

Le monde indien et son rapport à l'esprit de Bénarès au Sikkim

Voyage Cultures et Spiritualités en Inde du Rajasthan au Sikkim

Circuit 14 jours

Les informations relatives à ce voyage (visites, transport et prix) sont valides à la date du 02/04/2025 et ne sont pas contractuelles. Des modifications peuvent être apportées ultérieurement et vous seront communiquées dans le carnet de voyage envoyé environ 10 jours avant le départ.



L'Inde est depuis plusieurs millénaires une terre propice au déploiement de spiritualités diverses qui cohabitent dans un enrichissement mutuel.

Parcourir son territoire c'est aussi être en prise directe avec ce rapport à l'esprit, sa compréhension et les différents rituels associés aux méthodes qui les accompagnent. Vous serez initiés à la spiritualité indienne, de Delhi vers les montagnes du Sikkim, en passant par l'éternelle Varanasi et le trône de diamant Bodh Gaya où le bouddha historique s'éveille à la sagesse ultime. Vous vous familiariserez avec les arcanes sacrées de l'esprit telles

que les traditions vivantes de l'Inde nous les présentent...

Cette gamme propose d'associer à la découverte culturelle une dimension spirituelle, portée par une réflexion sur les liens entre les religions et entre religions, art, histoire et archéologie. Comment les religions ont-elles façonné les cultures, tant au niveau de l'art que de la pensée et comment l'histoire les a fait évoluer et interagir entre-elles ? Autant de questions qui seront au cœur de ces voyages.

*Ce circuit est accompagné par **Stéphane Martin**. Ce dernier est passionné par toute forme d'expression artistique de la Préhistoire à nos jours, en particulier par la peinture qu'il pratique depuis l'enfance. Cela fait presque vingt ans que Stéphane Martin côtoie le monde indien et himalayen. Il a été initié à la peinture du tangka et à l'iconographie vajrayana dans un monastère tibétain à Darjeeling durant plusieurs années. Il est très fortement impliqué dans la protection du patrimoine culturel tibétain par la transmission de ses connaissances lors d'ateliers d'initiation à la peinture sacrée tibétaine et par la création d'une association ayant comme objectif de participer à la maintenance et au soutien du monastère école où il a été lui même formé.*

Quelques points forts :

- la ville de Sarnath, berceau de l'enseignement bouddhiste ;
- la participation au rituel "Ganga Aarti" à Bénarès ;
- une promenade en bateau sur le Gange ;
- la présence d'un moine à Bodhgaya avec le groupe ;
- la participation à des séances de yoga et de méditation pour ceux qui le souhaitent.

Journée 1

Vol Paris / Delhi

Paris : accueil à l'aéroport et envol pour Delhi sur compagnie régulière (prestations à bord).

Arrivée en soirée à **Delhi**. Transfert à l'hôtel.

Nuit à Delhi.

Journée 2

Découverte de Old Delhi, Agra

(Environ 230 km)

Nous nous plongerons au cœur de la capitale indienne en visitant **Old Delhi**, "le vieux Delhi", dont les rues convergent vers le Fort Rouge, symbole de la puissance impériale (*vue extérieure*). Nous découvrirons le temple sikh **Sisganj Gurudwara**, consacré au neuvième gourou de la secte. Nous reprendrons le bus pour nous rendre au mémorial **Raj Ghât**, lieu d'incinération du Mahatma Gandhi (1869-1948).

Déjeuner.

Nous partirons en tout début d'après-midi vers **Agra**, située sur les berges de la rivière Yamuna, au nord de l'Etat de l'Uttar Pradesh.

Dîner et nuit à Agra.

Journée 3

Le Taj Mahal à Agra, la cité de Fatehpur Sikri, train de nuit Tundla / Bénarès (Varanasi)

(Environ 100 km)

La matinée sera consacrée à la visite d'Agra qui connut son apogée comme capitale des empereurs moghols de 1526 à 1658. De cette période restent quelques très beaux bâtiments classés au patrimoine mondial de l'UNESCO dont le célèbre **Taj Mahal**. Cet extraordinaire mausolée de marbre blanc, élevé au XVII^e siècle par l'empereur Shah Jahan pour son épouse défunte Mumtaz Mahal, est un ravissement d'équilibre architectural et un sommet de richesse dans le décor de marbre. Nous nous rendons ensuite au **Fort Rouge**, puissante forteresse, édifié entre 1565 et 1573 par l'empereur Akbar et dominant la rivière Jamuna. Ses remparts en grès rouge, en demi-cercle, qui entourent ce fort militaire sur plus de deux mille cinq cents mètres, renferment un dédale de palais, de corridors, de pavillons, de kiosques et de halls servant aux réceptions officielles. A la différence du Taj Mahal, témoignage du raffinement de la cour des empereurs moghols, le Fort Rouge en évoque la puissance et est l'illustration du style impérial.

Déjeuner.

Cet après-midi, nous prendrons la route vers **Fatehpur Sikri**, l'éphémère capitale de l'empereur Akbar. Planifiée pour être le centre administratif et le siège de la nouvelle religion syncrétique de l'Empire, elle fut capitale de l'Empire moghol durant quatorze années. Abandonnée par la suite, la cité est demeurée miraculeusement préservée. Elle est réputée de nos jours pour ses palais de grès rouge et la splendeur de sa mosquée qui en font un sommet de l'art moghol. Les édifices rassemblent des éléments de toutes les religions de l'Empire, traduisant dans la pierre le souhait d'Akbar de réunir autour de sa personne une foi commune. En témoignent des pavillons musulmans, des frises bouddhiques et autres rinceaux chrétiens.

Retour à Agra pour dîner au restaurant puis transfert à la gare de Tundla, où nous monterons à bord de notre train de nuit à destination de Bénarès (compartiment quatre couchettes).

Nuit dans le train.

N.B. : nous attirons votre attention sur le fait que ce train de nuit est un train régional au confort très rudimentaire. Draps, couvertures et bouteilles d'eau seront distribués à bord du train mais nous vous conseillons d'emporter avec vous un drap de sac de couchage en coton. Pas de possibilité de couchage individuel.

Journée 4

Sarnath, berceau de l'enseignement bouddhiste et première découverte de Bénarès (Varanasi)

(Environ 20 km)

Nous arriverons tôt le matin en gare de Varanasi, et nous serons transférés à l'hôtel pour prendre un petit-déjeuner. Nous partirons ensuite à la découverte de la ville de **Sarnath**, berceau de l'enseignement bouddhiste où Bouddha, il y a deux mille cinq cents ans, donna son premier enseignement connu sous le nom des Quatre Nobles Vérités. Fondement de tout enseignement bouddhiste, cette philosophie est basée sur une étude progressive de soi-même. La première Noble Vérité est un simple constat de l'existence de la souffrance (la Vérité de la Souffrance), la deuxième est de comprendre les causes de cette souffrance (la Vérité des Causes de la Souffrance). Les troisième et quatrième Nobles Vérités nous enseignent que nous pouvons nous libérer de cette souffrance et comment nous pouvons la faire disparaître (ce sont l'Extinction de la Souffrance et la Voie vers l'Extinction de la Souffrance). Cette prise de conscience permet progressivement d'atteindre une certaine paix intérieure et pour les plus initiés l'état d'Eveil. C'est également ici que Bouddha fonda son ordre monastique (sangha). Nous nous imprégnons de l'atmosphère spirituelle de ce lieu en nous promenant dans le **parc aux cerfs** où nous verrons le stupa

de Dhamek qui commémore le premier enseignement du Bouddha. Nous nous rendrons ensuite dans le petit **musée** qui abrite quelques pièces exceptionnelles, dont le célèbre "Bouddha de Sarnath" et le chapiteau de la colonne d'Asoka, devenu le symbole de la république indienne. Enfin, nous découvrirons le temple de **Mulagandhakuti Vihara** dont les fresques murales retracent les événements de la vie du Bouddha.

Retour à Bénarès pour le déjeuner.

Après un peu de repos, une promenade en cyclo-poussee dans la Vieille Ville nous mènera jusqu'aux rives du Gange où toutes les formes de la spiritualité hindoue se côtoient. Nous assisterons, à la tombée de la nuit, au rituel quotidien "**Ganga Aarti**" qui a lieu sur les "ghats" (escaliers descendant vers le fleuve). Ce rituel est dédié au dieu Shiva et à sa femme Ganga, déesse du Gange. Le dieu Shiva aurait, selon la légende, posé son pied dans le fleuve et ainsi consacré le Gange en le donnant aux hommes pour se purifier. Chaque soir des prêtres hindous procèdent aux "Puja", rites d'offrande et d'adoration rythmés par la musique et les chants traditionnels. Chacun agite simultanément bougies et lampes ce qui contribue et renforce à la magie du lieu et du moment.

Dîner et nuit à Bénarès.

Journée 5

Journée de visites à Bénarès (Varanasi)

Très tôt le matin, nous irons assister au **rituel du matin** au bord du Gange qui se pratique au lever du soleil. Le rituel du matin est différent de celui du soir que vous aurez vu la veille. Ville sainte de l'Inde par excellence, dédiée au dieu Shiva, Bénarès draine, depuis des millénaires, des flots de pèlerins qui viennent se purifier dans les eaux du Gange. Dans cette ville, symbole d'un peuple et de sa foi, la ferveur et la dévotion s'expriment avec la même intensité depuis la nuit des temps. Nous serons les témoins de ces gestes éternels d'offrandes et d'ablutions au cours d'une promenade en barque sur le fleuve. Nous reviendrons dans la matinée à l'hôtel pour prendre un temps de repos, *avant le déjeuner.*

L'après-midi, nous découvrirons une autre partie de la ville de Bénarès, celle que l'on pourrait appeler "les nouveaux quartiers". Nous nous rendrons au **temple de Durgâ**, couramment appelé le temple des singes en raison de la présence de ces animaux dans son enceinte (*visite extérieure*). Il date du XVIII^e siècle et est dédié à la déesse Durgâ qui représente la puissance. Elle est l'incarnation du sacrifice et de la connaissance spirituelle, elle tue le Mal et accorde la richesse matérielle comme spirituelle. Nous poursuivrons notre visite à l'**université Banaras Hindu**, unique par son centre spirituel de méditation et également par les quelques quatorze facultés qui la composent. Elle fut fondée en 1916 par Madan Mohan Malaviya et demeure l'une des universités les plus importantes d'Asie. Nous partagerons un moment et échangerons avec l'un des professeurs de l'université (*sous réserve*). La journée s'achèvera au temple de **Bharat Matar**, dédié à la "Mère Inde". Voulu par le Mahatma Gandhi, c'est un lieu sans divinité. Seule une immense carte en relief, taillée dans le marbre, du sous-continent indien, symbolise l'une des idées les plus chères à Gandhi : voir tous les Indiens, ethnies et religions confondues, se reconnaître comme le peuple d'une même terre.

Dîner et nuit à Bénarès.

Journée 6

Bénarès (Varanasi), Bodhgaya

(Environ 250 km)

Aujourd'hui, nous prendrons la route à destination de Bodhgaya, soit un trajet d'environ six à sept heures. Nous traverserons l'**Etat du Bihar**. Traversée d'Ouest en Est par le Gange, il possède une plaine alluviale très fertile. La principale activité économique de cet Etat est l'agriculture (canne à sucre, riz, blé, pommes de terre, tabac, jute...). Toutefois, l'histoire de cette région est très ancienne et nous retiendrons que c'est ici, à Bodhgaya, que le prince Siddhartha Gautama atteignit l'illumination et devint le Bouddha. Il est également intéressant de savoir que la ville de Pataliputra (aujourd'hui Patna) fut l'une des villes les plus développées de l'Inde au III^e siècle avant J.-C. sous la dynastie Maurya et le règne d'Ashoka.

Déjeuner sous forme de pique-nique en cours de route.

Dîner et nuit à Bodhgaya.

Journée 7

La culture bouddhique à Bodhgaya

Cette journée sera consacrée à la découverte de **Bodhgaya** surnommée "le trône de diamant de l'Inde". Pour beaucoup, c'est un lieu magique, hors du temps. Il n'est pas rare de voir de nombreux Tibétains exilés en Inde venir méditer ici autour du stupa érigé sur le lieu où le Bouddha atteignit l'Eveil. Les maîtres spirituels s'y succèdent pour donner des enseignements ou accomplir des rituels, les pèlerins inlassablement récitent des mantras ou se prosternent. Si le décor est indien, l'atmosphère évoque souvent celle du Tibet pré-chinois. Nous partagerons ces moments privilégiés avec les pèlerins bouddhistes. Une promenade vers les temples et monastères qui entourent le village nous transportera successivement vers le Tibet, la Thaïlande ou le Japon, chaque pays de culture bouddhique ayant construit ici un lieu d'accueil pour pèlerins. Nous verrons

bien sûr les monastères sacrés du **temple de la Mahabodhi**, associé à l'Eveil du Bouddha. Cet ensemble de monastères bouddhistes est considéré comme l'un des plus anciens construits entièrement en brique encore debout. A l'intérieur de l'enceinte trône l'**arbre de la Bodhi**, réplique, selon les croyances, de celui sous lequel médita le Bouddha. Nous gagnerons ensuite le **temple de Sujata**, situé sur les rives de la rivière Niranjana. Il est consacré à Sujata, la jeune fille qui offrit du riz au lait à Bouddha alors qu'au terme d'une longue méditation son corps était devenu squelettique. C'est cette nourriture qui redonna à Bouddha suffisamment d'énergie pour poursuivre sa méditation.

Déjeuner en cours de visite.

Dîner et nuit à Bodhgaya.

Journée 8

Rajgir et la colline du Vautour, Nalanda, train de nuit Patna / New Jalpaiguri

(Environ 180 km)

Notre route nous conduira à nouveau aujourd'hui vers quelques hauts lieux du bouddhisme. Ce matin nous nous rendrons à **Rajgir**, ancienne capitale du royaume de Magadha qui fut le séjour favori du Bouddha en période de mousson, lors de ses quarante années de prédication après l'Eveil. Sur la colline du Vautour, il fit d'importants sermons dont l'enseignement de la Prajnaparamita, plus connu sous le nom de Sutra du Cœur. Régulièrement chanté par les adeptes du bouddhisme lors de réunions et de pratiques dédiées à la méditation, il contient des concepts clés de la philosophie bouddhiste.

Déjeuner.

Nous gagnerons cet après-midi l'université de **Nalanda**. Elle accueillit durant des siècles des milliers d'étudiants venus de toute l'Asie étudier les textes et suivre les enseignements des grands philosophes du Mahayana. Elle disparut dans la tourmente des invasions musulmanes au XIIe siècle et seuls subsistent de ce haut lieu de culture les vestiges du grand stupa, entourés de ceux de quelques monastères. Nous rejoindrons ensuite **Patna**, la capitale de l'état du Bihar en fin de journée, pour prendre notre train de nuit à destination de New Jalpaiguri.

Dîner sous forme de panier repas et nuit à bord du train (compartiment quatre couchettes).

N.B. : *draps, couvertures et bouteilles d'eau seront distribués à bord du train. Pas de possibilité de couchage individuel.*

Journée 9

Monastères et plantations de thé du Darjeeling

(Environ 100 km)

Nous arriverons à New Jalpaiguri en début de matinée puis nous prendrons la route à destination de **Darjeeling** (2 200 mètres altitude). Découverte par des officiers britanniques au début du XIXe siècle, la région devint rapidement une station d'altitude prisée par les lords anglais pour sa fraîcheur. Nous traverserons de beaux paysages formés essentiellement par les nombreuses plantations de thé, qui ont fait la réputation de cette région. Les Anglais, désireux de briser le monopole des Chinois dans le commerce du thé, plantèrent ici des thésiers de l'Assam et de la province chinoise du Yunnan. La qualité des plants, du climat et de la terre ont fait du "Darjeeling" l'un des meilleurs crus de thé. Nous visiterons une plantation. Au cours de notre trajet, nous ne manquerons pas non plus de visiter quelques monastères comme celui de Bokar Rinpoché ou de Rangbull à l'intérieur duquel nous pourrions observer des écrits tibétains très anciens et rares. *Arrivée à Darjeeling.*

En fin de journée, nous nous promènerons sur la place Chowrasta où se pressent tous les marchands de thé ambulants.

Déjeuner en cours de visite.

Dîner et nuit à Darjeeling.

Journée 10

La région du Sikkim et la ville de Pemayangtse

(Environ 110 km)

Ce matin, nous partirons tôt pour l'Etat du **Sikkim**. Longtemps sous protectorat indien, le royaume du Sikkim devint un Etat indien par référendum en 1975. Son isolement en a fait l'un des derniers Shangri-La, "paradis", himalayens. La population d'origine népalaise et tibétaine, se partage entre hindouisme et bouddhisme. On y compte toutefois pas moins de soixante-dix monastères bouddhiques. Nous arriverons à **Pemayangtse** sur les contreforts orientaux de la chaîne himalayenne (2 085 mètres d'altitude).

Déjeuner.

L'après-midi, nous visiterons le célèbre **gompa de Pemayangtse**, "lotus sublime et parfait". La vue sur les montagnes et les vallées est assez spectaculaire. Il est l'un des monastères les plus anciens et prestigieux du Sikkim (1705). Sur trois étages, une multitude de sculptures et de peintures le décore. Nous y admirerons particulièrement les fenêtres et portes, toutes ornées de belles peintures tibétaines, et nous évoquerons l'histoire de cet important gompa, "monastère", fondé au début du XVIII^e siècle. Nous verrons également la maquette en bois que Dungzin Rinpoche mit cinq ans à réaliser.

Nous aurons l'occasion de rencontrer un moine du monastère (*sous réserve*).

Dîner et nuit à Pemayangtse.

Journée 11

Le monastère de Tashiding et Gangtok, capitale du Sikkim

(Environ 130 km)

Nous nous rendons ce matin au **gompa de Tashiding**, l'un des monastères les plus vénérés du Sikkim, construit en 1717. Situé en haut d'une colline, il offre une belle vue sur les paysages environnants et les rivières Rangit et Rathong. Le site de Tashiding abrite de nombreux chortens. Le chorten, nom tibétain des stupas, est un édifice religieux caractéristique des pays himalayens. Construit en brique ou en pierre, il renferme des reliques de Bouddha, des corps de personnes saintes ou encore des textes sacrés.

Déjeuner sous forme de panier repas ("momos" tibétains).

Nous prendrons ensuite la route vers **Gangtok** qui signifie "le sommet de la colline". Capitale du Sikkim, la ville est perchée sur une crête à 1 500 mètres d'altitude, le long de la rivière Ranipul. Nous profiterons d'un paysage somptueux sur toute la chaîne du Kangchenjunga. Puis nous gagnerons le temple royal de **Tsuk La Khang**, qui abrite une riche collection d'écrits religieux, de belles fresques et statues, ainsi que des sculptures de bois (*sous réserve d'une visite officielle*).

Dîner et nuit à Gangtok.

Journée 12

Institut Namgyal de tibétologie à Gangtok, Kalimpong dans l'état du Bengale Occidental

(Environ 80 km)

Ce matin, nous évoquerons la culture tibétaine et l'importance du bouddhisme dans la région au cours de la visite de l'**institut de tibétologie de Namgyal**. Construit en 1958, il abrite une importante bibliothèque bouddhique et des tangkas (peintures sur toile qui représentent le plus souvent des divinités tibétaines) dont une collection rarissime de tangkas brodés ayant appartenu à l'ancien roi du Sikkim. Non loin de là, nous visiterons le plus grand chorten de la région de la secte des Bonnets noirs, l'une des quatre grandes écoles religieuses qui nourrissent le bouddhisme tibétain. Nous quitterons ensuite l'Etat du Sikkim pour rejoindre celui du Bengale-Occidental à travers rhododendrons et cardamomes. Nous atteindrons **Kalimpong** (*1 250 mètres d'altitude*), autre ville dédiée à la culture du thé et également à la culture des fleurs. Nous nous rendons au monastère **Tharpa Choling** qui abrite des moines tibétains des Bonnets jaunes, école tibétaine fondée au XIV^e siècle et dont est issu le dalaï-lama actuel.

Déjeuner en cours de visite.

Dîner et nuit à Kalimpong.

Journée 13

Vol intérieur Bagdogra / Delhi, vol retour Delhi / Paris

(Environ 80 km - 3 heures de route)

Le matin, transfert à l'aéroport de Bagdogra, déjeuner et embarquement à bord du vol à destination de Delhi.

A notre arrivée à Delhi en fin d'après-midi, nous disposerons de quelques chambres pour nous rafraîchir.

Dîner à Delhi puis transfert à l'aéroport. Envol pour Paris sur compagnie régulière.

Nuit et prestations à bord.

Journée 14

Paris

Arrivée à Paris dans la matinée.

Quelques informations pratiques :

- *durant votre voyage, votre conférencier vous proposera quelques séances de yoga et de méditation (pratique de la méditation du calme mental ou Samatha). Aucune forme d'apprentissage au préalable ne sera requise pour y participer ;*

- **attention aux écarts de températures durant ce voyage à cette époque de l'année !** De Delhi à Bodhgaya les températures sont assez chaudes (oscillant en moyenne entre 20 et 25°C durant la journée). A partir du Darjeeling, il fait plus froid dans la journée avec des températures allant de 7 à 10°C, et qui descendent parfois jusqu'à seulement 2 à 3°C le soir. Prévoyez des vêtements de demi-saison et des vêtements chauds (de type anorak ou veste d'hiver chaude) ;
- les trajets en train de nuit deuxième classe se feront dans des compartiments quatre couchettes, réservés uniquement pour le groupe Intermèdes (pas de possibilité de couchage individuel). Vous n'aurez pas à vous occuper de vos bagages. Au départ du train, des porteurs s'occuperont de l'acheminement des bagages dans votre compartiment et jusque dans le bus à l'arrivée du train.
Nous vous rappelons le confort rudimentaire du train régional de nuit entre Tundla et Varanasi.

Dates de départ

Ce programme est finalisé, mais les dates de départs à venir sont encore en préparation. Elles paraîtront prochainement.

Ce programme comprend :

- les vols réguliers internationaux Paris / Delhi aller et retour ;
- le vol intérieur Bagdogra / Delhi (poids des bagages en soute limité à 15 kg/personne) ;
- les taxes d'aéroport ;
- l'hébergement dans les hôtels mentionnés au programme ;
- la pension complète, (hors boissons) du petit-déjeuner du deuxième jour au dîner du treizième jour ;
- les trajets en autocar privé et en Toyota Tavera / Innova au Sikkim (trois personnes par véhicule) du neuvième jour au treizième jour ;
- les trajets en train deuxième classe climatisée Agra / Varanasi et Patna / New Jalpaiguri en compartiment quatre personnes ;
- le port des bagages dans les gares ;
- l'accompagnement culturel d'un conférencier Intermèdes ;
- les services d'un guide local francophone ;
- les entrées dans les sites mentionnés dans le programme ;
- l'assistance rapatriement ;
- les frais de visas obtenus par nos soins.

Ce programme ne comprend pas :

- les boissons ;
- les pourboires aux guides locaux et aux chauffeurs ;
- les dépenses d'ordre personnel ;
- le port des bagages en dehors des trajets en train ;
- l'assurance optionnelle annulation, bagages et interruption de séjour.

OFFRE EXCLUSIVE Chambre à partager

Si vous vous inscrivez seul tout en souhaitant partager votre chambre d'hôtel et si aucun autre voyageur ne peut partager avec vous, Intermèdes a le plaisir de vous offrir **le montant du supplément chambre individuelle**.

Départ de Province

Si vous souhaitez un départ de province, notre service transport effectuera la recherche la plus adaptée. Selon les destinations, les départs de province s'effectuent soit sous forme de pré et post acheminement vers Paris, soit, pour l'Europe notamment, sous forme de vol direct de votre ville vers le lieu de destination. Consultez notre Service Clients pour une étude spécifique.

Hôtellerie (classification en normes locales)

- Agra - **Sarovar Crystal** 5★
- Bodhgaya - **Bodh Vilas** 3★
<http://hotelbodhvilas.com/>
- Darjeeling - **Mayfair** 4★
<https://www.mayfairhotels.com/darjeeling.php>
- Delhi - **Welcomhotel Dwarka** 4★
<https://www.itchotels.com/in/en/welcomhoteldwarka>

- Gangtok - **Mayfair Spa Resort & Casino** 4★
<https://www.mayfairhotels.com/gangtok.php>
- Kalimpong - **Mayfair Himalayan Spa Resort** 4★
<https://www.mayfairhotels.com/kalimpong.php>
- Pemayangtse - **Norbu Ghang Resort** 3★
<http://www.norbughang.com/>
- Varanasi - **Om Vilas**
<https://www.omvilas.com/>

Si les hôtels mentionnés devaient être modifiés, ils seraient remplacés par des établissements de catégorie similaire. Toutefois les services proposés peuvent varier.

Deux nuits sont proposées en train-couchette climatisé deuxième classe. Les compartiments sont pour 4 personnes et réservés pour notre groupe uniquement. Draps, couvertures et bouteilles d'eau seront distribués à bord du train mais nous vous conseillons d'emporter avec vous un drap de sac de couchage. Les trains en Inde sont généralement corrects mais ne correspondent pas forcément à nos critères européens. Il faut noter toutefois que le train régional entre Tundla et Bénarès reste de confort très rudimentaire.

Pas de possibilité de couchage individuel.

Informations pratiques

Inde

Formalités pour les ressortissants français : un passeport valable **six mois après le retour et comportant au moins 3 pages vierges dont 2 pages en vis-à-vis** est nécessaire, ainsi qu'un visa. Nous nous chargeons de l'obtention du e-visa. Pour cela nous vous demanderons une photocopie (ou un scan) en **couleur** de votre passeport.

Les non-ressortissants français ou bi-nationaux sont invités à consulter les autorités consulaires afin de vérifier les formalités exigées : ambassade d'Inde 13/15, rue Alfred Dehodencq 75016 Paris - Tel : 01.40.50.70.70 - Site web : <http://www.ambinde.fr/>

Pour les mineurs, merci de consulter le site du service public : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1922>.

Interdiction des cigarettes électroniques en Inde : la possession et l'utilisation de cigarettes électroniques et de tout instrument électronique de vapotage sont désormais interdites en Inde et passibles d'une amende d'au minimum 1 300 € et d'une peine d'emprisonnement d'un an. Ces dispositions s'appliquent à tous les voyageurs, y compris en transit et à tous les bagages, y compris en soute.

Heure locale : le décalage horaire est de 4 heures 30 en plus par rapport à la France en hiver, 3 heures 30 en plus en été.

Climat : l'hiver - de mi-octobre jusqu'au mois de mars - est la meilleure période pour voyager en Inde (hors zone himalayenne). Dans le Nord, les températures moyennes s'échelonnent de 22 à 25°C dans la journée. Par contre, les nuits sont fraîches de novembre à février (les températures peuvent parfois descendre jusqu'à 3 à 4°C). Dans le Sud, les températures moyennes sont un peu plus élevées, entre 25 et 32°C, et restent douces la nuit.

Santé : aucune vaccination n'est exigée pour entrer en Inde cependant les rappels des vaccinations diphtérie, tétanos, polio et les vaccins contre l'hépatite A, B et la typhoïde sont vivement conseillés. Les normes d'hygiène sont différentes des nôtres, et il est utile d'emporter une pharmacie de voyage, car les médicaments sont difficiles à trouver sur place. Un traitement préventif contre le paludisme est conseillé dans certaines régions seulement, consultez votre médecin ou l'Institut Pasteur (<http://www.pasteur.fr>).

Tenue vestimentaire : nous vous conseillons d'emporter des vêtements confortables et légers, et de prévoir également un linge en raison de la climatisation dans les hôtels et les restaurants. En hiver, il est utile d'emporter des vêtements chauds, faciles à enlever dès que le soleil chauffe. Par respect pour la population, il est recommandé d'éviter les décolletés et les fines bretelles pour les femmes, ainsi que les shorts pour les hommes. En prévision des visites des temples, il est préférable de porter des chaussures qui puissent se retirer facilement (sandales ou tongs) car il est obligatoire de se déchausser.

Douane : il n'y a pas de formalités particulières. L'exportation des antiquités indiennes de plus de cent ans est interdite sans autorisation. L'importation et l'exportation de roupies indiennes sont interdites.

Change : la monnaie indienne est la Roupie (INR) subdivisée en 100 Países. Elle existe en billets de 1, 2, 50, 100, 500 INR (abrégé Rs). Les cartes bancaires sont largement utilisées, mais il est utile d'emporter des euros à changer sur place.

Électricité : le courant électrique est de 220 volts dans tout le pays. Certaines prises sont rondes comme en France alors que d'autres sont plus larges et peuvent nécessiter un adaptateur. Pour la visite de certains temples, une lampe de poche vous sera précieuse.

Vois intérieurs : la franchise des bagages enregistrés en soute est passée de 20 kg à 15 kg. Elle est limitée à 7 kg pour les bagages en cabine. Il est néanmoins possible de transporter des kilos supplémentaires, mais les compagnies aériennes se réservent le droit de facturer ces derniers au prix indicatif de 200/400 INR par kilogramme (à régler en espèces).

Hôtels : de manière générale, la classification locale des hôtels ne correspond pas à nos normes européennes. De plus, pour une même classification, le niveau de confort est très variable selon les étapes.

Certains voyages incluent des nuitées dans des hôtels Heritage. Ce sont d'anciens palais de maharajah transformés en hôtels, offrant ainsi une expérience unique, mais il est à noter que le confort est variable selon les établissements.

Routes : en dehors des grands axes, qui permettent une circulation plus fluide, le réseau routier secondaire est moins bien entretenu et le trafic plus dense. L'encombrement et l'état des routes impliquent une conduite prudente et une vitesse modérée, rendant les trajets un peu longs mais inévitables pour visiter certaines régions. Quelques étapes plus longues nécessitent parfois une journée de transport. Les autocars n'offrent pas les critères internationaux de confort. Ils ne sont pas toujours de construction récente et leur suspension est parfois un peu rigide.

Guides locaux : les guides locaux sont obligatoires sur certains sites. Ils sont généralement anglophones et assurent la plupart du temps une fonction technique.

Pourboires : les pourboires dans les hôtels et restaurants sont compris dans nos prix. Le pourboire pour les chauffeurs et les guides locaux n'a aucun caractère d'obligation mais il est d'usage, lorsque vous en êtes satisfait, de donner environ 4 € par jour et par personne aux guides locaux, 3 € par jour et par personne aux chauffeurs et 2 € par jour et par personne aux aides-chauffeurs.

Sikkim

Climat : bien que le Sikkim se situe à la même latitude que la ville du Caire, les températures sont variables suivant l'élévation. Dans la région himalayenne, il y a de la neige continuellement. Dans la région de Gangtok, la température varie de 5°C (en hiver) à 30°C en été. Les pluies sont régulières à toutes les saisons de l'année, le pic se situe bien sûr l'été en période de mousson. Les meilleures saisons sont le printemps (de mars à mai) et l'automne (de fin septembre à fin novembre). En toute saison, il faut prévoir des vêtements chauds pour les fins de journée et en cas de temps couvert.

Utile : nous vous conseillons d'emporter une bonne lampe de poche pour admirer les fresques à l'intérieur des temples, où la lumière est assez faible. Il est préférable de prévoir des piles de rechange en nombre suffisant car elles se déchargent rapidement en altitude (à mettre dans les bagages de soutes pour les vols domestiques).

Lunettes et crème solaire sont indispensables.

Prévisions météorologiques

Nous vous conseillons de consulter les prévisions météorologiques la veille de votre départ sur le site de **la chaîne météo** ou de **météo France**.

Informations voyageurs : sécurité et situation sanitaire

Pour chaque pays, le **ministère des Affaires Étrangères** (<http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>) publie des fiches conseils aux voyageurs sur son site internet. Vous y trouverez les dernières recommandations notamment en matière de sécurité, formalités et santé.

Nous vous recommandons fortement de consulter ces sources d'information régulièrement, jusqu'à la veille de votre départ. Nous tenons également ces fiches à votre disposition sur simple demande au 01 45 61 90 90.

Bibliographie

Inde

Histoire et civilisation

- *Genèse de l'Inde* - Bernard Sergent - Payot. Etude sur l'origine des populations de l'Inde actuelle (aryens, dravidiens, mundâ...) et sur la grande civilisation de l'Indus
- *Histoire de l'Inde* - Alain Daniélou - Fayard. Très bon panorama général
- *Histoire de l'Inde* - Jacques Dupuis - Editions Kailash. Très bonne introduction à la connaissance du monde indien, offrant des synthèses sur tous les sujets : histoire, société, religions, économie, etc
- *L'Inde classique. VIe-XIIe siècles*, Michel Angot, Les Belles-Lettres

- *Les Grands Moghols* - André Clot - Plon
- *La Démocratie en Inde* - Christophe Jaffrelot - Fayard. Evolution de la démocratie depuis l'époque coloniale (le gandhisme, Nehru et le Congrès, etc)
- *Les Quatre Sens de la Vie* - A. Daniélou - Editions du rocher. Aspects des castes et des 4 âges de la vie
- *Homo Hierarchicus, le Système des Castes et ses Implications* - Louis Dumont - Gallimard
- *Une Vie Paria* - Viramma & Josiane et Jean-Luc Racine - Plon. Témoignage magnifique sur la vie des Intouchables
- *Inde, Village au Féminin* - Guy Poitevin et Héma Rairkar - L'Harmattan
- *La philosophie indienne*, François Chenet, Armand Colin
- *Les Grands Penseurs de l'Inde* - Albert Schweitzer - Petite Bibliothèque Payot

Religion et art

- *L'Hindouisme, Anthropologie d'une Civilisation* - M. Biarreau - Champs Flammarion
- *Promenade avec les dieux de l'Inde*, Catherine Clément, Points / Sagesses
- *Mythes et dieux de l'Inde - le polythéisme hindou*, Alain Danielou, Flammarion
- *L'Enseignement du Bouddha* - Walpola Rahula - Points Sagesses
- *La Sagesse du Bouddha* - J.Boisselier - Découvertes Gallimard
- *Les Jaïns de l'Inde* - Paul du Breuil - Aubier
- *L'Art Indien* - Roy C. Craven - Collection l'Univers de l'Art
- *L'Art indien*, Gilles Béguin, Tout l'art, Flammarion

Editions Faton

- **Dossiers d'Archéologie n°254** - Au berceau du Bouddhisme

Sikkim

- Ma famille du Sikkim, Ferbuay F, L'Harmattan, Paris
- Himalaya - Visions de marcheurs des cimes, Alexandre Poussin et Sylvain Tesson, Transboréal, Paris
- Au cœur des Himalayas, Alexandra David-Néel, Payot
- L'Odyssée des Karmapas, la grande histoire des lamas à la coiffe noire, L. Kunsang et M. Aubèle, Albin Michel

Dossiers d'Archéologie

- Les anciennes écritures indiennes, n°260 (février 2001)
- L'Inde, multiples aspects d'une civilisation, n°104 (avril 1986)

Intermèdes et les **Editions Faton**, l'éditeur d'*Archéologia*, des *Dossiers d'Archéologie*, et des *Dossiers de l'Art* notamment, sont partenaires. Pour vous procurer les numéros qui vous intéressent, consultez le site des Editions Faton www.faton.fr ou contactez le 03 80 40 41 00.