



Tibetan Aid Project **Programma Pelgrimage Reis 2018** **naar Ladakh, 'Klein Tibet'**



Naar Ladakh, 'Klein Tibet'

Het Tibetan Aid Project (TAP) organiseert in 2018 van 18 juni t/m 5 juli weer een pelgrimage reis, dit keer naar Noord-India, naar Ladakh, oftewel 'Klein Tibet'.

Het Tibetaans Boeddhisme met de bijbehorende vredige cultuur is in Ladakh nog in zijn oorspronkelijke vorm bewaard gebleven. Het vroegere koninkrijk in Noord India en nog vroegere deel van het oude Tibetaanse rijk, is een van de mooiste gebieden in de Himalaya. Gelegen in de schaduw van 6- en 7-duizend meter hoge bergtoppen vind je hier de mooiste kloosters, landschappen en afgelegen bergdorpjes. Het biedt je de kans om het Tibetaans Boeddhisme in zijn levende, authentieke vorm te leren kennen. En met je additionele donatie aan TAP draag je daarnaast ook bij aan het behoud van het Tibetaanse erfgoed.

De reis wordt op maat voor ons georganiseerd en begeleid door VTS, Vajradhara Travel Services, in Ladakh.

Programma

1 Maandag 18/06/18: Vlucht Amsterdam - Delhi

2 Dinsdag 19/06/18: Delhi – Leh

Na aankomst in Delhi checkt u in voor de vroege ochtendvlucht naar Leh (3505 m), bij mooi weer adembenemend! Vlucht Delhi - Leh. Bij aankomst wordt u per taxi door VTS naar een guesthouse in Leh gebracht, U wordt aangeraden het de rest van de dag rustig aan te doen, om aan de hoogte te wennen.

Taxi – VTS staf - Leh Jigmed Guesthouse - Ontbijt

3 Woensdag 20/06/18: Leh

Dag ter vrije besteding. Acclimatiseren!!! Doe het deze dag rustig aan, om aan de hoogte te blijven wennen. U kunt op eigen gelegenheid Leh en omgeving verkennen. Leh telt zo'n 27.000 inwoners en is de hoofdstad van Ladakh. Het lag vroeger op het kruispunt van karavanen, van de Zijderoute via Leh naar India en van Kashmir via Leh naar Tibet. Leh wordt gedomineerd door het 17e eeuwse voormalig winterpaleis (3540 m) van de koningen van Ladakh, dat ook te bezichtigen valt. Hogerop boven het paleis ligt het Tsemo tempel complex, waarin o.a. een groot beeld van Boeddha Maitreya staat, de Boeddha van de toekomst. Vlakbij Leh liggen op loopafstand het Samkar klooster (3570 m) en de Shanti Stupa (3615 m), beide zeker een bezoek waard. Genoeg mogelijkheden dus om deze dag bijzonder in te vullen.

Leh Jigmed Guesthouse – Ontbijt

4 Donderdag 21/06/18: Leh

Excursie Tibetaans vluchtelingenkamp Choglamsar. Bezoek Tibetan SOS Children's Village & Handicrafts Centre. Rest van de middag vrij.

Taxi – local guide – Leh Jigmed Guesthouse – Ontbijt

5 Vrijdag 22/06/18: Thagthog, Hemis, Gotsang

Excursie Thagthog en Hemis kloosters. Thagthog (3905 m) behoort tot de Nyingma school van het Tibetaans Boeddhisme en is gesticht rond een grot waarin de Tantrisch meester Padmasambhava ooit heeft gemediteerd. Het Hemis klooster (3705 m) is het grootste en rijkste van Ladakh en behoort tot de Dukpa Kargyudpa school. Het is gesticht in de 17e eeuw door koning Sengge Namgyal. Het heeft ook een prachtig Padamsambhava beeld. Vanaf het Hemis klooster gaan we 2 km lopen naar de hooggelegen hermitage Gotsang (4015 m). Er leven hier zo'n 15 monniken in uiterste stilte, waarvan er sommigen al meer dan 30 jaar in meditatie hebben doorgebracht. Het is gesticht rond een aantal grotten waarin de heilige Gyalwa Gotsangpa in de 11e eeuw heeft gemediteerd.

Aardigheidje: Morgen en overmorgen is het Hemis klooster festival met gemaskerde dansen, wat we morgen zullen bijwonen. Vandaag zijn de monniken aan het oefenen zonder maskers, wat leuk is om als er tijd is nog niets van te zien.

Taxi/lopen – local guide – Hemis Guesthouse - Ontbijt, Lunch, Diner

6 Zaterdag 23/06/18: Hemis

Hemis klooster gemaskerd dansfestival.

Local guide – Hemis Guesthouse - Ontbijt, Lunch, Diner



7 Zondag 24/06/18: Nyerma

Van Hemis rijden we naar het prachtig gelegen nonnenklooster van Nyerma (3265 m), waar we in de homestay bij de nonnen logeren. Het kloostertje is nieuw opgezet en sterk in de groei. De ruïnes van oude stupa's en tempels in de omgeving stammen uit de tijd van de heilige en vertaler Rinchen Zangpo, welke in West Tibet in de 11e eeuw 108 tempels en kloosters stichtte. Het is hier in de omgeving prachtig wandelen! De nonnen proberen door middel van de homestay zelfvoorzienend te zijn en worden hierin bijgestaan door de Nederlandse Dutch Foundation for Ladakh Nuns.

Taxi – local guide – Nyerma Nunnery Homestay The Taras – Ontbijt, Lunch, Diner

8 Maandag 25/06/18: Thikse

's Ochtends vroeg rijden we naar het 15e eeuwse fotogenieke Thikse klooster (3315 m), waar we de ochtenddienst meemaken. Hierna lopen we in ongeveer een uurtje rustig langs de uiterwaarden van de Indus rivier naar Shey. Hier staat het vroegere zomerpaleis (3255 m) van de koningen van Ladakh en in de tempel van het paleis is een schitterend koperen beeld van Boeddha Shakyamuni, gemaakt in 1633. Shey komt van het Ladakhi woord "shel", dat glas of kristal betekent. Vlak voor het paleis ligt een meer en in de schittering van het water lijkt het zo net op een kristallen paleis. Daarna weer terug naar Leh.

Taxi/lopen/taxi – local guide – Leh Jigmed Guesthouse – Ontbijt

9 Dinsdag 26/06/18: Hemis Shukpachan

Transfer per taxi naar Hemis Shukpachan (3600 m). Rest van de dag vrij. Het schitterend gelegen dorp en omgeving lenen zich uitstekend tot het maken van prachtige wandelingen. Er is een interessant klooster en een groepje jeneverbesbomen, waar het dorp haar naam aan ontleent (shugpa = jeneverbes boom). Tevens is er ook een klein nonnenkloostertje. Het is er bijzonder leuk integreren met de vriendelijke bevolking. Het is niet moeilijk een stil plekje te vinden, waar je in alle rust kunt bezinnen.

Taxi/wandelen – local guide – Hemis Shukpachan Guesthouse – Ontbijt, Lunch, Diner

10 Woensdag 27/06/18: Tingmosgam

Start Trekking: Na het dorp loopt u naar een mooi uitzichtpunt bij een stupa, daalt af tot het dal en klimt vervolgens steil over een zigzagpad naar de Meptak La pas (3750 m). Vanaf de pas daalt u daarna door een droog dal af en loopt via de velden van het dorpje Ang naar Tingmosgam (3460 m). U heeft vanaf Hemis Shugpachan zo'n drie uur gelopen. In Tingmosgam bezoekt u het Gelukpa klooster en tevens nieuw gebouwde nonnenkloostertje, gestart met hulp van een Nederlandse stichting.

NB Degenen welke niet willen lopen gaan met de taxi naar het guesthouse in Tingmosgam.

Trekking of taxi – local guide – Tingmosgam Guesthouse – Ontbijt, Lunch, Diner



11 Donderdag 28/06/18: Skindyang

Vanaf Tingmosgam wandelen we naar het kleine dorpje Tya en beginnen aan onze klim naar de pas (4030 m) naar Skindyang (3560 m), eindpunt van onze trekking. In Skindyang bezoeken we het klooster en een prachtige meditatiegrot, waar de Boeddhistische meester Padmasambhava eens mediteerde en zijn voet- en handafdrukken heeft achtergelaten. Totaal 5.5 uur wandelen.

NB Degenen welke niet willen lopen gaan met de taxi rechtstreeks naar het guesthouse/homestay in Skindyang.

Trekking of taxi – local guide – Skindyang Guesthouse – Ontbijt, Lunch, Diner

12 Vrijdag 29/06/18: Wanla en Manggyu

Vandaag staat in naam van de heilige Lotsava Rinchen Zangpo. Mooie kloosters en indrukwekkende landschappen onderweg!

We rijden eerst de Skindyang kloof uit, langs de Indus en de Wanla rivier door een mooie kloof naar Wanla (3170 m), waar het 11^e eeuwse klooster het bezoeken zeer de moeite waard is. Het is recentelijk gerestaureerd en opgericht in de tijd van de heilige/vertaler Rinchen Zangpo, welke in het toenmalige West Tibet 108 tempels en kloosters liet bouwen. Dan rijden we terug en langs de Indus verder naar de brug voor Alchi, waar we afslaan voor een bezoek aan Manggyu (3450 m), dat een werkelijk schitterend klooster heeft, weer gebouwd in de tijd van Rinchen Zangpo. De fresco's en beelden zijn vergelijkbaar met het klooster van Alchi, wat we morgenvroeg zullen bezoeken. Na Manggyu rijden we verder naar Alchi (3090 m), eindpunt van onze dag excursie.

Taxi – local guide – hotel Zimskhang in Alchi – Ontbijt, Lunch, Diner

13 Zaterdag 30/06/18: Alchi

's Ochtends bezoek Alchi Choskhor klooster. Het prachtige 11e eeuwse klooster is wereldberoemd, met over het algemeen zeer goed bewaarde wandschilderingen en beelden. Het is ook uit de tijd van de Rinchen Zangpo en men zegt dat er 35 ambachtslieden uit het toenmalige Boeddhistische Kashmir in de Gandhara kunststijl aan hebben gewerkt.

Rest van de dag vrij programma. Alchi is een bijzonder leuk dorpje om zelf te verkennen.

Local guide – hotel Zimskhang in Alchi – Ontbijt, Lunch, Diner



14 Zondag 01/07/18: Saspol en Bazgo

We rijden naar Leh en bezoeken onderweg in Saspol (3110 m), oude meditatiegrotten met prachtige schilderijen en in Bazgo het fort en tempelcomplex.

Taxi – local guide – Leh Jigmed Guesthouse – Ontbijt

15 Maandag 02/07/18: Leh

Leh vrij programma.

Leh Jigmed Guesthouse – Ontbijt

16 Dinsdag 03/07/18: van Leh naar Delhi

Transfer naar vliegveld. Vlucht Leh - Delhi. Opgewacht bij aankomst en transfer naar het World Buddhist Centre.

Taxi/vlucht/taxi/VTS Staf – Delhi World Buddhist Centre – Ontbijt, Lunch, Diner

17 Woensdag 04/07/18: Delhi

Vrije dag Delhi. Vanwege de veranderlijkheid in de vluchten van en naar Leh is er een extra dag in New Delhi gepland. Suggesties Delhi: Rode Fort uit de Moghultijd, de Jamid Mashid moskee en de kleurrijke Chandni Chowk bazaar. Maar er zijn in Delhi natuurlijk ook veel andere plaatsen te bezoeken en dingen te doen. Beste is om dat met meer mensen met een taxi af te spreken, VTS kan dat optioneel voor een dag of dagdeel regelen. 's Avonds transfer naar vliegveld.

Taxi naar vliegveld - VTS Delhi – Delhi World Buddhist Centre – Ontbijt, Lunch, Diner

18 Donderdag 5/7/18 Vlucht Delhi - Amsterdam

Praktische informatie

– *Periode*: 18 dagen, van 18 juni 2018 t/m 5 juli 2018

– *Prijs reis*: van 72.250 rupees p/p bij minimaal 10 personen tot 69.500 p/p bij maximaal 12 personen, dat is vooralsnog op basis van koers dd juli 2017 respectievelijk: € 980 en € 943.

– *Inclusief*: binnenlandse vluchten Delhi-Leh & Leh-Delhi; (eenvoudige) accommodaties, activiteiten en transfers zoals in programma vermeld; entrees kloosters; omgevingspermit.

– *Exclusief*: vlucht Amsterdam – Delhi v.v. (KLM direct ± € 680) ; visum India (± € 110, online); eventuele toeslag voor gebruik foto en film; persoonlijke uitgaven zoals fooien en drankjes; facultatieve activiteiten anders dan programma; onverwachte accommodatie- en vervoerskosten (canceling vlucht, weer etc.).

– *Single room toeslag*: 15.200 rupees (€ 206), alleen mogelijk voor verblijf in Leh, Alchi en Delhi

– *Donatie voor Tibetan Aid Project*: € 250.

Op 3 november info tijdens 'Meet & Greet Ladakh middag'

Vrijdagmiddag 3 november houdt TAP een 'Meet & Greet Ladakh benefietbijeenkomst' in het 'Tibet Restaurant', Lange Niezel 24, Amsterdam. Op het programma staan van 13.00 tot 16.00 uur: een Tibetaanse lunch, een kennismaking met de Tibetan Community in Nederland en uitgebreide informatie en beelden over deze reis. Kosten € 25 pp, inclusief €15 donatie voor TAP. **Opgave vooraf (graag voor 20 oktober!)** of overige info via info@tibetan-aid.nl.