

ЕДНО ДУХОВНО ПЪТУВАНЕ В ПОДНЕБЕСНАТА ИМПЕРИЯ ТИБЕТ

09 – 28 юни 2019



За кой ли път поглеждаме на изток – към *Shangri-La*, Поднебесната империя, Тибет, и за пореден път – с обиколка на Кайлас в програмата!

Отново планираме на отиване да летим през Пекин, където ще имаме две нощувки. След това с полет от Пекин пристигаме в **Ласа**, свещената столица на Тибет (за първоначална аклиматизация, 4 дена ще сме там), после ще продължим на запад, за да прекосим една значителна част от Южен Тибет (разбира се, там си струва да се стои 7 години, но ние нямаме това време). Ще достигнем Главния хималайски хребет и **Базовия лагер на Еверест** от север (на надморска височина 5250 метра), за да погледнем отблизо Еверест и другите снежни гиганти!

По време на това пътуване ще видим почти всички най-важни забележителности на Тибет – манастирите и храмовете в и около столицата Ласа, 3 от 4-те свещени езера, 5 от 14-те осемхилядници (е, при ясно време, разбира се) и много други интересни места. Продължаваме след Еверест на запад, за да достигнем до **Свещената планина Кайлас** и да направим обиколка около нея.

Бързам да кажа – това пътуване не е за всеки, трябва да е физически и духовно готов да тръгне натам. Средната надморска височина на прехода около Кайлас (Кора) е над 4850 метра. От вече няколко години правим обиколката за 2 дни, получава се без проблеми, просто вторият ден е малко по-дълъг, но си струва после, повярвайте. Общата дължина на обиколката пеша е около 52 километра, ще се намираме на около 4800 метра, като втория ден ще достигнем до планинския проход *Dorma-La* на височина 5630 метра. Пътят до Кайлас не е никак лек – един цял ден път от последния голям град (Сага) до изходната точка на **Кора-та** (град Дарчен) и цял ден обратно.

Има и нещо ново – за четвърти път ще отправим поглед към едно кралство, което се намира още по-на запад от Кайлас – **GUGE Kingdom** се нарича. Това е една далечна изолирана част на Поднебесната империя, доста рядко посещавана. Там ще отидем преди да започнем обиколката на Кайлас. Тоест имаме още 2 допълнителни дни аклиматизация, а и срещата с руините на това забравено Кралство ще ви очарова, пейзажите са извънземни...

Накрая завършваме пътуването с престой в **Катманду**, столицата на Непал – най-накрая, повече от 2 години след голямото земетресение през 2015-та, границата между Тибет и Непал бе отворена през август миналата година! Макар и не онази, главната при Жангму и Кодари, а друга – при Киронг, което е по-на запад. От Киронг до Катманду се



пътува цял ден, затова ще останем в града 3 нощувки... Връщането за дома е с полет от Катманду до Доха и после София.

НЕ ОЧАКВАМЕ през 2019-та да има проблеми с властите и разрешителните за Тибет – знаете, това е нещо, което не можем – къде по политически, къде по природни причини (например разрушени пътища) – да предвидим, не ми се говори за всичките ограничения, налагани там. През юни 2017-та всичко бе наред с пермитите и успешно стигнахме до тези свещени земи... Да стискаме палци да няма проблеми и тази година!

Ами това са нашите предварителни бележки, преди да зачетете надолу, пуснете си тази мантра, която ще ви подготви още по-добре:

www.youtube.com/watch?v=2shskL0AYuE

Програма на пътешествието

09 юни 2019: София – Пекин (полети)

Полети на *Qatar Airways* по маршрут София – Доха – Пекин, с излитане в 13:00 ч и пристигане в Китай на следващия ден, с около 8 ч престой в Доха.

Програма в Пекин

10 юни: Пристигане в Китай

Кацане в китайската столица около 14:55 ч следобед, трансфер до хотела, свободно време и нощувка.

11 юни: Пекин – Великата китайска стена – Пекин

Цял ден в и около Пекин. Не сме чак такива фенова, но за обща култура... Рано сутринта – посещение на **Великата китайска стена**, за да си броите още едно от новите седем чудеса на света. Е, не може да се отрече, „мерките“ са впечатляващи – дължина от близо 7000 км, като строежът на най-ранните сегменти от нея започва още през VII в. пр. н. е. (все пак, в настоящия си вид, стената е изградена основно в периода XIV-XVII век). Връщаме се след това в Пекин, където ще посетим и **Забранения град** – това е китайския императорски дворец в периода 1420-1912 година (от средата на управлението на династията Мин до края на управлението на династията Цин). Прибраме се в хотела за втора нощувка.

Програма в ТИБЕТ

12 юни: Пекин – Ласа (полет)

Вътрешен полет Пекин – Ласа, пристигане, трансфер и настаняване в хотел. Надморска височина 3650 метра. Първи ден на високо, именно първата вечер и нощ може да ви навестят козметичните проблеми на височинната болест, но това се случва с повечето хора на такава височина – не се притеснявайте. Очаквайте главоболие, сърцебиене, общо неразположение, вдигане на кръвното налягане и други подобни. Аз ще бъда близо до вас, надявам се, че всички ще преживеете добре този първи стрес за организма ви нависоко. Нощувка в *Gorkha Hotel* (или подобен).

13 юни: Ласа

Обиколка на **Ласа** с местен водач – ще видим манастира *Drepung*, храма *Jokhang*,



както и впечатляващия **Potala Palace** – двореца на Далай Лама от средата на XVII век чак до 1959 г. Площта му е 360 000 кв. м., дължината му в посока изток-запад е 400 м, а в посока север-юг 350 м. Сградата е изградена най-вече от камък и дърво, в нея има 1000 стаи (всяка от тях – изрисувана със стенописи), над 10 000 параклиса и около 200 000 статуи. Височината на постройката е 117 м, а заедно с хълма, върху който е построен (Марпо Ри – "Червения хълм"), Потала се извисява на повече от 300 м над долината и града. Дворецът е под закрилата на ЮНЕСКО от 1994 г. Втора нощувка в Ласа.

14 юни: Ласа – Ганден – Ласа (115 км)

Еднодневно пътуване до **манастира Ganden** – един от най-красивите в Тибет, красиво разположен амфитеатрално на хълм, на 4300 метра височина. Разстоянието до там е 2 x 57 км или общо 3 часа път. Манастирът е основан още през 1409 г. от **Дже Цонкапа** – тибетски религиозен водач, който дава началото и на будистката школа **Гелуг** (или **Гелугпа**), позната още като „Жълтите шапки“. Ганден е известен като един от „великите три“ манастири-университети на Тибет. Там ще направим първата Кора – свещена обиколка на хълма над манастира, разходката ще трае около час, час и половина. Връщаме се в Ласа, трета нощувка в града.

15 юни: Ласа – Нам-Цо – Ласа (440 км)

Днес ще посетим **езерото Nam-Tso** – едно от 4-те свещени в Тибет, разположено на 4700 метра надморска височина, заобиколено от снежните вериги на хималайски 6- и 7-хилядници и може би най-красивото от всички езера. Тук ще е втората ни Кора – ще обиколим един хълм, разположен на полуостров в езерото, който е насечен от множество отшелнически пещери – в някои от тях има изградени параклиси. Това е едно от най-свещените места в Тибет и неслучайно привлича много поклонници. Хубаво е, че след престой на над 4700 метра, отново ще слезем да спим на по-ниско – в Ласа. На езерото отново може да имате главоболие, защото надморската височина е голяма, но като слезем в ниското – ще се почувствате по-добре. Четвърта нощувка в Ласа.

16 юни: Ласа – Ямдрок-Цо – Гянце – Шигадзе (360 км)

Тръгване на запад, в посока Шигатзе. По пътя ще видим чудните тюркоазени води на второто от свещените езера в Тибет – **Yamdrok-Tso**. С площ от 638 км² и дължина от 72 км, това е най-голямото езеро в Южен Тибет и основен източник на прясна вода в региона – казват, че ако пресъхне, то платото ще стане необитаемо. Местните вярват, че то е едно от четирите езера (заедно с *Nam-Tso*, *Lhamo La-Tso* и *Manasarovar*), пазени от богинята *Dorje Gegkyi Tso*, и че е свързано с жизнения дух на Тибет. В района на Ямдрок-Цо има и много легенди за пребивавалия тук Падмасамбхава (Втория Буда, наричан още Гуру Ринпоче), който донеся будизма в Тибет през VIII век.

След това преминаваме прохода *Karo-La* (5000 м), за да достигнем градчето Гянце и впечатляващия му **kumbum** (в буквален превод: „100 000 свещени изображения“) – този вид храмове се изграждат като триизмерни мандали и символизират будисткия космос... Построен още през 1427 г. по поръчка на местен принц, кумбум-ът в Гянце е истински шедьовър на тибетската архитектура и изкуство. Височината на чортен-а (ступата) е 32 м, а шестте му боядисани в бяло нива (или етажи) са украсени с различни орнаменти. По етажите има голям брой малки стаи (параклиси) с чудесни стенописи, повлияни от неварската (непалската) художествена традиция.

Привечер – пристигане в **Shigatse**, втория най-голям град на платото, нощувка в **Shigatse Hotel** (или подобен).



17 юни: Шигадзе – Шегар (240 км)

Сутринта разглеждане на манастира **Tashi Lunpo** – основан в средата на XV в. от първия Далай Лама и един от най-красивите в Тибет. Днес манастирът е седалище на *Panchen* ламите – те са най-важните религиозни водачи след Далай Лама в традицията (или школата) Гелуг на тибетския будизъм. После се отправяме към *Shegar* – ако остане време, там ще видим и манастира *Shegar Chöde* с красивия *dzong* (крепост) на стръмния хълм над него. Нощувка в *Everest Hotel* (или подобен)

18 юни: Шегар – Базов лагер на Еверест – Олд Тингри – Сага (420 км)

Пътуване до **Базовия лагер на Еверест**, надм. височина 5250 метра. Гледките оттам към северната стена на първенеца на планетата са наистина впечатляващи... В близост се намира и най-високият манастир в света – **Rongbuk**, почти 5000 м. Един истински *off-road adventure*, връщането поне е сигурно, че ще е приключение – там пътя е лош и е яко друсане. След това преминаваме и през градчето *Old Tingri*, също с хубави гледки към Еверест (8848 м) и съседния Чо Ою (8201 м). Продължаваме покрай красивото езеро *Peiku-tso*, откъдето пък се вижда друг от осемхилядниците – Шишапангма (8027 м – най-ниският от 14-те, както и единственият, който е изцяло в Тибет/Китай). Освен гореспоменатите 3 върха, през този ден можем да видим още два от осемхилядниците – Лхоце и Макалу. Ако е ясно времето, разбира се. Дано!!! Пристигаме в Сага, нощувка в *Saga Hotel* (или подобен).

19 юни: Сага – Дарчен (500 км)

Продължаваме на запад в посока планината Кайлас, пътят вече е асфалтиран – това е – дълъг, дълъг път до района на *Darchen* (изходният пункт за Кора-та, която ще направим после, след кралството Гуге). Така отиваме от Сага направо под Кайлас за 1 ден, с което спестяваме още един досаден ден на път (тъй като предишни години сме правили този преход за два дни). В близост до Дарчен ще видим съседните езера **Manasarovar** и **Rakshastal**. Манасаровар е едно от четирите свещени езера на Тибет, площта му е 410 км², а надморската височина – почти 4600 м. Името му от санскрит е комбинация от думите за „съзнание“ и „езеро“ – индуистите смятат, че то първо е било създадено в ума на върховния бог Брахма и после се е появило (или проектирало) на земята. В будизма пък то се асоциира с митичното езеро *Anavatapta*, край което *Махамайя* е заченала Сидхарта Гаутама (по-известен като Буда). Манасаровар е сладководно, а Ракшастал – соленоводно езеро; за местните първото е свързано с добрите сили, а второто с лошите. Красиви са сапфирено-сините им води, особено на фона на заснежените върхове зад тях (и по-специално Гурла Мандата, 7694 м)... Нощувка в Дарчен.

20 юни: Дарчен – Цата (Занда) (245 км)

Рано сутринта тръгваме още на запад, за онова далечно кралство. Отиваме към градчето *Tsata*, където ще посетим манастира **Tholing** – много е интересно, едва за трети път отиваме там, но си заслужава! Намиращ се много близо до границата с Ладак (Индия), този манастир е най-старият в тази част на Тибет – основан е през 997 г. от *Yeshe-Ö*, втория крал на Гуге. На тибетски '*Tholing*' означава „носещ се винаги в облаците“, което идва най-вероятно от надморската височина, на която е изграден – 3800 м. на Ще спим в това градче Цата (или Занда).

21 юни: Кралство Гуге

Продължаваме разходката си из **Guge Kingdom** – това древно и малко по размер западнохimalайско кралство е основано и достига разцвета си още през X век, като заема части от Западен Тибет и Северен Ладак (днес в Индия). Първата столица на



кралството е *Burang*, след това *Tholing* и накрая *Tsaparang*. По време на съществуването си, Гуге е по-известно с „второто разпространение“ или „второто възраждане“ на будизма (случило се по време на управлението на гореспоменатия *Yeshe-Ö*), отколкото със завоеванията си.

Ще видим впечатляващите руини на старата столица ***Tsaparang*** – голяма крепост, разположена на върха на висока пирамидална скала (около 180 м). В мекия камък отдолу са изсечени и разположени терасовидно множество постройки, тунели и пещери. Въобще целият регион впечатлява и с геоложките си образувания – каньони, „каменни гори“, ровини и други, обособени в т.нар. „*Zhada Earth Forest National Geopark*“. Късно следобед се прибираме в Дарчен, за да се готвим за Кора-та. Нощувка.

22 юни: Дарчен – южната страна на Кайлас – Дарчен

Ден за размисъл!!! Почивка в *Darchen*, подготовка за Кора-та. Този път предвиждам само 1 ден за „размисъл“, до миналата година бяха по два, но мисля, че не е нужно чак толкова... Така стана и в 2013-та, когато съкратихме престоя в Дарчен само на един ден, напълно достатъчно е. Разходка навътре в планината от **южната страна** – докъдето позволят нашите водачи. Не е за всеки да навлиза там, особено при първото му посещение. Вижте този линк, той добре показва пътя ни в района около Кайлас, Гурла Мандата и Манасаровар:

<http://www.raize.ch/Reisen/velo-urasien/satellite-images/movies/kailash-flugroute.htm>

23-24 юни: KAILASH KORA

Свещена обиколка на Планината на боговете **Кайлас** (или **Кайлаш**). Първият ден е кротко – 13-14 километра по равно, след което спим в *Dira-puk*. Вторият ден се преминава през най-високата кота – 5630 метра (превала *Dorma-La*). После завършваме кората до края, вече само за два дни, и спим направо в Дарчен.

Най-трудното изпитание в живота ви! Добре си помислете, преди да решите да тръгнете!

Ако някой не се чувства добре – **ИЗОБЩО НЯМА ДА МУ РАЗРЕША ДА ТРЪГНЕ!**

С нас ще има тибетски водач, разбира се. Тези, които нямат сили, ще ни изчакат в Дарчен – искам да отбележа още, че преди да тръгнем около Кайлас, ще бъдем 11 дни на високо, т.е. ще има прилично време за аклиматизация! Но въпреки всичко – не мога да гарантирам физическия и душевния комфорт на никого там!!! Ако някой не се чувства добре още в началото – няма да тръгва, все пак – здравето е най-важно, нали?!!! То е по-важно от всякакви други физически и душевни постижения! Все пак – при предишните ни обиколки, всички групи успяха почти на 100%, без да са спортисти или хора със специална физическа подготовка.

Кайлас е свещената планина за четири религии – будизъм, бон, джайнизъм и индуизъм (индуистите вярват, че планината е домът на бог Шива). От района около Кайлас извира четири от най-дългите азиатски реки: Инд, Брахмапутра, Сатледж (голям приток на Инд) и Карнали (голям приток на р. Ганг). От санскрит името на Кайлас идва най-вероятно от думата за „кристал“, а тибетското название на планината е *Gangs Rinpoche*, което се превежда като „снежен скъпоценен камък“.

25 юни: Дарчен – Сага – Киронг (620 км)

Ранно ставане и най-дългият ден на път, но по-добре така, за да изминем разстоянието до границата наведнъж, за около 14-15 ч. Ще спим в град Киронг, близо до „новата“ граница между Тибет и Непал (другата, между Жангму и Кодари, продължава да бъде затворена).



Програма в НЕПАЛ

26 юни: Киронг – Катманду (230 км)

Минаваме границата при градчето *Rasuwagadhi* и продължаваме към Катманду. Пътува се цял ден, не са особено добри пътищата от непалска страна... Пристигаме и нощувка в *Hotel Vaishali* (или подобен).

27 юни: Катманду

Разглеждане на **Катманду** – храмовете *Boudhanath*, *Swayambhunath*, площад *Durbar Square*, както и съседния град Патан, една от старите столици на непалското кралство, има какво да се види там. В свободното време – започва якият шопинг на артефакти из магазинчетата на Тамел, кварталът на туристите и купонджиите в столицата. Втора нощувка в града... *Hotel Vaishali* (или подобен)

28 юни 2019: Полети до София

Излитане преди обед с полети на *Qatar Airways* по маршрут Катманду – Доха – София, с кацане у дома около 21:00 вечерта и около 2 ч връзка в Доха.

Цена: 3577 EUR, базирана на човек в двойна стая.

Доплащане за единична стая – **517 EUR**.

Цената включва:

- самолетен билет за международни полети София – Доха – Пекин и Катманду – Доха – София, *Qatar Airways*;
- самолетен билет за вътрешен полет Пекин – Ласа;
- 10 нощувки със закуска в хотели 3* в Китай, 2* и 3* в Тибет, 3* в Непал;
- 8 нощувки в странноприемници, малки хотелчета и къщи за гости по пътя до Кайлас и обратно, включително и по време на обиколката на планината. Без включена закуска. Това е най-удобният вариант за пътуване до Кайлас и обратно. Иначе трябва да разгъваме палатки – и е по-скъпо!
- всички посочени посещения, обиколки и трансфери в Тибет и Китай – от 2015-та насам транспортът из Тибет е с микробуси, откакто строят и толкова нови пътища (преди придвижването бе с джипове);
- обиколка на Ласа и разглеждане на забележителностите в и около града;
- обиколка на *GUGE Kingdom* и нощувка там;
- всички разрешения за пътуването, включително специална виза за Тибет и достъп до Кайлас – една папка разрешения вадят нашите партньори за там;
- медицинска застраховка за 15 000 EUR;
- местни водачи за цялата програма – в Китай и Тибет, вкл. и по време на обиколката на Кайлас;
- български водач – Павел Нанков.

Цената не включва:

- летищни такси – **177 EUR** към момента на резервацията;
- храна – около 10-20 \$ на хранене;
- входни билети в музеи, манастири и национални паркове (където има такива).



Ще ви пиша точно колко са на всяко място – бройте около **230 \$** **тотал**;

- разрешения за снимане в някои манастири и паметници (където изискват такива);
- виза за Китай – **110 \$**, вади се от София за 1 седмица, нужни са общо 2 снимки;
- виза за Непал – вади се на пристигане, **25 \$**;
- бакшиши за шофьорите на джиповете и за тибетския ни гид – около 65-70 \$ на човек, заслужават си момчетата за труда и вниманието, което полагат за нас тези 2 седмици...
- посочената цена е за група от 13-14 човека, за по-малка група (10-12 човека) – доплащането би било 170 \$ на човек;
- застраховка „Отказ от пътуване“, която би покрила разходите ви за отмяна на пътуването поради здравословен проблем или при някои форсмажорни обстоятелства (каквото например бе голямото земетресение в Непал). Цената на тази застраховка е от порядъка на 180-200 лв на човек.

Срокове за плащане на цената:

- при записване – 1500 EUR;
- **03 май 2019** – останалата сума и летищни такси.

Цените са валидни при група от поне 13-14 човека, включително водача...

ВАЖНО! Цената е изчислена на база курса на щатския долар спрямо еврото към датата на изготвяне на програмата (февруари 2019 г). Сериозни вариации на тези курсове би се отразила и върху общата цена на пътуването.

Не са необходими никакви специални ваксинации или други медицински средства. Ще получите и нашите инструкции как да ви боли по-малко главата, спокойно, не е драма – даже е нормално...

Лама Павел Нанков
Пътешественик и будистки поклонник



Адвенчър Клуб ООД

ул. Оборище 52, партер (вход откъм ул. Алеко Константинов), София 1505

Тел: 02 / 44 84 156

GSM: +359 888 050 142; +359 888 305 710; +359 884 488 814

e-mail: info@adventureclub.bg

web: www.adventureclub.bg

fb: www.facebook.com/AdventureClub.bg

