

# KRIYA YOGA PILGERREISE IN DEN HIMALAJA

**12. bis 30. September 2024**

**mit M.G. Satchidananda und Durga Ahlund**

Aufgrund des überwältigenden Interesses an unseren früheren Himalaya-Pilgerreisen werden M. G. Satchidananda und Durga Ahlund eine weitere Gruppe von Kriya Yoga-Studenten auf eine Pilgerreise nach Badrinath führen, die mit Babajis Leben und Verwirklichung verbunden ist. Es wird ein unvergessliches Erlebnis in der Heimat des Yoga, wo Babajis Kriya Yoga geboren wurde. Wir werden bequem in den 13 Wohnungen unseres neuen Badrinath-Ashrams untergebracht, der sich nahe der Grenze zu Tibet auf einer Höhe von 10.000 Fuß befindet.

Auf einer Pilgerreise versucht man, dem Göttlichen nahe zu kommen, indem man heilige Orte, die als irdische „Tür“ zum Unendlichen und Absoluten dienen, aufsucht und dort betet und meditiert. Man kann die „göttliche Präsenz“ an solchen Plätzen wie Badrinath, die durch die spirituelle Praxis von vielen Yogis und Heiligen geheiligt worden sind, leicht spüren. Während der Pilgerreise werden wir eine Reihe dieser Orte besuchen. Wir werden mindestens zweimal am Tag Kriya Yoga in der Gruppe praktizieren und Satsang in den Yoga- und Meditationsräumen des Ashrams abhalten, um das Erlebnis zu vertiefen. Es wird Ausflüge zu verschiedenen interessanten Orten wie z.B. den Vasudhara Wasserfällen, Vyasa Gufa, dem Gipfel des Mt. Neelakantan, dem Tempel von Badrinath und auch ein Bad in den heißen Quellen geben. Der Schwerpunkt dieser Pilgerfahrt wird auf der Übungspraxis liegen, darauf, unserer Sadhana in Badrinath und der Gegend von Mana nachzugehen, welche die Pforte zu Babajis ätherischem Ashram in Santopath Tal bildet.

Wir haben diese Pilgerreise so geplant, dass sie in eine Jahreszeit fällt, in der das Wetter im Himalaja am angenehmsten ist: nach der Monsun-Periode, kühl, mit vielleicht einigen kalten Abenden. Die Hotels wurden ebenfalls sorgfältig ausgesucht, alle entsprechen soweit wie möglich in Komfort und Ausstattung westlichen Standards. Unser Transportmittel vor Ort wird ein komfortabler Bus sein. Wir werden uns langsam Badrinath nähern und dabei mehrere Tage in Rishikesh und Haridwar verbringen, um uns zu akklimatisieren. Es wird zwei angenehme Tagesreisen dauern, bis wir Badrinath erreichen.

## **REISEPLAN DER HIMALAJA PILGERREISE**

**Donnerstag 12 September:** Abreise von Montreal und Flug nach Neu-Delhi, Direktflug mit Air Canada. Von Europa aus fliegend ist der Abflug am Freitag, den 13. September 2024.

**Freitag 13. September:** Ankunft in Neu-Delhi und entweder Anschlussflug zum Joly Airport in Dehradun oder Übernachtung in einem Hotel in der Nähe des Flughafens.

Je nach Ankunftszeit in Delhi sollte ggf. eine Übernachtung eingeplant werden, da die Flüge nach Dehradun nur zwischen 6.30 und 18.00 Uhr möglich sind. Wir können

ein Hotel empfehlen, informieren Sie uns bitte. Bitte planen Sie Ihren Flug so, dass Sie am Samstagmorgen in Delhi ankommen können.

**Samstag 14. September:** Flug von Delhi zum Joly Airport in Dehradun und Taxifahrt zum Divine Resort Hotel in Rishikesh. Aufenthalt im Divine Resort Hotel am Ganges in Lakshaman Jula für 3 Nächte.

**Sonntag 15. September:** Besichtigung der Stadt Rishikesh, Teilnahme an der Abend-Puja am Ganges bei Ram Jula.

**Montag 16. September:** Besichtigung von Höhlen und Ashrams im Raum Rishikesh; Bad im Ganges.

**Dienstag 17. September:** Fahrt von **Rishikesh nach Rudraprayag**, Entfernung ca. 150 km, 6 Stunden Fahrtzeit. Übernachtung vor Ort im Monal Resort Hotel.

**Mittwoch 18. September:** Fahrt von **Rudraprayag nach Badrinath**, 7,5 Stunden Fahrtzeit. Besuch des Shankaracharya-Klosters und der Höhle in Joshimath. Bezug der Apartments des neuen Ashrams. Aufenthalt für 8 Nächte.

**Donnerstag 19. September:** Gruppen-Sadhana täglich am frühen Morgen. Nachmittags Orientierungsbesuch in Badrinath. Jeden Tag um 15:30 Uhr Yoga-Unterricht, gefolgt von Gruppen-Sadhana, Abendessen im Ashram und Kirtan oder einem Vortrag am Abend.

**Freitag 20. September :** Morgens Besuch des Badrinarayan Tempels und von Tapt Kund. Heiliges Bad. Erste Mantra Yagna im Ashram am frühen Nachmittag.

**Samstag 21. September:** Besichtigung von Mana. Besuch der Vyasa Gufa Höhle und der Mündungsstelle der Flüsse Saraswati und Alakananda.

**Sonntag 22. September:** Tag zur Sadhana im Ashram. Yagna und Puja, angeleitet von einem Priester.

**Montag 23. September:** Wanderung zu den Vasudhara Wasserfällen durch Mana. Sadhana im Ashram.

**Dienstag 24. September:** Freizeit. Optional: Wanderung zum Fuß des Mount Neelakantan zur Meditation.

**Mittwoch 25. September:** Tag zur Sadhana. Zweite Mantra Yagna in unserem Babaji Ashram und Mantra Diksha.

**Donnerstag 26. September:** Abfahrt nach **Rudraprayag**, 160 km, 7 Stunden Fahrtzeit. Eine Übernachtung im Monal Hotel.

**Freitag 27. September :** Abfahrt nach Rishikesh, 170 km, 8 Stunden Fahrtzeit. Aufenthalt für 2 Nächte im Divine Resort Hotel.

**Samstag 28. September :** Besuch der Ashrams von Lahiri Mahasya und Anandamoya Ma in Haridwar zur Abend-Puja.

**Sonntag 29. September:** Am späten Nachmittag Taxifahrt zum Joly Airport, ca. 30 km von Rishikesh entfernt. Flug nach Neu-Delhi. Heimflug entweder spätabends am 6. Oktober oder frühmorgens am 7. Oktober.

**Montag 30. September:** Heimkehr.

### **KOSTEN, FLUGBUCHUNG, MAHLZEITEN, AUSLANDSKRANKENVERSICHERUNG UND VISA:**

Der Gesamtpreis der geplanten Pilgerreise vom 19. September bis 7. Oktober 2024 beträgt 2625 US-Dollar bzw. 3.550 CAD oder 2.500 € zuzüglich Flugkosten. Sie können Ihre Flugreservierungen selbst vornehmen und Ihre Tickets selbst kaufen. Wir können Sie diesbezüglich beraten. Die Kosten für einen Hin- und Rückflug liegen in der Regel zwischen 1.600 und 2.000 US-Dollar aus Nordamerika und 700 Euro aus Europa. Wir setzen voraus, dass Sie eine Reisekrankenversicherung abschließen. Wir empfehlen AAA oder CAA bzw. für Einwohner Kanadas *Tour Med.*

**Anschlussflug zwischen den Flughäfen Joly und Delhi.** Zu Beginn der Pilgerreise benötigen Sie bis spätestens 14. September einen Anschlussflug vom New Delhi International Terminal Nr. 3 zum Flughafen Joly in Dehradun. Am Ende der Pilgerreise ist es wichtig, dass Sie am späten Nachmittag des 29. September ein Ticket und eine Reservierung vom Flughafen Joly nach Delhi haben, damit Sie im Terminal 3, dem internationalen Terminal des Flughafens Delhi, ankommen, wo Sie am späten Abend des 29./30. September, eine einfache Verbindung zu Ihrem internationalen Flug haben. Es handelt sich um einen kurzen 30-minütigen Flug, der etwa 100 US-Dollar bzw. 135 CN-Dollar pro Strecke kosten kann. Wir können Ihnen **Vistara Airlines empfehlen (www.airvistara.com) oder wenn Sie eine Kreditkarte mit 3D-Chip besitzen, können Sie ein Ticket online bei Indigo Airlines kaufen. Beide Fluggesellschaften sind günstig im „Domestic Wing“ des New Delhi International Terminal (Nr. 3) gelegen, wo sich auch das Holiday Inn Express Hotel befindet.**

Da wir festgestellt haben, dass die meisten Menschen unterschiedliche Essensvorlieben haben, sind die meisten Ihrer Mahlzeiten, die im Durchschnitt wahrscheinlich weniger als 25 US-Dollar pro Tag kosten, nicht im Preis enthalten. Während der 7 Nächte, die wir in Hotels verbringen, ist nur das Frühstück inbegriffen, nicht das Mittag- und Abendessen. Während der 8 Nächte, die wir im Badrinath Ashram verbringen, sind die Kosten für Frühstück und Abendessen, nicht jedoch das Mittagessen, im Preis inbegriffen.

Die Gebühren für die Beantragung eines Visums für Indien sind nicht im Reisepreis enthalten. Teilnehmer müssen ein Touristenvisum für Indien online bei der Stelle beantragen, die die indische Botschaft ihres Landes vertritt.

## **RESERVIERUNGEN**

Um einen Platz zu reservieren, schicken Sie bitte einen Brief, eine E-Mail oder ein Fax an M. G. Satchidananda, 196 Mountain Road, P.O. Box 90, Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0, Tel: 001-450-297-0258, Fax: 001-450-297-3957, E-Mail: [satchidananda@babajiskriyayoga.net](mailto:satchidananda@babajiskriyayoga.net); und machen bitte sobald wie möglich eine Anzahlung über 500\$ bzw. 450€ oder 650CAD, die Sie auch mit Ihrer VISA-, Master-oder AMEX Card bezahlen können. Alle Schecks sollten auf „Babaji's Kriya Yoga" ausgestellt sein und per Scheck, VISA- oder Master-Card an unsere Adresse in Quebec geschickt werden. In Europa können Sie den Zahlungsbetrag auch auf das Konto von „Marshall Govindan" bei der Deutschen Bank, BLZ 50070024, Kontonummer 0723106 (bzw. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift Code DEUTDEDBFRA) überweisen.

Der Restbetrag der Reisekosten muss bis zum 12. August 2024 bei uns eingehen.