

Sacred India: Yoga, Kultur & Meditationsreise



Nord Indien
19.Sep-04.Okt 2020

Indien ist ein Land der Vielseitigkeit, wie ein Regenbogen in dem so viele verschiedene Farben zusammen kommen. Komme mit und sei ein Teil dieser Vielseitigkeit, und lerne die Kultur wie auch die indische Subkultur kennen, das Essen, die Sprache, der Lebensstil, die Traditionen und die Verbindungen innerhalb der verschiedenen Religionen. Wenn uns etwas tief berührt nennen wir es Spiritualität. Sei ein Teil dieser Reise wo wir das Land entdecken und gleichzeitig auch uns Selbst. Wir werden während unserer Reise auch die Vielschichtigkeit der indischen Kultur erleben und auch verschiedene spirituelle Erlebnisse wie zum Beispiel auch die Möglichkeit haben, freiwillig in der Großküche einer Gurdwara (Sikh Tempel) in Amritsar mitzuhelfen - wo täglich bis zu ca.100 000 Menschen kostenlos gespeist werden. Das ist ein ganz besonderes Erlebnis und einmalig auf der Welt. An einem Puja im buddhistischen Kloster in Dharamsala (dem Exil Wohnort des Dalai Lama) teilnehmen - und viele andere eindruckliche Abenteuer & Erlebnisse in Sacred India. Neben all den berühmten spirituellen und historisch bedeutsamen Plätzen, die wir besuchen werden, wollen wir jeden Tag Meditation, Kirtan oder Yoga Asanas praktizieren.



Information and Registration

Gurdeepak Singh & Steffi Kaur
Zentweg 17a, 3006 Bern
Switzerland
info@aroga.ch
+41 76 237 59 84

Punnu Singh Wasu & Catherine
Bali
Indonesia
psw@punnuwasu.com
+62 852 3813 8169

Nord Indien

19. Sep - 04. Okt 2018

Highlights und Überblick unserer Reise :

Am ersten Tag nach unserer Ankunft besuchen wir den bei 5-Sterne-Köchen aus der ganzen Welt bekannten Spices Market in OLD DELHI.



Der Aufenthalt in AMRITSAR in und um den GOLDEN TEMPEL, zum heiligsten Schrein der Sikhs, wird ein unvergleichliches Erlebnis sein. Die Atmosphäre rund um den Goldenen Tempel mit seinem heiligen See Sarovar, mit Gebeten in Form von Kirtan (Gesängen aus dem heiligen Buch) von den frühen Morgenstunden bis in die Nacht.

Alle Menschen sind gleich und sind Eins. Das ist die Botschaft und Philosophie der Sikhs. In der Einheit von Allem können wir finden: Gott, Allah, Waheguru, Ram, Jesus oder andere. Tausende Menschen von allen Religionen, Kasten und Ländern werden hier jeden Tag im Langar (der riesigen Gemeinschaftsküche) gespeist. Der Goldene Tempel bietet ein weites Spektrum an SEVA, dem selbstlosem Service für andere Menschen an. Wer dies gerne selber miterleben möchte, kann ein Teil des Diensts am anderen sein und gerne für ein paar Stunden unterstützend im Seva in dieser beeindruckenden Großküche mithelfen, in dem du z.B. Essen servierst, Gemüse schneidest, Geschirr spülst, Chapatti-Fladenbrot machst. Wir nennen diese Speisung der Gläubigen LANGAR - an manchen Tagen essen bis zu 100000 Menschen gratis dort.

Auch das Museum sollte man sich nicht entgehen lassen; dieses gibt einen umfassenden Einblick in die Religion der Sikhs.

Abends kommt dann noch die Beleuchtung hinzu, die es zu einem der mystischen Orte macht.





Unsere Reise wird uns auch 4 Tage nach DHARAMSALA/McLeod Ganj, dem heutigen Sitz des Dalai Lama, der 1959 aus Tibet geflohen ist, bringen. Dort befinden sich zahlreiche tibetische Organisationen und Bauwerke. Es wird mitunter auch „Little Lhasa“ (nach der tibetischen Hauptstadt) genannt.

Auf Wunsch können wir im Kloster an den Meditationen, Gebeten, Übungen in Stille, an Pujas (tibetischer Gottesdienst), und Lehren des tibetischen Buddhismus, teilnehmen. Geplant ist auch ein Besuch im Tibetischen Kinderdorf und wir möchten den Kindern gern kleine Geschenke mitzubringen.

In unserer prachtvollen tibetischen Hotel dürfen wir uns wie „in Tausend und Eine Nacht“ fühlen. Ausflüge in die herrliche Landschaft des Himachal Pradesh, HIMALAYA, runden das Programm mit entspannenden Naturerlebnissen ab.

Von Dharamsala führt uns unsere Reiseroute in das Land der Könige, Rajasthan, nach UDAIPUR Die Tradition der Rajputs ist noch überall spürbar. Udaipur liegt direkt an einem wunderschönen See mit einer wunderbaren ruhigen Atmosphäre. 4 Nächte werden wir an diesem kulturell interessanten und traditionsreichen Ort verbringen und uns wie KönigInnen fühlen. Wir werden das PALACE MUSEUM und HINDU TEMPEL vor Ort besichtigen.

Nach unserer Rückkehr nach Delhi besuchen wir ein letztes Highlight - wohl das berühmteste Wahrzeichen von Indien, das TAJ MAHAL.



Taj Mahal ist ein strahlend weißer Palast in der Nähe von Agra. Der Schah Jahan ließ ihn als Grabstätte für seine Frau Mumtaz Mahal errichten.

Taj Mahal heißt wörtlich "Kronen-Palast". Er sollte nach dem Willen Jahans das schönste Bauwerk aller Zeiten werden - prächtiger als alle bekannten Weltwunder. Der mächtige Herrscher wollte seiner Lieblingsfrau Mumtaz Mahal, die bei der Geburt ihres 14. Kindes gestorben war, eine Wohnstätte für die Ewigkeit bauen. Mumtaz Mahal bedeutet übersetzt "geliebtes Juwel des Palasts". Der Taj Mahal ist also der Palast, in dem Jahan sein geliebtes Juwel beerdigt hat. Das strahlend weiße Gebäude soll für alle Zeiten an die Liebe der beiden erinnern.

Reiseverlauf*:

1.Tag 19.09.2020 Begrüssung im Hotel in New Delhi - zwischen 14 - 16 Uhr, Ankommen und abends gemeinsames Willkommens-Abendessen.

2.Tag 20.09.2020 New Delhi - Sightseeing und die grüne Oase Lodi Garden, Old Delhi Spices Markt, andere kulturell und historisch bedeutsame Sehenswürdigkeiten

3.Tag 21.09.2020 Nachmittags Zugfahrt nach Amritsar ca.6 Stunden, relaxter Abend in Amritsar

4.- 6. Tag 22. - 24.09.2020 Meditation und Gebet im berühmten Goldenen Tempel, Gurdwara Harmandir Sahib, Philosophie-Diskussion am heiligen See Savovar, Besuch des Langars / Speisung der Gläubigen und auf Wunsch Seva/Karma Yoga - Mithilfe beim Kochen oder Servieren, Besuch einer historisch bedeutsamen Stätte Jalliawala Bagh, köstliches Punjabi Essen geniessen, Tanzen wie die Leute aus Punjab: Bhangra ein bekannter traditioneller Tanz, Möglichkeit für shopping immer mit Blick auf den Golden Temple

7.-9. Tag - 25.-27.09.2020 nach dem Frühstück im Privatbus nach McLeodganj (DHARAMSALA), Ankunft gegen Spätnachmittag im Hotel. Während des Aufenthalts Besuch des Kloster wo der Dalai Lama residiert, an Pujas (Gebeten) teilnehmen und etwas über die Philosophie des tibetischen Buddhismus erfahren; ein Tibetisches Kinderdorf besuchen, kleine Ausflüge in die herrliche Landschaft des Himachal Pradesh, HIMALAYA, mit entspannenden Naturerlebnissen
Möglichkeit für Handicraft Shopping
Übernachten im authentischem Tibetischen Hotel



10.- 13.Tag 28.09. - 01.10.2020 Am Morgen per Flugzeug via Delhi nach Udaipur, Rajasthan (ca. 6 Stunden)

Wir geniessen die friedliche, ruhige Atmosphäre am naheliegenden See von Udaipur., Besuch des prachtvollen City Palace, wo noch heute ein Nachfahre der Rajput Könige lebt, Besuch des beeindruckenden Jagdeesh Tempels, Farbenfrohe Malkunst: Udaipur ist sehr bekannt für seine faszinierenden Miniature Paintings, kleine Shops mit Handgefertigten laden zum Shopping ein, das kulinarische Highlight, der Rajasthani Thali, ein grosser Teller mit vielen kleinen Köstlichkeiten aus der Region.

Möglichkeit sich mit einer Ayurveda-Behandlung (nicht im Preis enthalten) verwöhnen zu lassen

14.Tag 02.10.2020 mit dem Flugzeug von Udaipur nach Delhi, Übernachtung in einem Hotel, relaxter Abend mit Kirtan und Meditation

15.Tag 03.10.2020 Im Privatbus frühmorgens nach Agra - die Stadt des weltberühmten UNESCO Weltkulturerbes Taj Mahal
Nach der Besichtigung Rückfahrt nach Delhi mit Übernachtung in Delhi

16.Tag 4.10.2020 nach dem Frühstück individuelle Abreise und offizielles Ende der Sacred India Reise

MEDITATION/KIRTAN & YOGA

Während der gesamten Reise werden wir täglich, soweit möglich, Meditation oder Yoga Asanas oder Kirtan singen praktizieren und immer wieder von den Ursprüngen der diversen Philosophie/Religionen und Yoga erfahren.

PREIS : EUR 3290.- , min.15 Teilnehmer & max. 20 Teilnehmer

Anzahlung: EUR 1000.-

Early Bird Preis oder Bring-a-friend Preis: EUR 2890.- bis 31.03.2020

BEINHALTET:

Der Preis beinhaltet 15 Übernachtungen mit Frühstück, Willkommens-Essen, Reise in Indien mit privatem Bus oder Flugzeug wie oben beschrieben, Reiseleitung, Eintrittsgelder für Sehenswürdigkeiten, Fotodokumentation der Reise, Transfer vom und zum Flughafen vom und zum Hotel in Delhi

NICHT BEINHALTET:

Mittagessen / Abendessen

Trinkgelder

persönliche Ausgaben

Reisebedingungen

Wir von ArogaYoga bieten gerne Retreats mit limitierter Teilnehmerzahl (kleine bis mittelgrosse Gruppen) an, da wir ein Reiseerlebnis möglich machen möchten, wo wir uns jedem Teilnehmer persönlich widmen können. Daher haben wir Stornierungsbedingungen geschaffen, die denen wir mit den Teilnehmern zusammenarbeiten und die Kosten teilen, die unerwartete Stornierungen nach sich ziehen können.

ArogaYoga arbeitet zusammen mit Punnu Wasu Singh bezüglich der verschiedenen Dienstleistungen während der gesamten Reisezeit.

Bei Stornierung durch Teilnehmer:

1. die Anzahlung von EUR 1000.- kann nicht rückerstattet werden
2. aber die Anzahlung kann an einen Ersatzteilnehmer übertragen werden
3. der Gesamtbetrag ist fällig bis 28.August 2020

Stornierung, die übersendet wurde bis:

19. Juni 2020 werden zu 100 % (minus Anzahlung) zurückerstattet

19. Juli 2020 werden zu 50 % (minus Anzahlung) zurückerstattet

19. August 2020 werden zu 30 % (minus Anzahlung) zurückerstattet

Nach dem 19. August 2020 werden keine Rückerstattungen mehr gemacht.

VERSICHERUNG

Wichtig: Wir empfehlen dringend den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, die Deckung für Gepäck, Stornierung der Reise/Flug, die üblichen Kosten bei Krankheit, Unfall und Notfall und evtl. einen Rettungsflug nach Hause beinhaltet. Die Möglichkeit, dass so etwas passiert, ist relative gering, aber es ist immer besser für den schlimmsten Fall versichert zu sein. Gepäckversicherung gegen Diebstahl und Verlust ist ebenfalls empfehlenswert.

Wichtig: Aufgrund der Inlandflüge ist es notwendig, dass jeder Teilnehmer nur ein check-in-Gepäck mit max. 15 kg mitnehmen darf plus eines Handgepäcks/ kleine Tasche mit bis zu 7 kg. Bitte beachten, dass während der Reise meistens eingekauft wird und daher ist es empfehlenswert lieber weniger als 15 Kilos nach Indien mitzubringen. Es gibt keine Möglichkeit etwas in Delhi zu lassen, bevor wir unsere Reise antreten.

Ein Tourist-Visum ist für Indien verpflichtend, und wir empfehlen das e/tourist visa, welches man online erwerben kann unter folgendem Link: <http://www.e-touristvisaindia.com>

***Wir behalten uns Änderungen des Programmes aufgrund Gründen, die jenseits unserer Kontrolle liegen vor.**

Sacred India: Yoga, Culture & Meditation Tour 19 Sep - 04 October 2020

Registration form

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Adresse: _____ Stadt: _____ Land: _____

Telefon: _____ E-mail: _____

Notfall Name & Telefonnummer: _____ & _____

Einschränkungen bezüglich Ernährung/Allergien :

Gesundheitliche Einschränkungen (Medikamenteneinnahme) die wir wissen sollten

Sonstiges

Haftungsfreistellung: Ich bin in so guter gesundheitlicher Verfassung, daß ich mir sicher bin, an der o.g. Reise teilnehmen zu können. Ich habe die Zahlungsbedingungen gelesen, ich bin verstanden, und ich akzeptiere sie. Ich stimme zu, die Reiseleitung von ArogaYoga und Punk Wasu von allen Ansprüchen, Forderungen, Schäden, Kosten, Ausgaben, Verlust von Dienstleistungen und Ursachen von Handlungen, die während / durch die Teilnahme an der Indienreise entstehen sollten.

Unterschrift: _____ Datum: _____

Bank Details

Name: ArogaYoga Ahuja

Bank: Postfinance

Account Number.: 61-773800-1

IBAN:CH62 0900 0000 6177 3800 1