

## LÄHDE SUOL ry:n OPINTOMATKALLE KIINAAN JA TIIBETIIN 3.-18.6.2015

### Alustava ohjelma

#### Ke 3.6. Helsinki-Peking

Lento Helsinki-Peking AY 051 klo 18.05-06.55 (Pekingissä kello on viisi tuntia Helsingin edellä, lentoaika on 7 h 50 min).

#### To 4.6. Peking

**Saapuminen Pekingiin ja kuljetus hotelli Jianguohon, jossa majoittuminen ja vähän aikaa levähtää.** Hotelli (<http://www.hoteljianguo.com/default-en.html>) sijaitsee ydinkeskustassa hyvällä paikalla Pekingin business alueella, lähellä ns. ”silkkikauppaa”. Tiananmenin aukiolle on noin 10 minuutin matka autolla. **Yhteinen lounas**, jonka jälkeen tutustuminen kiinalaiseen kaupankäyntiin ja katuelämään **Shilile torilla**. Markkinoiden jälkeen tutustuminen Pekingin näyttävimpään, 1600-luvulla rakennettuun temppelikokonaisuuteen **Yonghenin buddhalaiseen lamatemppeeliin**. Siitä tuli tiibetiläinen luostari 1744 ja se on nykyisin lamojen kansallinen, hallinnollinen keskus. Hienoin nähtävyys on 17 metriä korkea, yhdestä santelipuulohkareesta veistetty Maitreya (Tulevaisuuden Buddha).

**Ilta vapaa.** Räätäli voidaan pyytää hotelliin.

#### Pe 5.6. Peking

Aamiaisen jälkeen tutustuminen **Taivaallisen rauhan aukioon**. Tämä 40 hehtaarin aukio on aina ollut seremonioitten, paraatien, juhlien ja mielenosoitusten paikka ja sille mahtuu jopa kaksi miljoonaa ihmistä. Torin laidalla on Maon mausoleumi, jonka kristallisessa arkussa makaa 1976 kuollut Mao (vierailua mausoleumissa ei pystytä takaamaan). Aukiolta siirtyminen muurien ympäröimään **Kiellettyyn kaupunkiin**, joka on entinen keisarien palatsialue, josta Kiinaa hallittiin keskiajan lopulta aina keisarivallan päättymiseen vuoteen 1912 asti. Kiinalaiset kutsuivat maataan Keskustan valtakunnaksi ja Kielletty kaupunki oli tämän valtakunnan keskipiste. Kiinalainen näki hallitsijan Taivaan, maan ja ihmiskunnan välittäjänä, jonka maallinen asumus oli maailman keskipiste samalla tapaa kuin Pohjantähti taivaan. Hallitsijoiden asumus oli muinaisten ohjeiden mukaan rakennettava paikalle, jossa ”Taivas ja maa ovat täydellisessä harmoniassa, missä neljä vuodenaikaa yhtyvät, missä yin- ja yang-voimat ovat sopusuonnuissa”. Tavallisilta kansalaisilta oli aikoinaan alueelle pääsy kielletty – siitä nimi.

**Lounas.** Iltapäivällä tutustuminen **Taivaan Temppeeliin**, joka on oheisrakennuksineen Kiinan suurimpia pyhäkköjä ja esimerkki kiinalaisen arkkitehtuurin tasapainosta ja symboliikasta. Taivaan alttari oli valtiokultin tärkein uhripaikka. Täällä keisari toimitti uhreja talvipäivänseisauksena ja rukoili taivasta ja esi-isiään. Taivaan poikana keisari saattoi pyytää jumalilta apua kansalle ja runsasta satoa. **Illalla upea akrobatiaesitys Chaoyang teatterissa** (sis. hintaan).

#### La 6.6. Peking

Aamiaisen jälkeen ajo **Kiinan muurille**. Tämän 6000 kilometriä pitkä, maisemassa kiemurteleva muuri on ainut ihmisen tekemä monumentti, joka näkyy kuuhun saakka. Muuri on Unescon

maailman perintölistalla. **Lounas**, jonka jälkeen vierailu Ming-dynastian **Chang haudalle, jonne johtaa ”tie taivaaseen”, Henkien Tie**. Sitä reunustavat marmoriset hautaveistokset; 6 erilaista eläintä, neljä kutakin ja myös 12 ihmishahmoa, jotka kuvaavat keisarin sotilaita ja hoviväkeä. Mingien haudoissa lepää 13 dynastian 16 keisarista. Paluumatkalla Pekingiin näemme vielä Olympiastadionin, ”**lunnupesä stadionin**” ulkoa päin. **Ilta vapaa.**

### **Su 7.6. Peking**

Aamiaisen jälkeen vierailu **Pekingin ravintolakoulussa**. Vierailun aikana kuullaan Kiinan koululaitoksesta ja opitaan tekemään paikallisten opiskelijoiden kanssa perinteisiä kiinalaisia ”Jiaozeja”, ”dumplings”-mykyjä, joita tarjotaan juhlapäivinä. Koulun oppilaat valmistuvat täältä Pekingin parhaisiin ravintoloihin ja hotelleihin. Kokkaamisen jälkeen nautitaan kotiruoka **lounas** ja tietenkin ne itsetehdyt taikinanyytit.

Iltopäivällä vierailu **Valkoisen Pilven Tempelissä**, joka on Pekingin vanhin, suurin ja aktiivisin taolaistemppele ja taolaisuuden pääpaikka Kiinassa. Alkuperäinen temppele rakennettiin 700-luvulla. Tänne pyritään järjestämään **keskusteluhetki taolaisen munkin kanssa**. Iltopäivän päätteeksi käydään **eläintarhassa** katsomassa **pandoja**. **Pekingin jäähyväisillallisella** nautitaan kuuluisaa Pekingin ankkaa.

### **Ma 8.6. Peking-Qufu**

Aamiaisen, jonka jälkeen **riksa-ajelu** satoja vuosia vanhoilla, kapeilla **Hutong-kujilla**, joissa voi vielä aistia vanhaa Pekingiä. Paikalliset viettävät aikaa piholla ja puistoissa, pelaavat shakkia ja seurustelevat. Vierailaan Houhain Hutong alueella ja käydään tavallisen asuintalon ja perheen pihalla ja paikallisessa marketissa. **Lounas**.

Iltopäivällä **luotijuna Kungfutsen kotikaupunkiin Qufuun** klo 15.05-17.25. Kuljetus hotelli Queliin ja majoittuminen (<http://www.travelchinaguide.com/hotel/queli-hotel-qufu.htm>). Kongit olivat Kiinan vaikutusvaltaisin suku Kungfutsen kuolemasta alkaen vuoteen 1948, jolloin he pakenivat Qufua lähestyviä kommunisteja. Kongin suku asui Qufussa 77 sukupolven ajan ja koko kaupunki henkii heidän perintöään. **Ilta vapaa.**

### **Ti 9.6. Qufu-Zhengzhou**

Aamiaisen jälkeen tutustuminen Qufun tärkeimpiin nähtävyyksiin, **Kungfutsen temppeleihin ja kartanoon**. Temppele sai alkunsa paviljongista, jossa Kungfutsen oppilaineen kokoontui. Filosofin kuoltua 479eKr. asuintalo muutettiin temppeleiksi. Sitä on vuosien saatossa uusittu ja laajennettu. Ytimessä on aprikoosipaviljonki, jonka paikalla Kungfutsen opetti, ja halli, johon keisari Qufussa käydessään jätti uhrilahjoja Kungfutselle. Kongien sukutalossa, joka on Kielletyn kaupungin minikopio, asuivat Kungfutsen jälkeläiset sukupolvien ajan. Se on Kiinan suurin perinteinen ylimystalo. **Lounas**. Iltopäivällä tutustutaan **Kungfutsen hautausmaahan (Kongin metsään)**, jonne on haudattu Kungfutsen sekä hänen perheensä jäseniään sekä 76 sukupolvea Mestarin jälkeläisiä. Hautausmaalla on monilta aikakausilta paviljonkeja, torneja ja holvikäytäviä.

**Iltopäivällä luotijuna Qufusta Zhengzhouhun, Henanin maakunnan pääkaupunkiin** klo 16.10-20.35. Kuljetus asemalta hotelli **Xianhua Jianguoon**.

## **Ke 10.6. Zhengzhou-Luoyang**

Aamiaisen jälkeen tutustuminen **chan- eli zen-buddhalaisuuden sekä kiinalaisten kamppailulajien eli kung-fun synnyinpaikkana tunnettuun Shaolin temppeliin**. Temppeli sijaitsee Song Shan vuorella, joka on yksi taolaisuuden viidestä pyhästä vuoresta. Temppeli on rakennettu vuonna 495. Perimätiedon mukaan luostarin perusti intialainen munkki Bodhidharma, joka saapui Kiinaan noin vuonna 520. Sama mies, joka kehitti zen-buddhalaisuuden ja jonka väitetään keksineen teen. Satojen vuosien ajan munkit ovat harjoitelleet kung fu -taitojaan Qian Fon –salissa ja edelleen tänne tulee joka vuosi tuhansittain nuoria miehiä oppia saamaan. Chan-suunta sai oppilaita myös Japanissa, jossa siitä tuli yksi merkittävimmistä buddhalaisista lahkoista. **Vierailun aikana Kung Fu –esitys sekä käynti pagodimetsässä**, johon kuuluu lähes 300 stupaa ja se on Kiinan laajin pagodikonaisuus.

Vierailu **Zhongye (Keskushuipun) temppelissä**, joka on Song Shan vuorten taolainen palvonnan keskus. Lisäksi tutustuminen **Valkoisen Hevosen temppeliin**, jota pidetään Kiinan buddhalaisuuden syntypaikkana ja Kiinan vanhimpana buddhalaisena luostarina (perustettu vuonna 68). Paikkaa kutsutaan myös ”Sakyamunin kodiksi” tai ”Esi-isien pihaksi”. Tänne tuli buddhalaisia munkkeja niin Kiinasta kuin ulkomailtakin opiskelemaan buddhalaista.

**Lounas. Ajo Luoyangiin (n. 70 km)**, joka on Xianin ohella Kiinan muinaisin ja pitkäaikaisin pääkaupunki. Se oli keisarillinen pääkaupunki 700-luvulta eKr. 900-luvulle jKr. ja buddhalaisuuden keskuksia Kiinassa; sekä chan-buddhalaisuus että Puhtaan maan buddhalaisuus saivat alkunsa täällä. Luoyangin vanha kaupunki on paras paikka tutustua myös muinaiseen arkkitehtuuriin. Vanhoilla kaduilla on pieniä kauppoja ja asuntoja. **Aikaa on varattu vanhan kaupungin kujilla kiertelyyn. Yöpyminen Luoyang Peony Hotellissa** (<http://www.peonyhotel.net/gsjj.htm>).

## **To 11.6. Luoyang-Xian**

Tutustutaan **Longmenin luoliin**, buddhalaisiin kalliotempeleihin, jotka ovat yksi maan kolmesta merkittävimmästä kalliotemppelialueesta. Nämä Yi-joen rannalle rakennetut luolat on rakennettu 400-900 –luvulla. Niissä on yli 100 000 buddhalaista patsasta ja kaiverrusta. Paikka on kauniin luonnon ympäröimä taidegalleria ja esimerkki kiinalaisesta ja buddhalaisesta taiteesta. Se on myös Unescon maailmanperintökohde.

**Lounas. Iltapäivällä luotijuna Xi’aniin** klo 16.04-17.30. Xian - aikoinaan Chang’an - on Silkkiteiden alkupiste, Kiinan kulttuurin kehto ja maan entinen pääkaupunki. Sitä pidettiin 600-900 - luvulla jopa maailman suurimpana kaupunkina. Kuljetus **illalliselle** ja sen jälkeen kuljetus hotelliin. **Yöpyminen Jianguo Hotellissa** (<http://www.hotelxianjianguo.com/>)

## **Pe 12.6. Xian**

Aamiaisen. Tutustuminen keisari Qin Shinin **terrakotta-armeijaan**, joka on Xianin megakaupungin (alueella yli 8 milj asukasta) tärkein nähtävyys. Ensimmäinen sen sotilaista löytyi sattumalta 1974. Silloin ei tiedetty, että täysimittaisia sotilas- ja hevospatsaita tulisi olemaan yli 8000.! Jokaisella hahmolla on yksilölliset kasvopiirteet ja ne ovat täydellisessä järjestyksessä valmiina taisteluun lähtöön. **Lounas**, jonka jälkeen tutustuminen **Suuren Villihanhen pagodaan**, joka sijaitsee Da Ci’en temppelissä ja on yksi Kiinan kuuluisimmista buddhalaisista pagodeista.

Matka jatkuu **Suureen Moskeijaan**, joka on yksi Kiinan vanhimmista ja kuuluisimmista moskeijoista, Moskeijan vieressä on myös basaari, jossa ehditään käydä. **Ilta vapaa.**

### **La 13.6. Xian-Lhasa**

Kuljetus lentokentälle. **Lento Xi'an – Lhasa MU2333 klo 7.40-10.40.** Kuljetus **Tsedang Hotel Lhasa** hotelliin (<http://www.lhasatsedanghotel.com/>), päivä vapaa, totuttelua korkeaan ilmanalaan. Lhasa sijaitsee n. 3800 m korkeudessa ja monet saavat lieviä vuoristotaudin oireita, niitä voi lieventää ottamalla alkuun rauhallisesti. Pitää levätä, juoda paljon nesteitä ja syödä kevyesti hiilihydraattipitoista ruokaa. **Yhteinen illallinen.**

### **Su 14.6. Lhasa**

Aamiainen. Tutustuminen kaupunkia hallitsevaan, korkealla kukkulalla sijaitsevaan **Potalan Palatsiin** (3700 m), jonka aikoinaan rakennutti 33. Tiibetin kuningas Songtsen Gampo. Myöhemmin palatsi pääsi rappeutumaan, kunnes viides Dalai Lama rakennutti sen uudelleen ja otti sen hallintopalatsikseen. Potala on rakennettu 130 metriä korkean Marpo Rin eli Punaisen vuoren huipulle ”taivaan katolle”. Armeliaisuuden Buddha (Avalokiteshvara - tiibetiksi Chenresig - kiinaksi Guanyin), asui legendan mukaan jonkin aikaa Punaisen vuoren huipulla olleessa luolassa. Ensimmäisen palatsin Punaiselle vuorelle rakentaneen Songtsen Gampon ja Dalai Lamojen katsotaan puolestaan olevan Avalokiteshvaran jälleensyntyimiä. Avalokiteshvara asui pysyvämmiin Potala-vuorella Intiassa, joten tästä nähtävästi tulee myös palatsin nimi. Potalan palatsi on Tiibetin tunnetuin rakennus. Valtava, 13-kerroksinen palatsi on 117 metriä korkea ja sen lattiapinta-ala on yli 130 000 neliometriä. Kolmiosaisessa luostaripalatsissa on yli 10 000 alttaria ja 200 000 patsasta. Potalan huipulta on loistavat näkymät Lhasan kaupunkiin ja sitä ympäröivään jylhään vuoristomaisemaan. Potala oli sekä hallinnollinen keskus että uskonnollinen keskus, jonne on haudattu kahdeksan Dalai Lamaa ja joka vieläkin on tärkeä pyhiinvaelluksen kohde uskoville.

**Lounas.** Iltapäivällä tutustuminen **Jokhangin temppeliin**, joka on Tiibetin hengellinen keskus ja pyhin paikka, jossa on käynyt aikojen saatossa miljoonia pyhiinvaeltajia. Osa rakennuksista on 600-luvulta. Jokhang on tärkeä myös historiallisesti ja kulttuurisesti. Temppelissä on arvokkaita maalauksia ja veistoksia Tiibetin historian eri kausilta, mm. korvaamattoman arvokas jalokivin koristeltu Buddhan patsas.

Lhasassa on kolme pyhää pyhiinvaellustietä, koraa eli rukouspolkua, joilla on aina kuljettava myötäpäivään, ei rukoilijoita vastaan. Barkhor on yksi niistä. Se on Lhasa sydän ja sen vilkkain ja kiehtovin alue. Siellä tiibetiläinen kulttuuri, talous, uskonto ja taide sulautuvat yhdeksi elämän juhlaksi. Päivää päättyy **Barkhorin ja vapaata aikaa** voi viettää esimerkiksi alueen basaarissa, jossa on hyvät ostosmahdollisuudet.

### **Ma 15.6. Lhasa**

**Aamiainen. Vierailut Drepungin ja Sera luostareissa.** Sera on Drepungin ohella yksi Tiibetin kolmesta suurimmasta luostarista. Sera valmistui 1419 ja tunnetaan tantratutkimuksista ja munkkien väittelyharjoituksista. Munkit harjoittavat nykyäänkin puhetaidon opintoja ”väittelypihoilla”. Pääsemme seuraamaan tällaista väittelyä. **Lounas.** Iltapäivällä tutustuminen dalailamojen kesäpalatsiin **Norbulinkhaan.** **Yhteinen illallinen.**

## **Ti 16.6. Lhasa**

Aamiainen. Tänäpä ajetaan n. 110 km Lhasasta sijaitsevalle kuvankauniille **Yamdruk järvelle**, joka on yksi Tiibetin kolmesta suuresta pyhästä järvestä. Järvi on 72 km pitkä, sitä ympäröi upeat lumihuippuiset vuoret ja siihen virtaa lukemattomia pieniä puroja ja virtoja.

**Lounas** paikallisessa ravintolassa. Paluumatkalla käydään katsomassa miten **tiibetiläinen perhe** asuu ja elää.

## **Ke 17.6. Lhasa- Chongqing**

Aamiainen. Kuljetus lentokentälle, **lento 3U8634 Lhasa – Chongqing klo 11.15-13.15. Kierros Chongqingissä**, kävely vanhassa kaupungissa ja E'ingin puistossa, pistäydytään perinteisessä teetuvassa teellä. Läksiäisillallinen. **Majoitus Hilton Hotel Chongqing.**

<http://www.chongqing.hilton.com>

## **To 18.6. Chongqing – Helsinki**

Aikaisin aamulla kuljetus lentokentälle. Lento Chongqing – Helsinki, AY 056 klo 09.50 - 14.05  
Lentoaika 9h 15min.

**Matkan hinta 2956 euroa** (28 osallistujaa) tai 2993 euroa (24 osallistujaa). **Yhden hengen huoneen lisämaksu 490 euroa/hlö.** Jos huonejako ei mene tasan, yksin matkustavan on maksettava yhden hengen huoneen lisämaksu.

### **Hintaan sisältyy:**

- \*Finnairin lennot Helsinki-Peking ja Chongqing-Helsinki turistiluokassa, lentoverot ja lentokenttäkuljetukset
- \*Kiinan sisäiset lennot ja junaliput
- \*majoitus kahden hengen huoneissa
- \*ohjelma, retket, sisäänpääsymaksut, kuljetukset omalla, ilmastoidulla bussilla ohjelman mukaisesti
- \*englanninkielinen opastus
- \*aamiaiset päivittäin ja ateriat kuten ohjelmassa mainittu (12 x lounas ja 5 x illallinen)
- \*Kiinan viisumi
- \*Tiibetin matkustuslupa

### **Hintaan ei sisälly:**

- \*matkavakuutus ja peruutusturva
- \*kotimaan liittymälennot
- \*juomarahat

Hinnat on laskettu 15.8.2014 valuuttakurssien mukaan. Pidätämme oikeuden hinta-, ohjelma-, hotelli- ja aikataulumuutoksiin, jotka johtuvat meistä riippumattomista syistä. Valuuttakurssimuutoksista johtuvia hinnankorotuksia voidaan tehdä viimeistään viikkoa ennen matkaa.

Vastuullinen matkanjärjestäjä: Matkatoimisto HRG/Susanna Järvinen  
Ilmoittautumiset ja tiedustelut: [eija.suokko@gmail.com](mailto:eija.suokko@gmail.com) tai puh. 0400-510503.