CAMINO AL AMOR

INDIA

UN VIAJE

A TU MUNDO INTERIOR

Holi Retreat

04-17 Marzo 2025

CAMINO AL AMOR

EL VIAJE

La región norte de la India es una de las zonas con mayor diversidad cultural e históricamente más rica del país. Se extiende por varios estados y territorios de la unión, cada uno con sus propias tradiciones, idiomas y cocinas únicas.

En general, el norte de la India es una región vibrante y diversa que ofrece una deliciosa combinación de historia, cultura, espiritualidad y belleza natural. Sigue siendo una parte esencial de la identidad de la India y desempeña un papel importante en la configuración del patrimonio del país.

En esta región se celebran multitud de fiestas con entusiasmo y grandeza. Diwali (Festival de las Luces), Holi (Festival de los Colores), Dussehra, Eid y Navidad son algunos de los principales festivales que se celebran aquí y que unen a la gente. de diferentes religiones y orígenes.

El norte de la India tiene una importante influencia religiosa y espiritual. Es la cuna de importantes religiones como el hinduismo, el budismo, Sijismo y jainismo. Los principales lugares de peregrinación como Varanasi, Haridwar, Rishikesh, Amritsar y Bodh Gaya atraen a millones de devotos y turistas cada año.

En este viaje tenemos la suerte de poder celebrar Holi. El Festival Holi (o festival de los colores) es una fascinante celebración cultural y religiosa que abarca mucho más que simplemente lanzar tintes de colores al aire.

El Festival Holi es el de Radha y Krishna. Como octava encarnación del dios hindú Vishna, muchos consideran que Krishna es el dios supremo. Se dice que Krishna tiene la piel azul porque, según cuenta la leyenda, bebió leche venenosa de un demonio cuando era un bebé. Krishna se enamoró de la diosa Radha, pero temió que ella no lo amaría debido a su piel azul, pero Radha le permitió a Krishna teñir su piel de color, convirtiéndolos en una verdadera pareja. En Holi, los participantes del festival se aplican color en la piel en honor a Krishna y Radha.

En el Festival Holi, los participantes lanzan tinte en polvo al aire, cubriendo a todos los asistentes con colores vibrantes. En un sentido religioso, los colores son ricos en simbolismo y tienen múltiples significados: pueden significar una nueva vida vibrante. Para algunos, quitarse el tinte al final del día puede significar un nuevo compromiso de vivir bien, como limpiarse de energía negativa.

Durante un largo período Ashraf estuvo tratando de encontrar el amor para sí mismo y después de muchos años finalmente lo logró. Este es el viaje que os quiero mostrar, el **Camino al amor**.

“ Solo el amor y quien ama
pueden vivir más allá del tiempo.
Entrega tu corazón a esto,
lo demás no tiene importancia “.
Rumi

Gopika ha acompañado durante años a yoguis y yoguinis a través de la práctica de yoga y mediante la formación de profesores y profesoras de yoga. Además, debido a su inquietud por el crecimiento interior, acompaña a través de meditaciones poderosas que permiten conectarnos con nuestra paz, nuestro amor y nuestra luz. Crea e imparte talleres y cursos con un enfoque de continuación con nuestro aprendizaje y sanación.
Y desarrolla "**viajes y retiros del alma**".

El viaje de ASHARAPH ALI lo llevó a la meditación y a las técnicas de meditación. es abundante conexión con el desierto y la energía de esta tierra Dieron un profundo deseo de compartir esto. experiencia única con los demás.
La esencia de tu verdadero yo.
amor y alegría

Ashraf Ali conoció el mundo de la meditación hace dos décadas. Visité muchos ashrams y medité en diferentes templos, monasterios, dergah sufis y ha practicado con maestros zen y sufíes del desierto. Recientemente ha organizado retiros de yoga, campamentos de meditación, caravanas sufíes, retiros de Reiki y talleres de arte en India y España.

“Yo soy la guía de tu viaje interior.”

CELEBRACIÓN HOLI

Holi es un festival hindú popular e importante celebrado como el Festival de los Colores, el Amor y la Primavera. Celebra el amor eterno y divino de los dioses Radha y Krishna. Además, el día también significa el triunfo del bien sobre el mal, ya que conmemora la victoria de Vishnu como Narasimha Narayana sobre Hiranyakashipu. Holi se originó y se celebra predominantemente en el subcontinente indio, pero también se ha extendido a otras regiones de Asia y partes del mundo occidental a través de la diáspora india.

Celebraremos el festival Holi con colores durante un retiro en el desierto.

LAS CIUDADES

NUEVA DELHI

Nueva Delhi es una ciudad vibrante y dinámica que captura la esencia del pasado, presente y futuro de la India.

Es la capital de la India y es conocida por una amplia gama de significado cultural, histórico y político. La ciudad alberga numerosos lugares de interés y monumentos históricos que muestran la rica historia y el patrimonio arquitectónico de la India. Algunos de los más famosos incluyen la icónica Puerta de la India (foto), Qutub Minar, la Tumba de Humayun, el Fuerte Rojo y el Templo del Loto.

Como ciudad capital, Nueva Delhi atrae a personas de toda la India y del mundo, lo que da como resultado una escena cultural vibrante y diversa. Puede encontrar una mezcla de varios idiomas, cocinas, festivales y artes y artesanías tradicionales aquí.

La primera y última noche visitamos : Jama masjid - chandni chauk - Puerta de la India - Nizamuddin Dargah- humayun tumba- lotus templo- swaminarayan Akshardham templo

LAS CIUDADES

VARANASI

Varanasi: La Capital espiritual de la India y sus Ghats sagrados

Varanasi: la capital espiritual de la India y sus Ghats sagrados
Varanasi, a menudo denominada Kashi o Banaras, es una ciudad antigua ubicada a orillas del río sagrado Ganges en el estado norteño de Uttar Pradesh, India. Tiene el estimado título de ser la Capital Espiritual de la India. La historia de Varanasi se remonta a más de 3.000 años, lo que la convierte en una de las ciudades habitadas continuamente más antiguas del mundo. Esta ciudad sagrada es un venerado destino de peregrinación para los hindúes y un lugar de profundo significado espiritual.

El nombre “Varanasi” se deriva de la confluencia de dos ríos, Varuna y Asi, que desembocan aquí en el Ganges. El aura espiritual de la ciudad, su rico patrimonio cultural y la presencia de innumerables templos, ashrams y ghats sagrados a lo largo del Ganges la convierten en un centro incomparable de devoción, meditación e iluminación.

2 noches
Visitas:
Tarde Aarti (ceremonia de oración), El templo Sankat Mochan, el templo Bharat Mata, el templo Shri Kashi Vishwanath y, finalmente, la Universidad Hindú de Banaras.
Templo Durga y Templo Tulsi Manas y Sarnath,

LAS CIUDADES

BODHGAYA

Bodhgaya es un lugar que tiene una gran importancia histórica y espiritual, y se puede encontrar en el centro de Bihar en la India. Bajo la sombra del árbol Bodhi, hace unos 2.550 años, el Buda Gautama alcanzó la iluminación y se convirtió en Buda. En la actualidad, Bodhgaya continúa atrayendo a visitantes interesados en obtener la iluminación a nivel espiritual, además de a turistas curiosos. En la ciudad de Bodhgaya, donde examinaremos sus sitios venerados, profundizaremos en su larga historia e interactuaremos completamente con el ambiente pacífico de este santuario espiritual, le extendemos una invitación a acompañarnos en un viaje de cambio.

3 noches
Visitas:
Árbol bodhi, templo Maha bodhi, estatua de Buda, Ram chura, templo Janki y Sitakund, Templo Vishnupad, templo Vishnu, templo chino, templo tibetano, templo japonés y el río Phalguna y Rajagriha

LAS CUIDADES

JAIPUR

Jaipur es una ciudad histórica ubicada en el estado de Rajasthan, India. Es la ciudad capital de Rajasthan y a menudo se la conoce como la "Ciudad Rosa" debido al color predominante de sus edificios. La ciudad fue fundada en 1727 por Maharaja Sawai Jai Singh II y es famosa por su rica historia, cultura y patrimonio arquitectónico.

Hawa Mahal (foto): esta estructura única de cinco pisos se construyó en 1799 para permitir que las mujeres de la realeza observaran los festivales callejeros y la vida cotidiana sin ser vistas por el público. Su característica destacada son las numerosas ventanas pequeñas (953 en total) que permiten la ventilación y circulación del aire, lo que le da el nombre de "Palacio de los Vientos".

Jaipur es una ciudad con un rico patrimonio cultural. Su gente celebra festivales como Diwali, Holi y Teej con gran entusiasmo. La cultura de la ciudad también se refleja en sus artes, música, danza, gastronomía local y artesanía.

Artesanías tradicionales, que incluyen textiles impresos en bloque, cerámica azul, piedras preciosas, joyas y artículos de cuero. Los bulliciosos mercados como Johari Bazaar, Tripolia Bazaar y Bapu Bazaar ofrecen una experiencia de compras vibrante.

2 noches
Visitas :
Fuerte de Amber - Hawa mahal- Palacio de la cuidad - Jal Mahal- ruta gastronómica

LAS CIUDADES

BIKANER

Bikaner es una ciudad ubicada en el estado de Rajasthan, India. Es conocido por su rica historia, cultura vibrante y patrimonio arquitectónico. La ciudad es famosa por sus fortalezas, palacios y havelis bien conservados que muestran el estilo arquitectónico de Rajputana.

Bikaner también es conocido por su deliciosa cocina, en particular por sus dulces y bocadillos. Algunos platos populares incluyen Bikaneri bhujia, rasgulla y varios otros platos tradicionales de Rajasthani.

1 noche
Visitas:
Fuerte del palacio de Gajner - rampapia Haveli - caminata patrimonial - instituto e investigación de la granja de camellos - templo de Karni mata - templo de lakshminath

LAS CIUDADES

JAISALMER

Jaisalmer es una cautivadora ciudad ubicada en el estado de Rajasthan, India. Conocida como la "Ciudad Dorada", es famosa por su fascinante arquitectura, su rica historia y su patrimonio cultural único.

Fue fundada en 1156 dC por Rawal Jaisal, un gobernante de Bhati Rajput. La ciudad sirvió como un importante puesto comercial debido a su ubicación estratégica a lo largo de la antigua Ruta de la Seda, que conectaba la India con Asia Central, Egipto, Arabia, Persia y más allá.

La cuidad es rica en cultura popular y música. La ciudad alberga actuaciones folclóricas vibrantes de Rajasthani, que incluyen formas de danza tradicionales como Kalbeliya y Ghoomar, acompañadas de instrumentos musicales tradicionales como el dholak y el sarangi.

Al estar al borde del desierto de Thar, Jaisalmer ofrece a los visitantes la oportunidad de experimentar un safari por el desierto. Puede dar un paseo en camello por las dunas para presenciar impresionantes puestas de sol y experimentar la vida nómada del desierto.

En está cuidad tiene Ashraf su familia y negocios, y la nos va a enseñar con todo su cariño.

LAS CIUDADES

AGRA

Agra, una ciudad en el estado de Uttar Pradesh, India, es más conocida por albergar uno de los monumentos más emblemáticos e impresionantes del mundo:
el Taj Mahal.

El Taj Mahal (foto) es Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y es considerado una de las Siete Maravillas del Mundo. Fue construido por el emperador mogol Shah Jahan en memoria de su amada esposa, Mumtaz Mahal, y es famoso por su magnífica arquitectura de mármol blanco y su intrincada artesanía.

1 noche
Visitas:
Taj Mahal- Fuerte rojo Agra- Fatehpur sikri - Galta ji / templo de los monos

OPCIONAL
VISITAS:
Delhi- Taj Mahal- Fuerte Rojo Agra- Fatehpur sikri - Excursión de un día

PROGRAMACIÓN

Día 1: Llegada a Delhi - 4 de marzo
• ¡Bienvenido a la India! Te recibiré en el Aeropuerto Internacional de Nueva Delhi.
Llegada al hotel.
• Por la tarde visita al templo hindú de **Krishna**. Conoceremos su amor místico.
para el mundo y BhaktiMarga (camino de Bhakti) y/o el Templo Sikh Gurudwara basado
a la disponibilidad de tiempo
Krishna es el nombre de la Suprema Personalidad de Dios original y única, la fuente de toda existencia. Dios
Tiene muchos nombres y cada uno describe un aspecto diferente de Su personalidad. Allah, Visnú,
Jehová y Dios se refieren a Su grandeza y a Su papel como creador y mantenedor
del universo y Señor de todo. El nombre Krishna -"el atractivo"- indica encanto y belleza de la Suprema Personalidad de Dios, tal como se aparece a Sus más queridos devotos.
Las prácticas de la conciencia de Krishna, o bhakti-yoga, tienen como objetivo liberarnos de la causa.
fuente principal de toda ansiedad, despertando nuestra normal y eterna felicidad espiritual.

Gurudwara Bangla Sahib (Templo Sikh)
El mensaje esencial del sijismo es la devoción espiritual y la reverencia por Dios en todos
momento mientras practicamos los ideales de honestidad, compasión, humildad y generosidad en
vida cotidiana.
El sijismo es una religión monoteísta fundada por el primer gurú sij, Guru Nanak Dev Ji.
en la región de Punjab en la India. Los sijs son discípulos del sijismo.
Un sikh simplemente significa "estudiante" o "buscador de la verdad".
Un Guru es el "Maestro" o "Disipador de la oscuridad" y aquel que posee Jyot (luz
divino) pasa por una línea de 10 gurús, y finalmente al Sri Guru Granth Sahib Ji, el gurú
viviendo.
El estilo de vida sikh es un camino espiritual prescrito para todos, independientemente
de afiliación religiosa.
El propósito del estilo de vida sikh es entrenar la mente y todos los sentidos para reconocer la Luz.
Divino dentro de uno mismo y en toda la creación y para estar al servicio de los demás.
Se espera una presentación por parte de un monje o un representante local de los templos.

Día 2: Vuelo a Varanasi, tarde Aarti (ceremonia de oración) - 5 de marzo

Después del desayuno, un conductor nos llevará al aeropuerto para abordar un vuelo a Varanasi. Pasee por las estrechas calles de Varanasi para conocer la vida de la gente y sus alrededores.

Por la noche, dé un paseo en rickshaw hasta Dashashwamedh Ghat para presenciar el espectacular Ganga Aarti.

Arti: la ceremonia hindú de la luz

El arti implica agitar mechas encendidas ante las imágenes sagradas para infundir en las llamas el amor, la energía y las bendiciones de las Deidades. Lo realizan sadhus (monjes hindúes) y pujaris (asistentes de las Deidades).

Junto con las llamas de las mechas empapadas en ghee, o a veces en lugar de ellas, también se utiliza la luz del alcanfor. Otros artículos auspiciosos que se ofrecen durante la ceremonia incluyen incienso, agua y flores. Algunos artis también implican agitar un chamar (volumen) o tela blanca. Estos juntos representan los cinco elementos del mundo – 1) espacio (tela blanca), 2) aire (volumen), 3) luz (llamas), 4) agua y 5) tierra (flores) – y simbolizan la ofrenda del mundo. toda la creación a la Deidad durante la ceremonia arti.

Día 3: Viaje al amanecer por el río Ganges, recorrido por la ciudad de Varanasi y visita a Sarnath -6 de marzo
Después del desayuno, salida para realizar un recorrido turístico. El templo Sankat Mochan, el templo Bharat Mata, el templo Shri Kashi Vishwanath y, finalmente, la Universidad Hindú de Banaras. Si el tiempo lo permite, visitaremos el Templo Durga y el Templo Tulsi Manas.

Por la tarde, continúe su exploración espiritual en Sarnath. Visite Deer Park, donde Gautama Buda dio sus primeras enseñanzas, seguido por el Museo Sarnath para ver los objetos históricos y las esculturas encontradas en el sitio.

Nosotras/ nosotros meditaremos en los templos
"La meditación es la virtud más elevada. La meditación es la principal austeridad. La meditación es la mayor pureza. Por tanto, aficionaos a la meditación".

Día 4: Traslado a Bodhgaya, visita turística de medio día - 7 de marzo

Temprano en la mañana, después de desayunar, nos llevaremos en un viaje por carretera a Bodhgaya. Se necesitan alrededor de 6 horas para llegar a Bodhgaya. Visitaremos el árbol Bodhi, el templo Maha Bodhi, la estatua de Buda y otros. Posteriormente continuaremos visitando otras atracciones que cubren Ram chura, el templo Janki y Sitakund.

Día 5: Bodhgaya - 8 de marzo

Después del desayuno, nos dirigiremos a Gaya, famosa por sus templos únicos. Visitaremos el famoso templo Vishnupad, el templo Vishnu, el templo chino, el templo tibetano, el templo japonés y el río Phalguna.

Día 6: visita a Rajagriha, donde Buda dio el sutra del corazón - 9 de marzo

Rajgir, también conocida como Rajagriha, fue la capital del reino de Magadha en la época de Buda. Fue aquí donde el Buda fue ferozmente atacado por un elefante salvaje llamado Nalagiri. En lugar de huir o responder con agresión, el Buda miró a Nalagiri con ojos amorosos, colocó su mano sobre la cabeza del elefante y dominó su mente salvaje en el acto.

Si bien el Buda y su asamblea de monjes ciertamente pasaron un tiempo en la ciudad de Rajagriha, su mayor importancia radica en su proximidad al Pico del Buitre, una colina rocosa y principal lugar de retiro para el Buda y su séquito. Vulture Peak sirvió como escenario para el segundo giro de la rueda del Dharma de Buda: sus enseñanzas sobre la vacuidad. Aquí, entre otros **sutras Mahayana** sobre la vacuidad, el Buda enseñó el **Sutra del Corazón**, la quintaesencia de los Sutras **Prajñaparamita**. Si bien está estrechamente asociado con **los sutras Mahayana**, a menudo también se hace referencia a Rajagrha en **los suttas Pali**.

Día 7: Bodhgaya-Jaipur - 10 de marzo

Viaje a Jaipur y registro en el hotel. Pasar la noche en el hotel en PINK CITY Jaipur.

• Llegada a Jaipur y alojamiento en hotel. Durante la cena, reunión grupal para compartir las experiencias del viaje interior.

Día 8: Jaipur (Templo del Dios Sol y Dios Elefante Ganesha) - 11 de marzo

Después del desayuno VISITA al Templo del Dios Sol (**Templo de los Monos Galtaji**)
Galtaji es una peregrinación muy sagrada y de gran importancia histórica. El sitio es
consistente en una serie de templos construidos en una estrecha hendidura en la corona de colinas que
rodea Jaipur. Se cree que aquí vivió un santo llamado Galav y practicó la meditación.
y hacer penitencia (Tapasya- Meditar)
• Visitaremos la aldea de los elefantes para conectarnos espiritualmente con el dios **Ganesha**.
elefante. Pase tiempo con elefantes en la aldea de elefantes. al pueblo
Experimentaremos la alimentación de elefantes y pintaremos sobre elefantes de acuerdo con el
cultura ganesh
• Noche en hotel en Jaipur.

Día 9: Bikáner - 12 de marzo

• Después del desayuno nos dirigimos a BIKANER y pasaremos el día visitando la ciudad
• Nos reuniremos con los lugareños para conocer la importancia del turbante en Rajasthan y experimentaremos con la creación del turbante para cada una de las participantes.
• Por la noche cena musical y centro Bikaner y sesión para compartir, con lo más típico
Tradición de la canción Rajasthani

Día 10: Bikaner-Jaisalmer -13 de marzo

• Después de desayunar, salida del hotel en Bikaner y traslado a Jaisalmer. Durante el viaje visitaremos el templo de Karni Mata.
El templo Karni Mata en Deshnok es un importante templo hindú dedicado a Karni Mata. El templo también es un destino popular para turistas y peregrinos y es famoso tanto en la India que a nivel internacional, como el "Templo de los Ratones" debido a los numerosos roedores conocidos como kābā, que los devotos consideran sagrados y tratan con sumo cuidado.
Karni Mata fue la encarnación de Shakti y permaneció célibe.
Visita guiada al templo y meditación allí.
Bienvenida en el hotel y check in en el hotel en Jaisalmer. Satsang vespertino. Cena. Pasaremos la noche en el hotel en Jaisalmer.

Día 11: Retiro en el desierto - 14 de marzo

• Meditación matutina y después del desayuno viaje al DESIERTO. Almuerzo en medio del desierto.
con cantantes folklóricos y sufíes, un grupo musical privado e introducción a los sufíes en el desierto.
• Al atardecer, meditación sufí en el desierto y rituales del festival Holi bajo miles de millones de
estrellas con pernoctación en la ciudad del desierto.

Dia 12 : Jaisalmer - 15 de marzo

• Meditación al amanecer en el desierto. Después del desayuno en el desierto, regresaremos a Jaisalmer.
Celebraciones de Holi con los lugareños y en el templo.
• Por la tarde visita a una granja con charla sobre Ayurveda, sobre el cultivo de
comino y otras semillas en la finca.
• Satsang nocturno y sesión de compartir en el hotel.

Día 13: Templo Jainista y Ciudad de Jaisalmer - 16 de marzo

• Después del desayuno, visita al TEMPLO JAIN.
El jainismo, la religión india, enseña un camino hacia la pureza espiritual y
iluminación a través de la no violencia disciplinada (ahimsa, literalmente “no lastimar”)
hacia todos los seres vivos.
• Visita guiada sobre la religión y la práctica jainista. Participación en celebración de PUJA
la ceremonia sagrada en la que los elementos de la tierra se vierten sobre la estatua para conectarla con el
Mundo con bendiciones, mercado local, recorrido en tuk-tuk y estadía en hotel boutique.

Día 14: Delhi - 17 de marzo

Vuela a Delhi y Delhi- España

INCLUIDO

• 1 reunión pre- viaje en zoom para información logística, qué llevar, introducción a la India, etc. y el estudio de algunos de los lugares que visitaremos

• Itinerario turístico y cultural con guía y explicación detallada.

• Acompañamiento, guía y red de soporte de habla hispana.

• Alojamiento en hoteles de 4-5 estrellas en habitación compartida

• Retiro en el desierto

• Todas las comidas en grupo

• Transporte doméstico

• Clase de yoga, meditación y satsang diario

• Entradas monumentos, museos, templos etc.

• Tarde de música y cultura

• 3 vuelos nacionales

NUEVA DELHI -VARANASI
BODHGAYA - JAIPUR
JAISALMER- DELHI

NO INCLUIDO

• Viaje a India
• Seguro
• visado
• Tasas salida (en caso de existir)
• Propinas y extra personales
• Bebida
• Cualquiera actividad no mencionada o de “ tiempo libre”

CAMINO AL AMOR

PRECIO

Para reservar plaza contactar con silviagopika@gmail.com

Precio Reserva 250€

Precio Early bird hasta 30 de noviembre 2024: 2095€
A partir del 1 de Diciembre 2024 : 2195€

El primer pago del importe 1295€ o 1395€
El segundo pago de 800€ en efectivo a la llegada a India

El precio del viaje a Delhi Agra Delhi con una noche en Agra Serán 180 euros por persona.

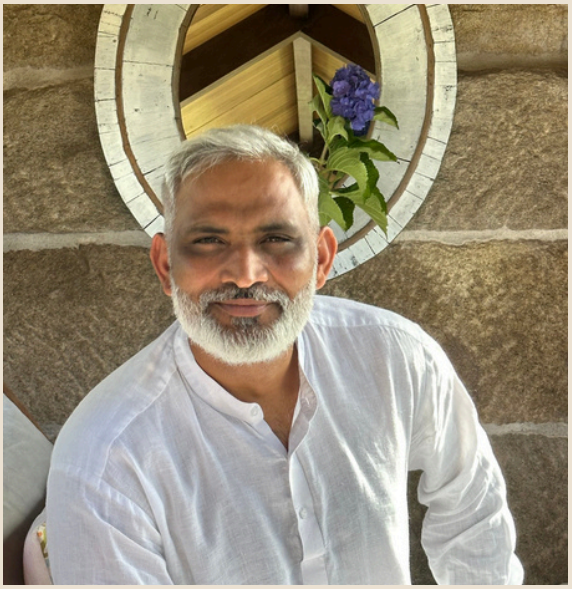
Plazas limitadas

Politicas de cancelación: Los pagos no admiten cancelación a menos de que alguien más ocupe esa plaza. El precio del vuelo interno no será reembolsado una vez comprado.

Contacto para información:
Silvia Gopika : Móvil +34 644 53 92 77
Ashraf: móvil +34 644 65 53 28

ashraf.ali12@gmail.com
silviagopika@gmail.com

Con mucho amor, Asharaph Mystic



“ El mismo centro de tu corazón
es donde comienza la vida,
el lugar más hermoso de la tierra“.
Rumi