

Heilige Stätten Tibet und Nepal, Mt. Kailash: mit Roger und „special“ Gast Tom,



Ausgedehnte 19-tägige Tour, Mt. Kailash, Manasarovar, Thirthapury & Gosaikunda!

Diese Tour ist fuer leute die mehr zu Fuß gehen und weniger fahren möchten. Dabei widmet sie sich den heiligen Stätten in Nepal und Tibet, um die einzigartige Art und Weise zu erleben, wie die Pilger in jedem Land das „Nye Khor“ oder „Yatra“ praktizieren. Beginnend am Shiva/Guru Rinpoche-Ort Gosaikunda in Nepal ist danach der Höhepunkt unserer Tour die viertägige Kora (Umrundung) des Berges Kailash sowie die eintägige Kora-Wanderung entlang des Manasarovar-See und der Besuch von Thirthapury.

Reiseplan: Beginn der Reise: 04.Mai.2025

- Tag 01: Kathmandu – Abholung vom Flughafen/Transfer zum Kloster G.H.
- Tag 02: Morgens Besuch der Stupa – Briefing / Kloster G.H.
- Tag 03: Kathmandu – Langtang – Akklimatisierung / Teehaus
- Tag 04: Langtang – Akklimatisierung / Teehaus
- Tag 05: Langtang – Akklimatisierung / Teehaus
- Tag 06: Langtang – Akklimatisierung / Teehaus
- Tag 07: Kyirong / H.
- Tag 08: Paryang / H.
- Tag 09: Paryang – Thithapury / G.H.
- Tag 10: Thirthapury Kora – See Mansarovar Chiu Gompa Dorf/ G.H.
- Tag 11: See Kora 4-5 Std. Wanderung Besuch Gosul Gompa – Darchen/ H.
- Tag 12-14: Kailash Kora / Trekking / G.H.
- Tag 15: Kora und Darchen – Fahrt Paryang / H.
- Tag 16: Paryang - Kyirong /H.
- Tag 17: 10 Uhr Grenzübertritt – Fahrt mit KTM / Kloster G.H.
- Tag 18: Ruhetag oder Shopping / optionale Besichtigungen / Kloster G.H.
- Tag 19: Flughafen - Transfer– **Ende der Reise 22.05.2025**

„Während der Berg Kailash als der Vaterberg gilt, als das aktive Prinzip geschickter Mittel, ist der Manasarovar-See der Muttersee, das Prinzip transzendenter Realität.“

J. Snelling – The Sacred Mountain

Mt. Kailash - Der Heilige Berg

1'200 km westlich von Lhasa, in einer der unzugänglichsten Gegenden Tibets, ragt der 6'714m hohe Mount Kailash wie ein Gletscherdom aus dem Transhimalaya empor. Der Kailash ist nicht nur geographisch einer der wichtigsten Berge Asiens – er ist Quellgebiet der großen Flüsse Indus, Sutlej, Karnali und Tsang Po – sondern auch mythologisch ist die ebenmäßige Pyramide aus Eis und Stein der Mittelpunkt der Erde. Für die Hindus ist der Kailash der Thron des Gottes Shiva und seiner Gemahlin Parvati. Im Sanskrit bedeutet Kailash „leuchtender Kristall“. Die tibetischen Buddhisten sehen im Kailash den Körper des Mandalas von Buddha Korlo Demchog und seiner Gemahlin Dorje Phagmo (Chakrasambhava und Vajravarahi). Sie nennen den Berg Kang Rinpoche, „das Schnee-Juwel“. Jeder gläubige Tibeter sollte wenigstens einmal in seinem Leben die Kora, die rituelle Umrundung des Berges, vollenden wodurch das Karma eines gesamten Lebens gereinigt wird.



„[Sie] ist die Leiter, die gleichzeitig zum Himmel aufsteigt und vom Himmel herabsteigt ... und sie hat daher dieselbe Funktion wie das ‚Himmelsseil‘, das Himmel und Erde verbindet.“

G Tucci – Die Religionen Tibets

Überblick: Zu Beginn werden wir eines der Top-3-Trekkinggebiete in Nepal besuchen! Es heißt, Langtang/Gosaikunda ist eine bedeutende Sehenswürdigkeit, ein heiliger Pilgerort von Shiva und Guru Rinpoche, den jedes Jahr viele Pilger besuchen. Dies liegt auf der Trekkingroute Dhunche-Helambu. Von Kathmandu aus fahren wir in die Region Langtang, um uns an die Höhe, die bevorstehende Reise und aneinander zu gewöhnen – dazu gehören Wanderungen zu ausgewählten Orten, die sowohl unsere innere als auch unsere äußere Reise unterstützen. In Nepal wird ein Sherpa-Führer die Gruppe führen und in Tibet übernimmt der tibetische Führer. Den Kern dieser Reise ist eine gemächlich viertägige Rundwanderung (Kora) unter tibetischen Pilgern um den heiligen Berg Kailash und die heißen Quellen und das Kloster Chiu Gompa und den wunderschönen Teil der Kora des Manasarovar-Sees! Hier erleben wir den landschaftlich reizvollsten Teil des Tages mit einem Klosterbesuch, wo Gyalwa Go Tsampa in die heilige Region kam und einen Fußabdruck in einem Stein hinterließ, bevor er vor etwa 800 Jahren begann, den Kailash Kora für das einfache Volk zu öffnen... Im tibetischen Buddhismus heißt es, man soll drei Orte besuchen: den Berg Kailash – den Manasarovar-See – Thirthapury für die komplette Pilgerreise – das werden wir tun!

Diese Tour ist für Leute, die gerne mehr wandern und weniger fahren und mehr Natur erleben möchten. Sie erfordert mittlere Fitness und Ausdauer.

Expedition und Innere Reinigung



Jede Reise zum Kailash hat den Charakter einer Expedition. Die langen Fahrten erfordern Geduld, Toleranz und geringe Erwartungen. Im Gegenzug sehen wir schönste und unberührte Landschaften und begegnen wundervollen Menschen. Auch kann eine Reise zu einem solchen Kraftort unerwartet starke Emotionen hervorrufen und bietet die Chance, Verganem und Zurückgelassenem bewusst zu begegnen.

Spezial -touren: Spezialtouren: Diese Tour wurde so organisiert, dass Ihnen die Organisation aller Transport-, Unterkunfts- und Verwaltungsaufgaben abgenommen wurde, sodass Sie mehr Zeit haben, sich einfach zu entspannen und die Reise zu genießen. Sie können erwarten, alle wichtigen Sehenswürdigkeiten auf dem Weg zu sehen, während Sie von Profis betreut werden: Ihrem Reiseleiter „Roger“, dem tibetischen Reiseleiter und unserem Fahrer. Der Nepal-Teil wird von unseren Sherpa-Reiseleitern und -Fahrern übernommen. Nur für diese Reise haben wir einen besonderen Gast – Mitreisenden Tom Riddle.

Mitreisender: Wir werden von einem alten Freund begleitet, den ich vor über 18 Jahren bei einem buddhistischen Meditationsretreat in Indien kennengelernt habe, Tom Riddle. Dies wird Toms fünfte Reise mit mir zum heiligen Berg sein. Nach seiner dritten Reise drehte er einen YouTube-Film, [Mt Kailash and the Walk around the Sacred Mountain](#), der ziemlich populär geworden ist. Tom wird uns als Mitreisender und eingeladener Gast begleiten. Er hat auf der Reise keine Verantwortung außer der moralischen Unterstützung und Ermutigung, die er uns geben möchte. Wenn Sie Fragen zur Reise haben, richten Sie diese bitte an mich.

Reiseleiter / Veranstalter Roger Pfister, Schweizer, geboren 1960. Lebt in Boudhanath,



Kathmandu in Nepal seit 1995. Während dieser Zeit vearnstelte er mit „snowjewel“ reisen & Expeditionen zu abgelegenen Orten in Nepal und Tibet. Darüber hinaus hat er über fünf Jahren als Freiwilliger für das Hilfswerk not-for-profit ROKPA Nepal gearbeitet. Roger hat ausführlich sowohl in der tibetischen und Theravada Tradition praktiziert, macht jährliche Vipassana Retreats in Thailand im Wat Ram Poeng und in Indien Bodgaya und Sarnath mit Christpoher Titmuss. Während seiner Zeit in Nepal, verbrachte er zwei Jahre mit buddhistischem Studium an Ka-Nying Shedrup Ling, Universitaet von Chokyi Nyima Rinpoche, sowie Pullahari Kloster unter der Leitung von Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche. Seine erste Reise zum Berg Kailash war im Frühjahr 1996 und seitdem hat er über 100

Umrundungen des Berges und 14 Manasarovarsee koras gemacht. including a restaurant and guesthouse.

Klein-Gruppe: Minimum 7, maximum 15 Leute.

Dauer: 19 Tage vom 4. - 22 Mai 2025

Preis: 19'500 CNY ca. €uro 2490 (CNY@ 7.6 zum Euro)

Einzelzimmer in Kathmandu 4 mal' mark-up 80 Euro;

Einzelzimmer Tibet: mark-up 390 Euro (ausser den Koras Kailash und Manasarovar)

500 Euro Anzahlung zur Bestätigung Ihrer Buchung*

Inklusive Nepal: Zwei mal Flughafentransfer und Kloster-G.H. (DZ-Zimmer mit Frühstück) in Kathmandu. Von Kathmandu aus Fahrt im Privatfahrzeug zum Teehaus-Trek in der Region Langtang mit Sherpa-Führer und Trägern, Deutschsprachiger Reseleiter Roger, Genehmigungen; TIMS 20 \$ & Langtang 35 \$; Führer und Träger für 5 Tage in der Akklimatisierungsphase (Sie können 6 kg an den Träger abgeben), der Rest bleibt für den späteren Teil bei der Rückkehr im Lager!

Inbegriffen Tibet: Fahrt zum Berg Kailash, zum Manasarovar-See und weiter nach Kathmandu, mit privatem Transport (siehe Reiseverlauf); alle Genehmigungen und Straßengebühren in Tibet; Tibetischer Reiseführer, Deutschsprachiger Reseleiter Roger, Fahrer; alle Gebühren für Besichtigungen, Kailash-Runde, Graslandgebühr, Hotel in Kyirong, Paryang, Saga und Darchen; alle anderen Übernachtungen in einfachen Unterkünften (Pilgergästehäuser).

Nicht im Preis inbegriffen: Visagebühr für China/Tibet (meist kostenlos bei Ankunft mit 30 Tagen!) oder gruppervisumgebühr für Tibet 120 \$ (USA 210 \$); Träger, Pferd und Pferdeführer für persönlichen Ausritt; Träger am Berg Kailash, Kosten im Notfall, persönliche Ausgaben; Versicherungen; Trinkgelder und Danksagungen.

Nepal: Visum für Nepal; Alle Kosten für Verpflegung in Nepal für 4,5 Tage während des Teehaus-Trekkings (Sie benötigen etwa 20–25 USD pro Tag); zusätzliche Nächte in Kathmandu auf Wunsch;

Tibet: Natürlich können wir Ihr Ausgabeverhalten nicht bestimmen oder vorhersehen, aber die meisten Menschen kommen auf 100-150 CNY, also ca. 15-20 Euro/Tag für Essen und Trinken. Ein Träger auf der Kora, falls nötig, kostet zusätzlich 330 CNY/Tag (2024).

Itinerary – Detailed

- Tag 1:** Ankunft am KTM-Flughafen, Transfer zum Monastic G.H., 5 Minuten von der Boudhanath-Stupa entfernt (Doppelzimmer mit Dusche). Übergabe vom Pass zwischen 9.00 und 16.00 Uhr.
- Tag 2:** Besuchen Sie die Boudhanath-Stupa mit dem Sherpa-Führer um 9.00 Uhr, danach gibt es gegen 11.30 Uhr eine Besprechung für die Reise und den Visa-Prozess (2–3 Stunden).
- Tag 3:** Fröhlich morgens um 5 Uhr Fahrt mit privatem Transport nach Dunche, in die Gegend von Langtang nahe der nepalesischen Grenze, 99 km, 4 Stunden Fahrt, nach dem Frühstück um 10 Uhr 5 Stunden Fußmarsch auf den Berg auf 3270 m. Singompa, Anstrengender Tag, 1100 Höhenmeter steil bergauf! Teehaus-Trekking. ->



Tag 4: Ruhe- und Akklimatisierungstageswanderung von 2–2,5 Stunden auf 3900 m zum Laurebina Yak, hier eine Morgenansicht vom Mai 2018.



Tag 5/6: An diesen beiden Tagen bieten wir kurze Wanderungen an, damit man sich an die Höhe gewöhnen oder einfach ausruhen und akklimatisieren kann. Tag 4: Wanderung hinunter nach Sing Gompa auf 3270 m in etwa 1 Stunde.
*Gosaikunda see ^

Tag 7: Fröhlich um 5 Uhr, 3-4 Stunden Wanderung hinunter zu unserem Treffpunkt mit Bus/Auto, das uns um 9 Uhr zur Grenze von Rasuwa bringt (1,5 Stunden Fahrt). Tibet ist 2 Stunden und 15 Minuten voraus! Beim Überqueren der Grenze treffen wir den tibetischen Führer/Fahrer. Wir beginnen unsere Überlandreise in Tibet nach Kyrong (2800 m), 1 Stunden Fahrt, mit herrlicher Aussicht auf den Himalaya. Wir übernachten im Hotel, DZ.

Tag 8: Kyirong nach Paryang 360 km, 7-8 Stunden Fahrt. Am Morgen reisen wir weiter nach Paryang. Wir fahren durch eine herrliche Hügellandschaft. Übernachtung im einfachen Hotel DZ mit Dusche.

Tag 09: Paryang – Thithapury (4'300 m). 7 Stunden Fahrt (370 km). Wir überqueren mehrere hohe Pässe und betreten die Hochwüste Westtibets – durch eine wunderschöne Landschaft von Paryang über Darchen. Nachdem wir den Mayumla-Pass (5216 m) überquert haben, fahren wir am Ufer des Gung Gyu-Sees entlang, bevor wir zum ersten Mal den heiligen Berg Kailash sehen. Wir fahren weiter und übernachten in einem einfachen G.H. DZ, in der Nähe von Thithapury.

Day 10: Besuch vom Kloster Thirthapury – Heilige heiße Quellen am Morgen, wir wandern die kleine Kora um den idyllischen Klosterkomplex herum. Danach fahren wir 1–2 Stunden nach Chiu Gompa und besuchen das Kloster Chiu. Einfaches G.H.

Tag 11: Heute wandern wir diesen Teil des Kora-Sees entlang. Etwa 12-15 km mit der großartigsten Aussicht auf den Manasarovar-See. Etwa 4-5 Stunden zu Fuß, danach Fahrt zum Berg Kailash/Darchen (40 Minuten, 30 km). Hotel DZ



Tag 12: Beginn der Kailash Kora. Dies ist eine mittelschwere Wanderung (20 km, 6-8 Stunden), leicht bergauf. Von Süden aus erreichen wir Tarpoche, das sogenannte Zentrum des Universums. Dann passieren wir das Chuku-Kloster (wer viel Energie hat, kann einen kurzen Besuch einlegen) und die Westwand des Kailash. Unser G.H. liegt direkt unterhalb des Dirapuk-Klosters auf 4.900 m Höhe mit atemberaubender Aussicht auf die Nordwand des Kailash.



Tag 13: Ruhetag an der Kailash-Nordwand zur Akklimatisierung. Wer möchte, kann das Dirapuk-Kloster besuchen (der berühmte Yogi Gyalwa Gotsangpa meditierte dort lange Zeit in einer Höhle), einen Ausflug zur Nordwand machen (2h), in ein Seitental wandern (1-2h) oder einfach die Kraft des Kailash im Dirapuk-Kloster auf 4900m genießen.



- Tag 14:** **Dieser Tag ist der Kern der Reise.** Es wird eine anstrengende Tageswanderung (20 km, 8-10 Std.), bei der wir die am Tag zuvor angesammelten Reserven brauchen. Es geht zunächst 2-5 Std. langsam bergauf zum Tara-Pass/Drölma-La (5630m), von wo wir nach einer Pause 1-2 Std. steil ins Tal hinunter wandern. Danach sind es noch 3-4 Std. überwiegend leicht bergab bis zum „Guest house“ im Zutulpuk-Kloster (4790m). Kloster G.H.
- Tag 15:** Dieser Tag ist ziemlich einfach (10 km, 3-4 Stunden). Wir passieren das Kloster Zutrulpuk und wandern leicht bergab zurück nach Darchen, wo wir in einem Restaurant zu Mittag essen. Danach fahren wir nach Paryang / einfaches Hotel DZ mit Dusche.
- Tag 16:** Paryang nach Kyirong, 7-8 Stunden, 330 km. Wir fahren über einen hohen Gebirgspass (Zhongma), steigen die Hochwüste hinab und betreten die grüne und üppige Vegetation. In Lower Kyirong übernachten wir im Hotel DZ.
- Tag 17:** Morgens 8.00 Uhr – 20 km Fahrt zur eigentlichen Grenze und Auschecken aus Tibet um 10.00 Uhr (Nepal-Zeit). 07.45 Uhr Umsteigen in neue Fahrzeuge und Weiterfahrt 6–7 Stunden/130 km nach Kathmandu, Boudhanath-Stupa/Kloster G.H.



- Tag 18:** Freier Tag zum Entspannen und Einkaufen. Optionale Besichtigungen in Kathmandu können für Sie arrangiert! Kloster G.H.
- Tag 19:** **Transfer zum Flughafen, hier endet die Reise! Optionale Verlängerungstage mit Besichtigungen etc. sind möglich.**

Allgemeine Informationen

Bitte beachten

- Wir übernehmen keine Verantwortung für zusätzliche Kosten, die durch Erdbeben, Straßensperren und andere wetterbedingte oder politische Probleme entstehen.
- Sie sind für Ihre eigene Gesundheit verantwortlich. Die Reiseroute wurde so gestaltet, dass ausreichend Zeit zur Akklimatisierung bleibt.
- Die Unterbringung erfolgt gelegentlich in Mehrbettzimmern (kleinen Schlafsälen). Wir setzen Ihre Bereitschaft voraus, Zimmer mit anderen zu teilen, unabhängig vom Geschlecht.
- Wir behalten uns das Recht vor, den Reisepreis zu erhöhen, sollte der Euro im Verhältnis zum chinesischen Yuan (RMB) deutlich an Wert verlieren.

Visa- und Passinformationen;

Visum Nepal; Einreise aus Nepal, ein nepalesisches Visum beantragen Sie am besten [hier online](#). Sie erhalten ein 15/30/90-tägiges Mehrfachvisum, das ab dem Einreisedatum gültig ist. Das Visum kostet 30/50/125 USD,

Neu 2025 Tibet! Haben die meisten Länder ein sog. „on arrival“-**Gratisvisa? Bitte prüfen Sie**, ob Ihre Nationalität dabei ist! **D/CH/A/FR/IT/SP etc. sind dabei** wie auch die meisten europäischen u.v.m.Länder außer (England, USA, Kanada).

Tibet-Gruppenvisum für Reisende die kein Gratis Visa bekommen: Nehmen das sogenannten „Gruppenvisum“ um nach Tibet reisen. Das tibetische Gruppenvisum besorgen wir für Sie in Kathmandu. Das Visum kostet 120 US-Dollar in bar bei der Einreise zusammen mit Ihrem Reisepass (US-Bürger müssen 210 US-Dollar bezahlen.) Mindestens 4 Personen.

Gültigkeit des Reisepasses: Mindestens 6 Monate ab Einreisedatum.

Kontakt-Informationen

Roger Pfister, Snow Jewel
P.O. Box 7003, Boudha, Kathmandu, Nepal
Phone: 00977-1-458 23 51
Mobile Nepal: 00977-984 322 4313(WhatsApp)
Skype Name: kailashroger
Email: roger@snowjewel.com
Webpage: www.snowjewel.com



Mögen alle Wesen glücklich sein!