



India Innerlijke Vrede

Keer jezelf binnenstebuiten aan de voet van de Himalaya

Vanuit het meest turbulente deel van de wereld, India, ontdekken we op deze reis stapsgewijs onze natuurlijke innerlijke stilte. Het is dáár, van binnen, dat ons helder wordt dat we in de 'gevangenis van het samsara' zitten. Maar het is ook dáár dat we de uitweg uit dat samsara vinden en uiteindelijk het pad naar de bevrijding inslaan.

We gebruiken deze reis als een belevenis, een 'golden opportunity', een 'once in a lifetime' om met ons Zelf aan de slag te gaan. Het wordt ons helder wat we waarnemen en wat er allemaal in ons om gaat. In India leren we ons open te stellen om onszelf opnieuw in liefde te ontdekken, om een nieuwe verbinding met de liefde aan te gaan. We beginnen te ademen en proberen de eerste stappen uit om onze nieuw verwoorde functie in liefde in de wereld waar te maken. Dit avontuur houden we speels bij in een persoonlijk logboek.

Waar?

We starten dit avontuur in de volle heftigheid van hoofdstad Delhi, waar het krioelt en broeit, en het Indiase leven een beroep zal doen op al je zintuigen. Van daaruit verplaatsen we ons naar Amritsar, de hoofdzetel van de Sikh-religie met de befaamde Gouden Tempel. Hier krijgen we de eerste gelegenheid tot verstillings en inkeer. Vanaf Amritsar reizen we verder tot we aankomen in Dharamsala op 1900 meter, waar we onderduiken in een Tibetaans boeddhistische omgeving en waar de stilte en gewijde sfeer over ons neer zullen dalen. Dharamsala is onze centrale bestemming. Hier zullen we ruim een week bivakkeren.

Naast ons officiële programma ondernemen we interessante tochten in de omgeving, die ons in contact brengen met de overweldigende natuur in de Himalaya, met Tibetaanse kloosters, hindoetempels, maar we zullen ook contact maken met de politieke situatie van het Tibetaanse volk, de heerlijke Indiase keuken en de grondbeginselen van het boeddhisme.

Wanneer?

Van donderdag 15 oktober tot en met zondag 1 november 2015



Met wie?

Voor dit innerlijke en uiterlijke avontuur ben je in goed gezelschap van drie betrokken en ervaren begeleiders.

Benti Banach, reisbegeleider en journalist, is onze Nederlandse rots in de Indiase branding, de parate man ter plaatse. Hij regelt de accommodaties, het vervoer, organiseert excursies, speelt in op de situaties ter plekke tijdens de reis. Hij maakt ons wegwijs in de stad, de tempels, de natuur en zal het nodige uitleggen over de cultuur en religies. Zie ook www.buddha-and-beyond.eu



Ton Peters, in het dagelijks leven reflectiecoach/therapeut. Hij begeleidt persoonlijke ontwikkeling, bedrijfsmatige en organisatorische processen in visie en doelstellingen. Hij inspireert en activeert op deze reis de groeps sessies met meditatie en visualisaties. Ton geeft jou een kans om een brug te slaan naar meer innerlijke vrede, een duidelijker koers door het leven, en stimuleert jouw persoonlijke functie en liefde. Zie ook www.tonpeterspraktijk.nl

Emmy Janssen werkt op de Vrije School v.o. en heeft een eigen tekenpraktijk. Zij is ons klankbord, onze toeverlaat bij calamiteiten, de wegwijzer voor als je het even niet weet of ziet zitten. Ze kan je waar nodig van advies voorzien. Zie ook www.tekenpraktijkdemorgenster.nl



Reisschema

- Dag 1 Amsterdam – Delhi
- Dag 2 Delhi (introductie en bezichtiging stad)
- Dag 3 Delhi – Amritsar (eind van de middag trein naar Amritsar)
- Dag 4 Amritsar (bezoek Gouden Tempel, bezoek grens Pakistan)
- Dag 5 Amritsar – Dharamsala (onderweg stop in Nurpur)
- Dag 6 Dharamsala (programma + verkenning Dharamsala)
- Dag 7 Dharamsala (programma + wandeling Dharamkot e.o.)
- Dag 8 Dharamsala (programma + tempel Dalai Lama, Museum)
- Dag 9 Dharamsala (programma + bezoek Norbulingka)
- Dag 10 Dharamsala (programma + o.a. bezoek Chamunda Devi)
- Dag 11 Dharamsala (programma + film en discussie over Tibet)
- Dag 12 Dharamsala – Rewalsar (bezoek boeddhistisch Bir)
- Dag 13 Rewalsar (heilige grotten, wandelen in omgeving)
- Dag 14 Rewalsar – Shimla (via Mandi)
- Dag 15 Shimla (programma, bezichtiging Shimla)
- Dag 16 Shimla (bezoek Jakhu Tempel, Viceregal Lodge, wandelen)
- Dag 17 Shimla – Delhi
- Dag 18 vlucht Delhi – Amsterdam

Vervoer

We maken twee comfortabele treinreizen van meerdere uren, van Delhi naar Amritsar en van Shimla terug naar Delhi. Daarnaast hebben we de beschikking over onze eigen auto's, die je deelt met chauffeur en maximaal drie medepassagiers. Deze auto's zijn ruime en luxe Toyota Innova's.

Accommodatie

We slapen in prima hotels, die zijn geselecteerd op sfeer, ligging en comfort.

Prijs € 2280 euro excl. vlucht naar Delhi.

In de reissom zijn inbegrepen alle overnachtingen en alle transport (treinreizen en eigen auto) en alle ontbijten. Niet inbegrepen zijn de overige maaltijden, eventuele entreegelden, fooien en de vlucht naar Delhi. Deze vlucht dien je zelf te boeken. Dit biedt je de mogelijkheid om de vlucht en vertrekplaats naar jouw keuze te boeken (een retourtje Amsterdam – Delhi is ca. 550 euro). In Delhi word je van het vliegveld afgehaald. Je kunt ook een éénpersoonskamer nemen – anders deel je je kamer met iemand anders. Hiervoor geldt een toeslag van 350 euro. Verder moet je rekenen op ongeveer 300 euro aan zakgeld.

NB Je kunt in overleg je reis verlengen naar andere delen van India. Voorbeelden: Agra (Taj Mahal), Rajasthan (kleurrijke provincie met woestijncultuur en paleizen), Varanasi (heilige stad langs de Ganges met tempels en crematieplaatsen).

Voor meer informatie over de reis en aanmeldingen, bel of mail naar Emmy Janssen: telefoon 0573-849166 of email: emmyjanssen@upcmail.nl. Of kijk op www.buddha-and-beyond.eu