



ASIEN: BHUTAN

## BHUTAN - KLOSTERFEST UND TIGERNEST

> Wanderungen: 5 x leicht (2 - 4 Std.), 2 x moderat (5 - 6 Std.)

Bei jedem Termin mit buddhistischen Mönchen ein Klosterfest feiern

Hinauf zum an einer Felswand bei Paro thronenden Tigernest-Kloster wandern

Zusammen mit Hindu-Pilgern den Kamakhya-Tempel in Guwahati besuchen

In der Hauptstadt Thimphu den gewaltigen Tashichho Dzong bestaunen

Zwischen bunten Gebetsfahnen und 108 Stupas den Blick vom Pass Dochu La genießen

Im Kloster Pema Choling gemeinsam mit Nonnen an einer Gebetszeremonie teilnehmen

Wie ein Zwerg, der von zwei Riesen umarmt wird, liegt das Königreich Bhutan eingebettet zwischen China und Indien. Es ist klein - aber dabei größer als man denkt. Abgesehen von der Tiefebene an der indischen Grenze im Süden ist nämlich der Großteil des Landes von den gewaltigen Gebirgszügen des Vorderhimalaya geprägt und wir nähern uns der imposanten Bergwelt auf einer ungewöhnlichen Route. Zur spirituellen Einstimmung besuchen wir noch in Indien den Kamakhya-Tempel hoch über Guwahati. Dann sind wir gerüstet das Land des Donnerdrachen zu erkunden. Gleich nach der Grenze säumen tiefgrüne Reisterrassen die Straßen, später dichte Wälder und irgendwann sind nur noch Berge zu sehen. Gebetsfahnen flattern im Wind und die kräftigen Farben der Stoffe lassen die Berge im Hintergrund fast verblassen. Wir wandern durch die stillen Täler, über Blumenwiesen, folgen den rauschenden Flussläufen und steigen zu den abgelegenen Bergdörfern hinauf. Wir plaudern mit den Mönchen, beobachten die Bauern bei ihrer Arbeit und lernen den Alltag der Menschen kennen. In den Klosterburgen erfahren wir, wieso ein Tigerweibchen ein Kloster gründen kann, warum ein Gott der Barmherzigkeit elf Köpfe benötigt und weshalb die Gebetsmühlen nur im Uhrzeigersinn mahlen. Dabei wird klar, dass es im Grunde nur um eines geht: Glück! Immerhin ist das in Bhutan auch staatlich verordnet - vom König persönlich. Und das Beste: Bei jedem Termin wird so richtig gefeiert. Zwar wechselt das Kloster der Feierlichkeiten, aber egal wo die Menschen zusammen kommen, die Freude der Bhutaner ist einfach mitreißend.



## REISEDETAILS

### 1. Reisetag: Tag 1 Anreise nach Indien

Flug nach Delhi mit Ankunft am nächsten Tag.

### 2. Reisetag: Tag 2 Ankunft in Delhi

Vormittags Ankunft in Delhi. Transfer zum Hotel nahe dem Flughafen. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Es empfiehlt sich eine Besichtigung der Sehenswürdigkeiten im Zentrum Delhis. Zu Abend essen wir im Hotel.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Fahrstrecke: von 10 km - bis 10 km

### 3. Reisetag: Tag 3 Flug nach Guwahati und Bootsfahrt zur Insel Umanada

Nach einem frühen Frühstück fahren wir zum Flughafen und fliegen nach Guwahati, der Hauptstadt des indischen Bundesstaats Assam im Nordosten des Subkontinents. Nach dem Check-in in unserem Hotel, unternehmen wir am Nachmittag eine Bootsfahrt zur Insel Umanada im Fluss Brahmaputra und haben Zeit für einen Spaziergang durch die bunten Marktstraßen der Stadt.

Fahrzeit: von 1 Std. - bis 1 Std.

Fahrstrecke: von 25 km - bis 25 km

### 4. Reisetag: Tag 4 Fahrt nach Samdrup Jongkhar - Willkommen in Bhutan!

Am Morgen besuchen wir den hinduistischen Kamakhya-Tempelkomplex auf dem Nilachal-Hügel über der Stadt. Wir folgen den Pilgerströmen und tauchen zwischen unzähligen Verkaufsständen mit Devotionalien, auf den Treppen sitzenden Sadhus und Glöckchenklang hautnah in den faszinierenden Tempelalltag Indiens ein. Danach brechen wir auf in Richtung Bhutan. Wir fahren durch die Brahmaputraebene in Richtung Grenze, die wir am Nachmittag überqueren: willkommen im Land des Donnerdrachen! Unser erstes Ziel: das Städtchen Samdrup Jongkhar direkt hinter der Grenze. Und gleich zu Beginn fällt uns auf: In Bhutan ist vieles anders. Buddhistische Klöster statt Hindutempel, ruhige Gelassenheit statt indischer Trubel. Und es wird noch sehr auf traditionelle Kleidung geachtet. Männer in knielangen Ghos und Frauen in Kiras gehören zum Alltagsbild in dem Land, in dem Lebensqualität in Form von „Bruttosozialglück“ gemessen wird. Zum Abendessen werden uns heute – wie auch in den nächsten Tagen – typisch bhutanesishe Gerichte aufgetischt. Besonders lecker: Ema Dashi – eine Art Chili-Käse-Stew.

Fahrzeit: von 4 Std. - bis 4 Std.

Fahrstrecke: von 110 km - bis 110 km

## **5. Reisetag: Tag 5 Fahrt nach Trashigang**

Heute startet unsere Bhutan-Querung - auf dem Landweg durch das Himalaya-Königreich - von der Grenze zu Assam im Südosten bis nach Paro im Westen Bhutans. Und es geht gleich hinauf ins Bergland: Auf kurviger Strecke erreichen wir mit dem Bus am Nachmittag Trashigang, die größte Stadt in Ostbhatan. Malerisch am Hang gelegen erhebt sich der Dzong, eine der buddhistischen Klosterburgen - typisch für Bhutan. Früher weitgehend nur den Einheimischen vorbehalten, öffnen sie heute auch für Reisende wie uns ihre Tore, und wir tauchen tief ein in eine mystische Welt zwischen farbenprächtigen Wandmalereien, flackernden Butterlämpchen und dem Klingeln sich drehender Gebetsmühlen.

Fahrzeit: von 9 Std. - bis 9 Std.

Fahrstrecke: von 180 km - bis 180 km

## **6. Reisetag: Tag 6 Besuch des Gom Kora-Klosterfestes**

Dieser Tag steht ganz im Zeichen des Gom Kora-Festivals. Zur Festzeit strömen die Menschen aus den Tälern des Umlands in Festtagskleidung zum schön gelegenen Tempel Gomphu Kora etwa 20 km von Trashigang entfernt. Frauen und Mädchen tragen bunten Familienschmuck. Mönche und Laien in farbigen Kostümen treten mit Masken auf, die Götter, Dämonen und legendäre Gestalten darstellen. Die Bewegungen der Tänzer sind bis ins kleinste Detail festgelegt, ihre oft schreckenerregenden Masken entsprechen dem Thema der meist spannungsgeladenen Tanzdramen: Zerstörung der bösen Kräfte und Sieg über das Chaos. Dämonen werden abgewehrt, die Kräfte symbolisch durch die Schwerter der Tänzer und durch den Trommelklang zerstört oder vertrieben. Spaßmacher lockern mit grotesken Darbietungen die feierliche Stimmung des Festes durch übermütige Scherze auf. Wir werden Zeugen der verschiedenen Rituale und beobachten die Gläubigen beim Umrunden des heiligen Felsens und der Meditationshöhle von Gom Kora. Am Nachmittag fahren wir zurück nach Trashigang und besuchen den dortigen Dzong.

Fahrzeit: von 1.5 Std. - bis 1.5 Std.

Fahrstrecke: von 46 km - bis 46 km

## **7. Reisetag: Tag 7 Thangka-Zeremonie am Gom Kora und Fahrt nach Mongar**

Am frühen Morgen fahren wir nochmals nach Gom Kora, da heute der letzte Tag des Festivals und damit die feierliche Thangka-Zeremonie ansteht, bei der das Thongdrol, ein riesiges aus mehreren Schichten von Seide bestehendes Rollbild mit religiösen Abbildungen, ausgerollt wird. Das Gemälde darf nicht von den direkten Sonnenstrahlen getroffen werden, daher kann es gegen 3 Uhr morgens entfaltet und um 7:30 Uhr wieder aufgerollt werden. Das bloße Betrachten des entfalteten Thongdrel soll den Betrachter der Sünde reinigen. Begleitet wird die Zeremonie von einer Reihe von religiösen Tänzern. Nach dem Abschluss des Festivals fahren wir nach Mongar.

Fahrzeit: von 7 Std. - bis 7 Std.

Fahrstrecke: von 150 km - bis 150 km

## **8. Reisetag: Tag 8 Fahrt nach Bumthang**

Ein längerer Fahrttag liegt heute vor uns. Auf serpentinenreicher Straße kurven wir vom tiefsten Punkt der Strecke auf 570 m Höhe hoch ins Bergland Zentralbhutans – die Wälder werden dichter, die Temperaturen kühler, und so mancher Gebirgsbach rauscht die Hänge hinab. Am Pass Thrumshing-La auf 3.750 m wehen die Gebetsfahnen im Wind und bei klarem Wetter ist ein weiter Blick auf die Himalaya-Riesen im Norden möglich. Wenn wir Glück haben, erspähen wir sogar den Gipfel des Gangkar Phuensum, mit 7.570 Metern Höhe Bhutans höchster Berg und gleichzeitig auch der höchste bisher nie bestiegene Gipfel der Erde. In Bumthang angekommen richten wir uns in unserem Hotel ein.

Fahrzeit: von 9 Std. - bis 9 Std.

Fahrstrecke: von 200 km - bis 200 km

## **9. Reisetag: Tag 9 Fahrt ins Tang-Tal, Besuch des Ogyen Choling Museum und des Nonnenklosters Pema Choling sowie Wanderung in Richtung Chamkhar-Tal**

Unser heutiges Ziel ist das entlegene Tang-Tal. Hier werden Schafe und Yaks gezüchtet. Farmer bauen Kartoffeln an. Wir besuchen das Ogyen Choling Museum auf einem Hügel mit schöner Aussicht auf das Tal und die umliegenden Berge. Das Museum behandelt die Geschichte Bhutans und stellt alte Trachten, Schriften und Schwerter aus. Auf dem Weg zurück nach Bumthang fahren wir zum Nonnenkloster Pema Choling. Hier leben Nonnen im Alter von 8 bis 45 Jahren, die ihr Leben Gebeten und buddhistischen Studien widmen. Wir nehmen an einer Zeremonie zur Reinigung des Geistes teil. Nach dem Mittagessen begeben wir uns auf eine leichte Wanderung in Richtung Chamkhar-Tal, bevor wir nach Bumthang zurückkehren.

Fahrzeit: von 2.5 Std. - bis 2.5 Std.

Gehzeit: von 2 Std. - bis 3 Std.

Fahrstrecke: von 48 km - bis 48 km

Höhe: Aufstieg 200 Hm - Abstieg 350 Hm

## **10. Reisetag: Tag 10 Fahrt ins Phobjikha-Tal nach Gangtey**

Wir fahren weiter ins Phobjikha-Tal. Auf der Strecke überqueren wir den Pass Yutong La und stoppen in Trongsa. Vom Wachturm Ta Dzong lässt sich ein grandioser Blick auf den darunter gelegenen Trongsa Dzong genießen. Nach dem Mittagessen setzen wir unsere Fahrt fort und erreichen das Dorf Longmey, von wo aus wir eine Wanderung auf dem Naturpfad von Gangtey unternehmen. Wir folgen einem abfallenden Pfad, der uns durch hoch aufragende Büsche aus Jadebambus führt. Am Ende der Bambus-Enklave befindet sich eine kleine Gruppe von Dorfhäusern, die im typischen bhutanischen Stil erbaut wurden und über erhöhte Plattformen, kunstvoll geschnitzte Holzfensterläden und gewölbte Dächer verfügen. Danach steigen wir durch uralten Rhododendronwald und hoch aufragenden Bäumen auf und erreichen einen Aussichtspunkt mit freiem Blick auf das Tal. Vom Dorf Kumbu fahren wir zu unserem Hotel.

Fahrzeit: von 5 Std. - bis 5 Std.

Gehzeit: von 2 Std. - bis 3 Std.

Fahrstrecke: von 190 km - bis 190 km

Höhe: Aufstieg 400 Hm - Abstieg 545 Hm

## **11. Reisetag: Tag 11 Besuch der Gangtey Gompa und Wanderung entlang des Bergrückens von Phobjikha**

Am Morgen fahren wir zur Gangtey Gompa, einem Kloster aus dem 17. Jahrhundert mit Blick auf die üppigen Hügel des Phobjikha-Tals. Teil des Klosterkomplexes sind ein zentrales Kloster, ein Meditationssaal, eine Schule, Mönchsunterkünfte und ein Innenhof. Nach der Besichtigung unternehmen wir eine Wanderung auf einem Naturpfad entlang des Bergrückens von Phobjikha. Der Weg verläuft sanft und einfach durch Pinienwälder und hält sich die ganze Zeit entlang des Bergrückens. Zur Mittagszeit stärken wir uns bei einem Picknick und wandern danach weiter vom Tempel Khewang Lhakhang nach Khebethang, wo wir eines der lokalen Bauernhäuser besuchen können, um einen Einblick in die Lebensweise in diesen abgelegenen Gemeinden von Bhutan zu erhalten. Bergab erreichen wir eine Holzbrücke und folgen einem Feldweg bis nach Tabeding. Dort befindet sich ein Kranichzentrum mit Informationen zu hier im Tal überwinternden Schwarzhalskranichen und wie die Gemeinde im Einklang mit diesen verehrten Vögeln leben. Fahrzeit: von 4 Std. - bis 4 Std.

Gehzeit: von 2 Std. - bis 3 Std.

Fahrstrecke: von 68 km - bis 68 km

Höhe: Aufstieg 100 Hm - Abstieg 200 Hm

## **12. Reisetag: Tag 12 Fahrt nach Punakha und Besuch des Tempels Chimi Lhakhang sowie des Nonnenklosters Wolakha**

Wir verlassen das Phobjikha-Tal. Über den Pass Pele La erreichen wir den Ort Wangdi und von dort geht es weiter talaufwärts Richtung Punakha. Wir unternehmen einen Spaziergang zum Chimi Lhakhang, einem kleinen Tempel. Dieser ist Drukpa Kunley gewidmet. Er ist einer von Bhutans beliebtesten heiligen Männern, trotz - oder wegen - seiner respektlosen Methoden, vor etwa 500 Jahren den Dharma zu lehren. Das Tal ist mit Spuren seines Einflusses übersät, und die Dorfbewohner erzählen immer noch begeistert von den Legenden seiner Heldentaten. Auf dem Hügel gegenüber liegt das Nonnenkloster Wolakha, welchem wir ebenfalls einen Besuch abstatten. Uns bietet sich ein schöner Blick auf die umliegenden Täler und wir haben die Möglichkeit am Alltag der Nonnen teilzuhaben. Sie beschäftigen sich neben ihren täglichen buddhistischen Studien und Meditationen auch mit der Thangka-Malerei.

Fahrzeit: von 3.5 Std. - bis 3.5 Std.

Fahrstrecke: von 78 km - bis 78 km

### **13. Reisetag: Tag 13 Wanderung zum Khamsum Yulley Namgyal Chörten und Besuch des Punakha Dzong**

Am Morgen wandern wir zum Dorf Hebisa und dem Khamsum Yulley Namgyal Chörten. Das Bauwerk verfügt über mehrere Ebenen, von denen jede dicht mit Schutzgottheiten besetzt ist. Auf der obersten Etage befindet sich eine Dachterrasse mit spektakulärem Blick auf das Tal. Zurück im Dorf Hebisa nehmen wir den Pfad entlang des Ufers des Mochhu-Flusses bis zur Changyul-Brücke, von wo aus wir abgeholt werden und zu einer schönen Picknickstelle fahren. Den Nachmittag widmen wir dann dem beeindruckenden Punakha Dzong, der am Zusammenfluss der Flüsse Mo und Po (oder „Mutter“ und „Vater“) steht. Die massive Festung beherbergt einige der heiligsten Relikte des Landes. Am Abend kehren wir zu unserer Unterkunft zurück.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Gehzeit: von 3 Std. - bis 4 Std.

Fahrstrecke: von 10 km - bis 10 km

Höhe: Aufstieg 150 Hm - Abstieg 150 Hm

### **14. Reisetag: Tag 14 Fahrt über den Pass Dochu La nach Thimphu**

Auf unserer Fahrt nach Thimphu überqueren wir den wunderschönen Pass Dochu La (3.000 m), der von vielen Gebetsfahnen und 108 Stupas geschmückt ist. Wir haben Zeit die fabelhafte Aussicht zu genießen und brechen dann auf eine Wanderung zum Tempel Lungchutse Lhakhang (3.600 m) auf. Wir folgen dem Pfad bergauf, dann hinunter und wieder hinauf durch einen Wald aus Birke und Rhododendren. Der Weg folgt der Nordseite des Bergrückens über kleine Wiesen für Yakhirten. Vom Tempel aus geht es weiter bis zur Tashigang Gonpa - einem hübschen, kleinen Kloster auf ca. 3.200 m. Von hier aus fahren wir nach Thimphu. Am späten Nachmittag besuchen wir das Nationale Textilmuseum, in dem Bhutans feinste Webereien und Brokate ausgestellt sind. Am Abend haben wir Zeit durch die Stadt zu schlendern. Thimphu ist die Heimat der Regierung und der königlichen Familie Bhutans. Zudem ist es vielleicht die einzige Hauptstadt der Welt ohne Ampel.

Fahrzeit: von 2.5 Std. - bis 2.5 Std.

Gehzeit: von 2 Std. - bis 3 Std.

Fahrstrecke: von 70 km - bis 70 km

Höhe: Aufstieg 650 Hm - Abstieg 300 Hm

### **15. Reisetag: Tag 15 Wanderung zum Kloster Phajoding und Fahrt nach Paro**

Nachdem wir am Morgen der Buddha Dordenma-Statue einen Besuch abgestattet haben, wandern wir hinauf zum Kloster Phajoding und genießen den Blick auf das Thimphu-Tal. Zum Mittagessen sind wir zurück in Thimphu. Am späten Nachmittag fahren wir entlang der Flüsse Wangchu und Pachhu nach Paro. Bei einem kleinen Spaziergang am Abend lernen wir die Stadt im Westen Bhutans mit ihren kleinen Gassen und bunt bemalten Geschäften kennen.

Fahrzeit: von 3.5 Std. - bis 3.5 Std.

Gehzeit: von 5 Std. - bis 6 Std.

Fahrstrecke: von 85 km - bis 85 km

Höhe: Aufstieg 880 Hm - Abstieg 880 Hm

## 16. Reisetag: Tag 16 Wanderung zum Kloster Taktshang

Weiter hinein ins Paro-Tal führt uns eine kurze Busfahrt zum Startpunkt unserer heutigen Wanderung. Hoch oben lässt sich unser Wanderziel an der Felswand schon erkennen: das berühmte Kloster Taktshang – weltweit eher bekannt als „Tigernest“. Auf steilem Weg erklimmen wir eine gebetsfahnumflatterte Aussichtsplattform mit spektakulärem Postkartenblick auf die sich an die Felswand klammernde Klosteranlage, und wer nicht ganz mit hinauf möchte, kann auch vom unterhalb liegenden Restaurant aus das Kloster bewundern. Eine kleine Schlucht trennt uns noch vom Kloster – und nach einigen Felstrepfen stehen auch wir auf der Terrasse einer der heiligsten Stätten des Landes hoch über dem Paro-Tal. Nach dem Abstieg auf gleichem Weg fahren wir zum Mittagessen zurück nach Paro. Danach besichtigen wir den Dzong von Paro und gehen von dort direkt zu Fuß ins Zentrum des Städtchens, um noch letzte Einkäufe in Bhutan zu tätigen.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Gehzeit: von 4 Std. - bis 5 Std.

Fahrstrecke: von 20 km - bis 20 km

Höhe: Aufstieg 900 Hm - Abstieg 900 Hm

## 17. Reisetag: Tag 17 Flug nach Delhi

Am Morgen fahren wir zum Flughafen von Paro und fliegen nach Delhi. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Am Abend treffen wir uns zu einem Abschiedsdinner.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Fahrstrecke: von 10 km - bis 10 km

## 18. Reisetag: Tag 18 Rückflug nach Deutschland

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Fahrstrecke: von 10 km - bis 10 km

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
27.12.2019	14.01.2020	X	4.798 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > Hauser-Reiseleitung ab/bis Deutschland
- > Flug mit Nacil Air India ab/bis Frankfurt nach New Delhi
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > Inlandsflug mit Air India ab Delhi nach Guwahati
- > Inlandsflug mit Druk Air ab Paro nach Delhi
- > Übernachtung 16 x in Mittelklassehotels
- > 16 x Frühstück, 13 x Mittagessen, 16 x Abendessen
- > Reisekrankenschutz inkl. Such-, Rettungs- und Bergungskosten und Krankenrücktransport sowie 24 Std. Notrufservice

## ZUSATZLEISTUNGEN

- > Einzelzimmerzuschlag 475,00 € (0 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (475 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (475 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (475 €)

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Visagebühren (Zweifach-Visum für Indien)
- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 100,00 €)
- > Trinkgelder und Spenden
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 9

Maximalanzahl von Personen: 14

## ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

**atmosfair**



**NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen!** Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Bhutan entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **4710 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **110 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 28 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 28 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.