



Velen komen naar Nepal voor meditatie, spirituele verjonging, tetractie en om zich te verbinden met de machtige {tooltip} **Himalaya**. {end-texte} Een uitgestrekte bergketen van 2500 kilometer op de grens tussen India, Nepal en Tibet; deze reeks bevat 's werelds hoogste bergen, waaronder in Nepal ook de hoogste top van de wereld, de Mount Everest. {end-tooltip} Nepal is een van de beste bestemmingen in de wereld voor deze meditatieve bezigheden en is er trots op veel bekende centra te hebben zoals het Kopan Klooster wat wereldberoemd is voor Boeddhistische meditatie. Evenzo is {tooltip}

Dharma

{end-texte} a. Het principe of de wet die orde schept in het universum.

b. Individueel gedrag in overeenstemming met dit principe.

c. De wezenlijke functie of de aard van een ding. {end-tooltip} Shringa een van de beste {tooltip}

Vipassana {end-texte} In de boeddhistische traditie betekent dit inzicht in de aard van de werkelijkheid {end-tooltip} centra in de wereld. Deze kloosters liggen allebei even buiten Kathmandu, omgeven door prachtige natuur en hier kunnen diegenen die graag in de natuur verkeren, verblijven in de realiteit van profound Nepal.

Meditaties zoals Vipassana zijn grondig, redelijk en resultaat gericht. Het hoofddoel is je geest te reinigen en daarna leer je om je verdienste op te dragen aan het welbevinden van anderen. Je begint je gevoelens van liefde en vriendelijkheid te gebruiken en je laat dat in de hele atmosfeer doordringen. Je wenst vrede, geluk en vrijheid van geestelijke en lichamelijke pijn voor iedereen.



Een ayurvedische Singing Bowl of zingbol, Chakra Bowl of chakra, is de Klankschaal, ook bekend als



De klank van de zingbol kan gebruikt worden voor het creëren van een harmonieuze omgeving en het