



Sri Venugopal Goswami,

Sri Venugopal Goswami, Bhakti Yoga Acharya de Vrindavan, India del norte, es un Maestro espiritual con una tradición familiar de más de 500 años. Su padre le inició en las enseñanzas de las escrituras del Bhakti en el templo Radha Raman, de Vrindavan. Sri Venugopal Goswami pasó muchos años estudiando bajo la dirección del mundialmente famoso vocalista hindú Pandit Jasraj, magistral intérprete de la música clásica hindustani premiado con numerosos reconocimientos internacionales.



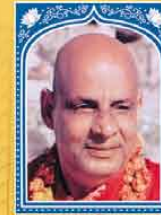
Yoga Acharyas Swami Durgananda, Swami Sivadasananda, Swami Kailasananda, Swami Atmaramananda y muchos otros Swamis de los Centros Sivananda Yoga Vedanta de Europa estarán compartiendo esta experiencia contigo.

Programa del peregrinaje

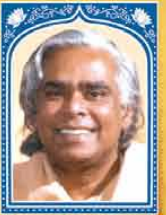
Miércoles 29 febrero	9.00h. El Yatra bús saldrá desde el Hotel Shanti Palace en Delhi hacia Ramnagar (250 km) llegando al Hotel Tiger Camp
Jueves 1 marzo	Visita en jeep a la fauna salvaje. Por carretera hasta Ranikhet (120 km), Hotel West View
Viernes 2 marzo	Programa de yoga ligero
3 al 9 marzo	Bhagavata Saptaha, con satsang y clases de asanas diariamente
Sábado 10 marzo	Excursión a los templos Bhageswar o Jageswar (80 km)
Domingo 11 marzo	Vuelta desde Ranikhet a Ramnagar (120 km), Hotel Tiger Camp
Lunes 12 marzo	Por carretera hasta Rishikeshi (190 km), hotel/albergue en Swargashram
Martes 13 marzo	Darshan y sadhana en el Sivananda Ashram Divine Life Society
Miércoles 14 marzo	Excursión a Haridvar, visita al bazar y Ganga Arati
Jueves 15 marzo	Darshan y sadhana en el Sivananda Ashram Divine Life Society
Viernes 16 marzo	Por carretera hasta Delhi (220 km), permaneciendo en el Aurobindo Ashram
Sábado 17 marzo	Satsang en el Centro Sivananda en Delhi y visitas de la ciudad. Salida del vuelo a última hora de la tarde o a primera hora de la mañana siguiente.

El programa puede sufrir cambios ocasionales debido a las circunstancias.

Retiro de Yoga y Peregrinaje en los Himalayas



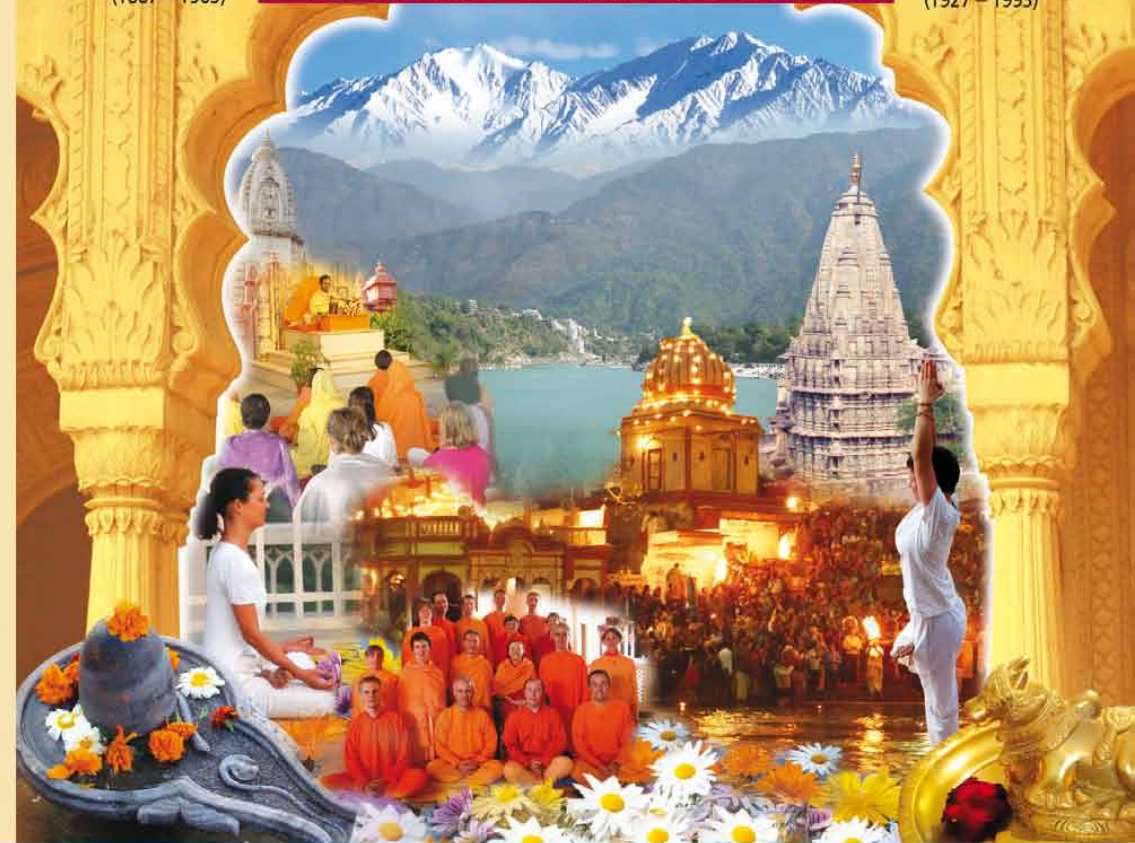
Swami
Sivananda
(1887 – 1963)



Swami
Vishnudevananda
(1927 – 1993)

Del 29 de febrero al 17 de marzo 2012

Delhi • Ranikhet • Rishikesh • Haridvar • Delhi



El Retiro de Yoga en los Himalayas y Peregrinaje están organizados por Sivananda Yoga Vedanta Retreat House
Bichlach 40, A-6370 Reith cerca de Kitzbühel, Tirol, Austria
ZVR: 925544605
Teléfono: + 43 5356 67404

Yoga Sadhana en la fuente de sabiduría antigua



Sivananda Yoga Vedanta Retreat House
Fundador: Swami Vishnudevananda

www.sivananda.eu

Retiro de Yoga y Peregrinaje en los Himalayas

Delhi – Ranikhet – Rishikesh – Haridvar – Delhi
Del 29 de febrero al 17 de marzo 2012

Yoga Sadhana
en la fuente de sabiduría antigua

Retiro de Yoga en Ranikhet

Ranikhet es un paraje escénico de los Himalayas, situado a una altitud de 1829 metros, a 350 km de Delhi y a 350 km de Rishikesh. El paisaje es espléndido y está rodeado por exuberantes bosques y majestuosas vistas panorámicas de las cimas de los Himalayas, incluyendo la segunda montaña más alta de India, el Nanda Devi (7816 metros). La región se encuentra impregnada de corrientes espirituales, originadas en los pensamientos de generaciones de buscadores que han practicado la meditación profunda en estos parajes de pristine belleza. Más recientemente, Anandamayi Ma y otros santos han establecido ermitas y ashrams cerca de Ranikhet. Satsangs y clases de asanas y pranayama, conducidos diariamente por Swamis y profesores experimentados de los Centros de Yoga Sivananda en este puro entorno en los Himalayas, harán de este retiro un evento muy especial.

Bhagavata Saptaha en Ranikhet

Swami Vishnudevánanda era muy devoto de la sabiduría y el amor devocional expresados en la antigua escritura del Srimad Bhagavatam. Durante los años finales de su vida, Swamiji pasaba días escuchando las lecturas de este sagrado libro, absorto en profunda meditación y con frecuencia emocionándose hasta derramar lágrimas de devoción. Escuchar la recitación de esta escritura de yoga por Bhagavatacharya Sri Venugopal Goswami frente a los majestuosos Himalayas es una oportunidad espiritual excepcional. Disfruta de los cantos divinos y la música en compañía de muchos Swamis, y profesores de yoga experimentados de los Centros de Yoga Sivananda de Europa.

West View Hotel, Ranikhet

Un acogedor hotel familiar situado en una meseta rodeado de bosques de pinos y abetos, con una vista panorámica que abarca desde los picos Bhagirathi en el oeste a Nanda Kot en el este. El edificio de estilo colonial incluye construcciones que datan desde antes de 1918. Ofrece amplias habitaciones con 4 camas y baño privado, comidas yóguicas vegetarianas suavemente especiadas, tratamientos de masaje ayurvédico (coste extra). El retiro tendrá lugar en el amplio césped del hotel, en una tienda Shamiana, típica de los festivales de India. Para más detalles, por favor visitar www.westviewhotel.com

Swami Sivananda y la Divine Life Society en Rishikesh

Son la fuente espiritual que ha alimentado a varias generaciones de practicantes de yoga de todas partes del planeta. Visitar este Ashram es una bendición especial para los estudiantes de yoga de todo el mundo. Entre las actividades más destacadas: visita al Mahasamadji Shrine, Tapas Kutir y Ananda Kutir (residencia privada); meditaciones en el Templo de Siva Vishvanath, el Bhajan Hall y en las riberas del Ganges. Nos alojaremos en un hotel/albergue de Swargashram, en la orilla izquierda del Ganges, en el que se realizarán los satsangs, las clases de asanas y se servirán las comidas. En la actualidad Rishikesh es considerada por muchos la "capital mundial del Yoga", con una gran variedad de Ashrams pequeños y grandes en ambas orillas del Ganges.

Un día en Haridvar

Haridvar, a una hora de Rishikesh, se considera como uno de los siete lugares más sagrados de adoración en India. Es uno de los lugares en los que se celebra el Kumbha Mela, donde cada 12 años se concentran millones de peregrinos para realizar el baño ritual en los ghats (orillas) del Ganges para eliminar sus pecados y alcanzar Moksha (liberación). Tras disponer de algún tiempo para realizar compras en el famoso bazar de Haridvar, participaremos en el famoso Ganga Arati en "Har ki Pauri" (literalmente „los pasos del Señor“) el Ghat más sagrado de Haridvar.

Visita al Corbett National Park

El Parque Nacional de Corbett es el más antiguo de toda India, contiene 488 especies diferentes de plantas y es el refugio del Tigre de Bengala. Un hotel con vistas panorámicas cerca de Ramnagar será el lugar de descanso en mitad de nuestro viaje hacia y desde Ranikhet. Está situado en las orillas del río Kosi, también denominado Ram Ganga, uno de los grandes afluentes del río Ganges. El 1 de Marzo realizaremos una excursión matutina en jeep por el parque www.hoteltigercampcorbett.com

Información práctica

Donativo mínimo: 1.580 €

Incluye todos los programas espirituales, el alojamiento, dos comidas vegetarianas al día, el transporte terrestre de ida y venida de Delhi. Los transfers y viajes se harán en autobús, taxi o rikshaw. Las propinas, el servicio de lavandería y cualquier otro servicio adicional, no están incluidos.

Vuelo: Por favor, reserva tu propio vuelo a Delhi

Prerrequisitos para el peregrinaje

Este peregrinaje ha sido desarrollado como una Sadhana, un viaje a las fuentes espirituales del yoga de la India, y será dirigido por Swamis experimentados. Se requiere una constante adaptación a las costumbres locales, así como una actitud de apertura y aceptación sincera de las instrucciones dadas por los Swamis. Antes de registrarse por favor tener una entrevista o correspondencia con uno de los Acharyas o Swamis para comprender mejor la naturaleza espiritual del viaje y obtener información sobre la vestimenta adecuada, equipaje, precauciones médicas y alimentación.

Para más información, visitar www.sivananda.eu o llamar:

Berlín +493085999798, Ginebra +41223280328, Londres +442087800160, Madrid +34913615150, Munich +498970096690, Orleans +33238918882, París +33140267749, Reith/Kitzbühel +43535667404, Viena +4315863453, Vilnius +370864872864

Inscripciones: Por favor contactar Centro de Yoga Sivananda de Viena, tel +4315863453, correo electrónico pilgrimage@sivananda.net; o contactar con el Centro de Yoga Sivananda de Madrid +34913615150

