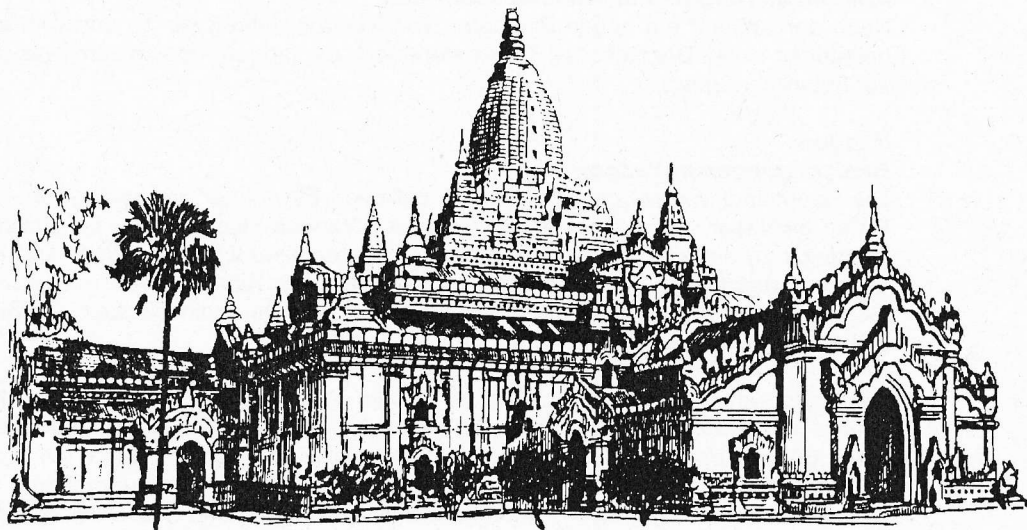




Myanmar – Das goldene Land

24-tägige Kultur- und Erlebnisreise

Reisecode: BUR 002



'Und dann erhob sich ein goldenes Wunder am Horizont, ein leuchtendes glänzendes Wunder, das in der Sonne erstrahlte. Das ist Burma und es wird wie kein anderes Land sein, das Du kennst'
(Kipling 1889)

'Mingalabar' – Willkommen in Myanmar!

Myanmar öffnet sich erst seit einiger Zeit für den Tourismus. Dieses wunderbare Land am Golf von Bengalen hat sich deshalb bis heute viel von seiner Ursprünglichkeit und Natürlichkeit bewahren können. Diese Ursprünglichkeit und Natürlichkeit, die Freundlichkeit der Menschen und tiefe Religiosität, die Ausdruck findet in einer nahezu unbeschreiblichen Vielzahl von prächtigen Tempeln, lockt seit einiger Zeit immer mehr Reisegäste an.

Unsere Entdeckungsreise führt zu landschaftlich einmaligen Plätzen und kulturellen Höhepunkten. Dabei besuchen wir auch Gegenden, die ein wenig abseits der üblichen Touristenpfade liegen und verbringen sehr viel mehr Zeit in Myanmar, als auf den meisten anderen Reisen, die angeboten werden. Das gibt uns die Möglichkeit in die faszinierende Kultur intensiv einzutauchen und an manchem Ort die landschaftliche Schönheit mit Muße zu genießen. Unsere Reise beginnt in Yangon, der Hauptstadt mit der weltberühmten Shwedagon-Pagode, der quirligen Altstadt mit ihrem kolonialen Gepräge und dem Basarviertel. Weitere Höhepunkte der Reise sind der 'Goldene Felsen', der idyllische Inle-See, Mandalay und Bagan.

Reiseroute: Yangon – Kyaiktiyo – Toungoo – Kalaw – Pindaya – Inle-See – Mandalay – Bagan – Yangon – Ngwe Saung Beach – Yangon

Vorgesehener Reiseverlauf (Programmänderungen vorbehalten!):

Tag 1: Flug von Deutschland nach Yangon

Tag 2: **Ankunft in Yangon**
Ankunft in Yangon und Transfer zum Hotel

Nach der Ankunft am neuen Flughafen von Yangon, fahren wir zu unserem zentral gelegenen Hotel. Der Rest des Tages steht nach der langen Anreise zum Entspannen zur freien Verfügung.

Tag 3: **Yangon**
Besichtigungen in Yangon

Die Hauptstadt von Myanmar hat fast 5 Millionen Einwohner und verfügt über einen Hafen am Meer, der auf der linken Seite des Yangon-Flusses liegt. Es gibt hier im Vergleich zu anderen asiatischen Großstädten recht wenig Autoverkehr und keinen Smog – stattdessen grüne Alleen, ein interessantes Altstadtviertel mit kolonialem Gepräge und lebendige Märkte im indischen und im chinesischen Viertel. Wir besuchen die interessantesten Pagoden der Stadt.

Die weltberühmte Shwedagon-Pagode ist das Wahrzeichen der Stadt. Bei klarem Wetter sehen wir schon vom Flugzeug aus die goldene Kuppel. Die Pagode steht auf einer 60 m hohen Singuttara-Hügel. In jeder Himmelsrichtung führt ein Aufgang hinauf. Der prächtigste davon befindet sich an der Südseite. 104 Stufen führen uns zur 60.000 m² (!) großen Plattform, die mit schwarzen und weißen Marmorplatten ausgelegt ist. In der Mitte ragt auf einer achteckigen Basis von 500 m Umfang und 7 m Höhe der goldene Stupa mit dem kostbarsten Schirm hervor, der jemals im Land angefertigt wurde.

Wir besuchen auch die Sule Pagode, die direkt im Zentrum der Stadt steht. Der Bau wurde 235 v. Chr. Begonnen und hieß anfangs Kyak Athol, was so viel bedeutet wie 'Pagode mit der Haarreliquie'. Der Name deutet darauf hin, dass die Pagode ein Haar und andere Reliquien des Buddhas birgt. Sie ist 46 Meter hoch und in der seltenen achteckigen Form erbaut.

Ganz in der Nähe befindet sich die City Hall (Rathaus), ein gut erhaltener Prachtbau im britischen Kolonialstil. Unweit davon erstreckt sich der Maha Bandoola Park, ein beliebtes Ziel der Burmesen, um am Abend nach getaner Arbeit 'lustzuwandeln'.



Yangon im 19. Jhd.

Tag 4:

Yangon – Bago – Kyaktiyo

Fahrt über Bago nach Kyaktiyo zum Goldenen Felsen

Die Fahrt nach Kyaktiyo (160 km) führt uns zunächst nach Bago (85 km von Yangon entfernt), das wir nach ca. 1,5 Stunden erreichen. Hier besuchen wir die Kyaikpun Pagode und den 'Liegenden Buddha von Shwethalyaung'. Hinter Bago führt die Straße durch ein ausgedehntes Reisanbaugebiet. Nach etwa 3 Stunden überqueren wir den Sittoung-Fluss und erreichen nach einer weiteren Stunde Kyaktiyo. Die Auffahrt auf den Berg des 'Goldenen Felsens' ist mit dem privaten PKW/Bus nicht gestattet. Deshalb steigen wir um auf einen der Trucks, die hier üblicherweise die Pilger auf den mit Holzbänken ausgestatteten Ladeflächen hinauffahren. So gelangen wir zu unserem Hotel. Von hier aus sind es noch ca. 45 Minuten zu Fuß hinauf zum 'Goldenen Felsen', wo wir heute Abend den Sonnenuntergang genießen (Taschenlampe für den Weg zurück zum Hotel nicht vergessen!).

Tag 5:

Kyaktiyo/Goldener Felsen

Besuch des Goldenen Felsens und Erkundung der Umgebung

Da wir hier einen ganzen Tag Zeit haben, bietet sich die Gelegenheit, auch heute am frühen Morgen noch einmal hinaufzusteigen zum Sonnenaufgang. Die Kyaktiyo Pagode ist mit 5 m Höhe ziemlich klein. Sie steht auf einem vergoldeten Findlingsblock, der den Eindruck erweckt, als würde er jeden Moment in die Tiefe stürzen. Der Legende nach bewahrt ein Haar Buddhas den Fels vor dem Absturz. Klöster, Andachtshallen, Gasthäuser und Andenkenstände befinden sich in der näheren Umgebung. Der Ausblick von hier oben ist wunderbar. Im Osten sieht man die blauen Martaban Berge, in der Ferne die Berggipfel von Thailand und zum Süden hin den Dschungel. Die Umgebung des Goldenen Felsens lädt zu ausgedehnten Spaziergängen ein.

Tag 6:

Kyaktiyo – Toungoo

Überlandfahrt nach Toungoo

Auf der Ladefläche des Trucks geht es früh wieder hinunter zum Ort Kyaktiyo. Wir steigen um in unseren Bus und machen uns auf den langen Weg nach Toungoo. Die kleine Stadt liegt ungefähr auf der Hälfte der Strecke von Yangon nach Mandalay und ist für uns Zwischenstation auf unserem Weg von Kyaktiyo nach Kalaw und zum Inle See. Die Stadt ist heute das Zentrum des Teakholzhandels.

- Tag 7:** **Toungoo – Kalaw**
Überlandfahrt nach Kalaw
Heute erwartet uns eine sehr lange, dafür aber landschaftlich sehr abwechslungsreiche und schöne Fahrt. Es geht durch das ganz stark vom Reisanbau geprägte Tiefland. Am Horizont sehen wir jedoch schon die ersten Ausläufer des Shan-Plateaus, auf das sich unser Bus in den letzten Stunden der Fahrt in engen Serpentinaffen hinaufquält. Kalaw liegt auf einer Höhe von 1.340 m und ist ein ehemaliger britischer Luftkurort, angelegt am Ende des 19. Jhd. mit Häusern im Kolonialstil. Heute hat Kalaw ca. 25.000 Einwohner – ein buntes Völkergemisch von Shan, Chinesen, Nepalesen, Pakistani und Inder, die mit der British Indian Army hierher kamen. Kalaw ist bekannt für seinen Markt, der hier alle fünf Tage stattfindet und der von den Angehörigen verschiedener Bergstämme mit ihren traditionellen Trachten besucht wird.
- Tag 8:** **Kalaw – Wanderung**
Wanderung zu den Bergstämmen in der Umgebung
In der Nähe von Kalaw gibt es schöne Wanderwege. Auf unserer Tageswanderung besuchen wir die nahe gelegenen Dörfer der Volksgruppe der Palaung, wo wir in einem der 'Langhäuser' zu Mittag essen.
- Tag 9:** **Kalaw – Pindaya – Inle See**
Durch die malerische Landschaft des Shan-Plateaus geht es weiter nach Pindaya, einem lebendigen Pilgerort, idyllisch gelegen am Ufer des Pindaya Sees und am Fuß der aufragenden Berge. Wir besuchen die berühmten Pindaya-Höhlen mit den über 8.000 Buddhastatuen und einen Handwerksbetrieb, in dem die in Myanmar allgegenwärtigen Papierschirme gefertigt werden. Nach den Besichtigungen geht es weiter zum Inle See, wo wir unser Hotel im Städtchen Nyaung Shwe am Nordufer des Sees beziehen.
- Tag 10:** **Inle See**
Ganztägige Bootsfahrt mit Besichtigungen auf dem Inle See
Der größte See Nordmyanmars liegt auf einer Höhe von fast 1.000 m und ist 22 km lang, 10 km breit und höchstens 3 m tief. Idyllisch gelegen zwischen den bis zu 1.500 m hoch aufragenden Bergen ist er von einem 5 km breiten Gürtel aus Wasserhyazinthen und Schilf umsäumt, in dem die Kanäle für die Boote ständig freigehalten werden müssen. Am See liegen 200 Dörfer mit etwa 8.000 Einwohnern, rund 100 Klöster und viele hunderte Stupas. Berühmt ist der See wegen der Beinrunderer – hiesige Fischer, die diese akrobatisch anmutende Technik noch heute benutzen, um ihre Hände frei zu haben für die Netze. Eine weitere Besonderheit sind die 'schwimmenden Gärten'. Auf Matten oder verflochtenem Unkraut wird Schlamm angehäuft und diese kleinen Gartensegmente dann mit Stangen im Grund des Sees verankert. Auf ihnen werden dann Gemüse und Blumen angebaut. Unser intensiver Bootsausflug ist die beste Möglichkeit den See zu erkunden.
- Tag 11:** **Inle See – Mandalay**
Überlandfahrt nach Mandalay
Wir verlassen das Shan Plateau und folgen der Straße wieder hinunter in das Tiefland. Lang ist die Fahrt nach Mandalay und beschert uns ein Kontrastprogramm, wie es größer kaum sein kann. Die zweitgrößte Stadt Myanmars liegt in einer Ebene im Regenschatten der Rakshin Berge auf ca. 100 m über dem Meeresspiegel. Hier ist es immer einige Grad wärmer als in den übrigen Landesteilen und es fällt erheblich weniger Niederschlag.

Tag 12:

Mandalay

Besichtigungen in Mandalay

Einen ganzen Tag lang erkunden wir die Heiligtümer der Stadt. Auf eine Weissagung Buddhas hin gründete König Mindon die Stadt vor nicht einmal 200 Jahren und schmückte sie mit herrlichen Pagoden und einer riesigen Befestigungsanlage.

Wir besuchen z. B. die Kuthodaw Pagode auch das 'größte Buch der Welt' genannt. In einem Geviert, umgeben von einer je 250 m langen Mauer, steht die zentrale Stupa, die 1857 von König Mindon erbaut wurde. Der Name Kuthodaw bedeutet '729 Pagoden' – so viele sind dort nämlich in geordneten Reihen aufgestellt. In jede der kleinen Pagoden stehen

Marmortafeln, in die buddhistische Lehrtexte eingemeißelt sind. Zuerst entwarfen vier Mönche und an die 5.000 Helfer die Texte auf Palmblätter und kopierten sie dann innerhalb von acht Jahren auf beide Seiten der Marmorplatten. Es wird behauptet, dass man zum Lesen dieser 729 Tafeln 450 Tage bei jeweils acht Stunden benötigt.

Auch der Besuch des Schwenandaw Kyaung Klosters, einem alten Teakholzkloster steht heute auf dem Programm. Es ist das einzige erhaltene Gebäude des alten Königspalastes und stand ursprünglich innerhalb des Palastes bis es König Thibaw 1880 an die jetzige Stelle versetzen ließ. Um das Kloster herum läuft eine schmale Veranda, von der aus man die kunstvoll mit geschnitzten Figuren von Nats und Ogres verzierten Wände sehen kann.

Mandalay ist heute das Zentrum des Kunsthandwerkes: Blattgoldherstellung, Steinmetzbetriebe, Bronzegießereien, Holzschnitzereien, Silberschmiede, Elfenbeinschnitzereien, Seiden- und Baumwollwebereien, Teppiche und Wandbehänge. Einige Handwerksbetriebe besuchen wir heute und können die traditionellen Fertigungstechniken bewundern.

Tag 13:

Mandalay

Zeit zur freien Verfügung

Heute haben wir Zeit die Stadt auf eigene Faust zu erkunden oder im Hotel ein wenig zu entspannen und ein erfrischendes Bad im Pool zu nehmen. Am Abend können Sie z. B. auf den Mandalay Hill fahren und von dort aus einen hoffentlich schönen Sonnenuntergang genießen.

Tag 14:

Mandalay

Bootsfahrt nach Mingun, Besuch von Amarapura und der U-Bein Brücke

Mingun liegt etwa 11 km nördlich von Mandalay am rechten Ufer des Ayeyarwady und ist mit dem Schiff zu erreichen. Mingun ist das Ergebnis des größtenwahnsinnigen Königs Bodawpaya, der im Jahr 1784 von Rakhine mit der Mahamuni Statue und 20.000 Sklaven anreiste, um hier seine Ideen zu verwirklichen, z.B. die Glocke von Mingun, die größte hängende intakte Glocke der Welt. König Bodawpaya ließ die Glocke 1790 gießen. Sie hat einen Durchmesser von 5 m, ist 4 m hoch und fast 90 t schwer! Mit dem Bau der Mingun Pagode begann König Bodawpaya ebenfalls 1790. Es sollte die größte Pagode des Königreiches werden und die Göttlichkeit des Königs bezeugen. Auf einer Grundfläche von 150 m² sollte die 150 m hohe Pagode errichtet werden. Sie war allerdings erst über 50 m hoch, als der König im 20. Jahr nach Baubeginn starb. Der Bau wurde nie vollendet.

Am Nachmittag fahren wir nach Amarapura und besuchen eines der bedeutendsten Klöster des Landes. Den Tag lassen wir mit einem Spaziergang über die berühmte U-Bein Brücke ausklingen, die mit 1,2 km die längste Teakholzbrücke der Welt ist.

Tag 15:

Mandalay – Bagan

Ganztägige Bootsfahrt nach Bagan

Am frühen Morgen brechen wir auf, um an der Anlegestelle das Boot zu besteigen, dass uns im Laufe des Tages den Ayeyarwady hinunter bis nach Bagan bringt – eine wunderbare Gelegenheit, das einfache Leben auf und entlang des Flusses kennenzulernen – bis wir von weitem schon das Tempelmeer von Bagan sehen.

- Tag 16:** **Bagan**
Besichtigung der Pagoden und Tempel
Bagan zählt zu den größten archäologischen Stätten Asiens. Auf einer Fläche von 36 km² sind über 2.000 Ruinen zu besichtigen, von denen 64 im alten Stil wiederhergestellt wurden. Die Aufbauarbeiten sind noch immer im Gange. Bagan zählt gerade einmal ein paar Tausend Einwohner und hat sich seinen dörflichen Charakter bewahren können. Heute erkunden wir die wichtigsten der unendlich vielen Pagoden und Tempel.
- Tag 17:** **Bagan**
Ausflug zum Mt. Popa
Etwa 1,5 Stunden und 75 km östlich von Bagan liegt der Mt. Popa. Er gilt als das Herz von Myanmar und als urmütterlicher Berg, auf dem man Kraft und Weisheit empfängt. Bekannt ist er im ganzen Land auch als das Zentrum der Natverehrung. Wie eine Felsnadel ragt der Mt. Popa senkrecht aus der Ebene. An klaren Tagen bietet sich hier eine der schönsten
Aussichten des Landes. Der Aufstieg dauert nur etwa eine halbe Stunde, ist aber durch die schmalen, steilen Stufen – im oberen Teil sind es steile Eisentreppen – unangenehm und etwas anstrengend. Gegen Mittag sollten wir wieder Bagan erreichen, der Rest des Tages steht zur freien Verfügung, so dass uns noch Zeit bleibt für weitere Besichtigungen. Sehr schön ist es, das riesige Tempel-Areal per Fahrrad zu entdecken (fakultativ).
- Tag 18:** **Bagan – Yangon**
Flug nach Yangon
Der Vormittag steht Ihnen für eigene Entdeckungen zur freien Verfügung. Am Nachmittag geht es per Flug nach Yangon.
- Tag 19:** **Yangon – Ngwe Saung Beach**
Überlandfahrt über Patheingyi zum Strand
Eine ca. fünfstündige Fahrt durch die interessante Delta-Landschaft des Ayeyarwady bringt uns zum Ngwe Saung, wo wir unser Resort am malerischen Sandstrand beziehen.
- Tag 20 -21:** **Ngwe Saung Beach**
Relaxen, Sonnenbaden, Genießen am Golf von Bengalen
Zwei volle Tage können wir am Ngwe Saung Beach relaxen und die Eindrücke der Reise Revue passieren lassen. Die Zeit können wir bei Strandspaziergängen und Baden im Meer genießen.
- Tag 22:** **Ngwe Saung Beach – Yangon**
Rückfahrt nach Yangon
Heute fahren wir vom Ngwe Saung Beach zurück nach Yangon und können den restlichen Tag und Abend in Yangon verbringen und vielleicht noch ein paar letzte Souvenirs kaufen.
- Tag 23:** **Yangon – Deutschland**
Transfer zum Flughafen, Rückflug nach Deutschland
Heute heißt es leider Abschied nehmen. Je nach Fluggesellschaft fliegen wir am Vormittag oder Abend zurück nach Deutschland.
- Tag 24:** **Ankunft in Deutschland**

Für weitere Fragen und Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Ihr Team von

Auf und Davon Reisen...