



NATURE - CULTURE - RENCONTRES
Le voyage découverte en petits groupes

[S'inscrire à la newsletter](#)

[Contact](#)

+33 (0)1 53 45 85 85

[QUI SOMMES-NOUS ?](#)

[NOS DESTINATIONS](#)

[NOS VOYAGES](#)

[VOS ENVIES](#)

[DÉPARTS GARANTIS](#)

[Accueil](#) > [Chine](#) > Nomades et pèlerins de l'Amdo et du Kham

Chine

Nomades et pèlerins de l'Amdo et du Kham ([C372](#))

23 jours - 0 à 0 participants



Chine-Qinghai



L'âme du Tibet d'autrefois subsiste encore dans les provinces de l'Amdo et du Kham. Nous arpentons, à plus de 3000m d'altitude, routes et chemins au cœur de paysages de toute beauté : forêts de conifères, vallées aux torrents limpides, steppes d'altitude... Apparaissent, au fil de nos pérégrinations, monastères lamaïstes aux toits d'or, villages suspendus et camps de nomades. Ce voyage en profonde immersion nous mène à la rencontre des nomades, fermiers et pèlerins, tous portés par une foi indéfectible.

POINTS FORTS

- Un voyage qui embrasse tous les grands sites (Yadzi, Langmusi, Labrang,...)
- Des rencontres avec les Tibétains : fermiers, nomades, religieux, entrepreneurs sociaux
- 4 nuits chez l'habitant : 2 en auberge familiale, 1 dans un petit village et 1 en camp de nomades
- Des promenades au cœur de paysages somptueux, dont les pâturages de Golok
- Un guide tibétain pour faciliter les échanges avec les habitants
- La présence d'une accompagnatrice française spécialiste de la culture tibétaine
- Une fenêtre garantie par personne dans le véhicule

VOTRE VOYAGE JOUR PAR JOUR

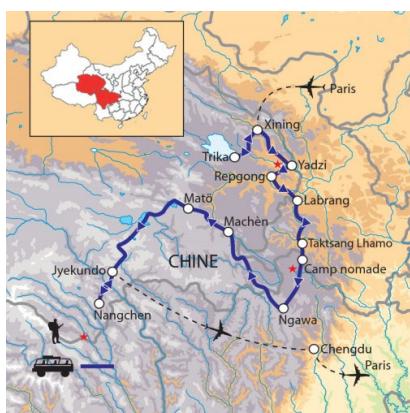
JOUR 1 Vol pour Xining

Envol pour Xining via Pékin (Beijing). Nuit en vol.

JOUR 2 Xining (2 275 m d'alt.)

Arrivée et accueil par notre guide tibétain et notre accompagnateur. Installation à l'hôtel puis départ pour la visite du monastère de **Kumbum Jampaling (Ta'er Si en chinois)**, dédié à Tsongkapa, le fondateur de la secte des Bonnets Jaunes. Ce monastère date de l'époque Ming et associe l'architecture han et tibétaine. Alexandra David-Neel résida dans cette lamaserie qui s'étend sur 40 hectares et abritait autrefois 2000 moines. Nuit à l'hôtel San Want.

JOUR 3 Xining - Trika (2 000 m d'alt. - 120 km - 1h45)



[Programme détaillé](#)

[Besoin d'un conseil ? Contactez-nous !](#)

POINTS FORTS

VOTRE VOYAGE JOUR PAR JOUR

DATES ET PRIX

Visite du musée de la **culture et de la médecine tibétaine**. Ce grand musée présente une exposition de thangkas et de matériel relatif à la médecine traditionnelle tibétaine. A l'étage supérieur on admire une remarquable thangka de 618 m de long, illustrant de façon systématique, détaillée et artistique la plupart des composantes de la culture tibétaine. L'après-midi, route vers **Trika** (Guide en chinois) et promenade le long du Fleuve Jaune. Nuit à l'hôtel Jing Yue Ge.

JOUR 4 *Trika - Achung Namdzong - Yadzi (2 400 m d'alt. - 230 km - 4h)*

Route vers le site **d'Achung Namdzong** (3 000 m d'altitude), l'un des trois sites les plus sacrés de l'Amdo. C'est dans les ermitages de ce site que se sont réfugiés les trois moines venus du Tibet Central qui ont permis la préservation de la tradition monastique bouddhiste. Visite de **Samten Chöpelling**, la plus importante nonnerie de tradition Nyingma de l'Amdo. A proximité nous montons sur une montagne (2 h de marche aller-retour sur de bons escaliers en bois). Nos efforts seront largement récompensés par la magnifique vue dont l'on jouit au sommet. L'après-midi, continuation pour **Chentsa** (Jianzha en chinois) où nous admirons la **grotte de Lodorjé-drak** où Lhalung Pelgyi Dorjé est allé en retraite après l'assassinat du roi Langdarma au IX^e siècle. Nous nous rendons ensuite à **Yadzi** (Xunhua en chinois) région habitée par des **Tibétains et des Salars**. Les Salars étaient à l'origine un peuple de religion musulmane venu d'Asie centrale par la Route de la Soie. Ils se sont installés dans cette région et se sont mariés avec des Tibétaines. Nuit à l'hôtel Buhala.

JOUR 5 *Yadzi (160 km - 2h30)*

Le matin, nous découvrons les activités qui rythment le quotidien des fermiers tibétains et participons, si nous le souhaitons, aux travaux des champs et autres tâches quotidiennes. L'après-midi, promenade jusqu'au petit monastère du village, plus haut dans la vallée. Une petite excursion est proposée pour voir **le stupa de Dowi** dont la légende raconte qu'il est apparu spontanément, bâti par les 500 arhats (êtres ayant atteint le nirvana). Nuit à l'hôtel Buhala.

JOUR 6 *Yadzi - Repgong (2 600 m d'alt. - 120 km - 2h)*

Découverte du lieu de naissance du **10e Panchen-Lama** (la deuxième lignée de réincarnations la plus importante après celle des Dalai-Lamas). Nous visiterons sa maison, une belle demeure traditionnelle de fermiers de l'Amdo, et le grand stupa à proximité. Route vers **Repgong** (Tongren en chinois), une région particulièrement réputée pour ses écoles de peinture de thangkas (peintures religieuses) qui ornent la plupart des monastères de l'Amdo. L'art de Repgong a été inscrit en 2009 au patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'UNESCO. Nous arrivons dans un **petit village** typique de la région de Repgong où nous serons hébergés dans une auberge ouverte par une famille du village. Promenade dans le village avant le dîner. Nuit chez l'habitant, salle de bain à partager.

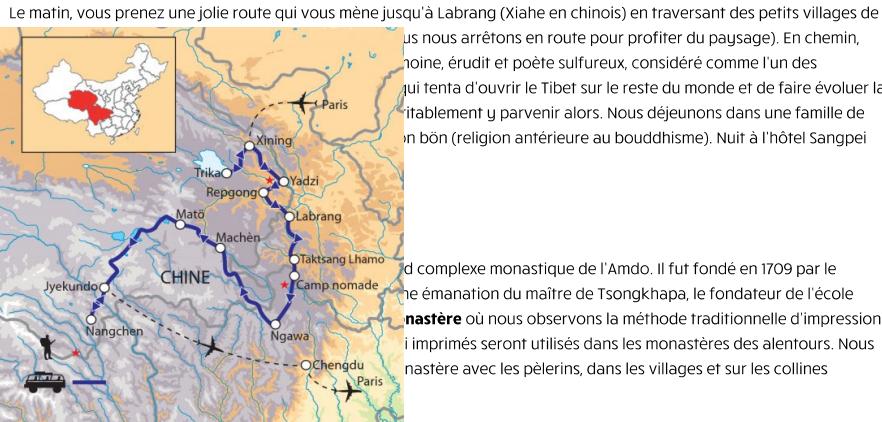
Départ du 07 août 2020 : Les jours 6 et 7, nous assisterons aux fêtes agraires de Repgong. Ces fêtes témoignent de la vitalité et de l'importance des traditions et croyances pré-bouddhistes dans la culture tibétaine. La nature est habitée d'esprits avec lesquels il est important de maintenir de bonnes relations. Ces fêtes sont destinées principalement aux esprits locaux pour s'assurer leur bienveillance. A cette occasion, le peuple entre en contact direct avec sa divinité tutélaire, par l'intermédiaire d'un oracle qui entre en état de transe. C'est un moment important de la vie des fermiers tibétains qui les relie entre eux et avec la nature dans une atmosphère joyeuse si caractéristique des Tibétains.

JOUR 7 *Repgong*

Visite du **monastère de Rongbo** au sud de la ville. D'abord construit au XIV^e siècle par le maître Lama **Samten Rinchen**, émissaire de Drogön Chögyel Pakpa, il a été reconstruit au XVII^e siècle par **Lama Kelden Rinchen** de l'école Géluk. Le monastère de Rongbo est maintenant un important monastère auquel 35 autres monastères de la région sont reliés. Visite d'un petit musée créé par l'une des meilleures écoles de peinture de thangkas de Repgong. C'est l'occasion de se familiariser avec les techniques, les styles et le sens religieux de cet art. Nuit chez l'habitant.

JOUR 8 *Repgong - Labrang (2 600 m d'alt. - 170 km - 4h)*

Le matin, vous prenez une jolie route qui vous mène jusqu'à Labrang (Xiahe en chinois) en traversant des petits villages de CHINE (nous nous arrêtons en route pour profiter du paysage). En chemin, nous rencontrons un moine, érudit et poète sulfureux, considéré comme l'un des derniers qui tenta d'ouvrir le Tibet sur le reste du monde et de faire évoluer la culture tibétaine. Il réussit finalement y parvenir alors. Nous déjeunons dans une famille de nomades tibétaines pratiquant le bön (religion antérieure au bouddhisme). Nuit à l'hôtel Sangpei



JOUR 9 *Labrang - Taksang Lhamo (Langmusi) (3 300 m d'alt. - 270 km - 5h)*

Ce matin, nous découvrons tout d'abord un atelier de fabrication de textiles de luxe en **poil de yak** tissé par des nomades tibétains. Nous nous rendons ensuite à **Tsö** (Hezuo en chinois) pour visiter **Serkhar Gutok** (littéralement « le château doré au-dessus d'un conseil ? Contactez-nous ! »). Ce bâtiment commémore un épisode de la vie de **Milarépa**, le plus célèbre des yogis tibétains. Ses neuf étages présentent les statues d'un grand nombre d'éminents personnes historiques, laïcs et religieux tibétains, disposés par étage selon la tradition du bouddhisme qu'ils ont enseigné. Nous poursuivons notre route vers **Taksang Lhamo**

(Langmusi en chinois), une petite ville tibétaine avec deux monastères mis en valeur par un joli cadre de montagnes, forêts et pâturages qui l'entourent. Nuit dans la guesthouse Trachung Ecolodge.

DATES ET PRIX

JOUR 11 *Taktsang Lhamo - Camp de nomades (3 400 m d'alt. - 120 km - 2h)*

Le matin, visite du monastère de **Kirti de l'école Géluk**. Derrière, se trouvent deux grottes, la **grotte du Tigre** (Taktsang signifie repaire du tigre en tibétain) et la grotte sacrée de **Palden Lhamo** (divinité féminine, protectrice du Tibet). Il est dit que Padmasambhava, le grand maître bouddhiste qui permit l'introduction du bouddhisme au Tibet, vint bénir ce lieu mais les habitants n'osaient pas s'en approcher à cause de la présence de tigres. Bien plus tard, Kirti Rinpoche, élève de **Tsongkhapa**, le fondateur de l'ordre Géluk, fit partir le tigre, permettant ainsi aux pèlerins d'accéder à ce site sacré et d'y rendre hommage à Palden Lhamo. Un peu plus loin, un chemin pénétrant dans un joli petit vallon encaissé débouche sur une prairie au-dessus de laquelle tournoient aigles et vautours. Après le déjeuner, départ par la route vers les vastes espaces des **pasteurs nomades de l'Amdo** (1 h de route), puis vous poursuivez à pied (**environ 2 h de marche**) vers un campement de nomades où vous accueille une famille. Vous discutez avec eux par l'intermédiaire de votre guide tibétain pour faire plus ample connaissance et mieux comprendre leur mode de vie et leur culture. Vous vous promenez dans les pâturages et découvrez la vie sauvage omniprésente (renards, antilopes, grues à col noir...). Diner simple cuisiné par les nomades, pris sous la tente avec eux. Nuit en camp, sous tente individuelle, chez les nomades. (tente toilettes séparée)

JOUR 12 *Camp de Nomades - Ngawa (3 300 m d'alt. - 220 km - 4h30)*

Lever matinal pour assister à la traite des dris (femelles des yacks) et participer si nous le souhaitons **aux travaux de notre famille d'accueil** (allumer le poêle, ramasser et stocker les bouses de yacks, amener les yacks aux pâturages, préparer les repas...). Après le déjeuner, nous rejoignons la route à pied (2 h de marche) au cœur des somptueux paysages de pâturages, de montagnes et de forêts où nous attend notre véhicule pour poursuivre notre route vers **Ngawa** (Aba en chinois), en pays Qiang. Nuit à l'hôtel Duomei.

JOUR 13 *Ngawa (20 km - 30mn)*

Nous découvrons **Ngawa**, une belle région de culture tibétaine et qiang, dotée d'une multitude de temples et monastères de diverses traditions spirituelles. Nous découvrons en particulier les **monastères de Ngakzhing** et de **Topgyel** de tradition bön (religion tibétaine antérieure au bouddhisme) et le monastère de Setenling de tradition **Jonang** du Bouddhisme tibétain (une tradition bouddhiste éradiquée du Tibet Central au XVII^e siècle et qui s'est réfugiée en Amdo). Nuit à l'hôtel Duomei.

JOUR 14 *Ngawa - Machen (3 450 m d'alt. - 290km - 4h)*

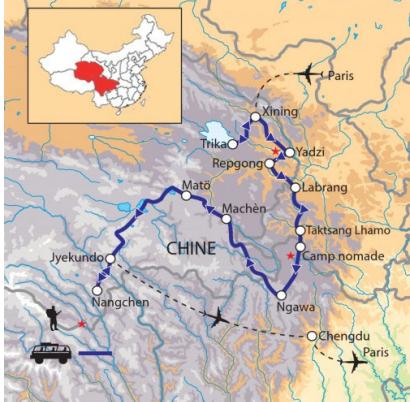
Le matin, nous pénétrons dans la **région de Golok**, une vaste région de nomades avec des pâturages à perte de vue. En chemin nous visiterons le **monastère de Taklung**, dominé par une grande statue de Padmasambhava de 20 m de haut, puis nous découvrons au loin la montagne sacrée **Nyenpo Yutsé** (5 369 m) qui selon la légende est le lieu d'origine du peuple des Goloks. Nourris par l'esprit de cette montagne sacrée aux étranges pouvoirs, les Goloks furent longtemps **redoutés** des explorateurs et autres voyageurs de passage. Considérés comme plutôt farouches et hostiles aux influences extérieures, les Goloks portèrent longtemps l'empreinte de cette aura dangereuse. Arrivée dans l'après-midi à **Machen** (Dawu en chinois) capitale de la **préfecture de Golok**. Nous nous promenons au centre-ville, au marché où se retrouvent les nomades de la région et au monastère en périphérie de la ville. Nuit à l'hôtel Niambouyze.

JOUR 15 *Machen - Matö (4 200 m d'alt. - 280 km - 4h)*

Nous partons de bon matin en direction d'**Anyé Machen, deuxième montagne sacrée de Golok**, dont le sommet culmine à 6 282 m. La divinité que représente cette montagne, **Machen Pomra**, est vénérée par les bouddhistes comme par les Bonpôs (personnes pratiquant l'ancienne religion du Tibet). De nombreux pèlerins font la **kora** de cette montagne (circuit de pèlerinage autour de la montagne), à pied ou en se prosternant. Si les conditions le permettent, nous irons à la découverte d'un **site de funérailles célestes** (1h de marche aller-retour) et visiterons le petit temple au pied de ce site. Arrivée dans l'après-midi à **Matö** (Maduo en chinois), la ville la plus proche d'Anyé Machen. Nuit à l'hôtel Maduo.

JOUR 16 *Matö - Jyekundo (3 680 m d'alt. - 380 km - 6h)*

Nous pénétrons aujourd'hui dans l'**ancien royaume du Kham** et quittons l'Amdo après une longue route. C'est en passant



(le permettent), considérés comme la source du Fleuve Jaune, que pour entrer dans les **pâturages du Kham** qui s'allongent à l'infini, devenu un important centre de la région du Kham. Nous Géluk du bouddhisme tibétain, avant d'arriver à Yushu où nous

semble de pierres « Mani », initié à la fin du XIII^e siècle par Gyanaak de Jyekundo. Il constitue le **plus grand rassemblement de pierres** mantras, formules sacrées au symbolisme complexe dont le plus ani ». Prononcer, écrire, graver et regarder des mantras pour le bien de tous les êtres. L'après-midi, nous nous rendons au **Is Fleuves du Pays des Neiges** une association tibétaine de activités et en particulier ce qu'ils font pour protéger les sources sous réserve). Nuit à l'hôtel Yushu Wangfu.

JOUR 17 *Jyekundo - Nangchen (3 700 m d'alt. - 160 km - 4h)*

Départ vers la région de **Nangchen** qui fut l'un des 5 royaumes indépendants du Kham, un centre important d'activités tertiaires et religieuses. Dans l'esprit des Tibétains, la région de Nangchen évoque une terre sacrée où se sont épanouis de grands maîtres, érudits et yogis qui sans relâche diffusent les enseignements du bouddhisme pour le bien de

ROUTES COTÉES. Arrivée dans la ville de **Sharda** (Xiàng Da en chinois), capitale de la préfecture de Nangchen et visite d'une nonnerie de tradition Géluk du Bouddhisme tibétain. Nuit à l'hôtel Ake.

VOTRE VOYAGE JOUR PAR JOUR

DATES ET PRIX *Nangchen (250 km - 5h)*

VISITES ET CIRCUITS
Visite du **Stupa Ashoka** qui contient des reliques du Bouddha historique. Nous nous rendons ensuite au **monastère de Gar** perché sur une montagne à 3 900 m d'altitude avec une magnifique vue sur les montagnes et les pâturages environnantes. En chemin nous aurons l'occasion de visiter une exploitation de sel. Nuit à l'hôtel Ake.

JOUR 20 Nangchen - Chez l'habitant (270 km - 5h)

Visite d'un ou deux petits villages des environs de Nangchen et des monastères à proximité pour découvrir le mode de vie des villageois du Kham, rythmé par les actes de dévotion, l'agriculture dans les petites vallées verdoyantes et l'élevage. Nuit chez l'habitant au village.

JOUR 21 Nangchen - Jyekundo (160 km - 4h)

Route de retour vers **Jyekundo** et visite du temple de **Nampa Nangze** (aussi appelé «temple de la princesse Wencheng»), où se trouve une statue très sacrée du Bouddha Sakyamuni couronné (le « Jowo », qui signifie « le Seigneur » en tibétain). Temps de flânerie et de balade près du temple, pour admirer les pâturages et les vives couleurs des drapeaux de prière qui tranchent dans le ciel. Nuit à l'hôtel Yushu Wangfu.

JOUR 22 Jyekundo - Chengdu

Transfert à l'aéroport de Jyekundo (30 mn) et envol pour Chengdu. A l'arrivée, nous retrouvons la plaine et le monde des Han, et nous promenons dans le **parc du peuple**, très vivant et symbole de la douceur de vivre de cette ville, où chacun pratique sa passion : taiji, musique, danse... Puis, dans la soirée, vol retour. Nuit en vol.

JOUR 23 Arrivée à destination

Arrivée le matin à destination.

N'oubliez pas de télécharger le programme détaillé de ce voyage.
Il regorge de superbes images et fourmille d'informations pratiques et indispensables !

DATES ET PRIX

Supplément chambre individuelle : 800 €

Nos prix comprennent :

- Vols internationaux et taxes aériennes
- Tous transports terrestres
- Minibus, 1 fenêtre par personne
- Hôtels simples à confortables, nuit sous tente dans un campement de nomades (matériel inclus) et chez l'habitant
- Pension complète avec une boisson comprise par repas (thé ou eau minérale)
- Une bouteille d'eau par jour et par personne
- Notre guide accompagnateur français et un guide tibétain anglophone
- Toutes visites et excursions



Partez en famille ou entre amis ?

Sirez réaliser un itinéraire selon un programme plus adapté à vos souhaits ou part de votre projet : nous sommes à votre disposition pour vous conseiller et départ de province possible. Nous consulter.

[Programme détaillé](#)

[Besoin d'un conseil ? Contactez-nous !](#)

POINTS FORTS

VOTRE VOYAGE JOUR PAR JOUR

DATES ET PRIX

**Chine**

22 jours

Minorités du Yunnan, sur la route du thé et des chevaux
(A471)

Quelques points forts :

- Les principaux sites du Yunnan : Dali, Yuanyang, Kunming, Shangri-La, Gorge du Saut du Tigre,...
- Découverte de la forêt de pierre noire de Naigu et Lijiang, classés à l'UNESCO
- Rencontrer avec les peuples miao, yi, bai, naxi, han, lisu : marchés, musiques, danses
- L'hôtel Songtsam Retreat à Degen et ses vues à couper le souffle sur le Kawa Karpo (6740 m)

[En savoir + sur ce voyage](#)**Chine**

21 jours

Zhejiang - Hunan - Guizhou - Guangxi (A485)

Quelques points forts :

- Les plus beaux sites de la Chine Sud (Xianju, Furongzhen, Kaili, Zhaoxing, rivière Li,...)
- Les Diaolou de Kaiping, classés à l'UNESCO
- La grandiloquence de Zhangjiajie : paysages de rêve et ouvrages d'art vertigineux
- La culture vivace des ethnies tujia, dong, miao, yao (langues, costumes, habitat)

[En savoir + sur ce voyage](#)**Chine Népal**

25 jours

Du royaume de Guge au Kailash, mont sacré (A326)

Quelques points forts :

- Découverte des sites majeurs du Tibet : lac Manasarovar, Gyantsé, royaume de Guge, Tirtapuri,...
- Quatre nuits à Lhassa, pour s'acclimater et vivre au rythme de la ville
- Déjeuner et après-midi avec les fermiers de Ganden
- Vivre Sagadawa, la grande fête religieuse célébrée au mont Kailash (départ du 18 mai)

[En savoir + sur ce voyage](#)**Chine**

23 jours

Une nouvelle Route de la Soie (A396)

Quelques points forts :

- Une nouvelle Route de la Soie à bord de TGV très confortables
- Les grottes de Mati, Mogao, Bezeklik et Kizil, joyaux de l'art bouddhique
- L'expédition en 4x4 dans le désert de Badain Jaran
- La rencontre avec les Dolans, musiciens-chamans du Taklamakan

[En savoir + sur ce voyage](#)[Programme détaillé](#)[Besoin d'un conseil ? Contactez-nous !](#)**POINTS FORTS**[VOTRE VOYAGE JOUR PAR JOUR](#)[DATES ET PRIX](#)

**Chine**

Yunnan de l'Ouest, le long de la Salouen (A472)

20 jours

Quelques points forts :

- Un itinéraire inédit, au cœur de vallées préservées
- Baoshan, l'un des plus beaux villages de la route du thé et des chevaux
- Les villages perdus de la région de Bingzhongluo, que l'on découvre à pied
- La région volcanique de Tengchong et ses délicieuses sources chaudes

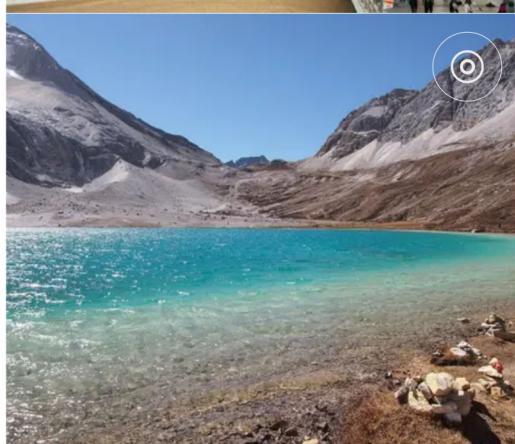
[En savoir + sur ce voyage](#)**Chine**

La Chine et la mer (A470)

21 jours

Quelques points forts :

- Des villes côtières et des îles méconnues : Yantai, Penglai, Changdao, Meizhou, Kinmen...
- Le palais d'Eté, la Cité Interdite de Pékin, les *tulous* hakka du Fujian (UNESCO)
- Tianjin, joyau colonial aux bâtisses XIX^e, et sa bibliothèque futuriste
- Fuzhou, Quanzhou, Xiamen, ports fourmillants qui racontent une Histoire tumultueuse

[En savoir + sur ce voyage](#)**Chine**

Bouddhas et Lamas, de Leshan à Yading (F308)

18 jours

Quelques points forts :

- Une découverte active des marches himalayennes : treks, balades à cheval, taiji, kung fu...
- Le Grand Bouddha de Leshan, émouvant géant de roche
- Le cours de taiji au sommet du mont Emei, quand le soleil se lève sur la vallée
- Les villages qiang et leurs mystérieuses tours de pierre

[En savoir + sur ce voyage](#)

FAQ

Nous écrire

Inscrivez-vous à notre lettre d'information :

Votre nom

Votre nom

Votre prénom

Votre prénom

Votre email

Votre email

VALIDER

EXPLO
BLOG
Explorator
 NATURE - CULTURE - RENCONTRES
[Programme détaillé](#)[Besoin d'un conseil ? Contactez-nous !](#)**POINTS FORTS**

VOTRE VOYAGE JOUR PAR JOUR

DATES ET PRIX