



# 喜馬拉雅仙境 NEPAL 深度文化古城全覽 8 日

世界文化遺產 加德滿都 + 巴克塔布 + 帕坦古都.

宗教文化聖地 帕賓+南無菩提

喜馬拉雅群山. 山城小鎮 杜利克爾+納嘉闊

最殊勝 3 大佛塔-2500 年歷史之四眼天神廟(博達滿願塔)

世界文化遺產~蘇瓦揚布拿佛塔-猴廟(自性寺)

佛陀前世捨身餵虎(捨身崖塔)



山中天堂 尼泊爾，坐落於喜馬拉雅山脈南麓-加德滿都被譽為喜馬拉雅山的另一個香格里拉。

【尼泊爾 Nepal】亞洲古國之一。西元前 6 世紀，佛教創始人釋迦牟尼出生於今日的藍毗尼古迦毗羅衛國境內。喜瑪拉雅山脈為尼泊爾和中國的天然國界，因此包括珠穆朗瑪峰（尼泊爾稱的薩加瑪塔峰，又稱聖母峰）在內，世界 10 大高峰中有 8 個在尼泊爾境內；除了連綿的雪山、重山峻嶺、溪壑谷地、冰河...外，尼泊爾更有眾多聞名於世的精緻寺廟工藝，在在讓人踏入古都便能體會所謂滿天神佛、“三步一小廟、五步一大廟”、“神比人多、廟宇比房屋多”的亙古懷舊之意境。

行程特色：

深度遊覽-更多時間不趕路

●深度必遊覽 3 大古都之旅-加德滿都/帕坦古都/巴克塔布古都

●杜利克爾 山城小鎮一晚~日出之旅領略雪山晨曦美景

●納嘉闊 山城日落一晚~欣賞聖母峰及安娜普娜山群的雄姿與夕陽的絕佳地理位置。

●帕賓+南無菩提(獨家安排:)-尼泊爾最具精神和宗教意義的景點，受到印度教徒和佛教徒的崇敬，並擁有豐富的文化和歷史

●特別加贈-每人祈福經幡-高掛於空中的各色風馬旗，當風吹拂時就會把經文、咒音遠颺到各個地方，並為當地帶來佛法，能讓人們平安，得到一切的吉祥。



- 塔米爾區-最具風格及藝術林立的商店區，值得您漫步瀏覽，發現當地最生活化的一面。
- 參觀具有 2500 年歷史之**四眼天神廟(博達塔)**。(參觀時別忘記要依順時間方向繞行)
- 世界文化遺產~**蘇瓦揚布拿佛塔-猴廟**，眺望整個加德滿都的谷地及平原
- 當地中文導遊導覽及解說，豐富視野，深入了解當地特色。
- 安排尼泊爾風味餐 手抓飯+傳統歌舞秀
- 每人每日礦泉水

參考航班：**國泰航空 或 泰國航空** (依出發日訂票為準)

去: CX495+CX603 香港轉機 13:20-15:20 + 19:10-22:10

回: CX640+CX488 香港轉機 23:20-06:25 + 08:00-09:55

DATE	ITINERARY	TOUR	PERSON MEALS	HOTELS
DAY 1	TPE- BKK - KTM ARRIVE KATHMANDU	TG633 + TG309 13:55-16:50 +21:15 - 23:25	B: X L: X D: X	Holiday Inn Express Or the same
DAY 2	KATHMANDU - Nagarkot	【巴克塔布古都-紅度母】 【巴克塔布古都】 Nagarkot 納嘉閣山城群山日落	B: HOTEL L: X D: X	Hotel Country Villa Or the same Nagarkot
DAY 3	Nagarkot Namo Buddha - dhulikhel	Nagarkot 納嘉閣山城群山日出 【南無菩提(佛陀捨身餵虎-捨身崖塔)】 創古寺	B: HOTEL L: X D: X	Himalaya Drishya Resort Or the same dhulikhel
DAY 4	dhulikhel - KATHMANDU	【杜克利爾 日出】 【帕坦古都】 【帕坦古都-廣場/黃金廟/千佛廟…】	B: HOTEL L: X D: X	Holiday Inn Express Or the same
DAY 5	KATHMANDU- PHARPING - PATAN - KATHMANDU	PHARPING 【蓮花生大師閉關處】-【綠度母寺】-【金剛 亥母寺】…  【塔梅爾區 Shopping】	B: HOTEL L: X D: X	Holiday Inn Express Or the same
DAY 6	KATHMANDU	【博拿佛塔-滿願塔】 【蘇瓦揚布拿寺-猴子廟自性寺】	B: HOTEL L: X D: X	Holiday Inn Express Or the same
DAY 7	<b>KATHMANDU-out</b> Transfer	【百八觀音廟】 【加德滿都舊皇宮廣場 寺廟..【活女神廟】 【塔梅爾區 Shopping】	B: HOTEL L: X D: 尼泊 爾餐+ 舞 蹈秀	<b>X</b>
DAY 8	Transfer— KTM- BKK- TPE	TG310 + TG632 00:25-05:10 + 08:15-12:45		

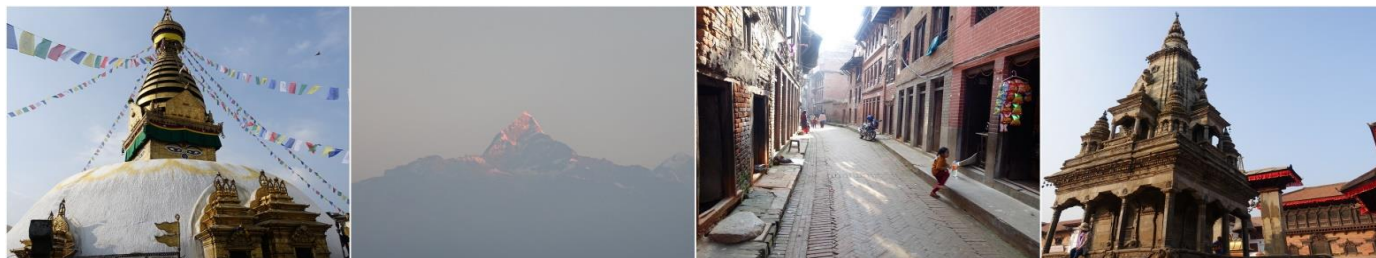


## DAY1

位於喜馬拉雅山山麓的神秘古國—尼泊爾，展開知性神秘的古文明之旅。抵達後專車接往飯店休息。尼泊爾為南亞山區內陸國家，位於喜馬拉雅山，北與中國西藏相接，其餘3面與印度為鄰，中尼邊界的珠穆朗瑪峰為全世界最高的山峰。擁有得天獨厚的自然與人文，境內人民有80%信奉印度教，但卻有擁豐富的佛塔與佛寺，不過當地的印度教早已與佛教密切交融，因為印度教的傳說中，佛陀也是保護神毗濕奴的化身之一，而藍毗尼更是佛陀的誕生地。

尼泊爾首都加德滿都為一個盆地的地形，地處亞洲古文明中心，擁有7組佛教和印度教遺跡群，與3處各具特色的古皇宮和住宅遺址，這3座古皇城：加德滿都、帕坦及巴克塔布，把尼泊爾藝術的精髓發揮得淋漓盡致。

加德滿都是尼泊爾的首都，也是尼泊爾最大的城市。海拔約1350米，三面環山，市區即於山間的加德滿都谷地之中，氣候宜人，有「山中天堂」之美譽。抵達加德滿都後接往飯店休息。



## DAY2

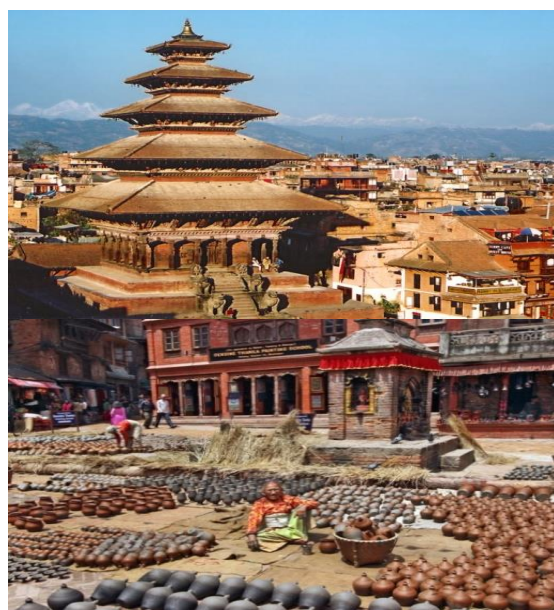
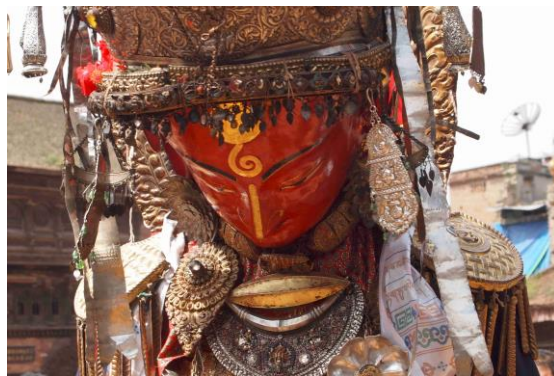
被譽為尼泊爾中世紀櫥窗的—巴克塔布市，此為尼泊爾第三城市。探訪建於第九世紀，有藝術之城美名的【巴克塔布古都】(世界遺產)。

【尼泊爾會說話的紅度母】紅度母非常靈驗，每當國內有任何大事要決定時，都會去請示紅度母，屢屢為國家化解了各種困擾與危機，國王不准紅度母跟尼泊爾赤尊公主帶著覺沃佛（現供在小昭寺裡的釋迦牟尼佛八歲等身像）下嫁到西藏，於是用頂圈鎖鏈將紅度母綁了起來，紅度母難過的哭泣了，因為她和覺沃佛本是一起的，這就是尼泊爾會說話的紅度母，也稱為哭泣度母的由來。

【巴卡塔布古都(Bhaktapur)】又名巴特岡Bhadgaon，1979年即被聯合國教科文組織列入世界文化遺產UNESCO；此古城像是一座露天博物館，其內之每一景每一物黃金門Golden Gate、五十五窗宮殿55 Windows Palace、尼亞塔波拉廟Nyatapola Temple等等精美的雕刻、老舊的磚房、手拉胚陶器市場、崎嶇不平的石板路…都值得您探訪並印證這座在傳奇中掘起的山城歷史。

●【孔雀窗Peacock Window】王宮旁小巷內的布加利寺(Pujari Math)的牆上，是15世紀的黑色木窗，中心透雕一隻孔雀開屏的形象，雕刻精美，構圖奇妙，是尼泊爾木雕傑作，成為尼泊爾藝術的標誌性圖形。

●【尼亞波塔拉廟(五層廟)】廟正面有五級石階，每一級石階都有一對雕像，第一級是對大力士，第二級是巨像，第三級是獅子第四級是鷹頭獅身的怪物，第五級是女神。





●【陶器廣場 Pottery Square】據說尼泊爾 70%的陶器都源自這裡，這兒也是攝影愛好者喜歡的地方。

位於廣場中心的 JethGanesh 神廟，向人們反應了廣場周圍制陶活動的悠久歷史。

【納嘉閣山城】該地區約海拔 2175 公尺，天氣晴朗時，您可在這裡可以收攬整個喜馬拉雅山群遼闊綿延的山景，素有喜瑪拉山脈觀景台之稱，這裡曾是尼泊爾統治者的隱居地，但在 70 年代開始轉變為最受歡迎的觀賞日出及日落的景點，置身在此，美麗的夕陽伴隨著一覽無遺的山景，豐富了心靈。在這裡住上一晚，體會清新環境與渡假閒情。觀賞喜馬拉雅山的日落美景。

### DAY3

在【納嘉閣】群山中慵懶愜意地觀賞喜馬拉雅山的日出美景。

【南無菩提】為尼泊爾三大佛教聖地之一，另外兩座佛塔則是 Swayambhu 和 Buddha。加德滿都山谷有五座構成曼達拉 (Mandala) 的佛塔，這三座至今為人們隆重的朝聖，而曼達拉代表了宇宙。

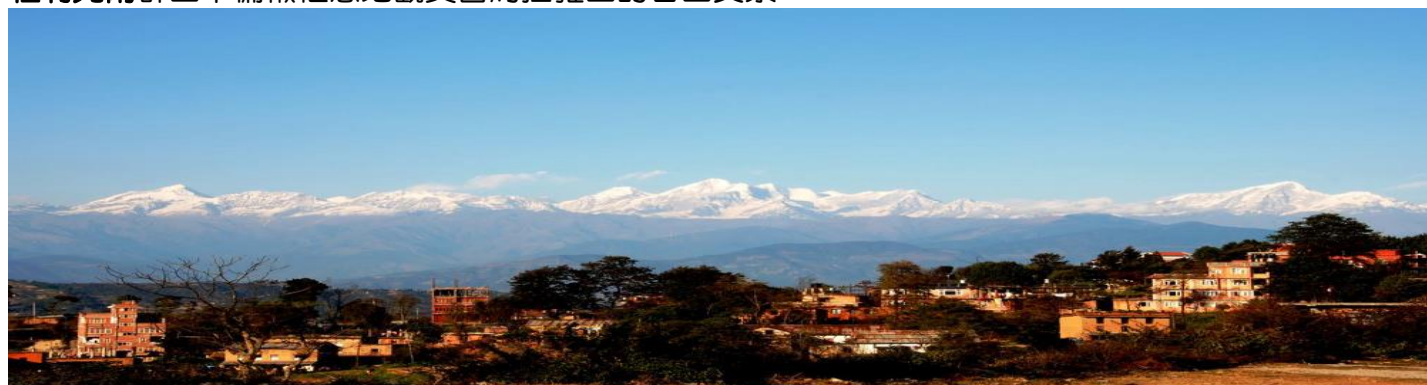
這是發生在 6000 年前，前世佛在此為母老虎，五隻小老虎而捨生之地；這裡有兩個重要的地方，首先是一個白色佛塔，據傳在此找到前世佛遺骸，供奉王子的遺體。因此於此建塔，過去在滿月時分，夜晚老虎會在此出沒，繞塔。此小塔在一些小房子和茶館與一個小小破舊的佛寺中間。尼瓦爾和藏族信徒在這裡點燃油燈、繞塔，大力的鐺圍繞著它的鐘。十五分鐘爬到上面的脊頂是一個噶舉寺 (白教) 閉關中心與博達大佛塔創古仁波切 (Thrangu Rinpoche) 的修道院，徒步上山，約十分鐘即可到達，另一個較小的佛塔，以紀念發生犧牲的地點。黑石板下刻著描述血淋淋老虎餵養的傳說。可(依照時間地點安排祈福經幡高掛於空中的各色風馬旗，當風吹拂時就會把經文、咒音遠颺到各個地方，並為當地帶來佛法，能讓人們平安，得到一切的吉祥。

【杜利克爾】(谷地山麓小鎮)純樸自然的鄉村，因為這兒除了可展望山景，它本身就是個尼瓦小鎮，走在石板小路，欣賞兩旁的紅磚屋宅、精細的木雕窗飾，都讓人覺得樂趣十足。天氣狀況良好時，可以清楚看見環繞著杜利克爾的喜馬拉雅山。



### DAY4

杜利克爾群山中慵懶愜意地觀賞喜馬拉雅山的日出美景。







【**帕坦古都**】世上最古老的【**佛教城**】。是尼泊爾古都，亦是世界文化遺產 UNESCO；為尼泊爾佛教中心，舊皇宮以雕刻藝術聞名於世，也是尼國手工藝品的主要生產地。由於市容美觀又被尊稱為拉力得普，帕坦古色古香的建築群有「**美麗之都 LALITPUR**」之稱。帕坦城裡有兩座露天浴場，這水是山上溶化的雪水流入地下引到這裡，是尼國最原始的水龍頭。

●【**帕坦王宮杜巴廣場**】是整座城市的中心、桑答理宮院、黑天寺、瑪哈佛塔、千佛塔…等等街道本身就是建築工藝技術的極致表現。

●【**黃金廟又稱克瓦寺**】黃金廟建於西元 12 世紀，以其金屬雕刻聞名於世。黃金廟是一座三層屋頂的建築，正面裝飾有很多精緻的銅雕，中庭的小廟屋頂和屋簷都是鍍金的雕飾，還有包金的構帶，非常華麗。寺內有小彌僧為此廟的住持。

## DAY5



### 文化修行聖地【**帕實**】

此處據傳大師受 36 代藏王赤松德贊之邀請，前往西藏時曾在此修行。同時在此山下寺院，象頭財神~ 嘎尼喜，雕刻神像旁自然顯現綠度母之神像，為近百年自然冒出，因此**帕實**也是綠度母之道場，七世紀，約 1350 年前，尼泊爾公主~ 赤尊公主(稱綠度母)，唐朝~ 文成公主(稱白度母) 下嫁 32 代藏王~ 松贊干布，將佛法帶入西藏，百年後蓮花生大師，自印度那爛陀大學出發前往西藏弘揚大乘佛法，也就是至今普遍影響世界的~ 藏傳佛教。深度朝聖走訪：【**蓮花生大師閉關處**】- 【**綠度母寺**】- 【**金剛亥母寺**】…隨後行經遠眺尼泊爾【**蓮師大佛**】，烏金喇嘛懇請根本上師貝諾法王開示，上師貝諾法王為多位信眾傳授皈依，



且開示興建蓮師大佛像的功德利益，美好緣起在尼泊爾蓮師聖地，建立一座蓮師大佛供世人瞻仰，並提供大家一個心靈歸依之所。

（可依照時間地點安排懸掛**祈福經幡**）高掛於空中的各色風馬旗，當風吹拂時就會把經文、咒音遠颺到各個地方，並為當地帶來佛法，能讓人們平安，得到一切的吉祥。

【**塔梅爾區**】這裡是加德滿都谷地著名的商區，販賣各式琳瑯滿目的商品：食物、蔬果、旅行裝備、音樂、手工藝品、服飾等等，這裡同時是旅社、攤販、餐廳的匯集地，狹窄的巷弄中穿梭著四個輪子、三個輪子的到兩個輪子的各種交通工具，好不熱鬧。是旅行者到尼泊爾必來的朝聖地。



## DAY6



【**博拿佛塔**】世界上最大的佛塔，位於城東約三公里處，是藏傳佛教徒日常轉經膜拜的地方。佛塔的四週環列著一個個可以轉動的小圓筒，稱作祈禱輪，可依順時針方向轉祈禱輪並繞塔而行，以祈來生輪回轉運，以喇嘛教徒冥想圖案－曼達拉(MANDALA)向上爬升擴展的方式建築而成，並有一層層寬大的台階通往塔基。白色塔基外緣建有 108 個壁龕，裡面各刻著一尊佛陀浮雕。此塔更是電影「小活佛」中主要的拍攝場景。在此可見到身穿傳統服飾的西藏人、不丹人或來自印度、錫金、拉達克的佛教徒或喇嘛虔誠地繞行佛塔誦經祈禱。

【**蘇瓦揚布拿寺**】，建在加德滿都以西的一座小山頂上，相傳釋迦牟尼曾親臨此地，所以每年的佛祖誕生日時這裡都要舉行盛大的法會。因為廟裡到處是被奉為神靈的猴子，所以又稱為**猴廟** (Monkey Temple)，也稱四眼天神廟，是亞洲最古老的佛教聖跡之一。

Swayambhu 在尼泊爾語的意思是「自然升起」。傳說古代的加德滿都谷地是一個大湖，湖中的小山丘 Swayambhu 就像湖中升起的蓮花，後來佛教菩薩手持神劍把山劈開，湖水流乾成了現在的加德滿都谷地。這裡也是俯瞰加德滿都全景的最佳地點。蘇瓦揚布塔擁有金色的塔身，四面都有巨大的佛眼，象徵著無所不在的佛正在注視著腳下的芸芸眾生。佛眼下方的鼻子像是一個問號“？”，實際是尼泊爾數字的“1”，代表著和諧歸一。在佛的兩眼上面還有一個紅點是第 3 隻眼，象徵佛能洞悉一切。







【加德滿都舊皇宮廣場】造訪此處能有深刻的體會”滿天神佛”、“三步一小廟、五步一大廟”、“神比人多、廟宇比房屋多”等形容，於此將拜訪活女神、獨木寺、塔雷珠女神廟、猴王神廟等等。門口有一尊撐著小紅傘的哈魯曼猴神像（Hanuman Dhoka），哈魯曼猴神是印度教「羅摩衍那」史詩中的英雄，因為它幫助國王羅摩（Rama），救回被惡魔捉走的王后希坦（Sita），而被國王聘為門神。可惜頑皮的哈魯曼猴神得罪了太陽神，被詛咒終生不能成親。擔心站在性廟前值勤的它，會因性廟上的春宮圖分心，而誤了當門神的大事，所以它的雙眼始終被紅布包裹著。

【活女神廟】（庫瑪麗），活女神庫瑪麗的選擇標準很嚴格，其中幾條是：3歲到7歲的處女、不能流過血，從未生病、出身釋迦族金匠種姓、出生時的星象吉祥、身體要符合32種優的特徵…一旦確認，就要離開家不能和家人見面，住在寺廟中。她平日走路都要坐神轎，雙足不能碰地。平日閉門不出，隻有在特殊的節日和時間段才會讓民眾前往膜拜並受她祝福。在信眾前不輕易流露感情，如果她對信眾作出突然的行為或表情，那可能象徵著信眾的不幸。



### 【加德滿都塔梅爾區】2次採購

午後再次前往【塔梅爾區】為回國前之前考慮過還沒下手的戰利品好好採購，各式琳瑯滿目的商品是旅行者到尼泊爾必來的朝聖地。今晚特別安排【尼泊爾風味傳統歌舞餐】隨後前往搭機。

## DAY8 轉機地—台灣溫暖的家

### 尼泊爾簽證-落地簽：

1. 護照正本(需以回國日計算效期六個月以上、簽名欄需簽名)或繳交全頁護照彩色掃描檔或影本。
2. 身份證正反面影本一份。
3. 六個月內白底彩色之兩吋大頭照2張。(同申辦護照尺寸，不得與護照及身分證之照片相同)
4. 基本資料(家裡地址、電話，公司地址、電話、職稱)