



BABAJI'S KRIYA YOGA PUBLICATIONS

PELLAGRINAGGIO KRIYA YOGA IN HIMALAYA 2020

17 Settembre – 5 Ottobre

con M.G. Satchidananda e Durga Ahlund

In seguito alla grande partecipazione all'ultimo pellegrinaggio in Himalaya l'anno scorso, 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 avvicinarsi al Divino meditando in luoghi sacri, che sono porte terrene verso l'infinito e l'assoluto. Sarà facile fare esperienza della Presenza Divina in luoghi come Badrinath, santificati dalle lunghe ed intense pratiche spirituali di numerosi yogi e santi. Ci saranno pratiche di Kriya Yoga in gruppo e satsang, almeno due volte al giorno per rendere l'esperienza più profonda. Ci saranno gite in diversi posti interessanti, le cascate Vasudhara, Vyasa Gufa, la cima del Neelakantan, il tempio di Badrinath e alle fonti di acqua calda. Il centro di questo pellegrinaggio è la pratica, faremo adhana a Badrinath e nelle regioni del Mana. Mana si trova sulla strada che porta all'ashram etereo di Babaji in Santopath Tal.

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 attentamente, per quanto possibile secondo gli standard occidentali. Gli spostamenti si effettueranno in comodi bus. Raggiungeremo lentamente Badrinath, con soste di alcuni giorni a Rishikesh ed Hardwar per ambientarci. Ci vorranno due comodi giorni di viaggio per raggiungere Badrinath.

ITINERARIO PELLEGRINAGGIO IN HIMALAYA

GIOVEDÌ 17 SETTEMBRE: partenza da Montreal e volo per Francoforte, con Lufthansa Airlines, quindi arrivo a Nuova Delhi, India. Partenza dall'Europa Venerdì 18 Settembre 2020

VENERDÌ 18 SETTEMBRE: Arrivo a Nuova Delhi, prendere un volo interno per Joly Airport – Dehradun o fermarsi per la notte in un hotel vicino all'aeroporto. Secondo l'ora di arrivo a Delhi, pianificare il pernottamento perchè i voli per Dehra Dun sono fra le 6.30 e le 18.00. Possiamo consigliare un hotel, fateci sapere. Pianificare i voli in modo da essere a Delhi sabato mattina.



SABATO 19 SETTEMBRE: Volo da Dehli a Joly Airport – Dehradun, prendere un taxi fino al Divine Resort Hotel a Rishikesh, pernottamento nell'albergo Divine Resort Hotel vicino al Gange, in Lakshaman Jula, per 3 notti.

DOMENICA 20 SETTEMBRE: visita della città Rishikesh, alla sera partecipazione ad una Puja al Gange, nel Ram Jula

LUNEDÌ 21 SETTEMBRE: durante la giornata visita agli ashrams di Rishikesh e bagno nel Gange

MARTEDÌ 22 SETTEMBRE: da **Rishikesh a Rudraprayag**, viaggio di 150 km, 6 ore di durata. Pernottamento all'albergo Monal Resort

MERCOLEDÌ 23 SETTEMBRE: da **Rudraprayag a Joshimutt**. Viaggio di 120 km in bus, 5 ore e mezzo di durata. Visita a caverna e ashram di Shankaracharya. Alloggio al Tattva Resort Hotel.

GIOVEDÌ 24 SETTEMBRE: da **Joshimutt a Badrinath**. Viaggio di 2 ore. Sistemazione negli alloggi del nuovo ashram per 7 notti. 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.

VENERDÌ 25 SETTEMBRE: Al mattino visita del tempio di Badrinarayan e Tapt Kund. Bagno sacro. Primo mantra yagna all'ashram nel primo pomeriggio.

SABATO 26 SETTEMBRE: Visita a Mana. Visita alla caverna Vyasa Gufa e al punto di confluenza dei fiumi Saraswati e Alakananda.

DOMENICA 27 SETTEMBRE: giorno di sadhana all'ashram. Puja e yagna guidati da un sacerdote.

LUNEDÌ 28 SETTEMBRE: escursione verso le cascate di Vasudhara, attraverso Mana. Sadhana all'ashram.

MARTEDÌ 29 SETTEMBRE: tempo libero. Facoltativo: escursione alla base del monte Neelakantan per una meditazione.

MERCOLEDÌ 30 SETTEMBRE: giorno di Sadhana. Secondo Mantra Yagna nel nostro ashram di Babaji e Mantra Diksha.

GIOVEDÌ 1 OTTOBRE: partenza per **Rurdayaprayag**, 200 km di viaggio, 9 ore di durata. Pernottamento al Monal Hotel.

VENERDÌ 2 OTTOBRE: partenza per **Rishikesh**, 160 km di viaggio, 7 ore di durata. Sosta per due notti in al Divine Resort Hotel.

SABATO 3 OTTOBRE: Visita agli ashram di Lahiri Mahasaya e Anandamoya Ma per la Puja serale.



DOMENICA 4 OTTOBRE: taxi nel tardo pomeriggio per il Joly Airport, a 30 km da Rishikesh. Volo per New Delhi. Partenza per casa il 4 Ottobre tardi o presto il 5 Ottobre

LUNEDÌ 5 OTTOBRE: ritorno a casa

COSTI, VOLI, PASTI, ASSICURAZIONE E VISTO:

Il costo del pellegrinaggio 2020 (18 Settembre - 4 Ottobre) è di 2.100,00€ + 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 dall'aeroporto Joly a Delhi nel tardo pomeriggio del 4 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. Sugeriamo IndieGo Airlined

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

Effettuare il versamento di 400,00€ con bonifico a a Marshall Govindan
Deutsche Bank, International
IBAN DE09500700240072310600
BIC/Swift code DEUTDEDBFRA.