

In de voetsporen van Xuanzang

Een reis langs het Chan-boeddhisme en Chinees erfgoed, naar de oorsprong van Chinese wijsheid en beschaving — met leraar Cuong Lu.

"Vorm is leegte."

Kijk naar vorm. Wat zie je?

UIT DE HARTSOETRA — THEMA VAN DE RETRAITE

● XI'AN — LUOYANG — SHAOLIN — BEIJING — DATONG — BEIJING

ONDERWEG

Van de Tang-hoofdstad Xi'an tot de grottempels van Datong: deze reis volgt het spoor van Xuanzang en het Chinese Chan-boeddhisme door tempels, grotcomplexen en werelderfgoed, voordat we terugkeren naar de rust van een vierdaagse retraite.

大雁塔

Grote Wilde Ganzenpagode & Terracottaleger

Xi'an — waar Xuanzang de soetra's vertaalde en onderwees.

龙门石窟

Longmen-grotten

2.300 boeddhistische grotten langs de Yi-rivier — UNESCO-werelderfgoed.

少林寺

Shaolin-tempel & Bodhidharma

Bakermat van het Chinese Chan-boeddhisme, Songshan-gebergte.

孔庙

Confuciustempel & hutongs

Beijing — historische wijken van het oude keizerlijke China.

云冈石窟

Yungang-grotten

Datong — circa 51.000 boeddhabeelden, Noordelijke Wei-dynastie.

22 — 25 AUGUSTUS 2027

Vierdaagse retraite rond de Hartsoetra

Vier dagen zitten en lopen in stilte, met dagelijkse dharma-talks rond één centraal begrip: leegte. Geen uitleg vooraf — enkel de uitnodiging om zelf te kijken.

Duur 4 dagen / 3 nachten

Wake-up bell 05:30 uur

Ritme Meditatie · stilte · dharma-talk

Begeleiding Cuong Lu

"Als het kopje tegelijkertijd vol en leeg kan zijn, waarom blijven wij dan worstelen met emoties, gedachten en lijden?"