

Ånd – holistiske samfund – kultur En inspirerende rejse til Italien Mandag den 23. august – lørdag den 4. september 2010

Tag med Kosmos Center i efteråret 2010 til:



Assisi

Hør om Frans af Assisis liv og filosofi, men beskrevet og rundvist af en holistisk funderet person, som lever blandt franciskanerne i byen. Bente Wolf vil to dage undervise os i "The spirit of Assisi" - energien fyldt med glæde, medfølelse, kærlighed og broderskab, som skal sprede sig fra denne gamle by. Vi kommer på de vigtigste steder, hvor Frans Assisi virkede, men også steder, hvor turisterne normalt ikke kommer. Vi skal bo

på et kloster hos "Franciscan Sisters of the Atonement" i selve den gamle middelalderby. Tre hele dage.

"Ananda"

Oppe i bjergene lige uden for Assisi, hvor en sval brise konstant blæser, ligger "Ananda". Et samfund stiftet i 1983 med flere hundrede spirituelt interesserede, som laver yoga, meditation, healing, foredrag og mange andre åndelige aktiviteter. De er inspireret af Parmahansa Yogananda, som skrev den berømte bog: "En yogis selvbiografi" og introducerede Kriya yoga i Vesten. Hans eneste nulevende discipel Kriyananda er ophavsmanden til dette og mange andre centre i verden. Her mødes Øst og Vest, og her møder vi åbne og søde mennesker i det samfund, som skal undervise os i filosofi, meditation og yoga efter vores lyster. Tre hele dage. www.ananda.it

Ravenna

På vores vej videre mod nye holistiske mål stopper vi en dag i denne middelalderby for at se verdens ældst kendte kristne mosaikker. Her findes mosaikker helt tilbage fra år 450 e.kr., og i 2002 fandt man under gulvet i en kirke nogle uberørte fantastiske mosaikker. Også på hvælvinger, lofter og vægge i kirker og hellige bygninger kan man se disse mesterværker. www.turismo.ravenna.it Vi har en overnatning på 4* Jolly Hotel Ravenna www.jollyhotels.com



"Damanhur"

Vi kører derefter til bjergene tæt på grænsen til Frankrig og Schweiz. I området Piedmond i nærheden af den ældste nationalpark i Italien ved foden af Alperne skal vi besøge Damanhur i Valchiusella dalen. Siden 1970erne har et spirituelt samfund på 1000 mennesker opbygget et fællesskab med både åndelige og praktiske aktiviteter baseret på dybe spirituelle idégrundlag. Her møder vi målrettede mennesker, som hver dag prøver at leve deres ideer.



Fra vi ankommer og til vi fire dage senere forlader dem, vil vi bliver undervist i deres tanker og filosofi, høre om deres dagligliv, mediterer ude og inde og prøve deres teknikker og meget mere. Det store højdepunkt er klart oplevelserne af deres templer, som de egenhændigt har udgravet i et bjerg 25-55 m dybt under toppen. Hver tempel-hal er specielt tilegnet særlige energier, betydninger og aktiviteter og er fantastisk dekoreret. Hver en mosaik, tegning eller maleri har spirituel, humanitær eller social betydning. Templerne ligger nøjagtigt i et fixpunkt af energibaner på jorden og danner en forbindelse mellem det åndelige og jorden. Det tog 17 år med skovl og spand at udgrave og dekorere disse tempelhaller.

Vi har fået lavet et særligt undervisnings - og fremvisnings program til vores gruppe, og det vil føre os igennem energier, templer, energimaskiner, spiraler, syngende planter, en hellig skov og på den

måde give os et rigtigt godt indtryk af Damanhur. Tre hele dage. www.Damanhur.org

Herfra kører vi til Milano, hvor der vil blive nogle timer til sightseeing og indkøb på egen hånd. Derfra kører vi så til lufthavnen Malpensa udenfor Milano, hvor vi har flyafgang kl. 19.00 mod København.

Overnatning m.m.

Vi tager af sted: mandag 30. august 2010 om formiddagen, og vi kommer hjem: lørdag den 11. september over middag.

Vi flyver til Rom og hjem fra Milano med SAS. Flyvetiden er ca. 2-2,5 timer hver vej.

I Assisi skal vi bo på kloster (Bed and Breakfast) i gode værelser med eget bad/toilet. I Ananda skal vi bo på meget uensartede, enkle, men rene og udemærkede værelser med bad/toilet. I

Ravenna på godt hotel med eget bad/toilet og i Damanhur på enkle, rene meget uensartede værelser med dele toilet/bad pr. 2 værelser. Den eneste længere bus-tur (480 km) foregår

hovedsagelig på motorvej på en flad strækning. Vejræssigt kan man i slutningen af august/begyndelsen af september Italien forvente 25-29 grader om dagen og 16 grader om natten. I bjergene dog lidt mindre.



Velkommen til en fantastisk tur!