



BABAJI'S KRIYA YOGA PUBLICATIONS

---

## **PELLAGRINAGGIO KRIYA YOGA IN HIMALAYA 2018**

**20 Settembre – 8 Ottobre**

**con M.G. Satchidananda e Durga Ahlund**

In seguito al grande interesse per l'ultimo pellegrinaggio in Himalaya l'anno, M.G.Satchidananda e Durga Ahlund accompagneranno un altro gruppo di studenti di Kriya Yoga in luoghi sacri, in ashrams ed altri luoghi di interesse nel Nord dell'India, incluso Badrinath, luogo associato alla vita ed alla realizzazione di Babaji. Questa esperienza nella terra dello yoga sarà indimenticabile e ne trarrete grande ispirazione. Questo vi permetterà di apprezzare il mosaico culturale del quale è originato il Kriya Yoga di Babaji. Sarà possibile utilizzare i nuovi alloggi nell'ashram di Badrinath e in particolare la grande sala da meditazione.

Lo scopo di un pellegrinaggio è quello di avvicinarsi al Divino. Per questo motivo vengono visitati posti santi, che sono porte terrestri verso l'infinito e l'assoluto. In questi luoghi sarà facile fare l'esperienza della Presenza Divina poiché sono stati santificati dalle lunghe ed intense pratiche spirituali di numerosi yogi e santi. Durante il pellegrinaggio svolgeremo anche una pratica di gruppo, almeno due volte al giorno. Anche questo sarà un punto principale del viaggio. Pratteremo Sadhana a Badrinath e nelle regioni del Mana. Mana si trova sulla strada che porta all'ashram etereo di Babaji in Santopath Tal. Avremo l'occasione di aiutare a lavorare per il nuovo ashram. Faremo delle gite in diversi posti interessanti, per esempio vedremo le cascate Vasudhara, Vyasa Gufa, la cima del Neelakantan, il tempio di Badrinath e prenderemo un bagno nelle fonti di acqua calda.

Abbiamo organizzato questo pellegrinaggio in un periodo in cui il tempo nel Himalaya è molto gradevole: dopo il periodo dei monsoni, fresco, con forse alcune serate fredde. Gli alberghi sono stati selezionati per rispondere ai criteri degli standard occidentali. Gli spostamenti si effettueranno in comodi autobus. Durante alcuni giorni di viaggio verrà raggiunto Badrinath, con soste di alcuni giorni a Rishikesh ed Hardwar per ambientarci.

### **ITINERARIO PELLEGRINAGGIO IN HIMALAYA**

**GIOVEDÌ 20 SETTEMBRE:** partenza da Montreal e volo per Francoforte, con Lufthansa Airlines, quindi arrivo a Nuova Delhi, India. Partenza dall'Europa Venerdì 21 Settembre 2018

**VENERDÌ 21 SETTEMBRE:** Arrivo a Nuova Delhi verso le 23:00, pernottamento nell'albergo stile occidentale Country Inn and Suites, Sahibabad, Ghaziabad, Delhi, viaggio di 35 km



---

**SABATO 22 SETTEMBRE:** partenza alle 10:00 per Rishikesh, pernottamento nell'albergo Resort Hotel vicino al Gange, in Lakshaman Jula

**DOMENICA 23 SETTEMBRE:** durante la giornata visita agli ashrams di Rishikesh

**LUNEDÌ 24 SETTEMBRE:** visita della città Rishikesh, alla sera partecipazione ad una Puja al Gange, nel Ram Jula

**MARTEDÌ 25 SETTEMBRE:** visita di caverne ed ashrams nella regione di Rishikesh e bagno nel Gange

**MERCOLEDÌ 26 SETTEMBRE:** da **Rishikesh a Rudraprayag**, viaggio di 150 km, 6 ore di durata. Pernottamento all'albergo Monal Resort

**GIOVEDÌ 27 SETTEMBRE:** da **Rudraprayag a Badrinath**. viaggio di 160 km in bus, 7 ore e mezzo di durata. Sistemazione negli alloggi del nuovo ashram per 8 notti

**VENERDÌ 28 SETTEMBRE:** sadhana in gruppo ogni mattina presto. Visita di orientamento a Badrinath in mattinata. Lezioni di Yoga ogni giorno alle 15.30, seguite da sadhana in gruppo, cena all'ashram, kirtan o conferenza di sera.

**SABATO 29 SETTEMBRE:** Al mattino visita del tempio di Badrinarayan e Tapt Kund. Bagno sacro. Primo mantra yagna all'ashram nel primo pomeriggio.

**DOMENICA 30 SETTEMBRE:** Visita a Mana. Visita alla caverna Vyasa Gufa e al punto di confluenza dei fiumi Saraswati e Alakananda.

**LUNEDÌ 1 OTTOBRE:** giorno di sadhana all'ashram. Puja e yagna guidati da un sacerdote.

**MARTEDÌ 2 OTTOBRE:** escursione verso le cascate di Vasudhara, attraverso Mana.. Sadhana all'ashram.

**MERCOLEDÌ 3 OTTOBRE:** tempo libero. Facoltativo: escursione alla base del monte Neelakantan per una meditazione.

**GIOVEDÌ 4 OTTOBRE:** giorno di Sadhana. Secondo Mantra Yagna nel nostro ashram di Babaji e Mantra Diksha.

**VENERDÌ 5 OTTOBRE:** partenza per **Srinagar**, 200 km di viaggio, 9 ore di durata. Pernottamento nell'albergo.

**SABATO 6 OTTOBRE:** partenza per Hardwar, 130 km di viaggio, 7 ore di durata. Sosta per la notte in un albergo in stile occidentale vicino al Gange. Visita all'ashram di Anandamoya Ma per una Puja alla sera.



---

**DOMENICA 7 OTTOBRE:** taxi nel tardo pomeriggio per il Joly Airport, a 30 km da Haridwar. Volo per New Delhi. Partenza per casa il 7 Ottobre tardi o presto l'8 Ottobre

**LUNEDÌ 8 OTTOBRE:** ritorno a casa

**COSTI, VOLI, PASTI, ASSICURAZIONE E VISTO:**

Il costo del pellegrinaggio 2018 (20 Settembre-8 Ottobre) è di 1,920 € + volo. Prenotate il volo in modo autonomo o su richiesta possiamo provvedere per voi. Il volo andata/ritorno dall'Europa ha un costo di circa 700€ .

**Volo di collegamento tra gli aeroporti di Joly e Delhi.** Alla fine del pellegrinaggio, sarà importante per voi avere un biglietto e una prenotazione su Jet Airways o Air India / India Airlines dall'aeroporto Joly a Delhi nel tardo pomeriggio del 7 ottobre, in modo che possiate arrivare al Terminal 3, l'International Terminal dell'aeroporto di Delhi, dove avrai un facile collegamento con il tuo volo internazionale a tarda notte, 7/8 ottobre. È un volo di 30 minuti che può costare circa \$ 80.

Dalle precedenti esperienze abbiamo visto che le persone hanno preferenze diverse riguardo i pasti. Il prezzo non include le spese per i pasti, che sono di circa 15 US\$ al giorno. Non inclusi sono i costi del visto per l'India. Il visto viene richiesto dal partecipante stesso all'ambasciata Indiana nel suo paese.

Richiediamo che i partecipanti siano muniti di assicurazione medica per il viaggio.

**Prenotazioni**

Per partecipare è necessario inviare una lettera, fax o email a M.G. Satchidananda.  
196 Mountain Rd, PO Box 90, Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0  
Tel. 450-297-0258 fax 450-297-3957,  
email [satchidananda@babajiskriyayoga.net](mailto:satchidananda@babajiskriyayoga.net)

Effettuare il versamento di 400€ con bonifico a a Marshall Govindan  
Deutsche Bank, International  
IBAN DE09500700240072310600  
BIC/Swift code DEUTDEDBFRA.  
Versare il saldo entro il 20 Agosto 2018.