

# Tibet

## Le toit du monde

TN 40 • Du 24 septembre au 7 octobre 2017 • 14 jours avec Katia Thomas

Dans ce temple à ciel ouvert qu'est le Tibet, tout est sacré : tous les chemins, même les plus inattendus, mènent à l'infini. Par sa configuration géographique, « entre Terre et Ciel », ce pays est le symbole même de l'accès au divin. C'est à Lhasa, à plus de 3 600 mètres d'altitude, qu'a été installée sa capitale, dominée par le fameux Potala. Ainsi, la religion lamaïste reste le trait d'union le plus fort entre les Tibétains, qui ont longtemps poursuivi sur le « toit du monde » une existence autarcique dans le respect de leurs traditions. Notre circuit permet une plongée au sein de l'immense aire culturelle du lamaïsme, dans l'une des plus belles régions de la Terre.

## Les points forts

- Le Potala
- La promenade sur le Parkhor de Lhasa
- Les paysages du lac Yamdrok et le col du Kampala
- Le monastère de Tashilumpo
- L'excursion au monastère de Sakya
- Le Chronoguide Tibet



## Bon à savoir

Certaines étapes nous conduisent à des altitudes élevées, supérieures à 4000 mètres, exigeant une bonne condition physique (consultez votre médecin). Ce circuit comporte deux longs trajets, de Lhasa à Gyanze et de Xigaze à Gongkar. Il arrive que la route du col de Kampala soit impraticable. Dans ce cas, nous faisons un détour jusqu'au lac de Yamdrok puis le trajet vers Gyanze par la route du Nord. Encadrée par les autorités chinoises, la visite du Potala s'effectue désormais en un temps strictement limité et la visite peut avoir lieu un autre jour que celui indiqué dans l'itinéraire qui vous est communiqué. Certains déjeuners seront pris sous forme de pique-niques.

## Formalités

Un passeport, valable encore 6 mois après la date du retour du voyage  
Un visa pour la Chine  
Un visa pour le Tibet

# Programme du voyage

## J 1 - Dimanche 24 septembre 2017 Paris - Pékin

Vol pour **Pékin**. Nuit en vol.

## J 2 - Lundi 25 septembre 2017 Pékin - Zhetang

Correspondance à Pékin vers Gongkar, l'aéroport de Lhasa. Nous serons alors sur un immense plateau bordé de montagnes altières, à 3 600 mètres d'altitude. Route vers **Zhetang**, au cœur de la vallée du Yarlung Tsang-Po, cours supérieur du Brahmapoutre des Indiens. Nuit à Zhetang.

## J 3 - Mardi 26 septembre 2017 Zhetang - Yongbulakang

Matinée de repos pour s'acclimater à l'altitude. Zhetang fut le siège de la dynastie Yarlung au VIIIe siècle. La région de **Zhetang** est donc considérée comme le berceau de la civilisation tibétaine comme nous le constaterons l'après-midi, lors de la visite de la **forteresse de Yongbulakang**, demeure des premiers rois du Tibet. C'est ici que la légende – qui affirme qu'il aurait été construit par le roi Nyatri Tsenpo – ou l'Histoire situe la première introduction du bouddhisme dans le pays. Nuit à Zhetang.

## J 4 - Mercredi 27 septembre 2017 Samye

Départ vers le **monastère de Samye**, véritable oasis entourée de dunes et de montagnes. Cet ensemble architectural, construit sur les plans d'un *mandala*, vit l'implantation définitive, au VIIIe siècle, du bouddhisme indien. Il est orné de fresques superbes malgré une certaine dégradation, qui font revivre l'histoire de Samye et de la cour royale. Pique-nique sur place. Nuit à Zhetang.

## J 5 - Jeudi 28 septembre 2017 Mindroling - Lhasa

Nous partirons d'abord vers le **monastère de Mindroling**, siège de l'école Nyingmapa (les Anciens). Après le pique-nique, nous ferons un arrêt au petit **temple de Dolma** (XIe siècle). Cette journée nous plongera dans la grandeur des paysages et dans la vie quotidienne des habitants. Installation à **Lhasa** (3 650 m d'altitude) où nous passerons la nuit.

## J 6 - Vendredi 29 septembre 2017 Lhasa

Selon la tradition, la fondation de **Lhasa** se situerait au VIIIe siècle,



pendant le règne de Songtsen Gampo. Son épouse, une princesse chinoise, aurait doté la ville de très nombreux monuments. Le **Potala**, à la fois palais et forteresse, est un imposant édifice construit sur treize niveaux, qui présente une façade de 400 mètres. Constitué d'une partie centrale réunissant le palais Blanc et le palais Rouge qui le surmonte, à laquelle viennent s'ajouter d'immenses annexes, le Potala se présente comme une véritable acropole. Les bâtiments actuels ont été construits à partir du XVII<sup>e</sup> siècle, sous le cinquième dalaï-lama. La tradition, cependant, replace sa fondation initiale au VIII<sup>e</sup> siècle. Une promenade dans un labyrinthe de couloirs nous conduira notamment aux tombeaux des dalaï-lamas.

Au cœur de la **vieille ville**, le **Jokhang**, érigé en 651, serait le temple le plus ancien du pays. Ce sanctuaire suscite une telle ferveur de la part des Tibétains qu'il est considéré comme le lieu de culte le plus impressionnant du monde, où la piété voisine avec les « marchands du temple ». La **promenade sur le Parkhor** restera un grand moment : moines et commerçants se mêlent dans ce vaste bazar en plein air où le pittoresque fleurit à chaque pas. Nuit à Lhasa.

### **J 7 - Samedi 30 septembre 2017 Lhasa et ses environs**

A 7 kilomètres de Lhasa, le **monastère de Drepung**, le plus vaste du Tibet, est une véritable cité qui, avant la Révolution culturelle, abritait huit mille moines. Il demeure aujourd'hui l'un des temples les plus actifs du pays. Ses toits dorés rivalisent avec des splendeurs totalement baroques et accueillent toujours les populations tibétaines qui cheminent de monastères en lamaserie : un autre mode de vie, chargé de pittoresque. Ces lieux retrouvent aujourd'hui une réelle activité ; moines et moineillons s'agitent au hasard des dédales de ruelles qui composent ces ensembles monastiques où la foule se réunit et écoute. A 4 kilomètres de Lhasa, le **monastère de Sera**, datant de 1419, présente l'apparence d'un petit bourg aux paisibles ruelles et fut l'un des hauts lieux de l'enseignement de l'école des Bonnets jaunes. Nuit à Lhasa.

### **J 8 - Dimanche 1er octobre 2017 Lhasa**

Cette journée sera consacrée à une excursion au **monastère de Tsurphu**. Ce monastère appartient à une branche très importante de l'école Kagyüpa dont les *karmapas* sont les chefs spirituels. Gourous des princes Mongols et des empereurs de Chine, les *karmapas* vont propager le bouddhisme et leur autorité spirituelle hors des frontières du Tibet ; ce faisant, ils amassent à Tsurphu des trésors inestimables. Comme tant d'autres, Tsurphu fut l'un des plus puissants et des plus riches monastères, mais il fut totalement détruit en 1966, durant la Révolution culturelle. Avant celle-là, il abritait un millier de moines ; il en compte aujourd'hui une centaine. Déjeuner sous forme de pique-nique. Nuit à Lhasa.

<

### **J 9 - Lundi 2 octobre 2017 Lhasa - Gyanze (230 km)**

Une journée placée sous le signe du grandiose. Nous quitterons la vallée du Tsangpo pour atteindre le **Kampala** (4 900 m d'altitude) d'où l'on découvre le lac Yamdrok. Lac sacré pour les Tibétains, il semble être une étendue de turquoises liquéfiées dont la couleur bleu-vert paraît avoir été créée par les dieux de l'Himalaya... Au pied des sommets étincelants de neige, nous traverserons de paisibles paysages agricoles où paissent les yacks, des villages de pierre qu'on croirait nés de la montagne... : tout ici contribue à un réel dépaysement. En fin d'après-midi, nous arriverons à Gyanze, « la ville des délices », où nous passerons la nuit.

### **J 10 - Mardi 3 octobre 2017 Gyanze - Shalu (180 km)**

**Gyanze** est dominée par une **citadelle**. Construite en 1268, celle-ci défie le temps et semble toujours monter la garde, immuable, du haut de son promontoire. Le **monastère de Palkhor**, édifié au XVe siècle, le *chorten* d'Or, le marché et les pèlerins qui ne cessent d'affluer vers ce toit du monde, tout accentue le dépaysement total créé par ces cités blotties au creux des vallées les plus élevées de la planète. Après la visite, nous irons à **Shalu** où nous admirerons le monastère dans lequel l'érudit Butön établit la grande tradition de la Roue du temps. De superbes *mandalas* en sont l'attraction principale, et les fresques du déambulatoire sont parmi les plus belles du Tibet central. Nuit à Xigaze.

### **J 11 - Mercredi 4 octobre 2017 Sakya (240 km)**

Départ matinal pour découvrir le puissant **monastère de Sakya**. Ce monastère fut construit en 1073 et reçut, à l'époque de la domination mongole, le pouvoir temporel sur tout le Tibet. Au creux de la vallée de la rivière Trum Chu, dominé par les âpres rochers gris burinés par l'érosion de la montagne qui s'élève au nord, le monastère Sakya fut le berceau de l'école Sakyapa, influencée par le tantrisme. Le monastère conserve d'intéressantes fresques. Nuit à Xigaze.

### **J 12 - Jeudi 5 octobre 2017 Xigaze - Lhasa**

Ancienne capitale du royaume de Tsang, **Xigaze** (3 900 m) est dominée par les toitures d'or du **monastère de Tashilumpo**. Construit en 1447, ce couvent est l'ancienne demeure du panchen lama, seconde autorité spirituelle du Tibet. Il réussit à échapper plus ou moins à la grande tempête de la Révolution culturelle. Le style est grandiose, quelquefois pompeux, mais les petits temples qui l'entourent sont beaux et recèlent de remarquables *thangka* brodés, au milieu des statues impassibles. Nuit à Lhasa.

<

**J 13 - Vendredi 6 octobre 2017 Gongkar (340 km) - Chengdu**

Nous partirons très tôt en direction de **Gongkar**, empruntant la route de montagne. Dans l'après-midi, vol vers Chengdu puis vol pour Paris. Nuit en vol.

**J 14 - Samedi 7 octobre 2017 Chengdu - Paris**

Arrivée à Paris dans la matinée.

---

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 12/09/2017. Les précisions définitives vous seront communiquées au moment de la confirmation du rendez-vous de départ.

---

## Dates, prix, conférenciers



### **Katia Thomas**

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

### **Du 24 septembre au 7 octobre 2017**

Groupe de 12 à 18 voyageurs

#### Sur demande

Forfait en chambre double	3 650 €
Supplément chambre individuelle	925 €
Sans transport international	-480 €
Visa	143 €

### Hôtels

**Zhetang** Tsetang 3\*

**Lhasa** Gang Jian Hotel 4\*

**Gyantse** Gyangtze hotel 3\*

**Shigatse** Manasarovar hotel Shigatse 3\* supérieur

**Lhasa** Gang Jian Hotel 4\*

### Transports prévisionnels

#### Voyage Aller

CA 876 - Air China

Départ le 24/09/2017 à 14h10 - Paris Roissy CDG / 1

Arrivée le 25/09/2017 à 06h30 - Pékin Beijing Capital / 3

CA 4112 - Air China

Départ le 25/09/2017 à 08h15 - Pékin Beijing Capital / 3

Arrivée le 25/09/2017 à 15h05 - Lhasa

#### Voyage Retour

CA 408 - Air China

Départ le 06/10/2017 à 17h10 - Lhasa

Arrivée le 06/10/2017 à 19h10 - Chengdu Shuangliu international

CA 457 - Air China

Départ le 07/10/2017 à 01h50 - Chengdu

Arrivée le 07/10/2017 à 07h20 - Paris Roissy CDG / 1

## Prestations incluses

- Les vols internationaux Paris/Lhassa et retour via Pékin sur lignes régulières
- Les taxes aériennes
- L'hébergement en chambre double
- La pension complète du dîner du 2<sup>e</sup> jour au déjeuner du 13<sup>e</sup> jour
- Le circuit en petit autocar privé (taille imposée par les autorités pour s'adapter au réseau routier).
- 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 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.

**Du 29 juillet au 11 août 2018** - Tibet, Le toit du monde

**Du 23 septembre au 6 octobre 2018** - Tibet, Le toit du monde

# Pour préparer votre voyage

## ARTICLES

La Chine classique par Ivan Kamenarovic

[http://www.clio.fr/bibliotheque/la\\_chine\\_classique.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/la_chine_classique.asp)

Le christianisme en Asie centrale par Jean-Paul Roux

[http://www.clio.fr/bibliotheque/le\\_christianisme\\_en\\_asie\\_centrale.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/le_christianisme_en_asie_centrale.asp)

Tibet, toit du monde par Laurent Deshayes

[http://www.clio.fr/bibliotheque/tibet\\_toit\\_du\\_monde.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/tibet_toit_du_monde.asp)

Les traits fondamentaux de la religion chinoise par Vincent Goossaert

[http://www.clio.fr/bibliotheque/les\\_traits\\_fondamentaux\\_de\\_la\\_religion\\_chinoise.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/les_traits_fondamentaux_de_la_religion_chinoise.asp)

Le dalaï-lama,  
incidences politiques et références spirituelles par Laurent Deshayes

[http://www.clio.fr/bibliotheque/le\\_dalai\\_lamaincidence\\_politiques\\_et\\_references\\_spirituelles.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/le_dalai_lamaincidence_politiques_et_references_spirituelles.asp)

L'enjeu tibétain au XIXe siècle par Laurent Deshayes

[http://www.clio.fr/bibliotheque/l\\_enjeu\\_tibetain\\_au\\_xixe\\_siecle.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/l_enjeu_tibetain_au_xixe_siecle.asp)

Le bouddhisme en Chine par Vincent Goossaert

[http://www.clio.fr/bibliotheque/le\\_bouddhisme\\_en\\_chine.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/le_bouddhisme_en_chine.asp)

La doctrine du légisme en Chine,  
à l'origine des théories du pouvoir fort par Jean Levi

[http://www.clio.fr/bibliotheque/la\\_doctrine\\_du\\_legisme\\_en\\_chine\\_a\\_lorigine\\_des\\_theories\\_du\\_pouvoir\\_fort.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/la_doctrine_du_legisme_en_chine_a_lorigine_des_theories_du_pouvoir_fort.asp)

Les Chinois au Tibet par Laurent Deshayes

[http://www.clio.fr/bibliotheque/les\\_chinois\\_au\\_tibet.asp](http://www.clio.fr/bibliotheque/les_chinois_au_tibet.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)

## LIVRES

## BIBLIOGRAPHIE