



# TIBET KAILASH & MANASAROVAR

VIAJE SAGRADO  
DEL 2 AL 18 DE  
SEPTIEMBRE DE 2024





¿Es un viaje físico a lugares especiales el camino que posibilita una evolución espiritual? Un viaje sagrado se centra en esta cuestión y quizás puede mostrarnos que solo es necesario un cambio de perspectiva para contemplar lo divino en lo cotidiano. Para muchos, el enigmático Kailash y el gran Lago Manasarovar representan este peregrinaje; evocan un viaje atendiendo a una "llamada".

En sánscrito, Kailash significa "eso que brilla en el agua". Las sagradas aguas del Lago Manasarovar se impregnan del brillante reflejo de la montaña más sagrada del planeta, simbolizando la unión de lo temporal y de lo eterno. Desde hace siglos, peregrinos de todo el mundo han realizado duros esfuerzos para llegar a esta "morada de los dioses" en busca de liberación espiritual.



El majestuoso Monte Kailash es más que una montaña. No solo es una de las partes más altas de la tierra, cima nunca escalada de 6.714 metros de altitud, y fuente de cuatro poderosos ríos de Asia, sino que también es uno de los lugares espirituales más importantes del mundo, venerado por millones de personas de diferentes religiones.

Los hindúes consideran el monte Kailash como la morada del Dios Shiva, el centro sagrado de la tierra y la manifestación del cielo mismo. Los budistas tibetanos profesan que Kailash es el hogar del Buda Demchok que simboliza la armonía suprema. La religión tibetana "Bön" cree que el Monte Kailash es su sede espiritual de poder. Para el Jainismo, al Kailash se le conoce como Monte Ashtapada, y es el lugar donde el creador de su fe, Rishabhadeva, logró liberarse del ciclo de la vida y el renacimiento.

---

## KAILASH & MANASAROVAR

---

### Visitando

Katmandú y Valle de KTM,  
Kyirong, Saga,  
Lago Manasarovar,  
Darchen, circunvalación  
del Monte Kailash, Mensi,  
Zhanda y el Reino de Guge.



---

## ITINERARIO

---

**Días 1, 2 y 3** (2, 3 y 4 de septiembre)

### **Katmandú**

Por la mañana, primera reunión grupal en Katmandú e inicio de nuestro viaje juntos. Comenzaremos preparando la documentación necesaria para obtener el visado de China y diferentes permisos de viaje a Tibet. Se necesitan tres días laborables para gestionarlos.

Disfrutaremos de tres días para sentir la belleza de l@s nepales@s y visitar los diferentes lugares de interés de esta bella ciudad y del Valle de Katmandú, ricos en legados religiosos, artísticos y culturales, que pueden ser lugares asombrosos, embriagadores y llenos de contrastes. Katmandú y sus alrededores se presentan con magníficos palacios, pequeños santuarios ocultos en callejones, y maravillosas plazas repletas de templos medievales donde perderse y explorar.

**Día 4** (5 de septiembre)

### **Katmandú - Kyirong**

Por la mañana comenzaremos nuestra ruta hacia la frontera Nepal/Tíbet via Syaprubensi, admirando los diferentes paisajes en esta carretera de montaña. Pasaremos la noche en la pequeña y verde aldea de Kyirong, que significa "aldea feliz". Esta será la puerta de entrada a la meseta tibetana.











**Día 5** (6 de septiembre)

**Kyirong**

Utilizaremos el día de hoy aquí, en la "aldea feliz", para pasear y favorecer así la aclimatación del cuerpo a la altura.

**Día 6** (7 de septiembre)

**Kyirong - Saga**

Seguiremos nuestra ruta a través de la meseta tibetana que, en sí, es un regalo. Nos deleitaremos con la encantadora belleza de Tíbet, recorriendo coloridos paisajes con yaks pastando, dunas, altas montañas nevadas como el Shishapangma y el Gauri-Shankar, y cruzaremos el puerto de montaña de Kyirong-La (5236m). Podremos admirar lagos y el valle del río Brahmaputra. Pernoctaremos en Saga.

**Día 7** (8 de septiembre)

**Saga - Lago Manasarovar**

Continuaremos el viaje siguiendo el curso del río Brahmaputra. Visitaremos el Monasterio Dargyeling y atravesaremos algunas aldeas, campamentos de pastores de yaks y el paso de Mayun-La (5216m). Ya por la tarde tendremos la primera vista del sagrado Lago Manasarovar y el Monte Kailash, una vez en Horchu. La circunvalación al Manasarovar comienza a partir de este punto.

Tendremos que cambiar de vehículo y viajar en un Eco-Bus para continuar alrededor del lago sagrado en el sentido de las agujas del reloj. Por la tarde llegaremos al monasterio de Chiu Gompa, lugar en el que terminó sus días el venerado Guru Rinpoche. Los que lo deseen podrán darse un primer baño en el "agua purificadora" a 4550 m de altitud. Pasaremos la noche en este maravilloso lugar.









KAILASH MAKAROVAR YATRA  
CAMINO 4  
2019

SHERPA  
KAILASH

**Día 8** (9 de septiembre)

**Lago Manasarovar - Darchen**

Pasaremos la mitad del día en el Manasarovar, la fuente de agua dulce a mayor altitud del mundo. Dicen que el Manasarovar es el lago de la empatía, la paz y el deleite. Ver el amanecer desde su orilla es impresionante. Después de comer nos dirigiremos a Darchen (4600m), pequeño enclave a los pies del Kailash y puerta de entrada y salida de la circunvalación (Kora) del Kailash, donde contaremos con todos los insumos básicos necesarios para los días de caminata (yaks o porteadores y alimentos). Aquí comenzaremos los tres bellos, inspiradores e intensos días de nuestra Kora.

**Día 9** (10 de septiembre)

**Darchen - Tarboche - Monasterio de Dira Phuk**

Hoy llegaremos hasta Tarboche o Valle de los Dioses para entrar en la corriente de la Kora hasta el monasterio de Dira Phuk (4920 m), junto con numerosos peregrinos y personas autóctonas. Este primer día se asciende cómoda y suavemente por el impresionante cañón que ha modelado el sagrado río Lha, que nos permitirá admirar la mágica cara norte del monte sagrado y observar cataratas, rocas imponentes y animales salvajes.

Durante la Kora veremos peregrinos de la secta Bön caminando en dirección opuesta. El atardecer nos deleitará con la visión dorada de la esotérica y todopoderosa presencia del Kailash, tan solitario, sin otros picos que le hagan sombra y rodeados de un silencio reverencial.













**Día 10** (11 de septiembre)

### **Monasterio de Dira Phuk - Monasterio de Dzutul Phuk**

Justo antes del amanecer, iniciaremos la marcha. Observaremos en Silwa-Tshel los rituales que simbolizan para los peregrinos la muerte a su vida pasada y posterior espera hasta reencarnarse, libres de pecado, una vez superado el paso de montaña de Drölma-La (5630m), el punto más alto de nuestra Kora. Veremos el lago Gauri Kunda y seguiremos hacia los campos de Dzutul Puk, que significa "cueva mágica" en tibetano. Este pequeño monasterio está asociado con una fascinante historia de rivalidad de talentos entre los maestros Milarepa (budista) y Naropa (Bön).

**Día 11** (12 de septiembre)

### **Monasterio de Dzutul Phuk - Darchen - Tirthapuri - Mensi**

Hoy será nuestro último día de Kora y el trayecto más corto y sencillo. Caminaremos por un hermoso valle, siguiendo el río y divisando la cara este del Kailash. Muchos peregrinos terminan la Kora dándose un baño caliente en Tirthapuri, famosa por sus fuentes termales sagradas. También iremos al bello monasterio de Guru Rinpoche a relajarnos. Pernoctaremos en Mensi.

**Días 12 y 13** (13 y 14 de septiembre)

### **Mensi - Zhanda (Reino de Guge)**

Durante dos días nos adentraremos en lo más profundo del valle del río Sutlej para explorar los restos del enigmático Reino de Guge. Su paisaje árido y erosionado es espectacular y parece un lugar improbable para el desarrollo de una gran civilización que, aún y todo, prosperó aquí y fue una parada importante en la ruta comercial entre India y Tíbet. Visitaremos el monasterio de Tholing, fundado en el siglo X y convertido en el centro religioso más importante del reino, y Tsaparang, con su fortaleza del siglo IX grabada en la piedra de una elevada cresta de tierra amarilla de 300m de altura, a orillas del río.









**Día 14** (15 de septiembre)

**Zhanda - Lago Manasarovar**

Con nuestros objetivos cumplidos, hoy comenzaremos a desandar lo andado volviendo al Lago Sagrado, donde podremos darnos un último baño purificador, rodeados de montañas nevadas, entre peregrinos realizando sus prácticas espirituales. Pernoctaremos aquí.

**Día 15** (16 de septiembre)

**Lago Manasarovar - Kyirong**

Nos dirigiremos hoy hasta Kyirong, dejando atrás ya la panorámica del Sagrado Kailash. Es un buen momento ahora para decir que se considera que solo la persona que logra realizar la Kora 108 veces alcanza la iluminación... Por ahora, habrá que conformarse con una, aunque a buen seguro el anhelo de volver a vivir esta experiencia nos hará quizás regresar de nuevo.

**Día 16** (17 de septiembre)

**Kyirong - Katmandú**

Después de los trámites fronterizos, cruzaremos la frontera para regresar a Katmandú.

**Día 17** (18 septiembre)

**Katmandú - Vuelta a casa**

Últimas horas en Nepal antes de volver a casa.

Fin del viaje juntos.









---

## DATOS PRÁCTICOS

---

### Precio

**El precio del viaje por persona es de 1995€**, e incluye el hotel en habitación compartida (doble, de calidad standard y, durante la Kora, dormitorio básico), los desayunos, los portadores durante la Kora, los permisos de viaje por Tíbet, los desplazamientos entre poblaciones, guía tibetano (obligatorio en Tíbet), y las entradas a lugares de interés (Tíbet).

El precio **no incluye** los vuelos internacionales, el seguro de viaje obligatorio, el visado de China (130USD), el visado de Nepal (30USD), las comidas, las entradas a lugares de interés (Nepal), los pequeños desplazamientos dentro de las poblaciones o ciudades (rickshaw, taxi, bus), las propinas (guías, portadores, conductores de autobús), los gastos extraordinarios que pudieran surgir inesperadamente durante el recorrido y/o por posibles cambios en el itinerario debido a causas imprevistas, ni cualquier servicio no especificado en el apartado "incluye".

*\* Hay posibilidad de pagar en tres meses, sin intereses, parte del coste del viaje. Pide información al respecto.*

El viaje sólo se garantiza si hay un grupo mínimo de 10 personas. Coordinaremos la compra de los vuelos internacionales.



## Reservas

Para reservar y asegurar tu plaza es necesario realizar un primer pago de 400€ en el momento de la inscripción. Un segundo pago de 800€ deberá ser realizado antes del 30 de junio. El coste total del viaje (1995€) debe estar completado el 2 de agosto, es decir, un mes antes de la fecha de inicio del viaje.

- \* Una vez realizada la reserva de inscripción, se enviará la información con todos los detalles prácticos y lo que es necesario llevar.*
- \* Posteriormente, y con suficiente antelación a la fecha de salida, convocaremos una reunión presencial o por otro medio disponible (Skype o Zoom) para aclarar dudas y ultimar detalles.*

## Anulaciones

**La reserva de plaza NO es reembolsable**, pues una vez hecha la inscripción ya se generan gastos, **salvo en el caso de que el viaje sea anulado por parte de los organizadores.**

Cualquier anulación posterior al día 2 de agosto sin causa justificada, así como la ausencia del pasajero en la fecha de partida por las causas que fueren, conllevará la pérdida de la cantidad total abonada (1995€).

*Nos reservamos el derecho a realizar las modificaciones que, por el bien del viaje y del grupo, se estimen convenientes a lo largo del recorrido.*







(+34) 625 673 231  
info@camino4.es