



Percorsi sacri dell'India del Sud

Abbiamo ancora il desiderio di incontrarla la nostra meravigliosa Madre India perché possa farci sentire la sua magia, legata a luoghi sacri, a paesaggi evocativi dove il tempo ha corroso in parte la superficie ma ha conservato l'essenza.

Luoghi dove le persone che sono in ricerca, possono ancora trovare l'eco di saggezze e pratiche antiche, farci sentire la connessione profonda con noi stessi e recuperare il benessere del corpo e dell'anima.

Visiteremo degli Ashram creati da grandi Maestri, luoghi dove si respira la vita indiana e passeremo giornate di rigenerazione con trattamenti ayurvedici in un bellissimo resort sul mare.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

Sabato 22 febbraio: Volò per Chennai

Partenza per Chennai da Roma Fiumicino con la compagnia Ethiad. Volò alle ore 21.35, appuntamento per il gruppo alle ore 19.00 presso area Partenze. Scalo a Dubai e proseguimento per Chennai.

Domenica 23 Febbraio: Chennai

Arrivo del volò alle 6.40. Incontro in aeroporto con il nostro accompagnatore. Trasferimento in hotel St. Mary Rain Tree. Riposo e Check-in. Incontro nel pomeriggio per l'apertura del pellegrinaggio e, partenza per la visita della Cattedrale dedicata alle reliquie di San Tommaso. Rientro in hotel. Cena e riposo.

Lunedì 24 Febbraio: Chennai-Kanchipuram-Tiruvannamalai

Dopo colazione, partenza per Kanchipuram (2,5 ore), uno dei templi più sacri e più antichi dedicati a Shiva. Proseguimento per Tiruvannamalai, la città ai piedi del monte sacro Arunachala (3 ore). Arrivo presso Sterling Arunai Anantha Resort, check-in e pranzo. Nel pomeriggio visita all'Ashram di Ramana Maharshi. Cena e riposo.

Martedì e mercoledì 25-26 febbraio: Tiruvannamalai

Durante questo periodo si visiterà quotidianamente l'ashram di Ramana per ascoltare le puje, meditare e seguire gli insegnamenti. Visiteremo inoltre il tempio di l'Arunachaleshwarar- uno dei più sacri templi scivaisti. In questi giorni faremo anche la circumambulazione dell'Arunachala, una pratica spirituale molto potente, un rituale da secoli compiuto da milioni di pellegrini di circa 14 km. Ci sarà inoltre, per chi vorrà, la possibilità di meditare nelle **grotte di Skandashram e Virupakshamol**, in cui Ramana Maharshi rimase per anni, dopo essersi spostato sulla montagna dal tempio di Arunachaleshwar.





Giovedì 27 febbraio: Tiruvannamalai - Auroville

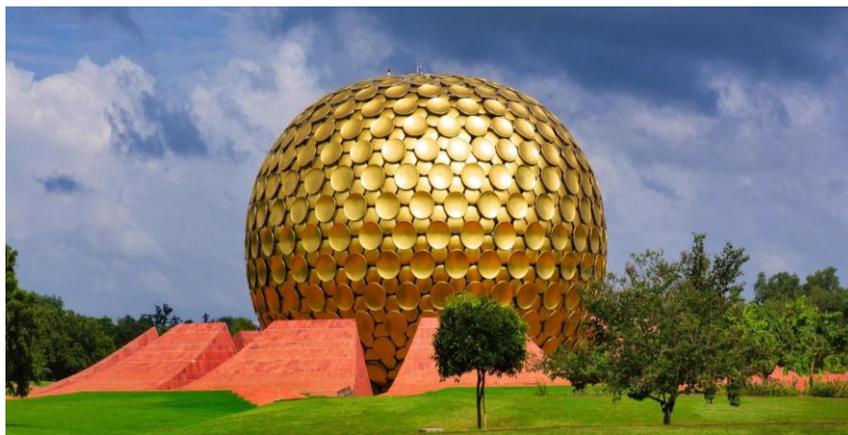
Partenza per Pondicherry. Check-in nel bellissimo resort Le Ponds dove potremo beneficiare della brezza dell'oceano oltre che degli insegnamenti di uno dei più grandi guru spirituali indiani, Sri Aurobindo. Nel pomeriggio, dopo pranzo, visita dell'ashram di Sri Aurobindo e della Madre, la sua compagna spirituale le cui spoglie sono raccolte con quelle del grande maestro, precursore dello Yoga Integrale. A seguire, visita del tempio di Ganesh. Rientro in hotel cena e riposo.

Venerdì 28 febbraio: Auroville

Partenza, dopo colazione, per visitare Auroville, una città nata dietro la grande visione della Madre, la compagna spirituale di Sri Aurobindo, con l'intento di diventare una dimora universale per chiunque desidera vivere in una pacifica comunità internazionale. Cercheremo di incontrare, se disponibile, Ela Thole, uno dei membri più importanti di Auroville da molti anni ed esperta degli insegnamenti dello Yoga Integrale. Intorno alle 17 ritorno a Pondicherry, riposo, cena e pernottamento.

Sabato 1 marzo: Auroville

Colazione presto la mattina e visita dello straordinario Mantrimadir, il globo d'oro costruito dietro la visione della Madre in una geometria spirituale sublime ed unica al mondo. **Obbligo di compilare il link individuale sette giorni prima della visita per aver accesso all'incredibile costruzione spirituale.** Al termine, tempo libero e pranzo libero. Rientro al resort, tempo libero per una passeggiata sulla spiaggia al tramonto, cena davanti l'oceano e riposo.



Domenica 2 marzo: Chidambaram e l'ashram di Saccidananda

Partenza per Chidambaram (2 ore). Speciale cerimonia di preghiera solo per il nostro gruppo in uno dei templi laterali del complesso. Il **Tempio di Chidambaram** è uno dei più antichi complessi di templi dell'India meridionale dedicato a Lord Shiva Nataraja e Lord Govindaraja Perumal.

Pranzo lungo il percorso. Partenza per l'Ashram Shantivanam Saccidananda (3 ore e mezzo), un Ashram cristiano indiano appartenente alla congregazione camaldolese. L'ashram fu fondato da P. Jules Moncharin, P. Henri La Saux (Abhkitshatnanda) e da P. Griffiths. Lo scopo dell'ashram era quello di avviare una via di vita contemplativa basata sulla tradizione del monachesimo cristiano e del sannyasa hindi. Ci immergeremo in un tempo di quiete e di ascolto insieme a Padre Martin che condurrà i nostri incontri con la sua saggezza e fede. Possibilità di seguire la messa, la meditazione notturna e mattutina e di fare del seva, attività di volontariato in cucina. Si ricorda che trattandosi di un ashram le stanze, anche se dotate di bagno e tenute molto pulite, rimangono pur sempre essenziali nello stile.

Lunedì 3 marzo: Madurai

Partenza per Tanjore (2 ore). Visita del Tempio di Brihadeeshwara, patrimonio dell'UNESCO con più di 1000



anni di storia, ad oggi uno dei più grandi templi di Shiva. Pranzo e partenza per la città di Madurai (3 ore). Arrivo, check-in e riposo. Cena e partenza per un evento speciale. Visita in notturna dello straordinario Tempio di Meenakshi Amman e speciale cerimonia. La visita all'evento speciale in notturna del tempio potrà essere spostata il giorno seguente, qualora l'orario di arrivo a Madurai fosse dopo le sei del pomeriggio. Rientro e riposo.

Martedì 4 marzo : Madurai

Partenza per la visita completa del tempio di Meenakshi. Cerimonia privata del gruppo al tempio di Meenakshi: la cerimonia havan (rituale del fuoco eseguito dal sacerdote) per il benessere generale di ogni partecipante e dei propri familiari. Visita del tempio. Al termine, visita della stanza dello zio di Ramana Maharshi, il luogo in cui Bhavagan raggiunse lo stato di Samadhi. All'età di sedici anni, nel 1896, sfidò la morte in questa casa, con un'indagine penetrante sulla fonte del suo essere, esperienza di cui leggeremo insieme i passi salienti. Più tardi acclamato come Bhagavan Sri Ramana Maharshi, rivelò il sentiero diretto della pratica dell'auto-indagine e risvegliò l'umanità all'immenso potere spirituale della sacra collina di Arunachala, considerato il cuore spirituale del mondo. Pranzo semplice locale. Rientro in hotel dopo tempo libero. Cena e pernottamento a Madurai. Possibile visita del tempio in notturna, qualora non fosse stato possibile il giorno precedente.

Mercoledì, giovedì e venerdì 5-6-7 marzo: Resort di cure ayurvediche

Dopo la prima colazione, partenza per un Resort Ayurvedico nei lussureggianti dintorni del Kerala (circa 5,5 ore). Ogni partecipante potrà incontrare un medico ayurvedico e seguire dei trattamenti giornalieri. Possibilità di visitare Trivandrum dietro richiesta del gruppo (non inclusa).

Sabato 8 marzo: partenza

Trasferimento all'aeroporto di Trivandrum nel pomeriggio. Rientro in Italia con volo Ethiad in partenza alle 21,40, scalo a Dubai e proseguimento per Roma.

Domenica 9 marzo: arrivo a Roma

Arrivo a Roma Fiumicino alle ore 5,45.

IL PROGRAMMA POTRÀ SUBIRE VARIAZIONI PER RAGIONI METEO, LOGISTICHE O ALTRE ESIGENZE TECNICHE.

Sarete accompagnati da:



Enrica Bortolazzi. Presidente della Fondazione La Grande Via, laureata al Dams di Bologna, è giornalista e fotografa di reportage, istruttrice di yoga e organizzatrice eclettica di eventi. È autrice de "Il silenzio dell'eremo" e "La danza dei semi stellati" e co-autrice, con il dott. Berrino de "Il Mandala della vita" e de "La Foresta di Perle".



Patrizia De Libero. Ricercatrice spirituale, abbandona la carriera per dedicarsi al viaggio sacro e fonda Kairos Pilgrimages. È insegnante di Yoga e praticante del lignaggio di Sri Pattabhi Jois. Fonda in USA, con padre Guidalberto Bormolini, Everything is Life, scuola di preparazione alla morte. Attualmente sta studiando per diventare psicoterapeuta.



ISCRIZIONI ENTRO IL 27 SETTEMBRE 2024.

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE È DI 3.870€ A PERSONA E COMPRENDE

- volo da Roma per Chennai e da Trivandrum per Roma, classe economica, compagnia Ethiad;
- assicurazione base Europ Assistance Group;
- pernottamenti in camera doppia. Gli hotel possono essere cambiati con hotel di categoria simile in caso di bisogno:
 - 23 Feb: 1 notte, Raintree St Marys, Chennai
 - 24–27 Feb: 3 notti, Sterling Arunai Anantha Resort in Tiruvannamalai
 - 27 Feb-2 Mar: 3 notti, Le Pondy in Pondicherry
 - 2-3 Mar: 1 notte, Saccidananda Ashram, Shantivanam
 - 3-5 Mar: 2 notti, Courtyard by Marriott in Madurai
 - 5-8 Mar: 3 notti, Travancore Heritage in Kovalam

È possibile richiedere la camera singola, al momento della prenotazione, con un supplemento di 820 dollari USA.

- Pasti come indicato di seguito. Tutti i pasti saranno su base fissa: 13 Colazioni (di cui 2 al sacco); 12 Pranzi di cui 8 in hotel, 3 in ristorante, 1 in ashram; 13 Cene in hotel.
- Trasferimenti in bus (AC Categoria simile gran turismo, Volvo Coach 44 sedili) per tutti gli spostamenti previsti da programma. Non sono previsti trasporti durante il soggiorno presso l'Ayurvedic Resort. L'unico trasferimento in pullman sarà dall'Ayurvedic Resort al terminal dei voli in partenza all'aeroporto di Trivandrum.
- Guida esperta in temi spirituali in lingua inglese da Chennai a Madurai. La traduzione in italiano sarà effettuata dal tour leader.
- Visite e accessi ai templi/ashram elencati nel programma
- Una bottiglia di acqua al giorno
- Evento privato Kathakali in Kerala
- Speciale cerimonia di preghiera Havan nel tempio di Madurai
- Cerimonia di preghiera nel tempio laterale di Chidambaram
- Classi di yoga per tutta la durata del viaggio (insegnante Patrizia De Libero)
- Accompagnatore Le Tre Vie/La Grande Via (Enrica Bortolazzi);
- Tour leader Kairos e assistenza (Patrizia De Libero)
- Staff locale di supporto

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- Visti. N.B. passaporto in regola e visti sono sotto la totale responsabilità di ogni partecipante.
- Polizza annullamento viaggio (consultare la propria assicurazione di fiducia prima della stipula del contratto per conoscere costi, tempistiche di sottoscrizione e coperture).



- Eventuale polizza assicurativa sanitaria – bagaglio oltre a quella base inclusa nel pacchetto. Si suggerisce ad ogni partecipante, in considerazione delle condizioni personali, di valutare eventuale polizza supplementare.
- Pasti non menzionati nella voce la quota comprende
- Qualsiasi bevanda da tavola, compresa l'acqua minerale, in qualsiasi luogo. Una bottiglia di acqua inclusa verrà dispensata quotidianamente in bus o altrove e potrà essere utilizzata anche nei pasti.
- Qualsiasi stanza o spazio speciale / esclusivo / privato che potrebbe essere richiesto per qualsiasi meditazione o riunione non prevista.
- Eventuali ingressi a templi/monumenti diversi da quelli indicati nel programma.
- Eventuali mance per autista / personale dell'hotel / facchini, guida, ecc. Verrà indicata una quota prima della partenza.
- Eventuali spese personali.
- Qualsiasi spesa derivante da eventuali modifiche all'itinerario a causa di qualsiasi problema al di fuori del controllo de Le Tre Vie srl o dei suoi uffici associati in India.
- Tutto ciò che non è citato nella voce "La quota comprende".

Informazioni generali

- l'itinerario è indicato per i viaggiatori che sono disposti a rinunciare ad alcuni comfort pur di vivere un'esperienza autentica a contatto con un mondo antico. Per affrontare questo viaggio è richiesto un buono spirito di adattamento;
- al momento dell'iscrizione si ritengono lette e accettate le condizioni indicate in tutta la documentazione contrattuale e nel presente programma;
- il programma potrebbe subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche, per motivi di sicurezza dei partecipanti o per migliorare la fruibilità dei servizi;
- il viaggio sarà effettuato con un minimo di 20 partecipanti;

Documenti

- è necessario il **passaporto**, con validità residua di almeno 6 (sei) mesi al momento dell'arrivo via terra; in caso di richiesta di eVisa (che consente di fare ingresso e reingresso nel Paese esclusivamente per via aerea), il passaporto deve recare una validità residua di almeno 6 (sei) mesi dalla data di presentazione della domanda di visto. Il visto d'ingresso è necessario, in caso di soggiorni di breve periodo (inferiori a 90 giorni) per turismo. Ognuno è responsabile della validità dei propri documenti e dell'ottenimento del visto.
- Il richiedente del **visto** deve accertarsi che **il proprio passaporto abbia almeno sei mesi di validità residua dalla data di entrata in India e due pagine bianche**. All'arrivo i viaggiatori devono inoltre dimostrare di disporre di un biglietto di ritorno e risorse sufficienti a copertura del soggiorno. Questi tipi di visti di breve periodo possono essere rilasciati online (eVisa) facendo richiesta sul sito <http://www.indianvisaonline.gov.in>. Non è comunque possibile usufruire dell'eVisa per i titolari di passaporto diplomatico, di servizio o di laissez-passer. **L'eVisa consente di fare ingresso e reingresso nel Paese esclusivamente per via aerea**. Gli aeroporti da cui è consentito l'ingresso includono Chennai.



Vaccinazioni

In India non sono richieste vaccinazioni obbligatorie. Tuttavia, se desiderate partire più tranquilli, consigliatevi con il vostro medico di famiglia o rivolgetevi all'ASL Medicina dei viaggiatori, su quali vaccinazioni è più prudente fare (potrebbero consigliarvi quelle per Epatite A e B, Tifo, profilassi antimalarica).

Devono presentare un certificato di vaccinazione contro la febbre gialla tutti i viaggiatori provenienti da Paesi a rischio di trasmissione della malattia, in particolare dall'Africa, dall'America Latina, dalla Papuaia e Nuova Guinea: si consulti anche il sito <https://wwwnc.cdc.gov/travel> per indicazioni ed approfondimenti al riguardo.

È consigliata l'osservanza delle regole di igiene elementari.

Per maggiori informazioni www.viaggiare Sicuri.it

Abbigliamento e calzature

- Si raccomanda vivamente un abbigliamento comodo, preferibilmente in cotone, lino o materiali tecnici e scarpe sportive, chiuse e adatte a camminare.
- È necessario uno zainetto piccolo in cui portare il necessario per gli spostamenti quotidiani (K-way, cappellino per il sole, crema solare, occhiali da sole, acqua, repellenti per insetti, ecc). Molto consigliato anche un marsupio.

Cosa portare

- Bagaglio: la scelta del bagaglio è personale. Si può utilizzare il trolley o lo zaino. Il trolley ha il grande vantaggio di avere le ruote, ma lo zaino consente di avere le mani libere. Si invita il partecipante a partire con un bagaglio che sia in grado di gestire da solo.
- Medicinali: ogni partecipante deve essere provvisto dei propri farmaci personali. Se in aereo si ha la necessità di assumere medicinali liquidi, bisogna tenerli nel bagaglio a mano ed informare i funzionari del controllo di sicurezza.

Altre informazioni utili

- **Ambasciata d'Italia a NEW DELHI** 50-E Chandra Gupta Marg New Delhi - Chanakyapuri New Delhi 110021 - Tel. 0091-11-26114355. - Fax .0091-11-26873889 Cellulare per emergenze: +919810158737 - E-mail: ambasciata.newdelhi@esteri.it
- Le temperature nelle zone visitate nel periodo di fine febbraio - marzo sono elevate: minima 25°, massima 34° con media di 29/30°;
- Valuta, cambio, carte di credito, telefono e wifi: seguirà documento specifico in seguito
- Se durante il viaggio si hanno dubbi sui comportamenti da tenere, è opportuno rivolgersi all'accompagnatore o alla guida locale.

Per iscrizioni e informazioni tecniche

letrevieinviaggio@letrevie.it



LE TRE VIE IN VIAGGIO

ORGANIZZAZIONE TECNICA

Le Tre Vie in viaggio di Le Tre Vie srl società benefit

Via Arcivescovo Calabiana 6 – 20139 Milano

CF e P.IVA 03926780986

Tel. 349-4219837

Autorizzazione amministrativa REP_PROV_BS/BS-SUPRO/0033955 del 10/05/2019
Le Tre Vie srl ha stipulato, ai sensi dell'art. 50 del Codice del Turismo (D. Lgs. n. 79 del 23 Maggio 2011): Polizza RC n° 50 30298GV presso SARA-Agenzia Arezzo Arno, Massimale di 2.000.000 €; Garanzia insolvenza fallimento N° 6006002126 – NOBIS compagnia di assicurazioni S.p.A. (centrale operativa 800894123 /+39.039.9890.702).