.a. 2 ore in tutto), con una modica spesa chi vuole può noleggiare un cavallo, con cui si giunge fino ad un bel rifugio, da cui si gode una vista stupenda. Da qui si prosegue attraverso una magnifica foresta portandosi ai piedi del monastero in meno di un’ora. Tornati a valle ci si reca al villaggio e al forte di Drukylé e poi a Kyuchu Lhakhang, uno dei monasteri più antichi del Bhutan.

### **5°g. Volo di ritorno**

Tutti i voli lasciano Paro di prima mattina.



## **BHUTAN ITINERARIO 10gg**

### **1°g. Arrivo in volo a Paro**

Giunti a Paro, dove la maggior parte dei voli atterra in tarda mattina, ci si sistema in hotel; tutti gli spostamenti vengono eseguiti in auto o in pulmino privati, che si utilizzano per tutto il viaggio. Ci si reca a visitare lo Dzong, che appare da lontano come un monolito bianco che domina la valle, e Ta Dzong, dove ha sede il Museo nazionale. Si consiglia di completare la giornata con una piacevole passeggiata che impegna in tutto per circa un'ora e porta al villaggio e al tempio di Drangchok.

### **2°g. Paro – Thimpu**

Da Paro si raggiunge Thimpu, un viaggio di circa 2 ore per coprire la distanza di 65 km.

Sul percorso di visita Semtokha, che fu il primo Dzong costruito dallo Shabdrung nel 1631, l'abate proveniente da Ralung in Tibet che pose le basi della struttura religiosa e politica del Bhutan. A



Thimpu, capitale del Bhutan, visita della cittadina, del grandioso Trashichhoe Dzong, dove sono situate la sede del governo, la sala del trono del re e la sede estiva dell'Abate del Bhutan, e di Dechen Podrang; ci si reca poi al tempio di Changangkha Lhakhang, sopra Thimpu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci. A Thimpu sistemazione in hotel.

### 3°g. Thimpu – Punakha – Wangdue

Da Thimpu si consiglia di partire presto, per godere della vista dell'arco Himalaiano dal passo di Dochu, a 3166 metri, dove in una foresta lussureggiante migliaia di bandiere di preghiera colorate circondano 108 Chorten costruiti per commemorare le recenti battaglie svoltesi ai confini con l'Assam; qui si trovano anche tanti piccoli Tsa Tsa che contengono le ceneri dei defunti, posti in gran numero attorno al Chorten più antico. La discesa tra scenari grandiosi porta alla valle di Punakha, dove si trova lo Dzong più bello e storicamente importante del paese, meravigliosa sede invernale del Je Khempo, l'Abate del Bhutan [per informazioni su Punakha: Punakha Dromche ]. Dopo la visita dello Dzong di Punakha ci si reca con una passeggiata che transita per un bel villaggio al tempio della fertilità di Chimi Lhakhang, posto in cima ad una panoramica collina che sovrasta il fiume, a metà strada tra Punakha e Wangdue. Questo tempio fu fondato dal grande Lama Kunley, "l'illuminato pazzo" il cui emblema fallico adorna l'ingresso di molte case rurali. Le coppie che non riescono ad avere figli e chiedono qui con fiducia questa grazia vengono quasi sempre esaudite ...anche gli stranieri! Sosta per la notte in un hotel nei pressi dello Dzong di Wangdi Phodrang. Si percorrono in tutto circa 100 km.

### 4°g. Wangdue - Trongsa



La strada sale pian piano tra foreste rigogliose ricche di giganteschi rododendri verso il passo del Pele; nei pressi del valico una deviazione porta alla valle di Phobjikha. Nella natura bellissima qui trovano rifugio le rarissime gru dal collo nero; su di un colle, attorniato dalle belle case del villaggio, poggia il monastero Nyingmapa di Gangte, che, assieme a Tamshing in Bumthang, è retto da Kunzang, l'abate riconosciuto come la nona reincarnazione del più famoso Santo

bhutanese, Pema Lingpa, che visse nel XV secolo. Oltre il Pele La (3390 mt), si transita dal Chendebji Chorten e si arriva a Trongsa, un paese dominato dall'imponente Dzong. La distanza è di 129 km (circa 4 ore), più la deviazione per Gangte; a Trongsa ci si sistema in un alberghetto, il migliore disponibile.

### **5°g. Trongsa – Jakar**

Visita dello Dzong di Trongsa e prosecuzione del viaggio attraverso il passo dello Yotong (3425 mt), che si apre sulla valle di Chumey, una delle tre valli principali del Bumthang, dove ci si reca a visitare Buli, Tharpaling e Choedrak. Buli Lhakhang, che si raggiunge con una facile passeggiata di 15 min., è un delizioso tempio tra le case di un bel villaggio, fondato nel XV secolo. Tharpaling, situato più in alto sulla montagna a circa 3400 mt di quota, si raggiunge in jeep: è un monastero fondato nel XIV secolo da Longchen Rabjampa, uno dei maestri più importanti del lignaggio Dzogchen; vi si trovano statue preziose e alcuni interessanti affreschi che rappresentano la terra pura di Amitabha. Choedra dista circa 20/30 min. di cammino da Tharpaling; fu luogo di meditazione di Guru Rimpoce, motivo per cui nel XIII secolo qui venne costruito un eremo. In serata si raggiunge



Jakar nella valle di Choskhor, dove ci si sistema in una guest house (per chi ama camminare, un sentiero porta da Choedra a Lamey Gompa nei pressi di Jakar in 2,5 / 3 ore, con un dislivello in discesa di 850 mt). La distanza tra Trongsa e Jakar è di 68 km (circa 2 ore e mezzo di guida).

### **6°g. Jakar**

Giornata dedicata alle visite nella valle di Choskhor, cuore del Bumthang; solitamente si scelgono lo Dzong di Jakar e i monasteri di Jambay, Kurjey e Tamshing, considerati i siti storicamente più significativi e tutti

accessibili in auto. L'origine di Jambay risale all'VIII° secolo: il tempio è infatti uno dei 108 edificati dal re del Tibet Songtsen Gampo per domare l'orchessa del Tibet, e si dice essere posizionato sul ginocchio sinistro del demone. E' considerato il più antico sito buddista del Bhutan, costruito pochi anni prima di Kyuchu, che sarebbe invece posto sul piede sinistro del demone, e che si visita il 9° giorno. Il complesso di Kurjey è considerato uno dei siti più sacri del Bhutan,

fu fondato nel 1652 sul luogo intriso di leggende dove Guru Rimpoce aveva lasciato impressa su una roccia l'impronta del proprio corpo (ku significa roccia; jey corpo). Tamshing, fondato nel 1501 da Pema Lingpa e retto dalla sua attuale reincarnazione, è il più importante centro Nyingmapa del paese e rivela affreschi storicamente importanti e ben conservati. Se non ci si sofferma a lungo nelle visite, è possibile nella stessa giornata recarsi anche al villaggio e al tempio di Paker, posti all'imbocco della valle di Chumey. Sopra Paker si trova poi il monastero di Nyimalung, dove è molto piacevole salire a piedi (c.a. 20/30 min.); una stradina sterrata consente, a chi preferisce, di arrivarci anche in auto.

### **7°g. Jakar – Wangdue**

Giornata di rientro, che richiede circa 6 ore e mezza di guida. Sul percorso si sosta al Chendebji Chorten, una candida costruzione in stile nepalese immersa nelle foreste, edificata da un Lama nel XVIII secolo per imprigionare il demone che aveva reso intransitabile la regione. A Wangdue sistemazione in hotel.

### **8°g. Wangdue – Paro**

Visita dello Dzong di Wangdi Phodrang. Si consiglia di recarsi poi a Nezergang, un piccolo antico monastero, il cui abate è un Tulku (reincarnato), posto su un poggio oltre il fiume di rimpetto allo Dzong di Wangdue, che si raggiunge con una passeggiata di circa un'ora salendo attraverso uno stupendo ambiente rurale. Il trasferimento a Paro, attraverso il bel valico del Dochu, impegna per circa 5 ore; a Paro sistemazione in hotel.



### **9°g. Paro, escursione al monastero di Taktshang,**

il “nido della tigre” di Guru Rimpoce, sicuramente il luogo più celebre del Bhutan, sospeso alle rocce sopra la valle. Per facilitare la salita (c.a. 2 ore in tutto), con una modica spesa chi vuole può noleggiare un cavallo, con cui si giunge fino ad un bel rifugio, da cui si gode una vista stupenda. Da qui si prosegue attraverso una magnifica foresta portandosi ai piedi del monastero in meno di un'ora. Tornati a valle ci si reca al villaggio e al forte di Drukyl e poi a Kyuchu Lhakhang, uno dei monasteri più antichi del Bhutan.

### **10°g. Volo di ritorno**

Tutti i voli lasciano Paro di prima mattina.



## **BHUTAN ITINERARIO 14 gg**

### **1°g. Arrivo in volo a Paro**

Giunti a Paro, dove la maggior parte dei voli atterra in tarda mattina, ci si sistema in hotel; tutti gli spostamenti vengono eseguiti in auto o in pulmino privati, che si utilizzano per tutto il viaggio. Ci si reca a visitare lo Dzong, che appare da lontano come un monolito bianco che domina la valle, e Ta Dzong, sede del Museo Nazionale. Si consiglia di completare la giornata con una piacevole passeggiata che impegna in tutto per circa un'ora e porta al villaggio e al tempio di Drangchok.

### **2°g. Paro, escursione al monastero di Taktshang,**

il "nido della tigre" di Guru Rimpoce, sicuramente il luogo più celebre del Bhutan, sospeso alle rocce sopra la valle. Per facilitare la salita (c.a. 2 ore in tutto), con una modica spesa chi vuole può noleggiare un cavallo, con cui si giunge fino ad un bel rifugio da cui si gode una vista stupenda. Da qui si prosegue attraverso una magnifica foresta portandosi ai piedi del monastero in meno di un'ora. Tornati a valle ci si reca al villaggio e al forte di Drukyl e poi a Kyuchu Lhakhang, uno dei monasteri più antichi del Bhutan.

### **3°g. Paro – Thimpu**

Da Paro si raggiunge Thimpu, un viaggio di circa 2 ore per coprire la distanza di 65 km. Sul percorso si visita Semtokha, il primo Dzong costruito dallo Shabdrung nel 1631, l'abate proveniente da Ralung in

Tibet che pose le basi della struttura religiosa e politica del Bhutan. A Thimpu, capitale del Bhutan, visita della cittadina, del grandioso Trashichhoe Dzong dove sono situate la sede del governo, la sala del trono del re e la sede estiva dell'Abate del Bhutan, e di Dechen Podrang; ci si reca poi al tempio di Changangkha Lhakang, sopra Thimpu, vero gioiello dove spesso è possibile assistere alle cerimonie dei monaci. A Thimpu sistemazione in hotel.



#### **4°g. Thimpu – Punakha – Wangdue**

Da Thimpu si consiglia di partire presto per godere della vista dell'arco Himalaiano dal passo di Dochu, a 3166 metri, dove in una foresta lussureggiante migliaia di bandiere di preghiera colorate circondano 108 Chorten costruiti per commemorare le

recenti battaglie svoltesi ai confini con l'Assam; qui si trovano anche tanti piccoli Tsa Tsa che contengono le ceneri dei defunti, posti in gran numero attorno al Chorten più antico. La discesa tra scenari grandiosi porta alla valle di Punakha, dove si trova lo Dzong più bello e storicamente importante del paese, meravigliosa sede invernale del Je Khempo, l'Abate del Bhutan [Per informazioni su Punakha: Punakha Dromche ]. Dopo la visita dello Dzong di Punakha ci si reca con una passeggiata che transita per un bel villaggio al tempio della fertilità di Chimi Lhakhang, postoin cima ad una panoramica collina che sovrasta il fiume, a metà strada tra Punakha e Wangdue. Questo tempio fu fondato dal grande Lama Kunley, "l'illuminato pazzo" il cui emblema fallico adorna l'ingresso di molte case rurali. Le coppie che non riescono ad avere figli e chiedono qui con fiducia questa grazia vengono quasi sempre esaudite ...anche gli stranieri! Si prosegue poi per il vicino villaggio di Wangdi Phodrang, dove si visita lo stupendo Dzong e ci si sistema per la notte in un vicino hotel. Si percorrono in tutto circa 100 km

#### **5°g. Wangdue - Trongsa**

La strada sale pian piano tra foreste rigogliose ricche di giganteschi rododendri verso il passo del Pele; nei pressi del valico una deviazione porta alla valle di Phobjikha. Nella natura bellissima qui trovano rifugio le rarissime gru dal collo nero; su di un colle attorniato dalle belle case del villaggio, poggia il monastero Nyingmapa di Gangte,

che, assieme a Tamshing in Bumthang, è retto da Kunzang, l'abate riconosciuto come la nona reincarnazione del più famoso Santo bhutaneese, Pema Lingpa, che visse nel XV secolo. Oltre il Pele La (3390 mt), si transita dal Chendebji Chorten e si arriva a Trongsa, un paese dominato da un imponente Dzong. La distanza è di 129 km (circa 4 ore), più la deviazione per Gangte; a Trongsa ci si sistema in un alberghetto, il migliore disponibile.

### **6°g. Trongsa – Jakar**

Visita dello Dzong di Trongsa e prosecuzione del viaggio attraverso il passo dello Yotong (3425 mt), che si apre sulla valle di Chumey, una delle tre valli principali del Bumthang, dove ci si reca a visitare Buli, Tharpaling e Choedra. Buli Lhakhang, che si raggiunge con una facile passeggiata di 15 min., è un delizioso tempio tra le case di un bel villaggio, fondato nel XV secolo. Tharpaling, situato più in alto sulla montagna a circa 3400 mt di quota, si raggiunge in jeep: è un monastero fondato nel XIV secolo da Longchen Rabjampa, uno dei maestri più importanti del lignaggio Dzogchen; vi si trovano statue preziose e alcuni interessanti affreschi che rappresentano la terra pura di Amitaba. Choedra dista circa 20/30 min. di cammino da Tharpaling; fu luogo di meditazione di Guru Rimpoce, motivo per cui nel XIII secolo qui venne costruito un eremo. In serata si raggiunge Jakar nella valle di Choskhor, dove ci si sistema in una guest house (per chi ama camminare, un sentiero porta da Choedra a Lamey Gompa nei pressi di Jakar in 2,5 / 3 ore, con un dislivello in discesa di 850 mt). La distanza tra Trongsa e Jakar è di 68 km (circa 2 ore e mezzo di guida).



### **7°g. Jakar**

Giornata dedicata alle visite nella valle di Choskhor, cuore del Bumthang; solitamente si scelgono lo Dzong di Jakar e i monasteri di Jambay, Kurjey e Tamshing, considerati i siti storicamente più significativi e tutti accessibili in auto. L'origine di Jambay risale all'VIII secolo: il tempio è infatti uno dei 108 edificati dal re del Tibet Songtsen Gampo per domare l'orchessa del Tibet, e si dice essere posizionato sul ginocchio sinistro del demone. E' considerato il più antico sito buddista del Bhutan, costruito pochi anni prima di Kyuchu, che sarebbe invece posto sul piede sinistro del demone, e che si visita il 9° giorno. Il complesso di Kurjey è considerato uno dei siti

più sacri del Bhutan, fu fondato nel 1652 sul luogo intriso di leggende dove Guru Rimpoce aveva lasciato impressa su una roccia l'impronta del proprio corpo (ku significa roccia; jey corpo). Tamshing, fondato nel 1501 da Pema Lingpa e retto dalla sua attuale reincarnazione, è il più importante centro Nyingmapa del paese e rivela affreschi storicamente importanti e ben conservati. Per arricchire ulteriormente la giornata, si suggerisce di recarsi al tempio di Tangbi, dove si trova anche un interessante villaggio che si raggiunge con una passeggiata



di 20 min. che inizia poco oltre il monastero di Kurjey.

### **8°g. Jakar, escursione a Tang**

Una piacevole stradina che segue il fiume Tang transita da Mebartso, dove Pema Lingpa, che nacque in questa zona, emerse dalle

acque con un prezioso Terma (gli oggetti rinvenuti dalle persone spiritualmente dotate, lasciatici in eredità dagli illuminati del passato) e dal monastero di Ta Rimoce, costruito di fronte a una grande roccia dove meditava Guru Rimpoce. A 33 km da Jakar un sentiero conduce con una passeggiata di circa 40 min. al palazzo di Ugyen Choling, una casa nobiliare del XIV secolo, in parte ricostruita dopo il terremoto del 1897, contornata da un villaggio stupendo; un luogo di bellezza preziosa e molto interessante da visitare. Tornando a Jakar, se non si è fatto troppo tardi, ci si reca a visitare il villaggio e il tempio di Paker, posti all'imbocco della valle di Chumey. Sopra Paker si trova poi il monastero di Nyimalung, dove è molto piacevole salire a piedi (c.a. 20/30 min.); una stradina sterrata consente, a chi preferisce, di arrivare anche in auto.

### **9°g. Jakar – Mongar**

Mongar dista quasi 200 km, un tragitto che richiede circa 7 ore. Dopo circa 40 km, superato un primo passo di 3500 mt si arriva al villaggio di Ura, uno dei più belli del Bumthang, con un bel tempio dove ogni anno si svolge l'interessante Cham di Ura Yakchoe. Si prosegue attraverso un ambiente di foreste rigogliose risalendo un

primo ampio costone che porta al passo di Thrumshing, che tocca i 3750 mt, ed è il punto più alto di tutto il percorso. Con il tempo limpido si godono delle spettacolari visioni della catena himalaiana dell'est del Bhutan. Scendendo dal passo di Thrumshing la strada in alcuni tratti sembra letteralmente sospesa alle pareti ripidissime dei monti; si attraversano diversi tipi di zone arboree, dai boschi di rododendri e pini fino alle foreste tropicali, calando fino a soli 650 mt di quota. Superato il ponte sul fiume Kuru, che fluisce da Lhuentse, si sale a Mongar (1650 mt), un paesello con le case costruite in stile tradizionale che ospitano varie botteghe, dove ci si sistema in una guest house, la migliore disponibile.

### **10°g. Mongar – Lhuentse – Mongar**

Lo Dzong di Lhuentse è situato in una valle a nord di Mongar, da cui dista solo 76 km, ma la strada tortuosa transita lungo una valle ripida dove spumeggia un impetuoso fiume himalaiano, e richiede circa 3 ore. E' uno dei distretti più remoti del Bhutan; lo Dzong, fondato nel 1552, ospita circa 100 monaci ed è situato su di un poggio che domina le ripide valli coperte da foreste lussureggianti. Ai piedi di questa massiccia struttura poche case costruite secondo i dettami tradizionali formano un grazioso paesino.



### **11°g. Mongar – Trashigang**

Dopo la visita dello Dzong si lascia Mongar superando il passo di Kori (2300 mt), in un ambiente naturale di foreste rigogliose intoccate dalla mano dell'uomo; sulla discesa si visita il tempio di Ngatshang, sede di una piccola scuola monastica. Giunti all'impetuoso fiume che porta a Trashigang, una deviazione di circa 20 km porta a Dametsi, posto all'apice di un colle a 2400 mt; fondato nel XVI secolo, è il monastero storicamente più importante dell'est del Bhutan. Giunti a Trashigang, un paesino grazioso con una piccola piazzetta circondata da case tradizionali, ci si sistema in una guest house di modesta qualità (comunque la migliore disponibile) e ci si reca a

visitare lo Dzong, una bella struttura posta in posizione dominante sulla valle. La distanza da Mongar è di 96 km (circa 3 ore di guida), più l'escursione a Dametsi.

### **12°g. Trashigang , escursione a Tashi Yangtse**

La strada per Tashi Yangtse serpeggia verso nord risalendo le acque turbolente del fiume e transita dal bel tempio di Gom Kora, costruito in uno dei luoghi dove meditò Guru Rimpoce; vi risiede una piccola comunità di monaci. I panorami verso Tashi Yangtse sono particolarmente belli e selvaggi; il tempo di guida per arrivare fin qui è di circa due ore. Il vecchio Dzong, che risale al 1656, è situato su di un colle che si erge al centro della valle, prima del paese, e ospita una scuola monastica; la parte amministrativa è stata trasferita in un nuovo Dzong a Tashi Yangtse. Qui si trova il famoso stupa di Chorten Kora, costruito in stile nepalese, una gemma bianca che si erge sul bordo del fiume che scorre impetuoso.

### **13°g. Trashigang - Samdrup Jongkhar**

La strada che serpeggia verso sud porta gradualmente verso le pianure dell'India, con una lenta metamorfosi delle foreste dove piano piano prevalgono le piante dei climi più caldi. Il percorso è di 180 km, e impegna per circa sei ore; a Samdrup Jongkhar sistemazione in una guest house.

### **14°g. Samdrup Jongkhar - Gauhti (Assam, India)**

Superato il confine con l'India ci si reca a Gauhti, uno dei centri principali dell'Assam, il cui aeroporto è collegato con Calcutta e Delhi.

Il territorio bhutanese offre vastissime possibilità per il trekking

