



DELHI - RISHIKESH - DHARAMSALA - AMRITSAR - VARANASI - CHENNAI
THIRUVANNAMALAI - PONDICHERRY - MAMALLAPURAM

Namasté a India

del 8/2 al 8/3 2009



ANANDAJÍ



Acompañanos en un viaje extraordinario a través de la geografía espiritual de la India, cuna milenaria de las filosofías místicas más antiguas del mundo. Esta peregrinación que realizamos ya por tercer año consecutivo, es un viaje de descubrimiento entre practicantes de yoga, profesores, buscadores y amigos de la cultura y el arte.

A lo largo de un mes visitamos lugares santos y milenarios espacios sagrados, aún conservados, de culturas como las hindúes, musulmanes, sikhs, budistas, cristianos y jainistas. Conocemos las tierras elegidas por algunos de los líderes espirituales más importantes de la India, que aun viven y otros ya no, pero en ambos casos han dejado inolvidables huellas para el mundo contemporáneo. Destacamos: Ramana Maharshi, Bhagavan, Dalai Lama, Vivekananda, Sri Aurobindo, la Madre, Yogui Bhajan, Guru Nanak, la corriente de los diez guru Sikhs, Bhagavan Amma,

Osho y muchos otros más por descubrir que irán apareciendo durante la travesía del Namasté.

Este no es un viaje común, sino un peregrinaje a uno de los países más Antiguos y sagrados del mundo. Para este próximo viaje Namasté 2009, visitaremos las ciudades sagradas de Delhi, Agra, Rishikesh, Dharamsala, Amritsar, Varanasi, Chennai, Tiruvanmalai, Auroville, Golden City y Mamallapuram.

Al llegar a India, nos compenetraremos con el ambiente de exotismo, antigüedad v/s modernidad, tradición, simpleza y espiritualidad que ronda alrededor, caminamos por las calles, visitamos templos, compartimos con la gente común y corriente que allí mora y descubrimos lo diferente que somos en las formas de ser. Sin el ánimo de polarizar lo que vemos, tomamos una actitud de observadores y descubrimos las razones que hay detrás y las llevamos en comunión en nuestro interior, transformándose naturalmente nuestro peregrinar por esta tierra madre en un real viaje de autoconocimiento y descubrimiento interior.

Agradeciendo cada paso que entablamos durante el viaje nuestro saludo es Namasté, expresión de saludo universal que simboliza la expresión de las manos juntas al centro del pecho, con el sentimiento de saludar en profunda gratitud de corazón hacia otro corazón.



नामस्तः



REQUERIMIENTOS PARA REALIZAR EL VIAJE

- . Pasaporte Vigente (vigencia de 6 meses mínimo antes que expire)
- . Visa de Turista, solicitada en la embajada de la India
- . Seguro de Viaje
- . Salud Óptima
- . Equipaje Liviano

PRECAUCIONES

Vacunas recomendadas:

- . Hepatitis A y B
- . Fiebre Tifoidea
- . Difteria y Tétano
- . Malaria (Solo en el caso de entrar a Brasil)

Deben comenzar a ser aplicadas por lo menos 60 días antes del viaje, ya que algunas no se pueden colocar juntas .

La responsabilidad por la vacunación es personal, te sugerimos que tomes tus precauciones según tu estilo de vida.

COSTO DEL NAMASTÉ 2009

29 días: US\$ 6.280

Esto incluye:

- . Itinerario completo, actividades realizadas en conjunto.
- . Todos los alojamientos (hoteles) y desayuno y almuerzo, a excepción de la cena, la cual queda abierta según las preferencias del viajero.
- . Todos los transportes grupales dentro de la India entre los que cuentan vuelos internos, buses privados y trenes de primera clase.
- . Guías durante el viaje.
- . Pasaje Aéreo Santiago/Delhi - Chennai/Santiago

No incluye gastos personales realizados durante el viaje

PLAN DE PAGO

- . Reserva \$US 2.000, **no reembolsable en caso de no participar.**
- . Pago restante del viaje, \$US 4.280 hasta el 31 de enero



ITINERARIO NAMASTÉ 2009

Delhi, puerto de entrada 10 al 12 febrero

Aterrizamos en una de las ciudades más pobladas del mundo, es la capital de la India y su centro gubernamental. Nuestro paso por esta ciudad tiene como motivos impregnarnos con una primera mirada de la India citadina y popular. Visitamos uno de los populares bazares de artesanías, que cuenta con variados artículos traídos desde diferentes regiones de la India, el bazar de Pajarganj y la zona de Connaught place. Visitamos el palacio Hindu Akshardham considerado una de las bellezas del mundo y el Lotus Templo de la fe B'ahai. Visita a Agra, en nuestro propio bus, viajamos durante todo el día para visitar la puerta de la India, el fuerte rojo y la arquitectura romántica del Taj mahal.

Rishikesh 13 al 16 febrero

Viajamos en tren desde Delhi a la ciudad del Yoga, Rishikesh. Rishikesh es una ciudad que se desarrolla en torno al río sagrado Ganges, y los pies de los Himalayas. Es uno de los lugares más tranquilos de la India, en donde la montaña y la espiritualidad siguen la luz del día y la noche. Existen variados Ashrams que albergan a miles de estudiantes que buscan la enseñanza directa de un maestro de Yoga. Esta ciudad se hizo popular por la visita de los Beatles quienes buscaban la enseñanza de la Meditación trascendental del Maestro Maharishi Mahesh Yogui. Visitaremos el Parnath Niketan y el Sivananda Ashram, disfrutaremos del Aarti (ceremonia de fuego y cantos devocionales) a los pies del Ganges al atardecer; caminaremos por la ruta de Sadhu Trail hacia el sector de Lakshman Jula, visitaremos el Triveni Ghat y Shankara Mandir. Sin duda nos encontraremos con Sadhus, hombres santos hindú. Y tendremos la posibilidad de practicar Yoga.

Uno de los trayectos destacados es la visita del hogar de niños, Ramanas Garden. Un dulce concierto de mantras y una exquisita cena orgánica, nos removerá los corazones.



Dharamsala 17 al 19 febrero



La llegada a Dharamsala y específicamente a McLeod Ganj resulta ser una aventura. Primero en tren y luego en bus, transitamos por caminos a las orillas de las montañas, con un paisaje impresionante de los hermosos Himalayas que nos acercan a la cultura tibetana y su gente. En este lugar reside el líder espiritual de los budistas tibetanos, su S.S Dalai Lama quién dirige el gobierno del Tibet en exilio. Esta localidad se caracteriza por encontrarnos con otros rostros, miradas y cultura, siendo una característica visible la limpieza de las calles. Realizaremos la circunvalación al templo, el circuito devocional de sus rezos y entraremos en contacto directo con una de las culturas más antiguas del mundo, el budismo. Es un pueblo lleno de tiendas y comercio tibetano e hindú, restaurant, bares y templos. Es un entorno muy grato para disfrutar.

Amritsar 20 y 21 febrero

Es el principal lugar de peregrinación de la tradición Sikh. En torno al templo dorado se desarrolla la historia de los diez guru Sikhs, su historia de construcción es un milagro de las aguas que rodean el templo dorado. Las 24 horas al día, se escuchan cantos devocionales, mantras. La hora especial para ir a visitar el templo es en la madrugada cuando es despertado el Guru y es introducido al templo en una ceremonia devocional. Es un espacio de meditación e introspección profunda al cual asisten personas de todos los credos y edades.

Varanasi 23 al 25 febrero

Aterrizamos en avión a una de las ciudades más sagradas y antiguas de la India y el mundo. También conocida como Benares, la ciudad de Shiva, es entrar en un retroceso del espacio y el tiempo. Emplazada a las orillas del río Ganges, cada día al atardecer se celebra las ceremonias de fuego Aarti por monjes brahmanes, siendo una de las más importantes ceremonias hinduistas. En Varanasi nos acercamos a la vida de Sadhus, yoghis, gente simple de vivir un ejemplo es el maestro Bhagaban del Internacional Vedanta Society. Vistamos los Ghat de cremación y nos acercamos a la cosmovisión hinduista sobre la vida y la muerte.



ANANDAJI

Sin duda el paso de Varanasi no pasa de ser desapercibido, es un merecido paso para todo buscador y real investigador de la cultura de la India. A pocas horas se encuentra el santuario budista Sarnath, lugar donde el Buda dio sus primeras enseñanzas. Buen lugar para comprar en las tiendas en donde el trato es amable con una conversación y un té sin apuros.

Chennai 27 febrero

Aterrizamos en el sur de la India, el clima es más calido y confortable que el norte. Siendo una ciudad igualmente importante como Delhi es nuestro punto de conexión para entrar al sur. Desde aquí en nuestro propio bus nos desplazamos hacia los siguientes destinos.

Thiruvannamalai 28 febrero al 2 marzo

Es otra de las ciudades visitadas por un gran número de occidentales que buscan conocer y experimentar las enseñanzas del maestro Sri Ramana Maharshi, el gran Jñani del Yoga. Visitamos el Ashram en su nombre, y realizamos la circunvalación y el ascenso a la montaña sagrada Arunashala en donde se iluminó a los 17 años. Un entorno en medio de la ciudad y en donde vive la llama de Shiva. Abajo visitamos uno de los templos hinduistas importantes. Una estadía que se complementa con el Darshan (bendición) de Shivashakti una mujer Hindú que lleva 20 años en silencio y que realiza darshans meditativos 2 veces al día. Nuestro hotel cuenta con una piscina para sobrellevar el calor que caracteriza esta época.

Pondicherry – Auroville 3 marzo

Nos desplazamos en autobús propio a esta ciudad que guarda los registros de haber sido una colonia francesa. Autos ingleses, arquitecturas coloniales, calles de adoquines a las orillas del mar de Bengala. Nuestro paso por esta ciudad tiene como motivo descubrir la misión del Yoga Integral de Sri Aurobindo y la madre. Visitamos el Ashram y viajamos hacia Auroville, la ciudad comunitaria que fue gestada por La Madre y que cuenta con un maravilloso espacio de librería, tienda de productos ecológicos y el impresionante Matri mandir, el gran templo en forma de pelota de tenis.



Mamallapuram 4 al 6 marzo

Finalmente hemos llegado al último destino, la playa y el mar.

De día viajamos a visitar el recién inaugurado Shakti Stall, templo de meditación para 8 mil personas de la Oneness University. Esta visión de despertar de conciencia es encarnada por los maestros Sri Bhagavan y Sri Amma, matrimonio que aun vive y busca la unidad de la conciencia a través de la realización divina. Este templo realizado con arquitectura Vastu, genera en cada asistente el despertar de su energía kundalini a través de la activación de los centros energéticos o chakras a medida que va subiendo los tres pisos que conforman el templo. Este es el único templo que declara realizar en los participantes este tipo de experiencias.

Nos situamos en un resort que cuenta con las comodidades para llevar a cabo el drenaje del viaje. Muy cerca se encuentra el pueblo en donde existen variadas tiendas de ropa, joyas y decoración para traer de regreso. Muy rica comida, en donde tenemos la oportunidad de deleitar exquisitos productos del mar. Muy buenos restaurants y vida nocturna. También tenemos la oportunidad de conocer los últimos templos hinduistas de piedra tallados en donde cuentan la historia de dioses.

7 marzo: Salida de India.

8 marzo: regreso a Destino.

El Itinerario puede sufrir modificaciones, debido a asuntos ajenos a la organización.



CONSEJOS PRACTICOS

Por favor trae:

- . Ropa confortable para viaje, considerando cambios extremos de temperatura.
- . Zapatos cerrados y sandalias o zapato blando.
- . Dos pares de pantalones de algodón, un par de pantalones cortos, (solo los hombres) y una falda larga (las mujeres).
- . Algunas camisetitas o camisas ligeras (nada que deje hombros descubiertos a las mujeres).
- . Sombrero de ala ancha o gorra para el sol.
- . Crema protectora, protector de labios y gafas de sol.
- . Traje de baño y Pareo para mujeres (se aconseja comprar en India).
- . Repelente de mosquitos.
- . Botiquín pequeño.
- . Gel de jabón seco.
- . Artículos personales de limpieza y cuidado.
- . Una cadena delgada y un candado para los equipajes (transporte público).
- . Linterna (ideal si es de cabeza).
- . Un banano pequeño para portar pasaporte y dinero.
- . Camara fotografica.

Es recomendable no llevar mucho equipaje, ya que en India las cosas son muy baratas y probablemente deseen traer a su país regalos y souvenirs, por lo que incluso pueden comprar bolsos extras allá. Para el trayecto lo más cómodo es un bolso de mano y una mochila.

Precauciones:

- . En el caso del agua, es recomendable sólo tomar agua envasada que venga con tapas selladas.
- . Tener mucha precaución con el hielo, ya que lo hacen con agua de la llave que puede estar contaminada.
- . Fijarse en los jugos de frutas, que sea hecho delante de ustedes con agua envasada.
- . Las verduras deben comerse cocidas, nunca crudas, sino puedes sufrir un fuerte dolor de estomago.

¡BIENVENIDOS A LA AVENTURA!

¡¡¡NAMASTÉ!!!

INFORMACIÓN



ANANDAJI



Prana
yoga

Anandaji www.anandaji.com

Prana Yoga www.pranyoga.cl

www.namastealaindia.blogspot.com
india@anandaji.com

9 2409397/9 8284937/84185491/74953980

