



Der Buddhismus in Sri Lanka

Eine Pilgerreise zu den wichtigsten buddhistischen Highlights & Meditationsretreat
einfach

Der Buddhismus in Sri Lanka ist die im Land am weitesten verbreitete Religion. Gut 70% der Gesamtbevölkerung, davon hauptsächlich Singhalesen, gehören dem Theravada-Buddhismus an. Nicht von ungefähr also dorthin eine entsprechende Pilgerreise anzubieten.



Gruppenreise: Pilgerreise Sri Lanka

Preis: 1.630 EUR

Termin: 19. Mai-01. Juni 2018 mit Vollmond-Feierlichkeiten

Status: geschlossen / ausgebucht

Auf Anfrage organisieren wir diese Reise auch für Privatpersonen und -gruppen!

Der Buddhismus in Sri Lanka ist die im Land am weitesten verbreitete Religion. Gut 70% der Gesamtbevölkerung, davon hauptsächlich Singhalesen, gehören dem Theravada-Buddhismus an. Nicht von ungefähr also dorthin eine entsprechende Pilgerreise anzubieten. Kaum ein Ort an dem keine buddhistischen Denkmäler stehen, die Menschen tief verwurzelt in ihrer Religion.

Wir treten auf unserer Reise in Kontakt mit Mönchen und Laien, meditieren und kontemplieren, wachsen spirituell bei einem Meditationsretreat im Kloster, besuchen die bedeutendsten religiösen Stätten des Landes. Der Termin wurde auch auf das buddhistische Wesak-Fest gelegt, der am Vollmondtag des 4. Monats (nach buddhistischem Kalender) stattfindet. Du darfst an den ganze besonderen Feierlichkeiten teilnehmen und wirst so Eindrücke mitnehmen, die dir ein Leben lang in Erinnerung bleiben werden.



ආයුබෝවන්

Ayubowan!

Der singhalesische Gruß!

- [Detailprogramm](#)
- [Preise und Termine](#)
- [Leistungen](#)

Detailprogramm

Tag 1
Abflug von zu Hause

Tag 2
Ankunft auf Sri Lanka

Es war eine anstrengende und lange Anreise, doch nun bist du in Sri Lanka. Wir heißen dich am Flughafen in Colombo willkommen und bringen dich in einer rund 1stündigen Fahrt zu einem schön gelegenen Gästehaus in einem Dorf in gut 30km Entfernung. Hier kannst du dich gut von den Strapazen der Anreise erholen – kaum ein Tourist verirrt sich hierher. Am Abend genießt du den Sternenhimmel. -,A

Tag 3

Buddhistische Gespräche

Wir bleiben hier und konzentrieren uns heute voll auf den Buddhismus – im anregenden Austausch mit Buddhisten aus Sri Lanka beschäftigen wir uns heute mit der buddhistischen Philosophie. Den Tag beenden wir bei einer gemeinsamen Meditation. F,M,A



Meditieren in ländlicher Umgebung ist Bestandteil unserer Pilgerreise.

Tag 4-7

Meditationsretreat

In einem angesehenen und seriösen Meditationsretreat verbringen wir die nächsten Tage mit buddhistischer Meditation. Während des Meditationsaufenthaltes gilt ein fester Tagesplan, der jeden Tag ähnlich strukturiert ist. Bitte beachte, dass es sich hierbei nicht um ein Wellness-Programm handelt, sondern um ein ernst zunehmendes Retreat, bei dem es auch wichtig ist, sich an genaue Regeln zu halten. Weitere Infos zum Retreat geben wir gerne an dich bei Interesse weiter.

Tag 8

Zug & Tee

Heute folgt ein Ausflug auf der schönsten Bahnstrecke Asiens. Im gemächlichen Tempo geht es vorbei an weich anmutenden Teeteppichen und Wäldern mit Farnen und Rhododendron bis wir schließlich die Bergstadt Nuwara Eliya erreichen. Die Stadt liegt auf 1.890m und ist im Landesschnitt viel kühler als sonst wo, daher kommt die High Society aus Colombo gerne hier her und entspannt sich in der frischen Luft. Auch wir machen das, bevor es weiter nach Nuwara geht. Nächtigung im Hotel. F,-,-



Der Zahntempel in Kandy. Einer der heiligsten Orte für Buddhisten weltweit.

Foto: Shutterstock/396404413

Tag 9

Heiliger Zahn

Am Morgen bitten wir dich dich weiß zu kleiden, da wir die Dalada Maligawa besuchen. An diesem ganz besonderen Platz wird ein Zahn Buddhas aufbewahrt. Tausende von Mönchen und Laien kommen hierher um zu beten und zu meditieren. Wir nehmen die Lotusblume in unsere Hand und zollen Buddha unseren Respekt. Im Anschluss erkunden wir die Stadt Nuwara. Nuwara war bis 1815 der Sitz der Könige des Landes und besser unter seinem Namen Kandy bekannt. Nächtigung etwas außerhalb im Hotel in Akurana. F,-,-

Tag 10

Höhlentempel und Wolkenmädchen

Am Morgen besuchen wir die Höhlentempel in Dabmulla mit 2.000 Jahre alten Skulpturen und Deckenmalereien. Am Nachmittag folgt einer der Höhenpunkte der Reise: die Felsenburg Sirigiya aus dem 5. Jhdt. n. Chr, die gerne auch als 8. Weltwunder bezeichnet wird. Das architektonische Wunder ist insbesondere für die Fresken der Wolkenmädchen bekannt, die sich in einem geschützten Winkel des Felsens befinden. Nach Auf- und Abstieg geht es in unser Hotel in Anuradhapuraya. F,-,A



Die Felsenburg Sigiraya

Foto: Shutterstock/404549587

Tag 11

Vollmondtag

Wieder verlassen wir das Hotel weiß gekleidet. Es ist ein besonderer Tag für Buddhisten, denn es ist Vollmond und heute findet das Wesak-Festival statt, während dessen wir an die Geburt, Erleuchtung und den Tod Buddhas gedenken. Wir feiern diesen Tag gemeinsam mit andere Buddhisten an einem der heiligsten Plätze der Insel: in Anuradhapuraya. Anuradhapuraya wurde bereits im 5. Jhdt gegründet und war die erste Hauptstadt der Insel. Hier wächst auch der Sri Maha Bodhi (großer heiliger Buddha-Baum), der aus einem Zweig des Baums gewachsen sein soll, unter dem Siddharta die Erleuchtung erlangt hat. Wir nehmen an einer Puja mit Blumen, Getränken und dem Klang der Trommeln teil. F,-,A

Tag 12

Sila, Samadhi und Prajna

Heute steht das dreifache Training (Sila, Samadhi und Prajna) in einem Kloster auf dem Programm. Wir bitten dich wieder in weiß gekleidet zu erscheinen und fahren nach dem Frühstück gut 2 Stunden Richtung Nordwesten zu einem buddhistischen Tempel. Im Austausch mit den Mönchen vertiefen wir unser buddhistisches Verständnis und meditieren auch gemeinsam. Nach der Abendpuja fahren wir in unsere Unterkunft. F,M,A

Tag 13

Colombo - Negombo

Heute fahren wir in die laute, frenetisch-verrückte Hauptstadt Sri Lankas und sehen uns die wichtigsten Highlights der Stadt an. Doch wir bleiben hier nicht und fahren weiter nach Negombo, das nur 9km südlich vom Flughafen Colombos liegt. Negombo ist der ideale Abschluss für unsere Reise. Umgeben von Kokusnuss-Plantagen ist es der größte und traditionsreichste Fischerort des Landes. F,-,A



Buddhastatuen vor der Skyline von Colombo.

Tag 14

Entspannung am indischen Ozean

Ein Tag ganz nach deinen Wünschen. Wie willst du ihn verbringen? Ausgiebig frühstücken, am Strand spazieren gehen, Yoga, Meditation oder ein schönes Buch lesen? Fakultativ kannst du dich auch bei einer Ayurveda-Massage entspannen. In jedem Fall solltest du die Seele baumeln lassen. F,-,-

Tag 15

Flug nach Hause

Wir bringen dich zum Flughafen und du machst dich wieder auf den Weg nach Hause. F,-,-

Preise und Termine

Gruppenreise: Pilgerreise Sri Lanka

Termin: **19. Mai-01. Juni 2018** mit **Vollmond-Feierlichkeiten**

Preis: 1.630 EUR

Einzelzimmerzuschlag: 300 EUR*

* Für die Tage beim Retreat kann kein Einzelzimmer garantiert werden

Min/Max. Teilnehmer: 6/12

Auf [Anfrage](#) kann die Reise auch individuell zum Wunschtermin durchgeführt werden.

Leistungen

- Sämtliche Transfers und Transporte ab Ankunft bis Abflug
- Englischsprachiger Reiseleiter
- Unterbringung in Mittelklasse-Hotels, Gästehäusern und im Retreat
- Verpflegung lt. Detailprogramm
- Eintritt zu den im Programm angeführten Sehenswürdigkeiten
- Kosten für das Retreat im Meditationszentrum

Nicht inkludiert

- Flüge
- Versicherungen (eine Reiseversicherung abzuschließen wird empfohlen)
- Trinkgelder
- Getränke

- Visum für Sri Lanka
- Impfungen
- Zusätzliche Kosten, die durch Krankheit, Unfall, Routenänderung aufgrund von höherer Gewalt usw. Entstehen
- Zusatzkosten, die durch Flugausfälle oder -verschiebungen entstehen

Zur Reiseanmeldung

Das solltest du vor der Reise lesen

- [Allgemeine Infos zu Sri Lanka](#)
- [Reiseversicherung](#)
- [Unsere Reisebedingungen](#)
- [Karten, Bücher und Links](#)
- [Häufig gestellte Fragen](#)

Wenn du Fragen zu dieser Reise hast, kannst du uns hier schreiben

Name (Pflichtfeld)

E-Mail-Adresse (Pflichtfeld)

Telefonnummer

Betreff

Nachricht

*Ich stimme zu, dass meine eingegebenen Daten für den Zeitraum der Bearbeitung - nämlich zur Beantwortung meiner Anfrage und Information über angefragte Produkte und Services - gespeichert und verarbeitet werden. Meine Daten werden nicht länger als drei Monate gespeichert. Und sollte die Bearbeitung meines Anliegens insgesamt länger dauern, so werden meine Daten spätestens mit Abschluss der Bearbeitung gelöscht.

Senden

