



SOLEN STRÅLAR FRÅN EN KLARBLÅ HIMMEL OCH LUFTEN ÄR KLAR OCH HÖG. NATUREN STORSLA-
GET VACKER OCH I FJÄRRAN RESER SIG HIMALAYAS SNÖKLÄDDA TOPPAR. PÅ SLUTTNINGEN BLOM-
MAR PRAKTFULLA RODODENDRONBUSKAR. DET FINNS 180 OLIKA VARIANter AV DEM I BHUTAN.
MILJÖN KÄNNs HÄRLIGT FRIDFULL, LÅNGT FRÅN DAGENS STRESS. TEXT OCH FOTO: ANN-MARIE OCH LARS LINDMARK

BHUTAN

DET VERKLIGA SHANGRI LA

»BLI INTE RÄDDA NÄR NI SER BERGEN RESA SIG PÅ BÅDA SIDOR OM PLANET. VI ÄR VANA ATT LANDA HÄR I DEN SMALA DALGÅNGEN. PILOTERNA ÄR SPECIALUTBILDADE OCH MYCKET SKICKLIGA OCH MAN LANDAR BARA I DAGSLJUS.

INNAN PLANET GÅR IN FÖR LANDNING varnar piloten oss.

Bli inte rätta när ni ser bergen resa sig på båda sidor om planet. Vi är vana att landa här i den smala dalgången. Piloterna är specialutbildade och mycket skickliga och man landar bara i dagsljus.

En halvtimma senare är vi vid vårt hotell Uma Paro. Det ligger på bergssluttningen ovanför den lilla staden Paro. I huvudbyggnaden finns 20 rum, spa, gym, bar och restaurang. Ovanför ligger 10 villor med sagolik utsikt över dalen. Byggnaderna är i Bhutansk, rustik stil med inredningen i naturmaterial. Service och hotell är femstjärnigt och villorna är stora sviter med ytterligare ett särskilt rum för yoga eller spa-behandlingar. Villorna är utrustade med bland annat flatscreen-TV, internet, AC, golv och takvärme och på terrassen står en gasolvärmare. Medan gästerna äter middag i restaurangen tänder personalen de öppna spisarna i villornas vardagsrum. Efter en utsökt middag och en kort promenad i den ofta lite kyliga natten sprakar brasan välkomnande i vår villa.

Under dagarna i Bhutan visar hotellets guider oss runt och resan blir en sagolik upplevelse. De berättar om vackra kloster och byggnader vi besöker. Vi stannar vid otroliga utsiktspunkter där de dukar upp en fantastisk picknick, bland annat vid landets enda lilla golfbana där Bhutans kung frekventerar med jämna mellanrum.

DET FINNS INTE MYCKET SOUVENIRER ATT KÖPA, men i en butik hittar jag en speciell metallskål. En "böneskål" informerar guiden och visar. Han låter en tjock träpinne cirkulera längs skålens kant medan den står i hans handflata. Efter en kort stund hörs ett vackert, metalliskt, vinande ljud från skålen och den vibrerar. Helt otroligt, tycker jag och skålen står numera hemma hos oss. Efter utflykten återvänder vi till hotellet för spa-behandlingar i Shambala – hotellets eleganta spa-avdelning. Enligt buddismen är Shambhala en plats där ungdomens källa ligger. Enligt sägnen har bara en Dalai Lama kunskap om den och var den ligger. Comokedjans spa heter Shambhala.



KUNGEN HAR LÄNGE ANSETT ATT 'GROSS NATIONAL HAPPINESS' ÄR VIKTIGARE ÄN BNP. DET SKA VARA BALANS MELLAN ÖKAT VÄLSTÅND OCH ANDLIGT VÄLBEFINNADE.

Nästa dag klättrar guiderna med oss upp till The Tigers Nest, klostret som ligger högt upp på en klipphylla. Det är en av resans höjdpunkter i dubbel bemärkelse. Det ligger nämligen på över 2000 meters höjd. Det är en heldagsutflykt med krävande klättring uppför och nedför berget. Därför brukar man inte göra utflykten dit de första dagarna. Den höga höjden gör att man lätt blir andfädd av minsta ansträngning. Väl

uppe beundrar vi den fantastiska utsikten. Varför heter det Tigers Nest?, undrar vi.

– Därför att sägnen berättar hur ett buddist-helgon kom hit på en flygande tiger och besegrade en hemsk demon, berättar vår guide.

Det finns närmare 770 olika arter av fåglar och 165 olika däggdjur inklusive vita tigrar och svarta björnar. Även om snöleo-

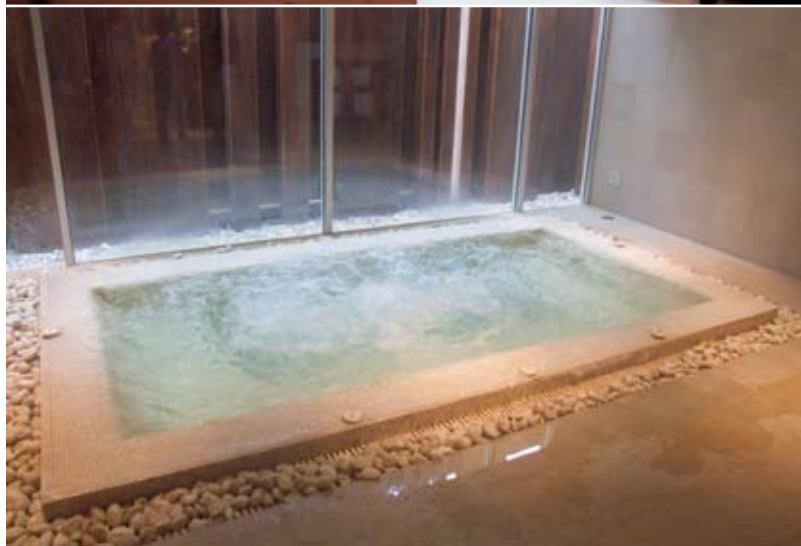


parden finns här, visar den sig sällan så vi får nöja oss med att beundra den på Bhutans frimärken på postkontoret.

Bhutan kallas Land of Thunder Dragon. Guiden berättar att förr trodde man att det var Åskdraken som visade sig under monsuntiden.

VI NJUTER I VÅR LYXIGA HOTELLVILLA på Uma Paro och fångslas mer och mer av Bhutan.

Uma Paro ingår i exklusiva Como hotels som ägs av hotellmogulen och legenden Chrtistina Ong. På vägen hem stannar vi ett par nätter i Bangkok på Comos hotell Metropolitan. De har en stor spa-avdelning och en speciell spa-restaurang. Jag tar ett par olika behandlingar och njuter av den läckra spa-meyn. Shambhala Spa är nog så nära det ursprungliga Shambahala "ungdomens källa" man kan komma. Det var i alla fall en fantastisk totalupplevelse. Motviligt lämnar vi hotellet och påbörjar hemresan och den stressade vardagen. .



BHUTAN

Bhutan har närmare 700 000 invånare och ligger på över 2 000 meters höjd vid foten av Himalaya inklämt mellan Indien, Kina (Tibet) och Nepal. Landet är stort som Schweiz, mycket kuperat och med smala vägar. Det kan ta dagar att förflytta sig från en del till en annan. Bhutan är ett självständigt kungadöme med parlamentarisk demokrati och allmänna val. Sedan december 2006 är Jigme Khesar Namgyel Wangchuck kung. Han är son till förra kungen. Kung Jugme Singye styrde från 1972 och är utbildad i Indien och England. Han är mycket populär och han har moderniserat landet. Gratis skolgång infördes och den som är duktig skickas utomlands för fortsatt specialutbildning. Läkarvården är fri och under de senaste 20 åren har medellivslängden ökat med ca 20 år till 66-70 år. Sedan flera år lär man sig även engelska i skolan. Först 1973 fick turister komma in i landet och då bara något hundratal per år. Kungen har länge ansett att Gross National Happiness är viktigare än BNP. "Det ska vara balans mellan ökat välbefinnande och andligt välbefinnande." Landet behöver inkomster från turism men massuturism vill man inte ha. Man vänder sig istället till förmögna turister och satsar på femstjärniga hotell. Förra året kom det drygt 20 000 turister till landet. För att värna om landets egen kultur och särskilt ska bhutaneser bära folkläkt på offentliga platser. Det är obligatoriskt för alla som arbetar i staden. Gho är en typ av kostym med en jacka och något som liknar en knäkort kjol. Under jackan har männen en tunn vit skjorta som viks upp till breda manschetter. Kvinnorna bär kira, en hellång kjol. Nya hus måste byggas i samma stil som de traditionella annars kan man riskera att tvingas riva. Buddismen genomsyrar samhället och 20 % av alla män är munkar. Störst med olikfärgade små flaggorna ser man ofta. På flaggorna står böner och minnesord och de sätts upp på platser där det blåser så att de fladdrar i vinden och syns tydligt.

Rökning är förbjuden på alla offentliga platser i hela landet. Skatten på införda cigaretter är 100 %. En del tuggar däremot betelnöt för att hålla sig varma när det är kallt.

TIPS INFÖR RESAN.

Bhutan är en av de destinationer som med fördel bokas genom resebyrå för att hela resan ska fungera. De ordnar med visum, olika tillstånd, avgifter, transfer och guider. Druk Air har ett dagligt flyg till Paro från New Dehli och Bangkok. Till Bangkok flyger Thai, Finnair, SAS med flera. Flyg till Bhutan går tidigt på morgonen varför övernattning krävs. Vid hemresan bör man ha en natt i till exempel Bangkok. Vädret kan slå om snabbt i Himalaya och man kan därför behöva stanna ytterligare någon dag.

Förutom Uma Paro finns flera lyxhotell. Aman Resorts-kedjan har hotellet Amankora som ligger en bit utanför Paro. Hotellet har 24 identiska sviter i minimalistiskt stram stil. Taj Tashi ligger i huvudstaden Thimphu och har 66 rum.

VÄDER.

Man kan åka hit alla tider på året. Men i juli-augusti kan det regna och åska en hel del. På vintern är luften hög och klar. Nätterna är ofta lite kyliga men mitt på dagen är solen mycket stark. Paro ligger på samma breddgrad som Miami och Kairo.

www.limettravel.se
www.selecttravel.se
www.travelbeyond.se
www.uma.como.bz
www.kuenselonline.com (Bhutans dagliga tidning på engelska).