



Dansretreat i Södra Indien – en resa i dansens tecken 28 dec 2023 – ca 18 jan 2024

Vill du uppleva södra Indien på nära håll? Vill du dansa, finna vila och upptäcka nya delar av dig själv i världen?

Vill du uppleva kaos och oväntad ordning, skönhet och hårda realiteter, dans och stillhet och hårda sängar, underbar mat, många nyfikna frågor, berg av morötter att skala, fantastisk natur och landsbygd, lite storstad, mygg (inte malaria), fattigdom, starka färger, stora kontraster och oändliga vidder, värme, mycket hopp och glädje? Vill du bli förälskad?

Vi reser till Shantivanam Ashram med några stopp på vägen, från Chennai via Mamallapuram, Pondyerry och Thanjavur. I Chennai och på vägen får vi möta dans, i dansfestival, den dansande guden Shivas tempel och mycket annat, innan vi sedan får åtta-tio dagar av egen dans, vila, tystnad, vandringar, utflykter och samtal på vårt ashram.

Shantivanam Ashram grundades av två benediktinermunkar i början av 1900-talet och dit blev sedan den brittiske munken Bede Griffiths sänd. Han skapade där en mötesplats för många vishetstraditioner och en stor öppenhet för religionsöverbryggande tankar. Det är fortfarande en välkomnande plats där alla kan delta hur mycket eller lite som önskas **de önskar** i de dagliga rutinerna. Gudstjänsterna använder texter från många vishetstraditioner, de är i grunden kristna men inbegriper också drag från hinduistiska praktiker som puja och mantran.

Här välkomnas vi att ha vår egen dansworkshop, här kan vi vandra längs den heliga floden Kaveri, besöka de små byarna i närheten, uppleva indisk landsbygd på nära håll. Vi kommer också att göra några större gemensamma bussutflykter, till bl.a. Intact Special School for Mentally Challenged Children i den närliggande stora staden Tiruchirapalli och till det enorma Vishnutemplet Srirangam.

Resan börjar i Chennai (Madras) och slutar i Tiruchirapalli, allt i TamilNadu som är den sydligaste och en av de största indiska delstaterna, den fattigaste och mest traditionella. Här går de flesta människorna i fortfarande i traditionella kläder, här finns inte många turister och brottligheten ligger lågt. Vi möts av många nyfikna, glada, vackra och vänliga människor. Klimatet är i januari som en riktigt bra svensk sommar. Det kan vara mycket varmt men solen bränner inte som här och skuggan är fläktande och skön.

Vi tillbringar ca 18-24 dagar tillsammans, till en del på resande fot men också med åtta till tio dagar på Shantivanam Ashram på landet vid den stora heliga floden Kaveri. Här har vi vår bas och egna dansdagar där vi utforskar våra egna danstraditioner och återklanger i den indiska dansen och i våra indiska upplevelser. (OBS det är inte en kurs i indisk dans) Vi deltar efter behag i Ashramets aktiviteter samt njuter av natur och byarna i närheten.

Preliminärprogrammet ser ut såhär (Indien är som det är och inget kan vara riktigt säkert förrän det hänt.):

Vi träffas måndagen den 28 december 2023 på YWCA i Chennai. Dit kan du ta dig på allehanda olika sätt. Vi kommer att ge förslag på bra resealternativ. Generellt kan man räkna med att flyga från Europa den 27 december och anlända i Chennai nästa dag. Andra och billigare alternativ kan vara ett flyg med många byten. Kanske åker du tidigare och firar jul någonstans i Indien, kanske stannar du kvar efteråt. Alternativen är många och vi hjälper dig med tips och idéer. Vi ledare meddelar hur vi flyger så du kan få sällskap om du så önskar. I Indien kommer gruppen att resa med tåg och egen minibuss och bo på hotell av ganska olika standard.

Vi kommer för det mesta att bo på små trevliga ställen som inte alltid har så många rum, även du som helst vill ha enkelrum får vara beredd på att kanske dela rum ibland.

Officiellt avslutar vi vår gemensamma resa ungefär den 20 januari i Tiruchirapalli (allt beror på hur kommande rumsbokningar blir och det går ännu inte att precis fastställa) varifrån du kan ta inrikesflyg eller tåg eller taxi/minibuss tillbaka till Chennai och ditt flyg hem, vi hjälper dig boka. Kanske vill du efteråt hellre ge dig vidare på egen hand, vi hjälper dig med tips och det praktiska.



Ledare är Pia Lamberth och Sabine Neumann



Pia har gjort åtta dansresor till TamilNadu tidigare, varav sju som ledare och arrangör. Hon arbetar sedan trettio år med danser från många tider och kulturer, leder dansgrupper, utbildar dansledare och arbetar med Heliga danser på allehanda sätt i seminarier och workshops. Hjärtesaken är det arv av mönster och berättelser som generationer av dansare burit till oss genom årtusenden.

Sabine är dansledare, meditationsledare och erfaren reseledare. Hon har varit i Tamil Nadu och andra platser i Indien ett antal gånger för att resa, dansa, meditera, vandra och har varit medarrangör och -ledare på tidigare dansresor med Pia.

Praktiskt;

Du bokar och betalar din flygresa själv. Vi kan ge rekommendationer och hjälpa dig.

På plats betalar du själv för boenden, mat och inträden.

(Priser för övernattnings och mat är låga. På Ashramet betalar man som donation 130kr/dygn eller mera om man så önskar inklusive mat. Det dyraste hotellet kostar kanske drygt 300 kr inkl. frukost.)

Kurspriset är 6500kr varav anmälningsavgiften är 1000kr. Maxantal deltagare är 14.

I kurspriset ingår

- + bokning av alla boenden
- + gemensamma resor under Indientiden
- + all gemensam dricks
- + reseledning med inriktning på att du efter vår gemensamma resa skall kunna fortsätta resa själv i Indien om du vill
- + ca 8-10 dagars dansworkshop (relaterat till vår resa men inte nödvändigtvis indiska danser) med material, samt dans vid tillfälle under hela resan
- + förberedande träffar på zoom under hösten 2023
- + tips och hjälp med egna bokningar av flyg och vidare resor i Indien

En resa tur och retur Köpenhamn -Chennai kostar (jan 2023) ca 7 – 8000kr och uppåt. Det finns många billigare men omständligare alternativ. För alla gäller att ju förr du bokar desto billigare blir det. I mars-april brukar biljetterna släppas. Visum behövs för Indien och du får hjälp med ansökningen. E-visum verkar(ändrar sig upp och ner hela tiden) i år kosta 875kr om du har svenskt pass, annars mera, och man ansöker ca en månad före resan – om du inte har svenskt pass två månader. Passet måste vara giltigt i minst 6 månader från viseringsdatum. Vissa vaccinationer kommer att behövas, kostnaden beror på vilka skydd du redan har - och vilka du vill ha - och kan ligga mellan ca 300 och över 1000kr. Vi kräver att du vaccinerat dig mot kolera/turistdiarré (ett drickvaccin som man tar veckan innan avfärd). OBS att vår grupp kommer att vara både engelsk-, svensk- och kanske även tyskspråkig.

Anmäl dig till pia@pialamberth.se och sätt in anmälningsavgiften på 1000kr för att bekräfta din anmälan. Swish 0708486171. I PayPal är adressen till Pia @PiaLamberth. Vill du betala till bankkonto istället så säg till. Resterande belopp betalas senast i november 2023.

Återbud accepteras endast fram till sista anmälningsdag som är 30 juni 2023 såvida inte någon kan ta din plats. Din hemförsäkring inbegriper säkert reseförsäkring så att du kan få pengarna åter vid sjukdom. Vi står själva för hela det ekonomiska vågspelet och har inga marginaler.

Begränsat deltagarantal. Så snart du anmält dig kommer du att få fortlöpande info om hur planerna framskrider.

