



INVITADO DE HONOR: SRI VENUGOPAL GOSWAMI

Bhakti Yoga Acharya de Vrindavan, Norte de India. Es un maestro espiritual de una tradición familiar de más de 500 años de antigüedad. Fue iniciado por su padre en las escrituras de Bhakti Yoga en el Templo Radha Raman. Sri Venugopal Goswami estudió muchos años con el famoso vocalista Pandit Jasraj, un maestro en la interpretación de la música clásica vocal indostaní, reconocido mundialmente.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Uttarkashi : Nos alojaremos en un hotel con vistas panorámicas al Ganges

HARIDVAR: El hotel está situado a la orilla del Ganges y fue la residencia de un Maharaja. Habitaciones espaciosas de 3-4 camas, baño privado, terraza con vistas al Ganges, ghat privado para bañarse en el Ganges, terraza para practicar asanas, sala de meditación frente al Ganges, terapias de masaje ayurvédico, comidas vegetarianas con uso moderado de especias. Algunas habitaciones se encuentran en una casa privada a 20 minutos andando, también a orillas del río.

DONATIVO MÍNIMO: 1580 EUROS

Incluye todos los programas espirituales, alojamiento, dos comidas vegetarianas al día, y todos los transportes desde y hasta el aeropuerto de Delhi. Las propinas, servicio de lavandería y otros servicios adicionales no están incluidos.

POR FAVOR, RESERVA TU PROPIO VUELO A DELHI.

ORGANIZADO POR:

SIVANANDA YOGA VEDANTA ACADEMY
FUNDADOR: SWAMI VISHNUDEVANANDA
WWW.SIVANANDA.EU

BICHLACH 40, A-6370 REITH PRÈS DE KITZBÜHEL,
TIROL, AUSTRIA ZVR: 925544605

REQUISITOS PARA EL PEREGRINAJE

El Peregrinaje se plantea como una experiencia de sadhana a las fuentes espirituales del Yoga en la India y estará dirigido por Swamis experimentados. El viaje requiere una adaptación constante a las costumbres locales, así como una apertura interior y aceptación sincera de las instrucciones de los Swamis. Antes de inscribirte, por favor reúnete o ponte en contacto con alguno de los Acharyas de Europa o Swamis para poder entender mejor la naturaleza espiritual de este viaje así como ciertas informaciones en referencia a la ropa, equipaje, precauciones médicas y la dieta.

PARA MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:

Visita www.sivananda.eu o llama al Centro Sivananda de Madrid (913 615 150).

INSCRIPCIONES

Centro de Yoga Sivananda Madrid. C/ Eraso 4
Tel: 913 615 150
E-mail: madrid@sivananda.net
www.sivananda.org/madrid

Peregrinaje Sivananda

Al sagrado Haridvar y a los Himalayas, norte de India



Swami Vishnu Devananda (1927 – 1993)

Swami Sivananda (1887 – 1963)

“Toda la gloria para la Madre Ganga, que otorga la vida, luz y amor”
– Swami Sivananda

Kumbha mela

14 FEBRERO – 3 MARZO 2010

Este auspicioso festival es una oportunidad única en la vida. Una semana de yoga sadhana en Uttarkashi, Himalayas. 10 días de Kumbha Mela en Haridvar.



Invitado de honor Sri Venugopal Goswami “Bhagavata Saptaha”



Sri Potti Swami “Ceremonias devocionales hindúes”



SIVANANDA YOGA VEDANTA ACADEMY
FUNDADOR: SWAMI VISHNUDEVANANDA
WWW.SIVANANDA.EU

Peregrinaje a los Himalayas y Kumbha Mela

Uttarkashi – Rishikesh – Haridwar – Delhi
14 febrero – 3 marzo 2010
Sadhana yóguica en las Fuentes de Sabiduría ancestral



Retiro de Yoga en Uttarkashi

Uttarkashi es una población con bellas panorámicas situada en los Himalayas, a 145 km de Rishikesh y con una altitud de 1.352 metros, junto al río Ganges. Durante siglos ha sido un lugar para la Sadhana, con numerosos Ashrams. Nuestro querido maestro, Swami Vishnudevananda, pasó varios meses allí durante su intensa práctica de Hatha Yoga en los años 50. También allí completó su periodo terrenal con el Jala Samadhi (inmersión de su cuerpo en el Ganges) en 1993.

Rishikesh

Swami Sivananda es la fuerza espiritual que ha alimentado a varias generaciones de practicantes de Yoga alrededor del mundo. Recibiremos las bendiciones del Maestro Sivananda en el Mahasamadhi Shrine, visitaremos su pequeña cabaña "Ananda Kutir" y meditaremos junto al Ganges.

Haridwar y el Kumbha Mela

Haridwar - literalmente "El portal hacia Dios" - se considera uno de los cuatro lugares sagrados en donde gotas de Amrita, el elixir de la inmortalidad, se derramó accidentalmente desde el Kumbha o recipiente en el cual estaba siendo transportado por Garuda, el ave celestial. El Kumbha Mela conmemora este evento cada 12 años. Millones de peregrinos y devotos se reúnen para tomar un baño sagrado en el Ganges y de este modo eliminar las acciones incorrectas y obtener Moksha o liberación.

Bhagavata Saptaha en el Kumba Mela

Swami Vishnudevananda era un gran devoto de la Sabiduría y el Amor devocional expresados en las ancestrales escrituras del Srimad Bhagavatam. Durante sus últimos años de vida Swamiji dedicó muchos días a escuchar la lectura de este sagrado libro, absorto en profunda meditación. En ocasiones, lágrimas de devoción fluían de él de forma espontánea. Escuchar a Bhagavatacharya Sri Venugopal Goswami recitando esta sagrada escritura en una amplia terraza con vistas panorámicas al Ganges, en medio del Kumba Mela, con cantos y música divina es una oportunidad única en la vida.

PROGRAMA DEL PEREGRINAJE

FEBRERO 2010

Domingo 14	10.00 a.m. El Yatra bus saldrá desde el Hotel Shanti Airport Hotel Delhi Parada para pernoctar en hotel a medio camino hacia Uttarkashi
Lunes 15	Viaje a Uttarkashi, y estancia en Hotel Sivlinga
Martes 16	Día de Sadhana en Uttarkashi
Miércoles 17	Visita al Sivananda Kutir, meditación en la roca del Jala Samadhi de Swamiji
Jueves 18	Visita al templo de Siva y al Ashram de Swami Chaityananda
Viernes 19	Día de Sadhana en Uttarkashi
Sábado 20	Viaje a Rishikesh, visita al Ashram Sivananda, viaje a Hardwar
Domingo 21	Día de descanso y Sadhana en Haridwar
Lunes 22 -	• 6.00h - 6.45h Pranayama • 6.45h Infusión y snack
Domigo 28	• 7.00h - 9.30h Bhagavata Saptaha en la terraza del Ganges • 10.00h Desayuno • 11.00h - 14.00h Visita al Kumbha Mela y programas especiales • 14.00h Infusión y snack • 16.00h - 17.30h Asanas nivel avanzado e intermedio • 17.30h - 18.30h Ganga Arati en diferentes ghats • 19.30h Cena • 20.30h - 21.00h Satsang

FEBRERO 2010

Lunes 1	Celebración del Holi en Haridwar
Martes 2	Viaje a Delhi, estancia en el Ashram de Aurobindo
Miercoles 3	Satsang en el Centro de Yoga Sivananda Yoga en Delhi. Visitas turísticas - Vuelta a Europa: Vuelo miercoles por la noche o jueves por la mañana.

Programas especiales del Kumbha Mela

Homa con Sri Potti Swami en el Ganges, Ananda Mayee Ma Ashram y templo de Daksh Mahadev, Templo de Chandí Devi, Templo de Mansa Devi, puja con pandits locales, paseo panorámico a lo largo del Ganges, visita a la fauna de los Himalayas.



Swami Durgananda



Swami Sivadasananda



Swami Kailasananda



Swami Atmaramananda

SWAMI DURGANANDA, Yoga Acharya, es la discípula más senior de Swami Vishnudevananda y ha mantenido los Centros Sivananda Vedanta en Europa durante más de 30 años bajo la tutela de su maestro. Swami Sivadasananda, Swami Kailasananda y Swami Atmaramananda, Yoga Acharyas y otros muchos Swamis de Europa estarán compartiendo este evento único con vosotros.

