



Mediteren op een berg, genieten van tropische sapjes en filosoferen over het leven. **Karlijn Visser** deed het bij Kamalaya Spa, op het Thaise eiland Koh Samui.



DROOMPLEK

Nadat een avond stappen eindigt in een plotsklapse huilbui denk ik: Waar gaat het hier mis?! Mijn leven is *picture perfect*; lieve vriendinnen, een spannende baan en een fijn huis. Toch kom ik erachter dat ikzelf in het plaatje ontbreekt. Dat fijne huis is meer een hotel dan een plek waar ik tot rust kom. Conclusie: tijd voor rigoureuze bezinning en op naar een holistisch spa-resort op het Thaise eiland Koh Samui. Want de stilte kan ik thuis niet vinden. Twee weken later zet ik voet op Thaise bodem. Alleen. Tien dagen verblijf ik in Kamalaya; een plek gebouwd rond een grot waar vroeger boeddhistische monniken mediteerden, en waar nu alle aspecten van het 'mens zijn' aan bod komen. De tocht met de auto van het vliegveld naar het resort duurt dik een uur. Onderweg rijden we langs verwesterde steden als Chaweng, maar ook langs kleine dorpjes waar door de locals buiten in grote pannen curry wordt geroerd. In Kamalaya word ik ontvangen door een elegant en oprecht vriendelijk meisje: "Sawadee ka Miss Visser." Het personeel is er vanaf de eerste



Cultuur snuiven in Bangkok: een van de vele tempels.



Oeps, te bloot gekleed om naar binnen te mogen...



Boeddhistische beelden.

BOOMING BANGKOK

Het is leuk om je meditatie reis te combineren met een bezoek op de heenreis aan Bangkok. Start in de bruisende stad en eindig in zen-staat mediterend op een rots, en je hebt *best of both worlds*. Bangkok heeft veel bezienswaardigheden, zoals de Wat Pho tempel. En natuurlijk heel veel shopping malls.



FACTS & TIPS

■ HET EILAND

Koh Samui is het derde grootste eiland, gelegen in de Golf van Thailand op 560 kilometer ten zuiden van Bangkok.

■ HOE KOM JE ER?

Boek een vlucht naar Bangkok (Eva Air en China Airlines zijn vaak het goedkoopst) en stap daarna over op bangkokair.com

voor de vlucht naar Koh Samui. Een complete reis naar Kamalaya (kamalaya.com) inclusief vlucht, verblijf en behandelingen boek

je het voordeligst via puurenkuur.nl. Dit kan vanaf €1449.

■ WEER

De beste reisperiode is van maart tot en met mei. Reis je

buiten deze maanden dan is de kans op tropische regenbuien een stuk groter.

■ MUNTEENHEID

Thaise Baht. 100 THB is ongeveer €2,50.