



*Mustang: Wo Tibets großes Herz noch kraftvoll pocht. Buddhas verborgenes Refugium und die imposanten Bergwelten der Himalayas, kraftvolle Orte der Kontemplation und die Allmacht elementarer Naturgewalten, tantrische Weisheiten und unberührte Idyllen, uralte Tradition und archaische Ursprünglichkeit, grandioses Kunstschaffen und berührende Bescheidenheit:  
18.9. - 30.9.2024*

## *Mittwoch, 18.9. - Donnerstag, 19.9.: Wien / Istanbul / Kathmandu / Pokhara*

13.55 - 17.15 Uhr Flug mit Turkish TK 1886 von Wien nach Istanbul; 20.10 - 06.05 Uhr Flug mit Turkish TK 726 von Istanbul nach Kathmandu; Zeit zur Erfrischung; danach Fahrt mit Allrad-Wagen durch das den Himalayas vorgelagerte Bergland nach Pokhara; Spaziergang zur Uferpromenade am Phewa See, an dem sich die alte Handelsstadt vor der wild-pittoresken Gebirgskulisse entwickelte; Abendessen und Nächtigung im idyllischen \*\*\*\*\*Hotel Temple Tree.

## *Freitag, 20.9.: Pokhara / Jomson*

Nach dem Frühstück Fahrt durch das wild-zerklüftete Flusstal des Kali Gandaki, das den Himalaya Hauptkamm durchschneidet und das tiefste Tal des Erdballs ist, vorbei an den übermächtigen Bergmassiven des Dhaulagiri und Annapurna, in die südlichen Ausläufer des Tibetischen Hochplateaus, wo einst das Königreich Mustang lag; am Abend Ankunft in Jomsom, dem Verwaltungszentrum der nepalesischen Provinz Mustang; Mittagessen unterwegs; Abendessen und Nächtigung im \*\*\*Hotel Om's Home.

## *Samstag, 21.9.: Jomson / Kagbeni / Mentsi Lhakhang / Gompa Khang / Chusang*

Nach dem Frühstück Fahrt durch das Tal des Kali Gandaki, das jahrtausendealte Tor des Salzhandels, nach Tibet, in das verschlafene Dorf Kagbeni; Spaziergang durch die uralte, teilweise verfallene Festungsstadt, die mit Bruchstein-Mauerwerk, Lehmverputz, schamanistischen Apotropaia des alttibetischen Bön-Kultes, Figuren der Muttergottheit und des männlichen Pendants deutlich macht, dass hier das alte Tibet begann; Weiterfahrt durch die baumlose und vegetationsarme Hochgebirgswelt, in der bescheidene Felderwirtschaft von schwerem Überlebenskampf mit und in der Natur zeugt, nach Chusang; Besuch des Mentsi Lhakhang, eines äußerlich unscheinbaren, im Fels verborgenen Tempels, der im Inneren mit einer tibetischen Kunstkammer überrascht, deren Wandbilder zu den schönsten Kunstwerken Mustangs zählen; danach Spaziergang durch das von Steinen geprägte Becken des Kali Gandaki zu den westlichen Berghängen, wo in abgeschiedener Lage über dem Flusstal der Gompa Khang ruht; Besuch des aus der Frühzeit des Vajrayana stammenden Tempels, der mit ansprechenden Wandmalereien und imposanten Skulpturen verwöhnt, die die zeitlosen Botschaften vom Leid und der Erlösung daraus, von dazu führender Meditation und der Ablenkung davon kunstsinnig präsentieren; Mittagessen, Abendessen und Nächtigung in einem Tea House in Chusang.

## *Sonntag, 22.9.: Samar / Ghiling / Ghemi / Lo Gekhar / Luri Gompa / Tsarang*

Nach dem Frühstück Fahrt durch überwältigende Bergwelten; Halt bei den pittoresken Weilern und idyllisch gelegenen Klöstern von Samar, Ghiling und Ghemi, die mit manch stiller Schönheit, beeindruckenden Mani Mauern und mahnenden Chörten empfangen; danach gilt das Interesse dem Kloster Lo Gekhar, einem der ältesten Tibets, das mit einer komplexen architektonischen Struktur überrascht und atemberaubende Ausblicke auf den Annapurna freigibt; am Nachmittag landschaftlich bezaubernde Fahrt über Tsarang durch das hier weit ausladende Becken des Kali Gandaki und eine bizarre, durch Erosion geformte Kegellandschaft in den Osten Mustangs; kurze Wanderung zum spektakulär gelegenen Luri Gompa, einem Felsenkloster, das daran erinnert, dass die Handelspforte nach Tibet keinen Landfrieden kannte und immer wieder von Räubern heimgesucht wurde; Besichtigung des in einem Felsen verborgenen, aus tantrischer Frühzeit stammenden Tempels, dessen anmutige Wandbilder in mystische Sphären einladen und dessen berührender, dem Stein abgerungener Stupa zu kontemplativer Ruhe ermahnt; Rückfahrt durch die zu innerer Einkehr einladende Landschaft nach Tsarang; Mittagessen unterwegs; Abendessen und Nächtigung in einem Tea House in Tsarang.

## *Montag 23.9.: Tsarang / Lo Manthang*

Nach dem Frühstück Spaziergang zur Festung von Tsarang, die Einblicke in Macht und Herrschaft, Repräsentation und sozioökonomische Strukturen in den mittelalterlichen Himalayas vermittelt; danach Weiterfahrt durch die aride Landschaft des weiten Hochlands nach Lo Manthang, der uralten Residenzstadt des Königreichs Mustang; Spaziergang durch die von schlichter Lehmarchitektur bestimmte Altstadt, die dank ihrer Abgeschlossenheit den Charme eines alten Handelsplatzes bewahrt hat, der im chinesischen Tibet wegen der katastrophalen Umwälzungen unterging; Spaziergang durch die mittelalterlichen Stadttore, entlang enger, winkelliger Gassen und über kleine Plätze zur imposanten Stadtmauer, die das spektakuläre Idyll umgibt und instruktive Ausblicke in die baumlosen Weiten Tibets vermittelt; Mittagessen, Abendessen und Nächtigung in einem Tea House in Lo Manthang.

## *Dienstag, 24.9.: Lo Manthang*

Nach dem Frühstück gilt das Interesse der Hochburg tantrischer Spiritualität - einem anderen bedeutenden Feature Lo Manthangs; Besichtigung der in der Händler- und Residenzstadt gelegenen, mittelalterlichen Tempel Chode, Jampa und Thupchen Gompa, drei überwältigenden Fanalen tibetischer Gelehrsamkeit, die mit großartigen Wandbildern, ausdrucksstarken Skulpturen und mystischer Stimmung in höhere Sphären der Verinnerlichung einladen; auf die Annäherungen an die mythengetränkten Erlösungs- und Weisheitslehren folgt das Monastic Museum, das mit kostbaren, jahrtausendealten Handschriften an die buddhistische Gelehrsamkeit erinnert und mit einer beachtlichen Masken-Sammlung von der tibetischen Festkultur kündigt, in der das tantrische Vajrayana mit dem schamanistischen Bön verschmolz; Zeit zur freien Verfügung in den Gassen des Basars, die von verhaltener tibetischer Geschäftstüchtigkeit durchweht werden; Mittagessen, Abendessen und Nächtigung in einem Tea House.

## *Mittwoch, 25.9.: Garphu / Niphu / Tsarang / Chusang*

Nach dem Frühstück Fahrt entlang des Oberlaufs des Kali Gandaki in das Grenzgebiet zum chinesischen Tibet; Besichtigung der Dörfer und Klöster von Garphu und Niphu, die sich am Rande des pittoresken Flusstals erstrecken, vom schweren Überlebenskampf in der allmächtigen Natur zeugen, eine berührende Bescheidenheit dokumentieren und manch idyllische Akzente bewahrt haben; Rückreise; unterwegs Gelegenheit zu unbeschwerten Spaziergängen und kurzweiligen Wanderungen mit

Pausen zum Innehalten und Reflektieren angesichts der vielen elementaren Botschaften dieser alten Kulturlandschaft; Mittagessen unterwegs; Abendessen und Nächtigung in einem Tea House in Chusang.

## Donnerstag, 26.9.: Chusang / Muktinath / Jomsom

Nach dem Frühstück Fahrt in die Berge nördlich der Himalaya Hauptkette, zum Wallfahrtsort Muktinath, wo sich um eine als heilig verehrte Quelle ein Vishnu-Pilgerheiligtum entwickelte, dessen Riten einen markanten Kontrast zur tibetischen Kontemplation bilden; Besichtigung des Kultortes, der die Peripherie der hinduistischen Welt markiert und inmitten der elementaren Allmacht von Evolution und Erosion seit Menschengedenken Hindus zu spiritueller Einkehr anzieht, um Moksha, die Befreiung vom endlosen Samsara, zu erlangen; Weiterfahrt nach Jomsom; Mittagessen unterwegs; Abendessen und Nächtigung im \*\*\*\*Hotel Om's Home in Jomsom.

## Freitag, 27.9.: Jomson / Marpha / Pokhara

Nach dem Frühstück Rückreise durch das Kali Gandaki Tal, das zu dieser Jahreszeit vormittags bei klarem Wetter herrliche Panoramen auf den Dhaulagiri und Annapurna bieten kann; Spaziergang durch Marpha, eine alte Händlerstadt an der Salzstraße, die auch wegen ihrer wohlschmeckenden Äpfel und daraus gewonnener Schnäpse bekannt ist; Weiterfahrt vorbei an den spektakulären Landschaftskulissen; Mittagessen unterwegs; Abendessen und Nächtigung im \*\*\*\*\*Hotel Temple Tree in Pokhara.

## Samstag, 28.9. - Sonntag, 29.9.: Pokhara – Kathmandu

Nach dem Frühstück Fahrt nach Kathmandu; Abendessen, Nächtigung im \*\*\*\*\*Hotel Yak&Yeti; am nächsten Tag Stadtrundfahrt in Kathmandu, einer quirligen, wuchermenden und von bunten Kontrasten gebeutelten Großstadt, die vom uralten asiatisch-indischen Kaufmannsgeist ebenso geprägt ist wie von der konfessionellen Vielfalt Nepals; Besuch des mächtigen Boudhanath Stupa, eines der bedeutendsten buddhistischen Kultorte des Landes, der noch einmal in die metaphysischen Höhen und mystischen Tiefen der Himalayas einlädt; hierauf geht es zum Pashupatinath Tempel, der von hinduistischer Kontemplation erfüllt ist und einige Grundmodule indischer Tempelarchitektur bewahrt; Spaziergang über den pulsierenden Durbar Square, den alten Handelsplatz und urbanen Nukleus Kathmandus; Besichtigung des verspielt dekorierten Kumari Bahal Tempels, in dem Durga verehrt wird; der pittoreske Nasal Chowk, einst Teil des Hanumandhoka Königspalastes, bietet Einblicke in die traditionelle Palastarchitektur; der Krishna Tempel präsentiert dagegen die sakrale Holzarchitektur; Spaziergang zu einigen Stupas, Tempeln und Palästen, die pittoreske Ensembles bilden; auf Wunsch Rikscha-Fahrt durch die quirligen Gassen; Abendessen, Nächtigung im \*\*\*\*Hotel Yak&Yeti.

## Montag, 30.9.: Kathmandu / Istanbul / Wien

Morgendlicher Transfer zum Flughafen; 07.35 - 13.05 Uhr Flug mit Turkish TK 727 von Kathmandu nach Istanbul; 17.10 - 18.25 Uhr Flug mit Turkish TK 1887 von Istanbul nach Wien.

Preis: € 3.777,--

Einzelzimmerzuschlag: € 307,-- (für Nächtigungen in Kathmandu und Pokhara)

Leistungen: Flüge mit Turkish Airways; Fahrt mit Allrad-Wagen ab/bis Kathmandu entlang der angegebenen Route (4 Personen + Fahrer); Nächtigung mit Frühstück und Abendessen in Kathmandu, Pokhara und Jomsom; Vollpension in Tea Houses genannten, bescheidenen, ortstypischen Herbergen in Mustang; das Upper Mustang Restricted Area Permit (US\$ 500,-); das Annapurna Conservation Area Permit/TIMS; alle Eintritte; örtliche Englisch-sprechende Reisebegleitung; drahtloses Audio Guide System. Der Einzelzimmerzuschlag gilt nur für die Nächtigungen in Kathmandu und Pokhara. In Upper Mustang können Einzelzimmer wegen der Hochsaison nicht garantiert, sondern nur vor Ort gegen Aufpreis gebucht werden.

Reiseleitung: Dr. Maximilian Grothaus

Zahlung: Als Dokumentation der Anmeldung € 377,-- pro Person. Der Restbetrag ist zahlbar am 4. 9. 2024.

Internet: [www.welcomenepal.com](http://www.welcomenepal.com); <https://lo-manthang.de/das-land-10>; [www.asianart.com/articles](http://www.asianart.com/articles); <https://www.lo-manthang.ch/?l=0-willkommen.htm>; <https://library.brown.edu/cds/BuddhistTempleArt/index.html>; [www.tsechen.org.np](http://www.tsechen.org.np); <https://www.norbusum.org/lo-gekhar.html>; [www.buddhismus-heute.de](http://www.buddhismus-heute.de); [www.buddhanet.net](http://www.buddhanet.net); [www.omshomejomsom.com](http://www.omshomejomsom.com); <https://templetreeneepal.com>; [www.yakandyeti.com](http://www.yakandyeti.com).

**Seehöhe:** Die zu besuchenden Sehenswürdigkeiten in Mustang liegen zwischen 2800 m und 4000 m Seehöhe. Durch die Fahrt von Pokhara nach Mustang erfolgt eine langsame Akklimatisation an die Höhen, die gut verträglich ist. **Anmeldung:** Die Anmeldung kann telefonisch, per E-Mail oder über [www.anabasis.at](http://www.anabasis.at) erfolgen. Danach wird den Teilnehmern eine Buchungsbestätigung übermittelt. **Informationspflicht** laut Pauschalreisegesetz und Standardinformationsblatt: [www.anabasis.at/de/impressum](http://www.anabasis.at/de/impressum); [https://www.nis.bka.gv.at/Dokumente/Bundesnormen/NOR40192828/l\\_50\\_2017\\_Anhang\\_1.pdf](https://www.nis.bka.gv.at/Dokumente/Bundesnormen/NOR40192828/l_50_2017_Anhang_1.pdf). Die **GISA-Zahl** von Anabasis Reisen Ges.m.b.H. lautet: 10601969. Details zur Reiseleistungsausübungsberechtigung von Anabasis Reisen Ges.m.b.H. finden Sie auf der Webseite [www.gisa.gv.at](http://www.gisa.gv.at)/abfrage unter der GISA-Zahl 10601969. **Versicherungen:** Die Gesetzeslage verpflichtet uns, auf die Möglichkeit von Reiseversicherungen aufmerksam zu machen. Für Auskünfte stehen wir gerne zur Verfügung. **Sicherheitshinweis:** Angesichts weltweiter terroristischer Aktivitäten empfehlen wir allen Reisenden ein sicherheitsbewusstes Verhalten, das den örtlichen Gegebenheiten angepasst ist. Anabasis Reisen kann für die Sicherheitslage vor Ort keine Haftung übernehmen. Informationen zur aktuellen Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Bundesministeriums für Europäische und Internationale Angelegenheiten (<https://www.bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reisewarnungen/>). Gerne geben wir aktuelle Sicherheitshinweise. **Informationen über die Zahlungsmodalitäten gemäß Reisebüroversicherungsverordnung (RSV):** Veranstalter: Anabasis Reisen Gesellschaft m.b.H., Eintragsnummer 1998/0021 im Veranstalterverzeichnis des Bundesministeriums für Wirtschaft, Familie und Jugend. Gemäß der Reisebüroversicherungsverordnung (RSV) sind Kundengelder bei Pauschalreisen des Veranstalters Anabasis Reisen Gesellschaft m.b.H. unter folgenden Voraussetzungen abgesichert: Die Anzahlung erfolgt frühestens elf Monate vor dem vereinbarten Ende der Reise und beträgt maximal 10 % des Reisepreises. Die Restzahlung erfolgt frühestens 20 Tage vor Reiseantritt - Zug um Zug gegen Aushändigung der Reiseunterlagen an den Reisenden. Darüber hinausgehende oder vorzeitig geleistete Anzahlungen bzw. Restzahlungen dürfen nicht gefordert werden. Anzahlungen bzw. Restzahlungen sind nur in dem Umfang abgesichert, in dem der Reiseveranstalter zu deren Entgegennahme berechtigt ist. Die Absicherungssumme wird vorrangig zur Befriedigung von vorschriftsmäßig entgegengenommenen Zahlungen verwendet. Garant ist die Bank für Kärnten und Steiermark (Bankgarantie Nr. 000-11-00170 vom 4.7.2011). Die Anmeldung sämtlicher Ansprüche ist bei sonstigem Anspruchsverlust innerhalb von 8 Wochen ab Eintritt einer Insolvenz beim Abwickler Europäische Reiseversicherung AG (Kratochwilstraße 4, 1120 Wien, Tel: 01/50 444 00, 01/317 25 00, Fax: 01/319 93 67) vorzunehmen. Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen (ARB) in der letztgültigen Fassung, die im Rahmen des Konsumentenpolitischen Beirates des Bundesministers für Gesundheit, Sport und Konsumentenschutz beschlossen werden. Die Stornobedingungen laut ARB sind: 10 % bis zum 30. Tag vor Reiseantritt, 25 % vom 29. bis zum 20. Tag vor Reiseantritt, 50 % vom 19. bis zum 10. Tag vor Reiseantritt, 65 % vom 9. bis zum 4. Tag vor Reiseantritt, 85 % ab dem 3. Tag (72 Stunden) vor Reiseantritt. Bei Flugreisen weichen die Stornobedingungen von den ARB ab und lauten wie folgt: 10 % des Reisepreises bis zum 60. Tag vor Reiseantritt, 50 % vom 59. bis zum 40. Tag vor Reiseantritt, 70 % vom 39. bis zum 20. Tag vor Reiseantritt, 90 % vom 19. bis zum 8. Tag vor Reiseantritt, 100 % des Reisepreises ab dem 7. Tag vor Reiseantritt. Die Hotellklassifizierung erfolgt auf Grund der jeweiligen nationalen Landesstandards. Es gilt österreichisches Recht. Gerichtsstand Klagenfurt. Änderungen vorbehalten. Klagenfurt, 15. 1. 2024



[www.anabasis.at](http://www.anabasis.at)

Anabasis Reisen Gesellschaft m. b. H.

A-9020 Klagenfurt, Linsengasse 60 · A-9020 Klagenfurt, Alter Platz 22

Tel. +43 (0)463/51 60 28, +43 (0)463/59 29 40

Mobil +43 (0)664/34 19 663, +43 (0)664/26 216 48

[info@anabasis.at](mailto:info@anabasis.at), [grothaus@anabasis.at](mailto:grothaus@anabasis.at),

UID Nr.: ATU 257 85 709; FN: 107115y; Landesgericht Klagenfurt,

Bankverbindung: BKS Bank; IBAN: AT75 1700 0001 0018 5687; BIC: BFKKAT2K

Anabasis

Reisen ist Bildung

