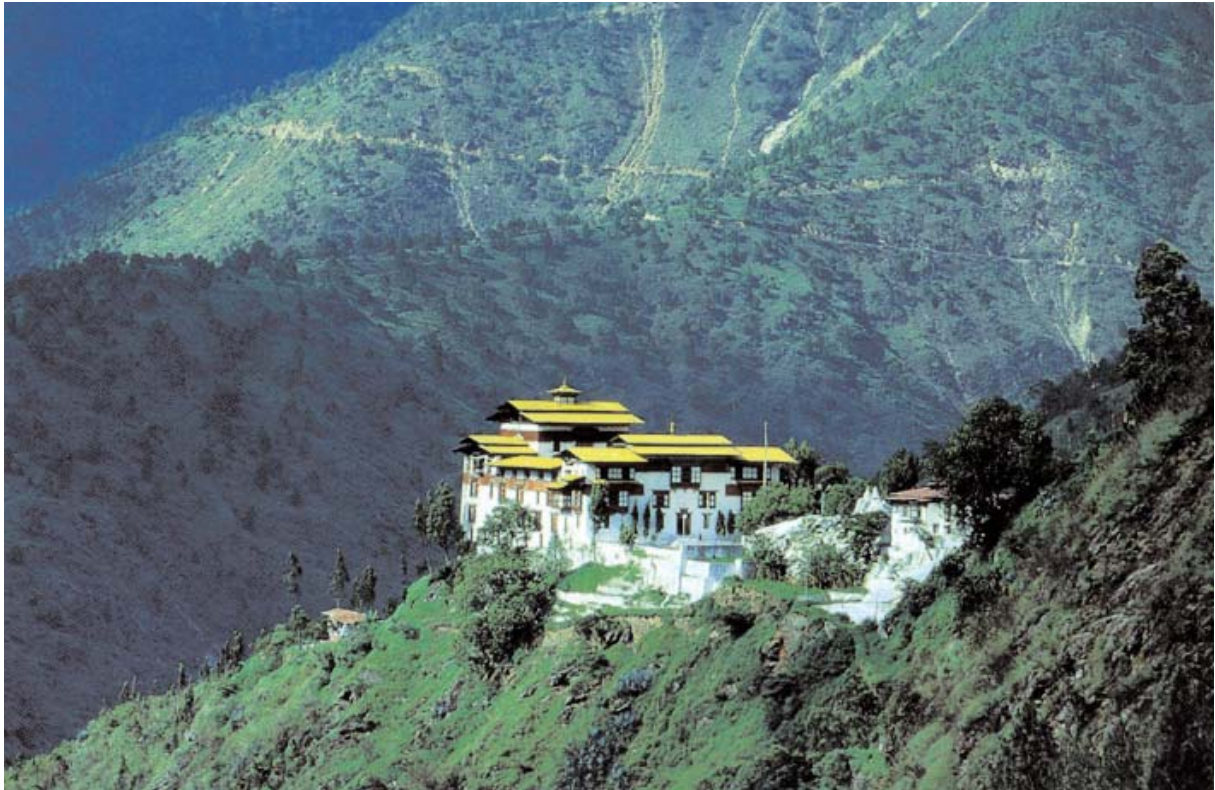


Individuelle Erlebnisreise Bhutan



Im Norden des indischen Subkontinentes, an den Südhängen des östlichen Himalaya, liegt das Königreich Bhutan, ein Land, das im politischen Spannungsfeld zwischen Indien und China ein großes geistiges Erbe bewahrt: die ganzheitliche Kultur des tibetischen Buddhismus. Die Bhutanesen leben im Einklang mit dem Universum, ihrer Religion verdanken sie eine ungebrochene kulturelle Identität: Landschaft und Menschen, Architektur, Kunst, Sitten und Gebräuche, Tänze und Riten bilden eine unverkennbare Einheit. Auf Ihrer Reise von Paro bis nach Ost-Bhutan erleben Sie ein Land von faszinierender Schönheit: fruchtbare Täler mit grünen Reisterrassen, gelb schimmernde Weizenfelder, Yakherden, riesige Rhododendronwälder (Blütezeit April/Mai) vor dem Hintergrund der Bergkette des Himalaya. Bei prunkvollen Klosterfesten werden auch für Sie die Klosterhöfe geöffnet, Tänze mit eindrucksvollen Masken und prächtigen Kostümen aufgeführt. Unterwegs Begegnungen mit Menschen, in deren Dasein Glaube und Alltag unzertrennlich ineinander verwoben sind.

Hinweis: Der Reiseverlauf ist exemplarisch. Mit Rücksicht auf die Termine der Tempelfeste kann der Reiseablauf sich an manchen Orten erweitern, an anderen wird er eingeschränkt.
Beste Reisezeiten: Frühjahr (April/Mai) und Herbst (Ende September bis Mitte November)

1.Tag Flug nach Kathmandu

Abends Flug mit Qatar Airways via Doha nach Kathmandu, das sich als Einstieg in die Kultur des tibetischen Buddhismus gut eignet und die kürzeste Flugverbindung anbietet.

2.Tag Ankunft Kathmandu

Am späten Nachmittag Ankunft. Begrüßung durch den örtlichen Betreuer. Fahrt ins Hotel. Abends Umrundung der *Stupa von Bodnath* mit den ortsansässigen Tibetern als Einstieg in die Reise.
2 Übernachtungen/Frühstück Hotel Himalaya (4*) o.ä.

3.Tag Kathmandu: Bhaktapur & Altstadt

Ein ehemaliger Stadtstaat im Tal von Kathmandu ist *alte Königsstadt Bhaktapur*, im 9.Jhd. gegründet. Sein ursprünglicher Grundriss war einer Muschel nachempfunden, eines der Symbole des hinduistischen Gottes Vishnu. Zu den zahlreichen Sehenswürdigkeiten gehören der Durbar Square mit dem goldenen Tor, der Palast der 55 Fenster, der Dattatraya Tempel sowie das Priesterhaus mit dem berühmten Pfauenfenster. Nördlich der Stadt liegt auf einem Hügel Chang Narayan, ein Vishnuheiligtum, das zu den heiligsten Plätzen im Tal gehört und einen der schönsten Ausblicke auf das Kathmandu-Tal bietet.

Rückfahrt nach nach *Kathmandu-Stadt*. Zu Fuß begeben Sie auf der alten Basarstraße in Richtung Altstadt. Nach wenigen Minuten öffnet sich die schmale Straße und vor Ihnen liegt der Durbar Square in seiner geordneten Unordnung. Dieser Tempel- und Palastbezirk mit seinen Pagoden, Tempeln, Götterfiguren, hölzernen Prachtfenstern und dem alten Königspalast bildet nach wie vor das Zentrum der Stadt. Besichtigungen der verschiedenen Tempel, Basarstraßen und Märkte.

4.Tag Flug nach Bhutan / Fahrt in die Hauptstadt Thimpu

Transfer zum Flughafen für den Weiterflug nach Paro/Bhutan mit Druk Air (Flugzeiten sind sehr unterschiedlich, je nach Monat und Flugtag vormittags oder nachmittags).

Erledigung der Einreiseformalitäten und Begrüßung durch Ihren Reiseleiter, der Sie bis zu Ihrer Abreise betreuen wird.

Fahrt nach Thimpu /Fahrzeit ca. 1,5 Stunden

Die Hauptstadt des Landes hat ca. 50.000 Einwohner, die sich größtenteils aus Mönchen, der königlichen Familie und einer ständig wachsenden Zahl von Beamten und Kaufleuten zusammensetzt. Es ist eine vergleichsweise neue Stadt mit einer breiten, lebhaften Hauptstraße und für Bhutan doch recht viel Autoverkehr. Kleine Shopping-Malls und traditionelle Krämerläden säumen die Straßen. Zur Unterhaltung der jungen Bevölkerung trägt ein Kino, kleine Cafes und zwei Nachtlokale bei, die aber nicht täglich geöffnet sind.

2 Übernachtungen/Vollpension River View Hotel o.ä.

5.Tag Besichtigungen in Thimpu

Ganztägige Besichtigungen der wichtigsten Sehenswürdigkeiten innerhalb des Stadtzentrums: Besuch der *Schule der 13 Heiligen Handwerke*, wo überlieferte Mal- und Zeichentechniken gelehrt werden (u.a. Thangkas), *Erinnerungschorten (Memorial Chörten)*, erbaut 1974 in Erinnerung an den 3.König Seine Majestät Jigme Dorji Wangchuck (gestorben 1972), das *Museum für Volkskultur* (Folk Heritage Museum), das der verstäderten jungen Generation die Kultur ihrer Vorfahren anschaulich näher bringen soll und in einem der ältesten Häuser von Thimpu untergebracht ist. Die Hauptattraktion der Stadt - der prachtvolle *Tashichho-Dzong*, Sitz des Königs, der Regierung und des bhutanesischen Großabtes. Auffällig sind die ausgewogenen Proportionen und seine majestätische Ausstrahlung. An seiner Nordseite befindet sich die traditionelle, schindelgedeckte Auslegerbrücke und der Verbrennungsort. Jenseits des Flusses erhebt sich ein weiteres imposantes Gebäude in Form eines Dzongs: das *Convention Center*, wo die Nationalversammlung tagt. Dahinter liegen die Wohnungen der königlichen Leibwächter. Folgt man dem Weg weiter, kommt der *Dechenchoeling-Palast*, die Residenz der Königin Mutter und der *Pangri-Zampa-Tempel* mit einer für Bhutan ungewöhnlich langen Gebetsmauer.

Besuch des *Wochenmarktes (Freitagnachmittag bis Sonntagvormittag)*, der zu den wichtigen Ereignissen der Bewohner zählt. Hier findet man Yakbutter, auf Schnüren aufgefädelte Käsewürfel, Schalen aus Holz, Stoffe, Gewürze, getrockneten Fisch, Betel...

Thimpu Tshechu 9.-11.10.08

6.Tag Fahrt nach Trongsa / Fahrzeit ca. 4 Stunden

Bevor der Aufbruch in Richtung Osten erfolgt, lohnt noch der Besuch des kleinen **Textilmuseuma** mit schönen Webarbeiten und königlichen Gewändern.

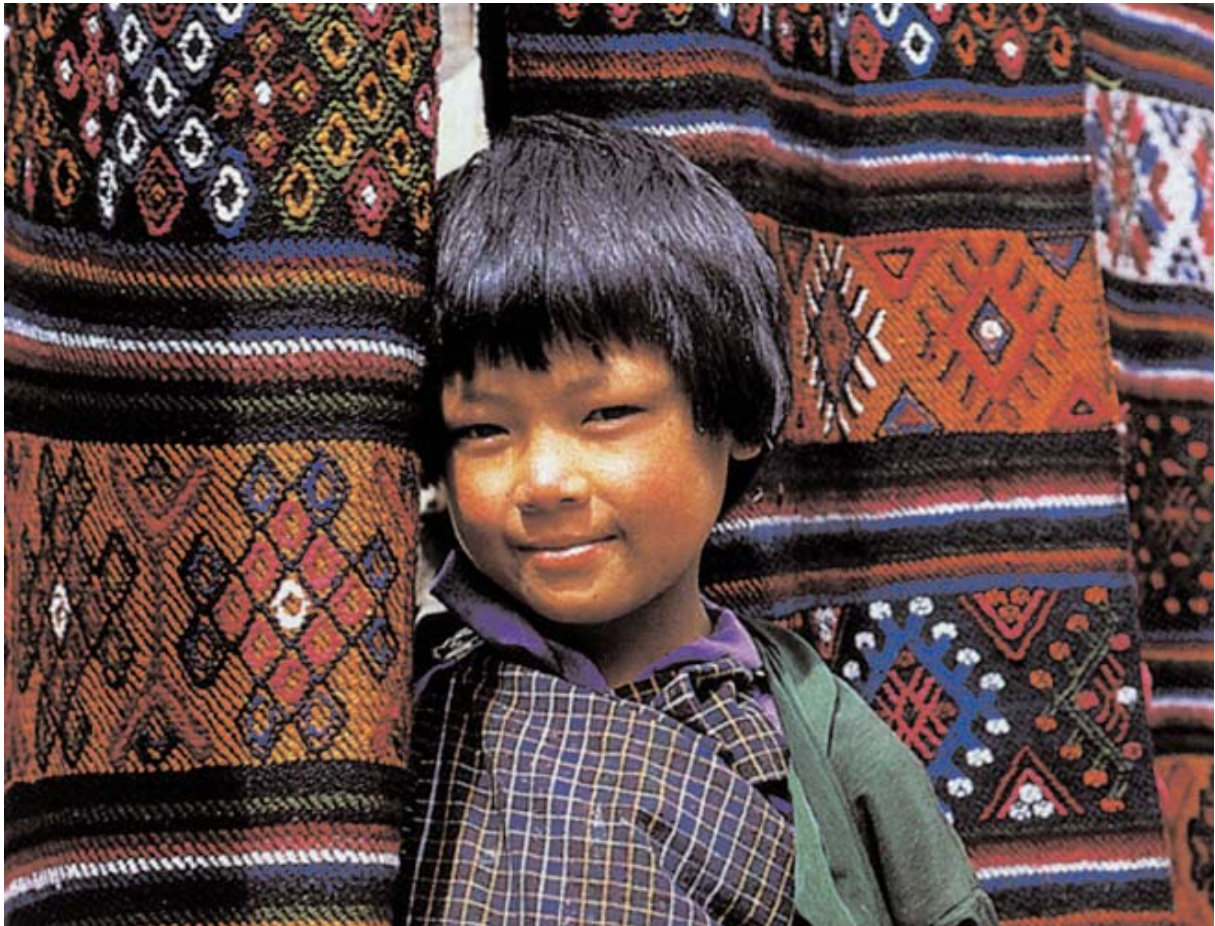
Danach Aufbruch nach *Wangdiphodrang*, einem kleinen Marktfleck mit eng aneinandergebauten Häuschen. Imposant der **Dzong**, hoch oben auf einem Bergrücken mit wunderbarer Sicht auf das Tal. Ab hier wird das Tal eng, die Besiedlung nimmt allmählich ab und die Straße windet sich in Serpentinaen über den Pele La (3300m) durch dichte Wälder mit Farnen, Flechten, Zwergbambus, Rhododendren und Magnolienbäumen bis nach Zentral-Bhutan. Kurz vor dem eigentlichen Tagesziel liegt das malerische Dorf Chendebji mit dem großen, weißgetünchten **Chendebji-Chörten**. Typisch für seinen nepalesischen Stil sind die vier aufgemalten Augenpaare, die in die verschiedenen Himmelsrichtungen blicken. Eine Inschrift auf der langen Mani-Mauer vor dem Chörten gibt Auskunft über seine Baugeschichte. Die Straße verlässt nun die Schlucht, folgt dem Tal des Mande-Flusses und führt geradewegs auf Trongsa zu.

1 Übernachtung/Vollpension in der Yankhil Lodge o.ä.

7.Tag Trongsa-Bumthang mit Chumey Tal / Fahrzeit ca. 2,5 Stunden

Vormittags Besuch des **Dzong von Trongsa**, Sitz des Kronprinzen von Bhutan. An einen Berg gelehnt und mehrere Stockwerke hoch, bedeckt er die Fläche einer Landzunge, die in die Schlucht des Mande-Flusses hineinreicht und die Straßen nach Süden und Westen überragt. Zahlreichen Innenhöfe und Tempel mit wichtigen Statuen von tantrischen Gottheiten erwarten den Besucher.

Weiterfahrt über steile Haarnadelkurven hinunter in das Bumthang-Tal, das der Überlieferung nach durch Guru Rinpoche im 8.Jhd. zum Buddhismus bekehrt wurde und Heimat des verehrten Lehrers Pema Lingpa war, auf dessen Nachkommen die gegenwärtige Dynastie ihre Abstammung zurückführt. Gut sichtbar ist der alte Palast *Domkhar Tashichoeling*, einst königliche Sommerresidenz, heute Regierungsgebäude. Einen **Halt lohnt Zugney, Heimat der bekannten Yatra-Weber**.



Yatras sind eine Spezialität Bumthangs und Rollen aus gemustertem Wollstoff, die zu Bettüberzügen, Kissenbezügen und Kleidungsstücken verarbeitet werden. Berühmt ist auch der *winzige Tempel* an der Straße, der auf den tibetischen König Songtsen Gampo (/Jhd.) zurückgehen soll. Die herrlichen Gemälde von 1978 schuf Lopen Pemala, der aus Zugney gebürtige Direktor der Nationalbibliothek.

Ankunft in Jakar, Hauptverwaltungssitz des Distriktes Bumthang am Nachmittag.

Der Distrikt Bumthang umfasst vier Täler – Chumey, Choekhor, Tang und Ura – alle zwischen 2600m und 4000m hoch. In den Tälern Chumey und Choekhor wird Landwirtschaft, in Tang und Ura im wesentlichen Yak – und Schafzucht betrieben. Die Täler sind offen und weit, die Berge sanft abfallend. Die zahlreichen Weiler und Bauernsiedlungen vermitteln ein gutes Bild vom ländlichen Leben der Region.

Je nach Unternehmungsgeist Besichtigung des elegant wirkenden *Jakar Dzongs* „Dzong des weißen Vogels“, Sitz der Distriktverwaltung und seit 1998 Kloster der Drupka-Mönche. Gründer war der Erbauer des Trongsa-Dzongs. Nicht weit davon liegt der *Jakar-Lhakhang*, einer der ältesten Tempel Bhutans. Charakteristisch sind seine Golddekorationen auf dem Dach und die hervorragenden Malereien in seinem Inneren.

3 Übernachtungen/Vollpension in BUMTHANG + 1-2 Verlängerungsnächte je nach Wunsch

8.Tag & 9.Tag Bumthang Tal

Am Morgen Bummel über den farnefrohen und lebhaften Markt. Anschließend *Wanderung zu den Klöstern Tamshing, Jambay und Kurje*, wo Guru Rinpoche den lokalen Dämonen zum Beschützer des Buddhismus bekehrte.

Tamshing wurde im 16.Jhd. von Guru Tertön Pema Lingpa gegründet, einer Wiedergeburt von Phadmasambhava. 1959 fanden tibetische Mönche aus dem Mutterkloster Lahlung hier eine Zufluchtstätte. Dieses kleine Kloster hat eine sehr friedliche Atmosphäre. Die wertvollen Gemälde im

Kloster gehören zu den ältesten und schönsten noch erhaltenen Malereien wie z.B. die 11000-Buddha- und 21-Tara-Thangka.

Kurjey Lhakhang ist einer der heiligsten Orte Bhutans, denn Guru Rinpoche hat hier einen Abdruck seines Körpers an einer Felswand hinterlassen. Der eigentliche Gebäudekomplex besteht aus drei Tempeln mit wichtigen Heiligtümern, Statuen und 108 kleine Chörten aus Stein, die den gesamten Komplex umschließen und von der Königinmutter Ashi Kesang in Auftrag gegeben wurden.

Wenn der Wunsch besteht, gelangt man in einer halbstündigen angenehmen Wanderung zum *Thangbi-Lhakhang*. Geschützt von einem Wäldchen und umgeben von Häusern ist es hier geradezu idyllisch. Von Kurje führt eine Asphaltstraße zum *Kloster Jampay*, dem Tempel des zukünftigen Buddhas. Das wichtigste Gemälde des Tempels zeigt eine dunkelblaue Gottheit mit 32 Armen und mit einem gelben und roten Bein in Vereinigung mit seiner orangefarbenen Gefährtin.

Tangbi Mani Fest

13.-15.10.08

Jakar Tsechu

06.-09.11.08

Jambay Lakhang Fest

13.-15.11.08

Alle Feste im Bumthang Tal sind bisher kaum von Touristen besucht und somit noch sehr ursprünglich. Die Pilger kommen aus den abgelegenen Tälern und Bergdörfern, um die Tänze und Segnungen zu erleben. Der wichtigste Tag ist immer der letzte Tag mit dem Entrollen des heiligen Tangkha frühmorgens bei Sonnenaufgang.

Jambay Lakhang Drupchen ist das schönste Fest von allen.



10.Tag Bumthang-Punakha / Fahrzeit ca. 6,5 Stunden

Am frühen Morgen Aufbruch in Richtung Zentral-Bhutan. Über Trongsa geht es die Ost-Weststraße zurück zu einer kleinen Kreuzung, von wo es dann in ein Seitental nach Punakha abgeht.

Kurzer Weg zum *Chimi Lhakhang*, der exponiert auf einem Hügel steht. Er wurde 1499 durch den Lama Drukpa Kuenley erbaut und bis heute von kinderlosen Frauen besucht um Segnungen und gute Wünsche zu erhalten.

Weiterfahrt hinunter ins Tal, wo der mächtige *Punakha Dzongs*, Winterresidenz des Mönchsrates und einstige Hauptstadt liegt. Völlig untypisch wurde er nicht auf einem Hügel, sondern am Zusammenfluß von Pho Cho und Mo Cho vor ca. 400 Jahren vom Staatsgründer Shabdrung Ngawang Namgyal errichtet.

1 Übernachtung/Vollpension Meri Puen Sum Resort etwas außerhalb von Punakha

Alternativ: Bumthang-Gangtey / Fahrzeit ca. 4,5 Stunden

Fahrt Weiterfahrt durch Zentralbhutan. Serpentine führen über hohe Pässe, durch Rhododendronwälder und tief eingeschnittene Täler in das breite Phobjikha-Tal (3000 Meter), eines der wenigen Gletschertäler Bhutans und Wahlheimat der seltenen Schwarzhalskraniche.

Besuch des **Kranich-Informationszentrum** und Einblick in die Arbeit. Besichtigung des **Gantey-Klosters**, das sich auf einem Hügel über dem Talboden erhebt. Es ist eines der großen alten Schul-Klöster unter der Leitung der 9.Reinkarnation des Gantey Tulku. Den Tempel zieren Gemälde mit Mandalas, ein Lebensrad sowie ein seltenes Bild des mythischen Landes Shambala.

1 Übernachtung/Vollpension Dewachen Lodge

+ weitere Übernachtungen falls man 1-2 Wandertage im Gangtey Tal unternehmen möchte

11.Tag Punakha-Paro / Fahrzeit ca. 4,5 Stunden

Am Vormittag verlassen Sie Punakha. Vorbei an Thimpu geht die Fahrt nach Paro, Ihrer letzten Reisestation. Unterweg kurzer Halt bei den drei kleinen **Chörten von Chuzom**, welche die für das Land charakteristischen Bauweisen widerspiegeln: die nepalische, tibetische und bhutanesischen. Ankunft am frühen Nachmittag in Paro.

Nachmittags Spaziergang zum **Königspalast Ugyen Pelri**, 1930 vom Paro-Penlop erbaut und über die **kleine Hauptstraße** von Paro mit ihren bunt bemalten Häusern und kleinen Krämerläden.

Fahrt zum **Dungtse-Lhakang**, der an der Straße zum Nationalmuseum steht. Bemerkenswert ist die Bauweise als achteckiger Chörten – der einzige dieser Art in Bhutan – und angelegt als ein dreidimensionales Mandala. Die drei Stockwerke entsprechen den verschiedenen Ebenen der Einweihung und führen schrittweise höher zum Herzen des Mandala. Die außergewöhnlichen Malereien sind von großer künstlerischen Qualität und ein unvergleichliches Beispiel für die Ikonographie des Drukpa-Kagyupa-Schule. Im Anschluß Führung durch das angegliederte **Nationalmuseum**. Erläuterungen über die Bedeutung der Religion in der bhutanesischen Gesellschaft.

2 Übernachtungen/Vollpension GANTEY PALACE o.ä.

12.Tag Wanderung zum Kloster Taktsang/Tigernest

Fahrt zum verehrten **Kloster Taktsang** (Tigernest), wo der Sage nach Guru Rinpoche, der Schutzheilige Bhutans, fliegend auf dem Rücken einer Tigerin, landete. Aufstieg zum Aussichtspunkt, der einen ersten Blick auf das Kloster ermöglicht. Kurze Verschnaufpause. Dann geht es weiter bis zum Kloster. Besichtigung der Innenräume. (Sondergenehmigung erforderlich). Rückkehr ins Tal am Nachmittag.

13.Tag Flug Paro-Kathmandu-Europa

Transfer zum Flughafen. Morgens Abflug mit Druk Air nach Kathmandu. Je nach Flugtag Weiterflug am Abend mit Qatar Airways via Doha nach Frankfurt.

Reisepreis ab/bis Kathmandu:

Langstreckenflug Frankfurt-Kathmandu-Frankfurt

Flughafensteuern

ca. €2.520,-/Person

auf Anfrage

ca. € 172,-/Person

Preisänderungen vorbehalten;

Im Reisepreis enthalten sind:

- 2 Übernachtungen/Frühstück im 4* Hotel in Kathmandu
- Besichtigungen lt. Programm mit örtlicher, deutschsprachiger Reiseleitung
- **Linienflug mit Druk Air Kathmandu-Paro-Kathmandu inkl. Flughafensteuern**

- 9 Übernachtungen/volle Verpflegung in Bhutan in landesüblichen 3*Hotels /einfach, aber sauber; Zimmer mit Dusche/WC Mittagessen unterwegs in einem einheimischen Lokal
- alle Transfers, Transporte, Besichtigungen lt. Programm
- englischsprachige Reiseleitung ab Ankunft bis Abflug
- Teilnahme an einem Tempelfest je nach Reisezeit
- alle erforderlichen Eintrittsgebühren und Sondergenehmigungen
- 15% Government Tax, bhutanische Tourismussteuer, Tourism-Development-Fund
- Visagebühr und Visabesorgung Bhutan
- Sicherungsschein, ausführliche Reiseunterlagen

Nicht eingeschlossen sind:

Trinkgelder, persönliche Ausgaben, Langstreckenflug/Flughafensteuern, Ausreisesteuern, zusätzliche Übernachtungen in Kathmandu, Bhutan (organisieren wir gerne auf Wunsch), Reiseversicherungen (Reiserücktritt, Krankenversicherung), nicht erwähnte Mahlzeiten während des Aufenthaltes in Kathmandu;

Alternative Einreisemöglichkeiten nach Paro/Bhutan:

Flug ab/bis Bangkok (via Kalkutta) mit Druk Air

Flug ab/bis Delhi (via Kathmandu) mit Druk Air

Ausreise auf dem Landweg (nur auf Anfrage möglich) via Südost Bhutan nach Ghauhati/Indien