

Nostalgisch: Dem Bau der Titanic kann man in Belfast zuschauen. **Seite 23**

Kurzweilig: Die perfekte Route auf der Kanareninsel Teneriffa **Seite 24**

Trinkfest: Eine Reise nach Schottland zum Thema Whisky **Seite 26**

Schlaflos: Per Gessle von Roxette über das Leben im Hotel **Seite 27**

Auf See: Die Hurtigruten-Linie fährt 34 Häfen an der norwegischen Küste an. **Seite 25**



Auf dem Land: Reingers ist ein Dorf in Österreich, in dem die Torten und das Bier aus Hanf gemacht werden. **Seite 26**

# Fahnenflucht

Im ehemaligen Königreich Ladakh in Nordindien sprenkeln viele Klöster die baumlose Landschaft. Eine Tempeltrekkingtour führt zu Buddhas, Steinwüsten und Oasen.

VON MONIKA HIPPE AUS LADAKH

Auf Strümpfen rutschen die Besucher über den kalten Steinfußboden im Tempel in Tingmosgang. Vor ihnen sitzt Maitreya – der Buddha der Zukunft. Sieben Meter ist er hoch. Die Haut schimmert golden. An seinen Waden klebt ein Gerüst, und drei Männer krabbeln wie Ameisen auf einem Bettlaken in seinem Schoß herum. Einer von ihnen tunkt gerade seinen Pinsel in einen Topf mit Farbe und zieht mit ruhiger Hand den Lidstrich vom Bildnis Tsongkhas, dem Gründer des Gelbmützen-Ordens, nach. Renoviert Lidstrich und Lippenkontur.

Die Tempeltrekkingtour führt durch Ladakh im Norden Indiens. Doch das ehemalige buddhistische Königreich am Rande des Himalaja hat fast nichts mit Indien gemeinsam. Es gibt keinen Monsun, kein Kastensystem, und den roten Punkt malen ladakhische Frauen nicht auf ihre Stirn, sondern auf die Häuser, um böse Geister zu vertreiben. Unzählige Klöster sprenkeln die Landschaft, und auf fast jedem Haus flattern Gebetsfahnen.

Der Tempel im Dorf Tingmosgang thront auf einem Hügel. Hier hat Buddha einen schönen Blick auf die Oase im Tal, die sich wie eine dicke grüne Schlange zwischen den baumlosen Bergen entlang des türkis schillernden Indus windet. Der Fluss bringt mit der Schneeschmelze kostbares Wasser und damit das Leben in diesen Flecken Erde.

Zurück im Gasthaus serviert die Schwiegertochter des Hauses Gemüse mit Reis und frittierte Honigteigbällchen. Mit geflochtenen Zöpfen und bunter Weste ähnelt sie einer Indianerin. Die Küche ist fast ein Museum. Blank polierte Töpfe hängen wie wertvolle Gemälde an der Wand. Einst hat hier die Schwiegermutter gekocht. Jetzt hockt die 82-Jährige in einer Ecke des Raumes, murmelt Mantras und schiebt die Holzkugeln auf ihrer Gebetskette hin und her. „Sie erfreut sich bester Gesundheit“, sagt Tashi Wangail, der ladakhische Reiseleiter. Er ist überzeugt, dass die Menschen hier besonders alt werden, weil sie Aprikosen- und Walnusskerne kauen. Am nächsten Tag führt eine Wanderung



Bunte Gebetsfahnen flattern an vielen Häusern in der Hauptstadt Leh,

FOTO: HIPPE

## Ladakh



**Anreise**  
Flug z. B. mit Air India oder Lufthansa ab Frankfurt

oder München nach Delhi ab ca. 500 Euro. Weiterflug nach Leh mit Air India oder Jet Airways ab ca. 120 Euro. Man benötigt ein sechs Monate gültiges Touristenvisum, erhältlich bei der indischen Botschaft in Berlin, Tel. 030 / 25 79 50. [www.indianembassy.de](http://www.indianembassy.de)

### Unterkunft

Eines der besten Hotels in Leh ist The Grand Dragon Ladakh: [www.thegranddragonladakh.com](http://www.thegranddragonladakh.com)  
Sehr schön liegt das Ladakh Sarai Resort, 7 km von Leh entfernt. [www.ladakh-sarai.com](http://www.ladakh-sarai.com)

### Veranstalter

Der österreichische Veranstalter Weltweitwandern ist Spezialist für Ladakh-Reisen. Die 18-tägige Reise „Ladakh – Kultur & Wandern“ kostet ab 2450 Euro inkl.

Vollpension. Telefon 00 43 / 316 / 58 35 04 - 0, [www.weltweitwandern.at](http://www.weltweitwandern.at). Auch Hauser Exkursionen ([www.hauser-exkursionen.de](http://www.hauser-exkursionen.de)) und Wikinger Reisen ([www.wikinger.de](http://www.wikinger.de)) haben Ladakh im Programm.

### Reisezeit und Währung

Beste Reisezeit ist von April bis November. Ein Euro entspricht 65,5 Rupien. Ladakh ist günstig. Je nach Bedarf kommt man mit zehn bis 15 Euro für Essen und Getränke am Tag aus.

### Was Sie tun und lassen sollten

**Auf jeden Fall** einmal am Morgengebet im Kloster Thikse bei Leh teilnehmen. **Auf keinen Fall** kurze Hosen tragen. Für Ladakh ist das so, als würde man in Unterwäsche herumlaufen.

durch die Mondlandschaft von Lamaruyu. Die Berge schimmern mal gelb, mal lila, dann wieder blau. Hin und wieder zieht der Duft frischen Thymians in die Nase. Auf dem Bergkamm zerrt der Wind an Haaren und Wimpern. Er ist auch der Friseur der Steine. In Tausenden Jahren hat er sie glatt geschmirgelt, ausgefranst oder verdreht wie Locken. Manchen hat er eine Igelfrisur verpasst. Spitz und scharfkantig ragen die Zinken in den Himmel. Am Gipfelpass des Prikrit La auf 3726 Metern ist Frühstückspause.

**Ein echter Kaschmirschal kostet auch in Ladakh mindestens 100 Euro**

Die ältesten Bauten in Ladakh sind die Chörten. Wie weiße Schachfiguren stehen sie in der Landschaft verstreut und symbolisieren den erleuchteten Geist Buddhas. Jede Familie verehrt zusätzlich den eigenen Hausgott und besitzt einen Hausaltar. Auch Diskit und Riksey Chondol aus der Hauptstadt Leh. Mit einem fröhlichen „Juleeee“ begrüßen sie uns vor dem Eingang ihres Gästehauses. Das Wohnzimmer schmücken Topfgeranien und bunt bemalte Tische. Riksey gießt Buttertee in winzige Tassen. Für dessen leicht ranzigen Geschmack kann sich kaum ein Europäer erwärmen. In der Küche zeigt Diskit, wie man die Teigenden der Momos um das Gemüse wickelt, damit beim Dämpfen nichts herausfällt. Riksey rollt den Teig geschickt durch die Maschine. Sein Name bedeutet „Weisheit“, erzählt er, und Diskit heißt „Glück“. Ihre Heirat vor 25 Jahren wurde von den Eltern arrangiert. Offenbar ein Treffer, denn seine Augen leuchten noch wie am Hochzeitstag.

In der Abendsonne treibt ein Hirte seine Pashmina-Ziegen durch die staubigen Gassen. Aus ihrem Bauchfell wird die begehrte Kaschmirwolle gesponnen. Echte Kaschmirschals kann man in Leh kaufen. „Sie kosten mindestens 100 Euro, ansonsten sind sie mit Schafwolle gestreckt“, warnt Tashi. Da greifen die Reisenden lieber zu einem anderen Souvenir: einem kleinen quietschbunten Buddha. Er sieht aus, als hätte er sich von Tsetan farbrenovieren lassen.

**Mc Cruise**  
Kreuzfahrten zu Schottenpreisen

## 2. Person GRATIS in der Außenkabine

**6 TAGE MOSEL**  
ab/bis Düsseldorf

1. PERSON ab € **599,-** & **GRATIS**  
2. PERSON (Außenkabine)

### TERMINE 2012

17.04.-22.04. (A) · 02.05.-07.05. (A)  
17.05.-22.05. (A) · 01.06.-06.06. (B)



**6 TAGE BELGIEN**  
ab/bis Düsseldorf

1. PERSON ab € **649,-** & **GRATIS**  
2. PERSON (Außenkabine)

### TERMINE 2012

22.04.-27.04. (B) · 07.05.-12.05. (B)  
22.05.-27.05. (B)



**AKTIONSPREISE, LEISTUNGEN & ANREISEMÖGLICHKEITEN**

**AKTIONSPREISE PRO PERSON IN EURO**  
(auf Basis 2-Bett-Belegung)

Kabinentyp	1. Person Saison A	1. Person Saison B	2. Person immer
2-Bett Außenkabine	599,-	649,-	GRATIS
2-Bett Außenkab. mit franz. Balkon	749,-	799,-	149,-

### INKLUDIERT LEISTUNGEN:

- ✓ 5 Nächte Kreuzfahrt
- ✓ Vollpension an Bord
- ✓ deutschsprachige Bordreiseleitung

### NICHT INKLUDIERT LEISTUNGEN:

Anreise, Ausflüge, Getränke, Versicherung, Trinkgelder (Empfehlung: € 7,- p.P./Tag), persönliche Ausgaben.

### ANREISEMÖGLICHKEITEN:

Bahnan-/abreise ab/bis allen deutschen Bahnhöfen nach Düsseldorf & retour bis zu einer Strecke von 400 km: € 69,- p.P., ab 401 km: € 99,- p.P. oder Parkhaus in Düsseldorf € 75,- pro PKW.

MS Nestroy – ein Schiff mit Charme & Gastfreundschaft, erstklassigem Essen & exzellentem Service.



Erleben Sie die wunderschönen Flusslandschaften der **MOSEL**, Heimat internationaler Spitzenweine und Schnittpunkt Jahrtausende alter Kultur. Entdecken Sie die ältesten Städte Deutschlands wie **KOBLENZ & TRIER**, inspiriert durch die französische Lebenskunst.

Belgische Metropolen wie **MAASTRICHT, GENT** sowie die Diamantenstadt **ANTWERPEN** sind Glanzpunkte dieser Route. Erleben Sie hautnah das Frühlingserwachen bei der Welt-Garten-Expo **Floriade 2012** in **VENLO**, welche nur alle 10 Jahre stattfindet.

Alle Aktionspreise sind nur gültig für Buchungen bis 16.04.2012 & solange Kabinen zum Aktionspreis verfügbar sind! **Rufen Sie uns an & buchen Sie rasch!**

**JETZT BUCHBAR!** Feiertagshotline am 08. & 09.04.2012 von 9-13 Uhr unter:

**01805/622 78 47**

(0,14 €/Min. a. d. Festnetz der Dt. Telekom / Mobil max. 0,42 €/Min.)

Mo. – Fr. von 9.00 – 18.00 Uhr. Es gelten die AGB des Reiseveranstalters (Papageno Touristik – Die Kunst des Reisens – GmbH) und Reisebestätigung, die Sie bei Buchung erhalten.

Anzahlung von 20 % des Reisepreises nach Erhalt der Buchungsbestätigung und Restzahlung 30 Tage vor Reiseantritt. Bearbeitungsgebühr: € 14,- p.P.

**Mc Cruise / Papageno Touristik**

Werner-Ecker-Str. 10 · 81829 München  
Tel.: 089/388 79 20 · Fax: 089/388 792-199

muenchen@mccruise.net

[www.mccruise.de](http://www.mccruise.de)