

## PRESSE-INFORMATION

# Meditationsreise nach Myanmar – Der Klang der Stille

**München – 28. Mai 2019.** *Der Hektik des Alltags entfliehen – Die neue Myanmar Reise des München Reiseveranstalters Asien Special Tours widmet sich der heilenden Kraft der Meditation im Meditationszentrum Bago. Uralte Entspannungsmethoden und Zeremonien führen im Land der goldenen Pagoden zur inneren Mitte.*

In fast keinem anderen Land in Südostasien nimmt der Buddhismus eine so prägende Rolle ein wie in Myanmar. Der Glaube an Disziplin und Opferbereitschaft bestimmt das Leben und Handeln der Menschen. Die [15-tägige Meditationsreise nach Myanmar](#) steht im Zeichen der Ruhe und Entspannung und eignet sich optimal, um den Lärm des Alltags entlang buddhistischer Heiligtümer auszublenden.

Den Anfang der Reise macht ein Besuch der Shwedagon Pagode in Yangon. Die größte Stadt des Landes weist eine reiche Geschichte und ein beeindruckendes religiöses Vermächtnis auf. Ein Reiseleiter führt durch die für Burmesen heilige Stätte und berichtet von den Ritualen der Mönche. Ein Highlight ist die traditionelle Öllampenzereemonie, bei dem sowohl Einheimische als auch Besucher hunderte Öllampen entfachen. Am nächsten Morgen empfängt ein Tai-Chi-Lehrer Frühaufsteher zu einem entspannenden Start in den Tag. Nach den wohltuenden Bewegungen steht eine Fahrt zum Goldenen Felsen an, welcher der Legende nach auf einer Haarsträhne Buddhas balanciert. Den Besuchern steht die Möglichkeit offen, den Weg vom Basislager entlang der 1.000 Jahre alten Straße zu Fuß zu pilgern.

In Bago wartet schließlich der zehntägige Aufenthalt im Meditationszentrum. Dort tauchen Entspannungssuchende in eine andere Welt ein und folgen den strikten Regeln und dem vorgegebenen Tagesablauf der Einrichtung. Fröhlich um 3 Uhr beginnt der Tag mit Meditation und Gesang. Zwischen den Mahlzeiten kehren die Gäste immer wieder in einen Zustand der Meditation zurück und lösen sich von sämtlichen Stress des Alltags. Um ein spirituelles Erlebnis reicher und voller neuer Energie führt die Reise über Yangon zurück in die Heimat.

Diese Myanmar Reise dient als Inspiration und kann jederzeit individuell angepasst und erweitert werden.

### Über Asien Special Tours:

[Asien Special Tours](#) ist ein Spezialreiseveranstalter für hochwertige Premium-Reisen nach Asien. Individuelles Reisen mit dem persönlichen Reiseleiter, einem eigenem Chauffeur und freier Zeiteinteilung durch die Reisenden selbst, ist die Spezialität des seit 1994 im Markt etablierten Nischenanbieters. Die Reise-Experten von Asien Special Tours kreieren maßgeschneiderte Individualreisen nach Kundenwunsch. Aufgrund umfangreicher Zielgebietenkenntnisse werden ausschließlich Hotels und Zielgebiete angeboten, die die Asien-Experten selbst gesehen haben.

Asien Special Tours arbeitet auf Anfrage mit Reisebüros zusammen. Ab der ersten Buchung werden dem Reisebüro 10% Provision gezahlt.

### Pressekontakt:

Asien Special Tours GmbH  
Adams-Lehmann-Straße 109  
80797 München  
Tel: +49 (0) 89 127091-0  
[marketing@asienteam.de](mailto:marketing@asienteam.de)  
[www.asien-special-tours.de/presse](http://www.asien-special-tours.de/presse)

### Ansprechpartner:

Thomas Baumgartner  
[thomas@asienteam.de](mailto:thomas@asienteam.de)  
Tel: +49 (0) 89 127091-102

### Social Media:

[Facebook](#)  
[Instagram](#)  
[YouTube](#)  
[Pinterest](#)