

MENLA NEWS 11

Bhutan Pilgerreise 2019



„Lama Longdrel und Claude während der Pilgerreise in Bhutan im 2017.“

Mit grosser Freude dürfen wir Euch mitteilen, dass **Lama Longdrel und seine Frau Yeshi** im Juni 2019 eine 15-tägige Pilgerreise nach Bhutan organisieren und leiten. Lama Longdrel hat über viele Jahre hinweg gemeinsam mit uns Retreats geleitet und Medizinbuddhamandalas veranstaltet. Er lebt in Paris und Thimphu. **Die Gruppenreise startet am 16.6. und endet am 30.6.2019.** Diese Reise bietet eine ausserordentliche Gelegenheit, den in Bhutan gelebten Buddhismus hautnah zu erleben und zu praktizieren. Die Reise beinhaltet u.a. die **Teilnahme am grossen Vajra**

Kilaya Drubchen (Dorje Phurba) in Bumthang, die vom **Fünften Padtselling Tulku, Pema Kunzang Tenzin Jamtsho**, (siehe Foto) geleitet wird (Dharma Zentrum: www.padtselling.com)

Gerne stellen wir Euch hier das **detaillierte Programm** vor:

15.6.2019 (spätestens) **individuelle Ankunft in Bangkok.**

Tag 1: 16.6.2019

Anreise von Bangkok nach Paro.

Während des Fluges nach Paro geniessen Sie einen atemberaubenden Ausblick auf die Bergketten des Himalayas. Die Landung inmitten der Berge in Paro ist spektakulär und die schöne Landschaft kann bestaunt werden.

Am Flughafen werden Sie von unserer Agentur abgeholt und zum Hotel begleitet.

Nach dem Mittagessen werden wir das Nationalmuseum, den Paro Rimpong Dzong, der 1646 erbaut wurde, besuchen.

Übernachtung in Paro (2240m) im Khangkhu Resort (www.khangkhuresort.com).



„Padtrul Rinpoche, der im Sommer 2018 die Retreats in Assisi und Luzern geleitet hat.“



„Eisenbrücke,
erbaut von
Thangtong
Gyalpo“

Tag 2: 17.6.2019

Paro Tal, 40km, 1h Fahrt

Morgens Fahrt zum Chele La Pass (3988m), einem der höchsten Pässe des Landes. Danach Besuch des Kila Goenpa Nonnenkloster, Zeit zum Austausch und für Meditation im Tempel. Rückfahrt nach Paro fürs Mittagessen. Nachmittags Besuch des Kyichhu Lhakhang, Tempel aus dem 7. Jh. Man glaubt, dass dieser Tempel vom Tibetischen König, Songtsen Goenpo, erbaut wurde. Zeit für Meditation in einem der ältesten Tempel Bhutans. Auf dem Rückweg halten wir beim Duntse Lhakhang, Tempel aus dem 15. Jh. Er wurde vom tibetischen Lama Thangtong Gyalpo erbaut, der auch als der „Eisenbrücken Erbauer“ bekannt ist.

Abends können Sie ein traditionelles Hot Stone Bad und lokales Essen genießen.

Übernachtung in Paro (2240m) im Khangkhu Resort (www.khangkhuressort.com).

3. Tag: 18.6.2019

Paro - Thimphu, 63km, 2h Fahrt

Auf der Fahrt nach Thimphu Halt beim Tachhogagang Tempel und Wanderung zur Eisenbrücke aus dem 14. Jh., die von Thangtong Gyalpo, einem grossartigen buddhistischen Poeten und Ingenieur, erbaut wurde.

Besuch des traditionellen Spitals in Thimphu. Danach schauen wir uns die Kunstschule an, das Lernzentrum für bhutanesisches Kunst und Handwerk. Insgesamt 13 verschiedene Künste können hier erlernt werden!

Im Zoo schauen wir uns das Nationaltier, den Takin, an. Diese Tiere leben normalerweise überhalb 3000m und sind sehr selten zu finden.

Abend in Thimphu (2330m), Übernachtung im Tashi Yoedling Hotel (<http://www.tashiyoedling.com>).

Tag 4: 19.6.2019

Tango Buddhistische Universität

40min Fahrt und 1h Wanderung hinauf zum berühmten Tango Kloster. Rhododendronbüsche und Gebetsfahnen säumen unseren Weg, Äffchen turnen beim Kloster in den Bäumen herum. Retreathöhlen und -häuser können besichtigt werden.

Auf dem Rückweg Besuch der grössten Buddhastatue oberhalb Thimphus, atemberaubender Ausblick auf die Stadt.

Übernachtung im Tashi Yoedling Hotel (<http://www.tashiyoedling.com>) in Thimphu (2330m).



„Auf dem Fussweg hinauf zum Tango Kloster“



„Grösste Buddhastatue oberhalb von Thimphu“

Tag 5: 20.6.2019

Frühmorgens Fahrt nach Paro und Flug nach Bumthang (2660m) in Zentralbhutan. Der Flug dauert ca. eine halbe Stunde und ermöglicht einen spektakulären Ausblick auf die Berglandschaft.

In Bumthang besichtigen wir den Jambay Lhakhang, der dem künftigen Buddha Maitreya gewidmet ist.

Weiter schauen wir uns den Kurjey Lhakhang an. Dies ist der Ort, den Guru Rinpoche im 8. Jh. bei seiner ersten Reise nach Bhutan als erstes besuchte. Man kann seine Meditationshöhle besichtigen, wo er auch Körpereindrücke hinterlassen hat.

Nachher gehen wir weiter zum Tamshing Lhakhang, der ganz alte und einzigartige Malereien besitzt.

Übernachtung in Bumthang (2660m) im Gongkhar Guesthouse.

Tag 6: 21.6.2019

Bumthang Tal

Wir besuchen ein pittoreskes Dorf namens Ura, in dem vor allem Mönche und Nonnen leben. Weiterfahrt zum Thrimshingla Pass (3700m), wo wir die wunderschöne Aussicht auf die Schneeberge geniessen. Wasserfälle, traditionelle Dörfer und viele Vögel begleiten unsere Rückfahrt.

Übernachtung in Bumthang (2660m) im Gongkhar Guesthouse.

Tag 7 und 8: 22. und 23.6.2019

Diese zwei Tage sind der **Teilnahme am grossen Vajra Kilaya Drubchen (Dorje Phurba)** in Bumthang, die vom **Fünften Padtselling Tulku** geleitet wird, gewidmet. Dies ist ein einzigartiges Festival und nur wenige Touristen hatten bisher Zugang zu dieser heiligen Stätte. Es ist ein grosses Privileg für uns, den Segen dieser Zeremonie erhalten zu dürfen.

Übernachtung in Bumthang (2660m) im Gongkhar Guesthouse.

Tag 9: 24.6.2019

Wir fahren durch verschiedene traditionelle Dörfer, u.a. Prakar und Zugney. Dort schauen wir uns die farbenfrohe Wollverarbeitung an. Schliesslich kommen wir in Trongsa an, das einst Bhutans Hauptstadt war, wo wir verschiedenste Sehenswürdigkeiten besichtigen, 3h Fahrt, Zeit für Meditation.

Übernachtung in Trongsa (2200m), <http://www.yangkhil.bt>

Tag 10: 25.6.2019

Gletschertal Phobjikha

Wir fahren los Richtung Phobjikha, unterwegs halten wir bei der Chendipji Stupa, die aussieht wie die berühmte Boudhanath Stupa in Kathmandu. Das Phobjikha Tal selbst ist bekannt für die vielen Schwarzhalskraniche, eine äusserst seltene Vogelart. Wir werden die Gangtey Gompa besuchen, eines der ältesten Nyingmapa Klöster, 4h Fahrt.

Übernachtung im Gangtey Resort (3000m), <http://www.gangteylodge.com/>



„Kloster Taktshang, auch bekannt als das Tigernest“

Tag 11: 26.6.2019

Wir reisen weiter nach Punakha, die Fahrt dauert ca. 3h, wir durchqueren Wälder aus Rhododendron und Wiesen mit wunderschönen Wildblumen, die Vegetation ist äusserst vielfältig, bis wir schliesslich das subtropische Punakha Tal erreichen. Punakha war bis 1955 Hauptstadt Bhutans. Wir besichtigen den Punakha Dzong, eine Festung, die am Zusammenfluss des Pho (männlich) und Mo (weiblich) Flusses errichtet wurde.

Übernachtung in Punakha (1400m), Meri Puensum, <http://meripuensum.bt/punakha/>

Tag 12: 27.6.2019

Besichtigungen im Punakha Tal

Heute wandern wir zum Chimi Lhakhang hoch, zwischen Bauernhäusern und Reisfeldern hindurch, wir geniessen dabei einen schönen Ausblick aufs Tal. Dieses Kloster wurde von Drukpa Kuenley gegründet, der auch als verrückter Yogi („Heiliger Narr“) bekannt ist. Der Phallus in seinem Kloster gilt als Symbol der Fruchtbarkeit. Über sein Leben werden viele verrückte Geschichten erzählt, die die Bhutanesen besonders lieben.

Übernachtung in Punakha (1400m), Meri Puensum, <http://meripuensum.bt/punakha/>

Tag 13: 28.6.2019

Rückfahrt nach Paro, 127km, 4h Fahrt

Wir fahren Richtung Dochula Pass, halten beim Simtokha Dzong, wo wir Zeit für Tee und Meditation haben. Freier Abend in Paro.

Übernachtung in Paro (2240m) im Khangkhu Resort (www.khangkhuresort.com)

Tag 14: 29.6.2019

Der letzte Tag ist dem Besuch des berühmten Taktshang Klosters gewidmet. Es ist auch als Tigernest bekannt und ist eine der heiligsten Stätten Bhutans. Wir werden zum Fusse des Berges fahren, wo wir dann entweder zu Fuss oder auf Pferden den Aufstieg in Angriff nehmen. Guru Rinpoche (Padmasabhava) flog auf einer wilden Tigerin hierher, um Dämonen zu vertreiben, die die Ausbreitung des Buddhismus verhinderten. Die ganze Wanderung dauert ca. 5 Stunden (Auf- und Abstieg) und ist ein unvergessliches Erlebnis.

Übernachtung in Paro (2240m) im Khangkhu Resort (www.khangkhuresort.com)

Tag 15: 30.6.2019

Rückflug Paro - Bangkok

Nach dem Frühstück Fahrt zum Flughafen

Im Preis von **3360€** inbegriffen sind:

- Flug Bangkok - Paro - Bangkok
- Flug Paro - Bumthang
- Alle Fahrten in einem privaten, klimatisierten Kleinbus mit persönlichem Fahrer
- Alle Übernachtungen in 3-Sterne Hotels und Gasthäusern (die Hotels in Bhutan sind generell sehr schön und komfortabel!)
- Englisch sprechender Führer
- Visa Gebühren für Bhutan
- Touristensteuer in Bhutan
- 3 tägliche Mahlzeiten inkl. Tee und Kaffee
- Eintritte zu diversen Sehenswürdigkeiten

Im Preis **NICHT inbegriffen** sind:

- Internationaler Flug nach Bangkok und zurück
- Einzelzimmerzuschlag
- Zusätzliche Getränke
- Reise- und Annulationskostenversicherung
- Persönliche Ausgaben für Geschenke und Souvenirs
- Trinkgelder (für 3 Personen (Fahrer, Führer, Lama), jeder Teilnehmer gibt 100€)
- Spenden für Klöster (Gemeinschaftskasse, 100€ pro Person)

Die Preise werden von der bhutanesischen Regierung festgelegt. Zur Zeit beträgt die Tagessteuer 250 USD pro Person pro Nacht (Hochsaison von März bis Mai und September bis November) und 200 USD während der restlichen Jahreszeit. Die Regierung verlangt eine Touristensteuer, die u.a. zur Unterhaltung von Schulen, Spitälern etc. eingesetzt wird. Etwa 30% der Reisekosten bestehen aus dieser Steuer, die somit der lokalen Bevölkerung zugute kommt. Das Visum wird von der Agentur organisiert und kostet 50 USD. Die administrativen Bankkosten betragen 30 USD.

Für weitere Infos zur Reise können Lama Longdrel und/oder seine Frau Yeshi direkt angeschrieben werden:

karmalongdrel@yahoo.fr (auf Französisch oder Englisch)

yeshichoden4@gmail.com (auf Englisch)

Homepage der Reiseagentur: www.chodenbhutan.com

Anmeldungen (verbindlich!) werden ausschliesslich über diesen automatischen Link entgegen genommen und von uns verwaltet:

<http://eepurl.com/dLEwIU>

Bitte die ganze Anmeldung durchlaufen, inkl. Bestätigung der E-Mail-Adresse, am Ende wird eine automatische Bestätigung generiert.

Bei weiteren Fragen sind wir auf folgender Mailadresse erreichbar: diolosainfo@gmail.com

Alles Liebe aus Assisi,
Claude & Diana