



Sri Venugopal Goswami, Bhakti Yoga Acharya de Vrindavan, Inde du Nord, est un maître spirituel issu d'une famille dont la tradition remonte à plus de 500 ans. Son père l'initia à l'enseignement des Ecritures Bhakti dans le temple Radha Raman. Sri Venugopal Goswami passa de nombreuses années à étudier sous l'égide du célèbre chanteur indien Pandit Jasraj, grand maître réputé pour son interprétation de la musique classique Hindustani et qui recut plusieurs distinctions internationales.



Les Yogas-Acharyas Swami Durgananda, Swami Sivadasananda, Swami Kailasananda, Swami Atmaramananda, ainsi que de nombreux autres swamis des Centres Sivananda de Yoga Vedanta européens, partageront avec vous des moments inoubliables.

Détails du programme du pèlerinage

Mercredi 29 Février	9h : Départ des Yatra bus à partir du Shanti Airport Hôtel de New Delhi à destination de Ramnagar (250 km), hôtel Tiger Camp
Jeudi 1 Mars	Visite de la faune et de la flore en jeep, par la route jusqu'à Ranikhet (120 km), hôtel West View
Vendredi 2 Mars	Court programme de yoga
Sam. 3 à Vend. 9 Mars	Bhagavatâ Saptaha, avec satsang et cours de yoga quotidiens
Samedi 10 Mars	Journée d'excursion à Bhageswar ou au temple de Jageswar (80 km)
Dimanche 11 Mars	Par la route de Ranikhet à Ramnagar (120 km), hôtel TigerCamp
Lundi 12 Mars	Par la route jusqu'à Rishikesh (190 km), hébergement au Swargashram Guest House
Mardi 13 Mars	Darshan et Sadhana à l'Ashram Sivananda Divine Life Society
Mercredi 14 Mars	Journée d'excursion à Haridwar, visite du bazar et Ganga Arati
Jeudi 15 Mars	Darshan et Sadhana à l'Ashram Sivananda Divine Life Society
Vendredi 16 Mars	Par la route jusqu'à Delhi (220 km), hébergement à l'Ashram Aurobindo
Samedi 17 Mars	Satsang au Centre Sivananda de Delhi, tourisme Départ par avion tard dans la soirée ou tôt le lendemain matin

Le calendrier pourra varier légèrement en fonction des circonstances.

Retraite de Yoga et Pèlerinage dans les Himalayas



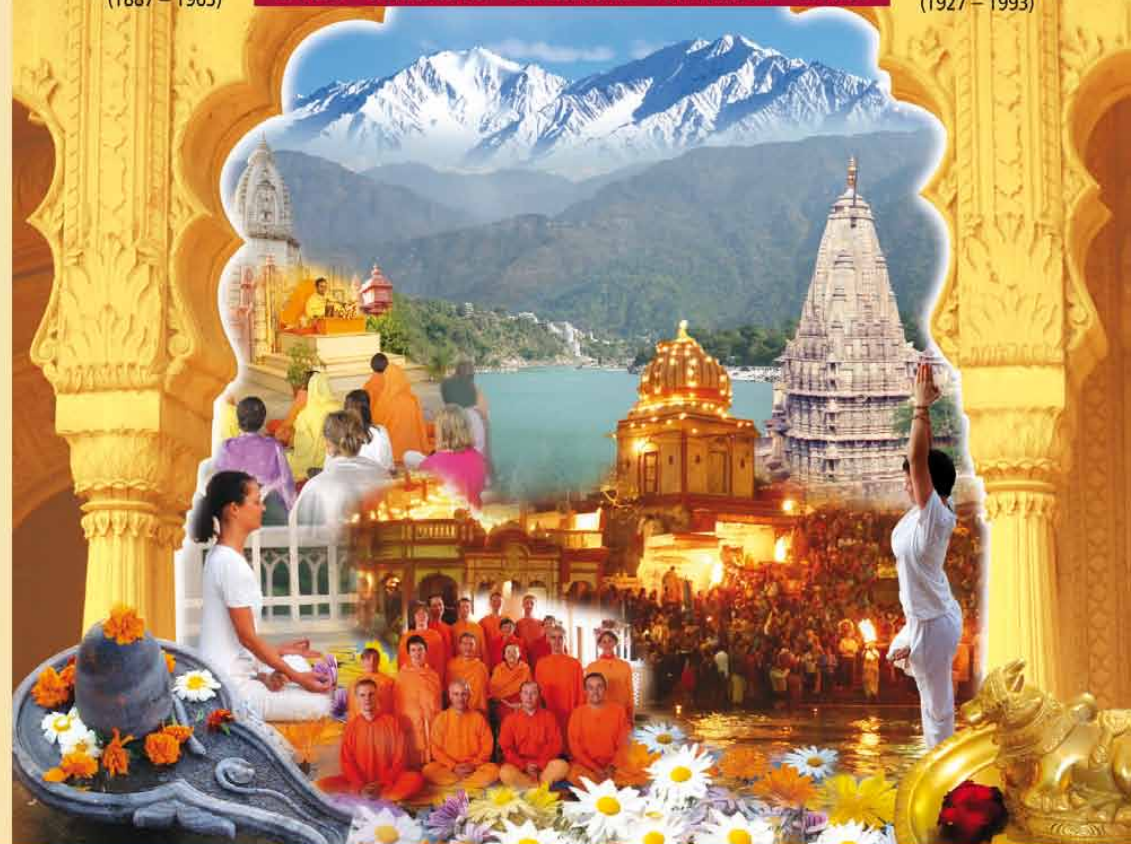
Swami
Sivananda
(1887 – 1963)



Swami
Vishnudevananda
(1927 – 1993)

Du 29 février au 17 mars 2012

Delhi • Ranikhet • Rishikesh • Haridwar • Delhi



Pratique du yoga aux sources de la sagesse millénaire

La Retraite de Yoga et le pèlerinage dans l'Himalaya sont organisés par la
Sivananda Yoga Vedanta Retreat House
Bichlach 40, A-6370 Reith - Kitzbuhel, Tyrol, Autriche
ZVR: 925544605
Téléphone: +43 5356 67404



Sivananda Yoga Vedanta Retreat House
Fondé par Swami Vishnudevananda

www.sivananda.eu

Retraite de Yoga et Pèlerinage dans l'Himalaya

Delhi – Ranikhet – Rishikesh – Haridwar – Delhi
Du 29 février au 17 mars 2012

Pratique du Yoga aux Sources
de l'Ancienne Sagesse

Retraite de Yoga à Ranikhet

Ranikhet, station des Himalayas située à une altitude de 1829 m, distante de 350 km de Delhi et de Rishikesh, possède un cadre magnifique. Elle est entourée de vertes forêts luxuriantes avec une vue panoramique sur les montagnes de l'Himalaya dont le Nanda Devi, deuxième plus haute montagne de l'Inde (7816 m). La région est imprégnée par les pensées spirituelles de générations d'aspirants ayant longuement médité dans cet environnement naturel et pur. Au siècle passé, Ma Anandamayi, ainsi que d'autres saints, ont établi leurs ermitages et leurs ashrams autour de Ranikhet. Satsangs, cours d'asanas & pranayama quotidiens en compagnie de nombreux swamis & enseignants de longue date des Centres de Yoga Sivananda, dans l'environnement pur et inspirant des Himalayas, font de cette retraite un séjour inoubliable.

Bhagavata Saptaha à Ranikhet

Swami Vishnudevananda était particulièrement attaché à la sagesse et à l'amour dévotionnel dépeints dans le Srimad Bhagavatam. Durant les dernières années de sa vie, Swamiji consacrait de nombreuses journées à l'écoute de ce livre sacré, absorbé dans une méditation profonde et laissant souvent couler des larmes de dévotion. Ecouter la lecture de ce texte yogique par Bhagavatacharya Sri Venugopal Goswami accompagné par la musique et les chants divins, avec, en toile de fond, l'Himalaya majestueux, tout en bénéficiant de la présence de swamis et d'enseignants de yoga expérimentés venus de différents pays, est une rare opportunité spirituelle.

West View Hotel, Ranikhet

Ce charmant hôtel est situé sur un plateau entouré de pins avec une vue panoramique s'étendant des pics Bhagirathi, à l'Ouest, jusqu'au Nanda Kot, à l'Est. Son style colonial est typique des constructions d'avant 1918. Les chambres sont spacieuses avec 4 lits et salle de bains particulière, les repas sont végétariens et peu épicés. Des massages ayurvédiques sont également proposés (coût non inclus). La retraite se déroulera sur la vaste pelouse de l'hôtel, sous une tente, dans le pur style des fêtes indiennes. Pour plus d'informations, merci de consulter le site : www.westviewhotel.com.

Swami Sivananda & la Divine Life Society à Rishikesh,

sont les sources spirituelles qui ont nourri plusieurs générations de pratiquants de yoga venus de tous les pays. Visiter l'Ashram est une bénédiction spéciale pour les élèves de yoga du monde entier. Activités et visites incluses: Visites de la chapelle du Mahasamadhi, Tapas Kutir et Ananda Kutir (résidence privée), Méditations dans le Temple Vishvanath, le Bhajan Hall et sur les rives du Gange, Hébergement au Swargashram Guest House sur la rive gauche du Gange, où auront lieu satsangs et cours d'asanas et où seront servis les repas. De nos jours Rishikesh est appelée "la capitale mondiale du Yoga", car un grand nombre d'Ashrams, grands et petits, sont situés sur les deux rives du Gange.

Une journée à Haridwar

Haridwar, à une heure de Rishikesh, fait partie des 7 lieux de culte les plus sacrés de l'Inde. C'est l'un des sites de la Kumbha Mela, où, tous les 12 ans, des millions de pèlerins se rassemblent pour participer aux bains rituels sur les rives du Gange, afin de se purifier de leurs péchés et d'atteindre la libération (Moksha). Après un temps réservé au shopping dans le célèbre bazar d'Haridwar, nous participerons au fameux Ganga Arati à Har ki Pauri (littéralement « les pas du Seigneur ») sur la rive la plus célèbre d'Haridwar.

Visite de la faune et de la flore au Corbett National Park

C'est le plus ancien parc national de l'Inde. 488 espèces différentes de plantes y poussent et l'on peut y voir le Tigre du Bengale, espèce locale protégée. Un hôtel panoramique près de Ramnagar permettra une halte à mi-parcours sur la route de Ranikhet. Cet hôtel est situé sur les rives de la rivière Kosi, aussi appelée Ram Ganga, qui est l'un des plus grands affluents du Gange. Le 29 février, une excursion matinale en jeep permettra d'admirer la faune et la flore sauvages au sein du parc. www.hoteltigercampcorbett.com

Informations pratiques

Don minimum: 1580€

Cette participation aux frais comprend toutes les activités spirituelles, l'hébergement, deux repas végétariens par jour, le transport par route aller-retour de Delhi. Le transport sera effectué par bus, taxi ou rikshaw. Les pourboires, la blanchisserie ainsi que tous les services supplémentaires ne sont pas compris.

Vol: merci de réserver votre propre vol à destination de Delhi.

Mise en garde préalable

Le pèlerinage a été conçu comme une Sadhana aux sources spirituelles du yoga en Inde et est conduit par des Swamis expérimentés. Le circuit requiert une adaptation constante aux coutumes locales, de même qu'une ouverture personnelle intérieure et une acceptation sincère des instructions données par les Swamis. Avant de vous inscrire, merci de parler de vive voix ou par écrit avec l'un des Acharyas ou Swamis de façon à bien comprendre la nature spirituelle du voyage et obtenir des informations sur l'habillement, les bagages, les précautions médicales et l'alimentation.

Renseignements complémentaires sur www.sivananda.eu ou par téléphone:

Berlin +493085999798, Genève +41223280328, Londres +442087800160, Madrid +34913615150, Munich +498970096690, Orleans +33238918882, Paris +33140267749, Reith/Kitzbühel +4335667404, Vienne +4315863453, Vilnius +370864872864

Inscription:

Veillez contacter le Centre de Yoga Sivananda, +33140267749, Email: paris@sivananda.net ou le Sivananda Yoga Zentrum Vienne, +4315863453, Email: pilgrimage@sivananda.net

