



## Eine außergewöhnliche Pilgerreise in das 'Friedvolle Tal des verborgenen Reiches'

Wir freuen uns sehr, nun endlich auf Wunsch des ehrenwerten Nubri Tulkus Tenpei Nyingma Rinpoche, eine erneute Pilgerreise für 2014 ankündigen zu können. Nach dem großen Erfolg der Pilgerreise 2010, war es bis jetzt leider nicht mehr möglich weitere Reisen zu planen da Rinpoche in den USA studiert hat und deshalb keine Zeit hatte die Pilgerreise zu begleiten. Rinpoche wird seine Studien bis Sommer 2014 beenden und bietet einer kleinen Gruppe wieder die Möglichkeit an einer Pilgerreise in sein Kloster teil zu nehmen.

Dies wird ein außergewöhnliches Erlebnis. Das Kloster liegt weit ab von allen Verkehrswegen hoch oben im Himalaya an der Grenze zu Tibet. In alten Schriften wird dieses Tal das „Friedvolle Tal des verborgenen Reiches“ genannt. Padmasambhava oder auch Guru Rinpoche, der Begründer des tibetischen Buddhismus, hat auf seinen Reisen im Himalaya sieben sogenannte Beyuls, verborgene Täler, identifiziert und sie als ganz besonders kraftvolle Orte, an denen der Dharma in ungewöhnlicher Reinheit blüht und weitergegeben wird, bezeichnet. Das Serang Kloster ist einer dieser Orte und durch seine geographische Lage heute Teil Nepals und hat somit nicht unter chinesischer Unterdrückung zu leiden. Nicht zuletzt dieser Tatsache ist es zu verdanken, dass das Kloster vor allem als Lehrereinrichtung in den letzten zwanzig Jahren großen Zulauf hatte und sich somit die Zahl der zu versorgenden Menschen vervielfacht hat. Jedoch ist es auch gerade diese Situation und die Lage des Klosters, die die heutigen wirtschaftlichen Schwierigkeiten verursachen.

Tulku Tenpei Nyingma Rinpoche kam durch den frühen Tod seines Lehrers und Mentors Chökiy Nyingma Rinpoche, in extrem jungen Jahren in die Situation für dieses Kloster, mit seinen über hundert Menschen, verantwortlich zu sein. Als jungem, intelligenten Menschen mit hervorragender Ausbildung wurde ihm sehr schnell klar, dass er diese Aufgabe nur meistern kann, wenn er die Zeichen der Zeit beachtet und sich, neben dem Erhalt der Tradition auch dem Neuen und somit auch interessierten Menschen aus dem Westen öffnet.

Die Abgeschlossenheit des Klosters und die fehlende Infrastruktur in der Gegend, durch die wir gehen werden, macht es notwendig, dass wir von einer nepalesischen Expeditionscrew begleitet werden. Denn alles was wir unterwegs brauchen muss mitgebracht werden. Wir werden in Zweimannzelten übernachten und von einer Küchencrew versorgt. Das Essen wird vegetarisch sein.

Jedem, der hier mitgeht, muss klar sein: Dies wird kein Luxusurlaub, sondern ein wirkliches Abenteuer und unvorhersehbare Änderungen des Programms können jederzeit nötig werden.

Die Wanderung durch dieses wunderbare und natürliche Land ist eine innere spirituelle Vorbereitung um zum Zentrum des heiligen Mandalas, dem Sangchen Rabten Norbuling Kloster, zu gelangen. Wir durchschreiten verschiedene energetische Tore, die unser System bereit machen, das „verborgene Reich“ zu betreten. Rinpoche wird uns hierbei die ganze Zeit begleiten. Auch unterwegs werden wir immer wieder bewusst mit den Energien dieses heiligen Landes arbeiten. Rinpoche und Wolf werden Impulse setzen, die die äußere Reise auch zur inneren Reise werden lassen.





## Voraussichtlicher Ablauf der Reise

### Tag 1: Ankommen

- Begrüßung am Flughafen und Transfer zum Guesthouse in Boudhanath, einem der tibetischen Zentren in Kathmandu. Hier ist die bekannte große Stupa, an der traditionell Händler und Reisende auf ihrem Weg in den Himalaya Halt machen, um für eine sichere und gesegnete Reise zu beten – für uns der ideale Ort unsere Pilgerreise zu beginnen.
- Voraussichtlich werden wir in einem klostergeführten Guesthouse unterkommen und somit auch schon hier mit unserem Aufenthalt einen Beitrag zur Unterstützung der tibetischen Kultur leisten.
- Erstes Treffen und Kennenlernen.
- Abends werden wir gemeinsam zur großen Stupa gehen und uns in den Strom der Betenden einreihen, die jeden Morgen und Abend die große Stupa umrunden und sie so zu einer großen, lebendigen Gebetsmühle werden lassen.

### Tag 2: Sightseeing und Vorbereitungen

- Vormittag: Wir besuchen Pathan, eine der drei alten Königsstädte im Kathmandutal. Es ist außerdem das Zentrum der Metallbearbeitung. Hier werden fast alle der in Nepal angebotenen Statuen hergestellt. Man kann sowohl die ganze hinduistische Götterwelt als auch alle Buddhas und Bodhisattvas der tibetischen und nepalesischen Buddhisten finden
- Nachmittag: Shopping in Thamel. Hier ist noch Zeit alles zu besorgen, was wir auf dem Trek brauchen, und nicht mitgebracht haben. Kathmandu bietet mit seinen vielen auf Trekking spezialisierten Geschäften eine gute und günstige Möglichkeit unsere Ausrüstung zu vervollständigen.

### Tag 3: Zeremonie

- Tagesausflug nach Pharping. Puja mit Rinpoche in der Guru Rinpoche Höhle. An diesem heiligen Ort werden wir um Segen und Schutz für unsere Pilgerreise bitten und Gebetsfahnen aufhängen. Diese Rituale bilden den energetischen Beginn unserer Pilgerreise.

### Tag 4: Das Abenteuer beginnt

- Gemeinsam mit unserem Expeditionsteam werden wir nach Arughat Bazar fahren. Von Kathmandu nach Dhading Besi ist es eine relativ komfortable Fahrt von ungefähr 3,5 Stunden. Von dort aus geht es weiter auf abenteuerlichen Pisten bis Arughat Bazar. Hier müssen wir auf lokale Jeeps umsteigen, um noch ein bisschen weiter zu kommen. Bei klarem Wetter werden wir erste Ausblicke auf die Gipfel von Ganesh Himal, Annapurna II und Manaslu genießen können.

### Tag 5 bis Tag 10: Trekking

- Ab jetzt geht es nur noch zu Fuß weiter. Wir werden die erste von vielen Hängebrücken überqueren und in den ersten Tagen dem Lauf des Budhi Gandaki Flusses folgen. Anfangs bewegen wir uns noch durch fast tropische Vegetation und Reisfelder. Mit steigender Höhe erleben wir die Veränderung der Natur um uns herum.
- Wir rechnen pro Tag mit etwa 5-6 Stunden reiner Gehzeit, die letzte Etappe wird voraussichtlich etwas länger werden. Entsprechend unserem Gruppentempo können sich hier Planänderungen ergeben.





### Tag 11 bis Tag 18: Aufenthalt im Kloster

- Die Zeit im Kloster lässt sich nicht vorausplanen. Als Dank für unsere Unterstützung für das Kloster wird die Gemeinschaft große Zeremonien für uns abhalten.
- Wir können die umliegende Gegend erkunden und z.B. ein altes Nagpa Kloster auf der anderen Seite des Tales besuchen oder hinter dem Kloster den steilen Fuß des Shringi Himal (7187m) hinauf wandern, so weit wir mögen und können.
- Bei Interesse wird Rinpoche tägliche Meditationen anbieten.
- Zeit für Meditation und Einkehr.
- Wer möchte, kann an den täglichen Ritualen im Tempel teilnehmen.
- Gegen Ende unseres Aufenthalts werden wir die ganze Klostersgemeinschaft auf ein großes Picknick mit Festessen einladen.
- Vieles ist Möglich, nichts muss!

### Tag 18: Rückflug nach Kathmandu

- Wenn wir auch traurig sind, das Kloster und die lieben Menschen dort zu verlassen, so erwartet uns heute doch ein ganz besonderes Highlight unserer Reise. Mit dem Helikopter werden wir zurück nach Kathmandu fliegen und dabei voraussichtlich spektakuläre und einzigartige Aussichten auf die Gipfel der umliegenden Berge erleben können.

### Tag 19: Sicherheitstag/ evtl. erst heute Rückflug?

- Da es auch im Himalaya zu unerwarteten Wetterlagen kommen kann, die das Ausfliegen unmöglich machen, haben wir diesen Sicherheitstag eingeplant.
- Sollten wir schon in Kathmandu sein, haben wir verschiedene Optionen.
- Spaziergang nach Swayambhunath, Besichtigung des Monkeytempels.
- Kathmandu Durbar Square, Haus der lebenden Göttin Kumari, verschiedene Tempel.
- Verwöhnen lassen im Wellness Parlour
- Diesmal ist unser Hotel im geschäftigen Touristenviertel Thamel.

### Tag 20: Eintauchen ins Shopping Paradies von Thamel

- In Nepal gibt es viel wunderschönes Kunsthandwerk und für das Durchstöbern der unzähligen bunten Läden und Stände in Thamel könnte ein Tag recht knapp werden.

### Tag 21: Flughafentransfer Rückreise

#### Enthalten sind:

- Deutschsprachige Reiseleitung, Übersetzung englisch-deutsch wenn nötig
- Transport vom und zum Flughafen
- Fahrt von Kathmandu zum Ausgangspunkt der Trekkingtour
- Sämtliche Mahlzeiten auf der Trekkingtour (vegetarisch)
- Versorgung mit Trinkwasser, Tee, Kaffee (Trekking/Kloster)
- Unterbringung in Zweimannzelten
- Isomatte und Dufflebag leihweise
- Mahlzeiten und Unterbringung im Kloster
- Helikopterflug vom Kloster zurück nach Kathmandu
- Übernachtungen in Kathmandu im Doppelzimmer mit Frühstück
- 1 Tagesausflug und ein halber Tag Citytour, Shoppingtour
- sämtliche Eintrittsgelder auf der Citytour
- Sponsoring von Ritualen und Pujas im Kloster
- Spende für das Kloster



#### **Nicht enthalten sind:**

- Flug nach und von Kathmandu
- Hauptmahlzeiten in Kathmandu
- Trinkgelder für Träger und Guides
- Spenden an Tempel und Klöster in Kathmandu oder auf dem Weg
- Softdrinks auf dem Weg
- Persönliche Ausgaben
- Evakuierungsmaßnahmen im Falle eines Unfalls/Krankheit
- Extrakosten, die im Falle unvorhersehbarer Umstände entstehen (Erdrutsche, Stürme, Streiks, verpasste Flüge durch Verspätungen wegen schlechtem Wetter usw.)
- Reiseversicherung

#### **Zusätzliche Kosten:**

- Visum für 30 Tage US\$ 40.- ~ €30.- (Stand Nov.2013)
- Airport Tax international NPR 1700.- ~ €18.- (nicht sicher ob sie noch erhoben wird)

#### **Achtung:**

Es ist wichtig, dass jeder versteht:

Wir machen die Reiseleitung und sind Ansprechpartner vor der Reise. Dies machen wir ohne jegliche Bezahlung, so dass alles was nach Abzug der Unkosten übrig bleibt dem Kloster zufließen kann. Wir sind nicht die Veranstalter der Reise und lehnen deshalb jegliche Haftung ab.

Veranstalter ist das Kloster selbst.

Wir empfehlen dringend den Abschluss einer Reiseversicherung, die Evakuierungsmaßnahmen bei Trekkingunfällen im Himalaya abdeckt

**Kosten:** Ab Kathmandu € 3200.-

Dein Platz ist reserviert, sobald du eine Spende von € 1000.- auf folgendes Konto getätigt hast:

Entwicklungsprojekte-Stiftung

Konto 100 55 2000 bei der Spardabank West BLZ 370 60 590

IBAN DE 173 706 059 00 100 55 2000

BIC GENODED1SPK

Sollte es dir aus irgendeinem Grund nicht möglich sein an der Reise teil zu nehmen, kann dir dieser Betrag zum Teil rückerstattet werden (Abzüglich € 300.-), falls jemand anderes deinen Platz einnehmen kann. Sollte dies nicht möglich sein, ist eine Rückzahlung ausgeschlossen da es sich um eine Spende handelt. Für diese € 1000.-, erhältst du eine Spendenbescheinigung.

Der Rest von € 2200.-, ist in Kathmandu fällig und sollte in bar bezahlt werden da wir viele Unkosten direkt Vorort haben.

#### **Weitere Informationen, Fragen und Anmeldung**

[office@seminarparadies.de](mailto:office@seminarparadies.de)

Wir freuen uns auf dieses Abenteuer mit Euch!