



## PLEINE LUNE ET CHAMANES AU LAC SACRE DE GOSAIKUND



7 jours de trek



Lodge



6 nuits à Kathmandu

Un des plus célèbres pèlerinage chamaniste, au Nepal, est celui du lac de Gosainkund. A l'occasion de la pleine lune d'été, de nombreux pèlerins hindous, yogis et chamanes se rassemblent sur les bord du lac situé à 4380 m pour se livrer à des danses chamaniques et à des cérémonies. Dépaysement garanti !

**Altitude maximum : 4 610 m**



**Nos plus**

- \* La beauté des lacs de Gosainkund
- \* L'ambiance incroyable du grand festival chamaniste et hindouiste du lac de Gosainkund
- \* Des paysages variés et spectaculaires, des villages traditionnels à l'architecture préservée

**Saison : Aout**

### Itinéraire :

**26/07 1e Jour :** Arrivée à Kathmandu. Accueil et installation dans votre hôtel.

**27/07 2e Jour :** Kathmandu

Après le petit déjeuner, départ pour Bhaktapur, la plus médiévale des trois citées Malla de la vallée de Kathmandu. Nous irons rencontrer une Kumari : déesse vivante personnifiant une forme de Durga. Certains Chamanes rentrent en contact avec elle pendant les cérémonies rituelles. Nous rencontrerons bien évidemment sa famille et nous offrirons à la petite fille une «puja» une offrande. Visite de Bhaktapur, puis retour à Kathmandu.

**28/07 3e Jour :** Kathmandu

Départ pour le centre d'étude et de recherche de Mohan Rai. Matinée de conférence (en anglais avec un traducteur) sur les Chamanes népalais, leurs pratiques et leur histoire. L'après-midi sera consacrée à la découverte des pratiques chamanistes : Tambours, offrandes et rites dirigés par Mohan et son équipe. Retour à Kathmandu dans la soirée.

**29/07 4e Jour :** Kathmandu -- Dunche 🕒 7



pour Dunche (2 030 m) Arrivée à Dunche en fin d'après-midi. Premier contact avec les fideles déjà sur les lieux et qui rejoindrons avec vous le lac de Gosainkund.

**30/07 5e Jour :** Dunche (2 030 m) -- Shin gompa (3 350 m) 🕒 4

Première journée de marche à travers une forêt de rhododendrons jusqu'à Shin Gompa. A Shin gompa, on y trouve une fromagerie.

31/07 6e Jour : Shin gompa (3 350 m) -- Laurebiniak (3 900 m) 🕒 3.30

Petite journée d'acclimatation à l'altitude. Nous prendrons notre temps pour rejoindre Laurebiniak d'où le panorama si le temps est clair est magnifique.

1/08 7e Jour : Laurebiniak (3 900 m) -- Gosainkund (4 380 m) 🕒 3

Départ pour le lac sacré de Gosainkund. Panorama sur les plus hauts sommets de la chaîne du Langtang : Surya Peak (5 145 m), Langtang II (6 561 m), Langtang Lirung (7 225 m). Après-midi et nuit au bord du lac sacré de Gosainkund. Les pèlerins et les chamanes sont déjà là !

2/08 8e Jour : Gosainkund **Festival de Janai Purnima**

Les hindouistes disent que le lac a été formé à partir du creusement de la terre par le trident du dieu hindou Shiva, après qu'il ai bu le poison de Samudramanhan et qu'il voulait désespérément de l'eau froide pour calmer le feu du poison. Le lac, situé à 4380 m, est la source de la rivière Trisuli. Il reste gelé pendant six mois en hiver, d'octobre à juin. Beaucoup de chamanes viennent de différentes regions pour participer à ce festival et pour se livrer à des danses chamaniques et à des ceremonies. Vous pourrez consulter des chamanes pour des pratiques spirituelles pendant cette journée.

3/08 9e Jour : Gosainkund (4 380 m)

Journée consacrée à la découverte des lacs après la passe de Gosainkund (4 610m). Retour à Gosainkund pour votre dernière nuit au bord du lac sacré.

4/08 10e Jour : Gosainkund (4 380 m) -- Shin gompa (3 350 m) 🕒 6

Retour sur nos pas au petit village de Shin Gompa en compagnie des pelerins qui, comme nous, rentre à Kathmandu.

5/08 11e Jour : Shin gompa (3 350 m -- Dunche (2 030 m) 🕒 4

Descente en foret jusqu' à Dunche pour une dernière soirée en montagne.

6/08 12e Jour :Dunche -- Kathmandu



🕒 6/7 Pour Kathmandu

7/08 13e Jour : Kathmandu

Départ pour le temple de Shayambunath à pied. Visite du site ou les légendes ne manquent pas et ou le tantrisme Newar est fort présent. Découverte des bols médicinaux chez un de nos amis. Après-midi libre.

8/08 14e Jour : Kathmandu

Départ pour Patan et ses trésors, mais aussi Patan et les newar. Nous irons assister aux prières du matin au grand temple shivaïte de Kumbhameswar. On dit que l'eau qui coule des fontaines des bassins du temple vient du lac de Gosainkund. Visite de la citée et de ses temples. Puis nous irons découvrir le plus grand stupa du Népal : Bodhnath et y partager la ferveur des tibétains et des Sherpas.

9/08 15e Jour : Journée libre à Kathmandu jusqu'au transfert à l'aéroport.

Nombre de participants	TARIF 2012	
	par personne	
2 à 3	800 €	710 €
4 à 7	730 €	600 €
8 à 10	650 €	535 €



Les prix peuvent varier en fonction du taux de change entre l'euro et la devise locale ainsi que les taxes gouvernementales. Nous vous en informerons dès que vous serez en contact avec nous.

**Compris :**

\* Hôtel : 3 nuits à Kathmandu (2\*népalais/ **guest house**) avec **sans** petit-déjeuner



- \* Entrées sur les sites visités à Kathmandu et guide francophone
- \* Transferts aéroport et transports mentionnés au programme
- \* Lodge avec pension complète / **nourriture << petit budget >>**
- \* Permis et entrées parcs nationaux
- \* Guide, sherpas (à partir de 6 personnes **Non**), porteurs
- \* Assurance, transport, gîte et couvert équipe locale

**A votre charge :**

- \* Vol international
- \* Repas à Kathmandu **et pendant les transports en bus**
- \* Boissons alcoolisées et sodas pendant le trek
- \* Equipement personnel (duvet, etc.)
- \* Visa népalais
- \* Pourboires
- \* Assurance personnelle



Si vous souhaitez prolonger votre séjour, nous pouvons vous proposer d'autres excursions et nous charger de réserver les hôtels ou les activités sur place.

Voir informations et tarifs sur la page Népal

