



Der Khumbum-Chörten in Gyantse

Unsere Reise führt uns durch zwei verschiedene Kulturräume, überland von Peking auf das tibetische Hochplateau. Auftakt bildet die chinesische Hauptstadt, wo im Lamatempel bereits zum ersten Mal der Einfluss der tibetischen Kultur spürbar wird. Über Xian, die ehemalige Hauptstadt, die einst von tibetischen Truppen belagert wurde, reisen wir weiter nach Xining, wo wir eines der wichtigsten Klöster ausserhalb der heutigen Provinz Tibet besuchen. Ein Höhepunkt der Reise ist die spektakuläre Zugfahrt nach Lhasa, die durch einsame Landschaften führt, in der die Nomaden ihre Yakhaar-Zelte aufgeschlagen haben. Zwei Tage stehen für die Erkundung der heiligen Stadt Lhasa zur Verfügung, bevor die Reise nach Gyantse und Shigatse, ins Herzland der tibetischen Kultur, weiterführt.

### REISEPROGRAMM

#### 1.–2. Tag (Sa – So): Willkommen in Peking

Abflug von Zürich nach Peking, wo wir am nächsten Tag ankommen. Nach der Fahrt zum Hotel und Zimmerbezug erwartet uns beim Besuch des Lama-Tempels ein erster Einblick in die tibetische Kultur. 3 Übernachtungen in Peking.

#### 3. Tag (Mo): Die Grosse Mauer

Ein Ausflug bringt uns zu einem der weniger besuchten Abschnitte der Grossen Mauer in Jinshanling – eines der eindrucklichsten Bauwerke der Welt! Eine Seilbahnfahrt führt auf einen Berggrücken, wo wir eine wunderbare Aussicht auf die Mauer haben, die sich wie ein Drache den Berggraten entlang zieht.

#### 4. Tag (Di): Chinas Machtzentrum

Wir beginnen den Tag mit einer Einführung ins Schattenboxen. Tai-Chi ist in China Volkssport und wird jeden Morgen in den vielen Parks praktiziert. Anschliessend besuchen wir das Herz der Hauptstadt, ja des ganzen Landes. Schon die Ausmasse des Tiananmen-Platzes, der von Regierungsgebäuden gesäumt wird, sind eindrucklich. Rund um den Platz wird seit Jahrhunderten das Schicksal Chinas bestimmt. Gleich nördlich des Platzes erstreckt sich die Palastanlage der chinesischen Kaiser, die Verbotene Stadt, der wir eine ausführliche Besichtigung widmen. Im Kontrast dazu besuchen wir anschliessend das neue Opernhaus mit seiner spektakulären Architektur. Abschluss des Tages bildet der Besuch eines der ältesten Observatorien der Welt. Da sich der Chinesische Kalender nach den Positionen von Sonne

und Mond richtet, war die genaue Beobachtung der Planeten schon vor der Erfindung des Teleskops von grosser Bedeutung.

#### 5. Tag (Mi): In die alte Hauptstadt

Am Vormittag besuchen wir die weitläufige Anlage des Sommerpalastes mit seinen Wandelgängen und Tempeln. Bei einer Bootsfahrt auf dem See lernen wir die Anlage aus einer neuen Perspektive kennen. Am Nachmittag Fahrt im Schnellzug von Peking nach Xian, die erste Hauptstadt des chinesischen Kaiserreiches. Ankunft am Abend. 2 Übernachtungen in Xian.



Der Lama-Tempel in Peking

#### 6. Tag (Do): Ausgangspunkt der Seidenstrasse

Als Ausgangspunkt der Seidenstrasse war Xian jeher von den Einflüssen verschiedener Kulturen geprägt. Dies manifestiert sich auch in der Moschee der Stadt, wo islamische und chinesische Ornamente und Architektur eine wunderbare Symbiose eingehen. Bis heute ist die mächtige Stadtmauer komplett erhalten geblieben, auf der wir einen Spaziergang unternehmen. Am Nachmittag besuchen wir die berühmte Terrakotta-Armee, deren tausende individuell gestalteten Ton-Krieger und von Pferden gezogenen Streitwagen das Grab des ersten Kaisers bewachen.

#### 7. Tag (Fr): Die Wildganspagode

Besuch des Jianfu-Tempels im Süden der Stadt, wo sich auch die kleine Wildganspagode erhebt. Sie wurde von der Tang-Kaiserin Wu Zetian im Gedenken an ihren Gatten erbaut. Nach einer Einführung in die traditionelle chinesische Kalligraphie fahren wir zum Bahnhof, wo wir den Schnellzug nach Xining besteigen. Ankunft am Abend. 2 Übernachtungen in Xining.

#### 8. Tag (Sa): Tibetische Kultur in Xining

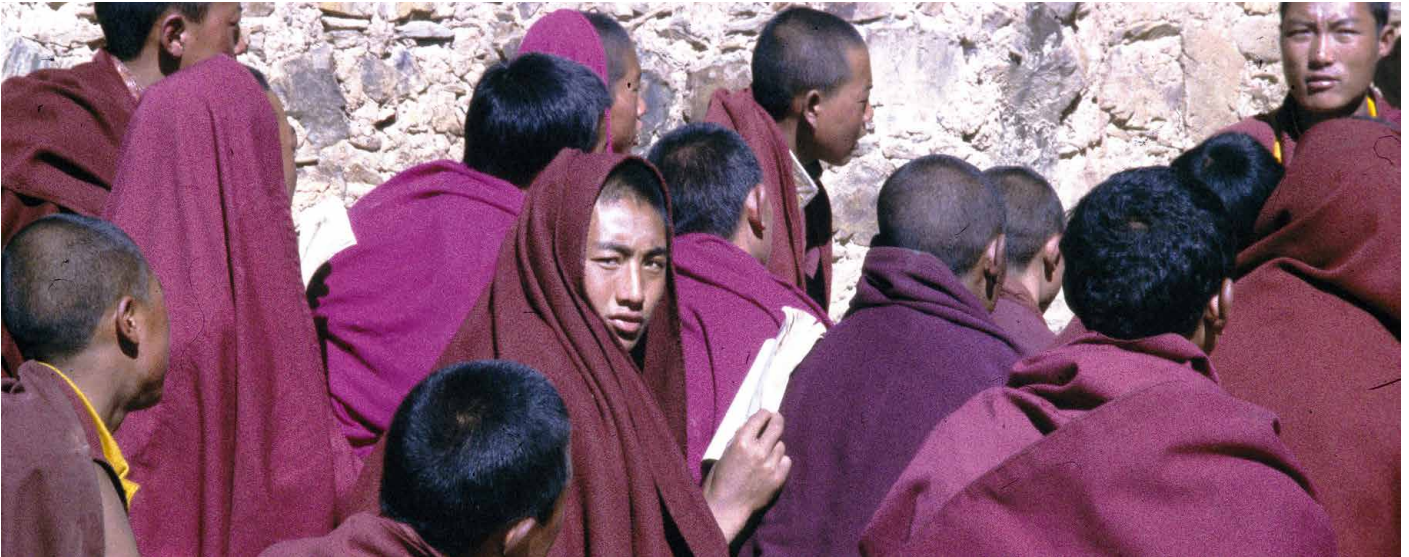
In der Hauptstadt der Provinz Qinghai ist der tibetische Einfluss schon stark spürbar, die Provinz gehörte einst zu Tibet. Wir besuchen das Kloster Kumbum Champa Ling, das eines der wichtigsten tibetischen Klöster ausserhalb der Provinz Tibet ist. Anschliessend erfahren wir Interessantes über die tibetische Heilkunst im Museum für tibetische Medizin.

#### 9. Tag (So): Ins tibetische Hochland

Im Laufe des Tages besteigen wir den Zug, der uns auf das Dach der Welt bringt, die Lhasabahn. Übernachtung im 4-Bett Abteil des Zuges.

#### 10. Tag (Mo): Die Lhasabahn

Die Lhasabahn gilt als eine der grossen Leistungen der Ingenieurskunst – eine Bahnstrecke der Superlativen. Sie führt über den höchstgelegenen Bahnhof auf 5068 Meter nach Tibet. Wenn Sie am Morgen aufstehen, haben wir bereits die Weiten des tibetischen Hochplateaus erreicht. Einmalige Landschaften ziehen am Fenster vorbei, bevor wir abends die Hauptstadt Lhasa erreichen. 4 Übernachtungen in Lhasa.



Tibetische Mönche beim Debattieren

**11.–12. Tag (Di – Mi): Die heilige Stadt Lhasa**

Wir lassen uns zwei volle Tage Zeit, um die tibetische Hauptstadt zu erkunden. Wir besuchen den imposanten Potala-Palast, einst Sitz des Dalai Lama. Anschliessend mischen wir uns unter die tibetischen Pilger und erkunden den heiligsten tibetischen Tempel, Jokhang und schlendern über den Barkor, den wichtigsten Markt der Stadt. Abgerundet werden die Besichtigungen vom Besuch des Norbulingka-Palast mit seinem weitläufigen Park, einst Sommerresidenz des Dalai Lama. Etwas ausserhalb der Stadt gelegen ist die Klosteruniversität Sera, wo wir mit etwas Glück die Mönche beim Debattieren beobachten können.

**13. Tag (Do): Das Kloster Ganden**

Ein Ausflug bringt uns in ein weiteres wichtiges Kloster - Ganden. Schon von Weitem erkennt man die goldenen Dächer der Hauptgebäude. Die riesige Anlage wurde während der Kulturrevolution weitgehend zerstört und ist inzwischen wieder aufgebaut. Das Kloster ist der Hauptsitz des Gelupka oder Gelbmützen-Ordens, eine der vier Schulen des tibetischen Buddhismus.

**14. Tag (Fr): Fahrt nach Gyantse**

Wir verlassen die Hauptstadt in westlicher Richtung auf den Kampa La-Pass, von wo sich eine eindruckliche

Aussicht auf den türkisfarbenen Yamdrok-See bietet. Weiterfahrt am Seeufer entlang, über den Pass Karo-La bis Gyantse. 1 Übernachtung in Gyantse.

**15. Tag (Sa): Durch die Kornkammer Tibets**

Besuch des Pelkhor Chöde Klosters mit dem eindrucklichen Khumbum-Chörten. Wir fahren durch eine intensiv bewirtschaftete Landschaft nach Shigatse, wo uns der Besuch des Klosters Tashilhunpo erwartet. 1 Übernachtung in Shigatse.

**16. Tag (So): Zurück in die Hauptstadt**

Auf unserer Rückfahrt in die tibetische Hauptstadt lassen wir noch einmal die endlos scheinende Landschaft des tibetischen Hochplateaus an uns vorüberziehen. 1 Übernachtung in Lhasa.

**17. Tag (Mo): Nach Peking**

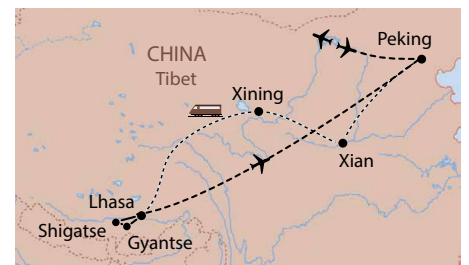
Je nach Flugzeit bleibt uns noch Zeit für letzte Einkäufe und Besichtigungen in der tibetischen Hauptstadt. Im Laufe des Tages Flug von Lhasa zurück nach Peking, wo wir 1 × übernachten.

**18. Tag (Di): Heimreise**

Morgens Flug von Peking nach Zürich, wo wir am Nachmittag ankommen.

**KONZEPT & LEITUNG:  
Dr. Peter Hassler**

Peter Hassler studierte Tibetologie, Indologie und Alt-Amerikanistik an der Rheinischen-Friedrich-Wilhelms Universität Bonn und promovierte in Ethnologie an der Universität Zürich. Er referiert regelmässig an Volkshochschulen und seine Artikel erscheinen u.a. in der NZZ. Seit vielen Jahren leitet er Studienreisen in verschiedene Teile der Welt.

**18 REISETAGE**

11.09. - 28.09.2021 (Samstag bis Dienstag)

**PREISE**

<b>ab/ bis Zürich</b>	<b>Fr. 6490.–</b>
Einzelzimmerzuschlag	Fr. 920.–
Visum und Permits inkl. Einholung	Fr. 280.–
Mindest-Teilnehmerzahl: 12, maximal 22	

**LEISTUNGEN**

- Linienflug Zürich – Peking / Lhasa – Peking / Peking – Zürich
- Zugfahrten im Schnellzug Peking-Xian-Xining mit Sitzplatz 2. Klasse
- Zugfahrt Xining-Lhasa im Schlafwagen 1. Klasse, 4-Bett Abteil
- Bequemer Bus, alle Eintritte
- Hotels der guten Mittelklasse, in Tibet teilweise einfachere Hotels, Vollpension



Potala-Palast in Lhasa