

Намасте, друзья! Есть приятная новость, как для широкой публики, так и, специально, для тех, кто с нами не первый год и уже слышал о наших волшебных поездках из Гоа в Хампи с Михаилом Огородниковым, человеком который уже 11 лет живет в Индии и по нашему мнению, является экскурсоводом и гидом, одновременно. Его рассказы основаны на глубоком знании истории, религии и обычаев Индии. Вот уже много лет он практикует и преподает Йогу, и идет по пути осознанного понимания жизни, в его рассказах всегда присутствуют смысл и он умеет объяснить, то, что непосвященный человек, не может воспринять, потому, как это не входит в установленные рамки и понятия современной жизни. Мы, с удовольствием, представляем новые путешествия по Гималаям в совместном проекте компании Goa Help ([goahelp.ru](http://goahelp.ru)) и Михаила Огородникова ([zayogu.ru](http://zayogu.ru)).

Многие Индию знают благодаря штату Гоа, но ведь Гоа – это часть португальских колоний, бывших более 500 лет под влиянием европейской католической субкультуры и вернувшихся в лоно мамы Индии, уже в наше историческое время. Поэтому Гоа – еще не совсем Индия... настоящая Индия – это, скорее Гималаи, со времен Македонского не знавшие чужеземных языков завоевателей, разрушительных пожарищ и новейших религий. Сохранив свою аутентичность, «истинные арийцы» вполне дружелюбны. Неслучайно легендарный Рерих, впервые открыв для мира дорогу в Тибет и поведав о тайной Шамбале, сам все же остался вместе с семьей не в ней, а в Химачал Прадеш. Вот мы и предлагаем вам стать участниками нашей современной экспедиции по местам старинных легенд и сказаний, услышать их львиную долю, в пересказе на всем доступном языке, и в режиме динамической медитации увидеть все своими глазами...

### **Центральные Гималаи – Малый Тибет**

Старт намечается из Дели 14 августа 2011 года, вылет из Москвы 13 августа 2011.

#### **День первый – 14.08.2011**

1. Утро, встреча в аэропорту Дели и размещение в гостинице в тибетском районе Маджукатило. Отдых после перелета
2. Выезд в 17.30 на кондиционированном автобусе Volvo в штат Химачал Прадеш

#### **День второй – 15.08.2011**

1. Прибытие в Дхарамсалу (Маклеодганж), размещение в гостинице, завтрак, отдых

#### **Пару слов о Дхарамсале:**

После введения Китаем войск на территорию Тибета, правительство этого мирного государства стало искать прибежища в разных странах, в том числе и в Советском Союзе. Но политика нашей страны в то смутное время была направлена на укрепление соцблока, и, следовательно, на дружбу с социалистическим Китаем. Тибетцам в покровительстве мы отказали, а благородная Индия открыла свои объятия. Так большинство жителей аннексированного Тибета покинули свои родные жилища и основали новые колонии по всему Индостану. Именно в пригороде Дхарамсалы разместилась резиденция Далай Ламы, а вслед за своим лидером, неподалеку (Маклеодганж), обосновалась и вся элита.

2. Осмотр достопримечательностей, акклиматизация

### **День третий – 16.08.2011**

1. Практика Хатха – Йоги, завтрак
2. Посещение резиденции Далай Ламы
3. Обед, отдых
4. Поздней ночью отъезд на джипах в долину Парвати

### **День четвертый – 17.08.2011**

1. Встреча рассвета на озере Ривалсар. Уходящие сумерки откроют нам гигантскую многометровую статую Гуру Падмасамбхавы, любующегося прекрасным утренним видом. Считается, что именно Падмасамхава принес учение Буддизма в труднодоступный, а поэтому уединенный Тибет. Здесь, по дороге в высокогорные Гималаи, когда то останавливался сам Гуру. Буддисты считают это озеро - местом Силы.
2. Завтрак и продолжение переезда
3. Прибытие в долину Парвати, размещение в семейном гест-хаузе
4. Осмотр окрестностей, отдых

### **День пятый – 18.08.2011**

Долина Парвати – одна из самых красивых и, одновременно, самых сильных долин в Больших Гималаях. И не удивительно, ведь именно это место связывают с супругой самого Бога Шивы – прелестной Парвати, ставшей воплощением вселенской энергии Шакти. Если Вы не сильны в именах и терминах, не расстраивайтесь, по дороге, здесь и везде, Вам предстоит услышать, а потом еще и запомнить, множество историй из индийской «мифологии». В том числе и о том, что такое шакти, кто такие дэвы, в чем отличие тантры от безопасного секса и куда все время поднимается кундалини...

1. Йога, завтрак
2. Пеший треккинг вверх по течению реки Парвати к ашраму Сикхов на горячих источниках Маникаран (см. «Сикхизм», рассказы о Гуру Нанак)
3. Обед в культовом городке Касол (см. «Парвати Кволити»)
4. Возвращение в гест-хауз. Романтический вечер у костра

### **День шестой – 19.08.2011**

1. Йога, завтрак, сборы
2. Переезд в долину Кулу
3. Посещение Дома-музея Рерихов (деревня Нагар)

Николай Рерих – русский художник и путешественник, считается первооткрывателем Тибета, многие годы изучал и популяризировал тибетскую культуру, переводил на европейские языки сакральные буддийские тексты. Его жена - Елена Рерих является автором мистического учения Агни – Йога (см. «Агни-Йога»)...

4. Продолжение переезда вверх по долине
5. Размещение в деревне Вашишт (2000 м). Это прародина известного мудреца Риши Вашишта - одного из 7 самых крутых волшебников, когда-либо живших на Земле. Он был наставником у царевича Рамы и его брата Лакшмана (см. «Рамаяна»), его именем названа планета в созвездии Медведицы (см. Индийскую Астрологию) и мощнейший труд по Адвайта-Веданте – «Йога Вашишта»
6. Ознакомление с исторической частью Вашишта
7. Отдых

### **День седьмой – 20.08.2011**

1. Встреча рассвета в горячих источниках
2. Участие в индуистской религиозной церемонии (пуджа)
3. Йога, завтрак
4. Экскурсия по Манали

Когда говорят о Гималаях, то почти всегда первым географическим местом всплывает этот небольшой, но стопудово культовый городок. Тысячелетия назад он был облюбован благородными братьями Пандавами (см. «Махабхарат»), а во времена битников здесь осели хиппаны со всего мира (см. «Манали кволити»).

### **В программе:**

- Посещение одного из старейших деревянных храмов долины Кулу - Хадимба Темпл (уникальный случай побывать в храме, построенном не для богов, а для демонши - см. «Махабхарат»)
  - Посещение современного храма Ману. Ману - один из 7-ых мудрецов, спасшихся в лодке во времена очередного Мирового Потопа и возродивших всех живых тварей. Ману является индуистским аналогом библейского Ноя
  - Обед в оригинальном тибетском ресторане, перенесённом сюда после начала китайской оккупации из бывшей столицы Тибета – Лхасы
  - Посещение тибетской колонии
5. Ужин и отдых в деревне Вашишт

### **День восьмой – 21.08.2011**

1. Горячие источники, йога, завтрак
2. Треккинг по лесу к мистическому водопаду Джогини Фол (2200 м). Практика созерцания 108 радуг
3. По желанию, уникальная возможность посетить тибетского доктора. Диагностика по пульсу

### **День девятый – 22.08.2011**

Свободный день. Отдых

1. Подготовка к переезду в Малый Тибет

## **День десятый – 23.08.2011**

1. Переезд на джипах в Малый Тибет через самые высокие в мире перевалы. Как раз по этому маршруту, не имея карт и современного снаряжения, на лошадях, почти вслепую, когда то продвигалась легендарная экспедиция Рериха...

## **В дороге могут пригодиться заранее припасенные таблетки от «горной болезни»!**

## **День одиннадцатый – 24.08.2011**

1. Приезд в город Лех (3500м), столицу Ладакха, самого высокогорного штата Индии
2. Размещение, обед и отдых
3. Осмотр города

## **День двенадцатый – 25.08.2011**

1. Встреча восхода солнца на белокаменной Ступе «Шанти»
2. Посещение тибетских монастырей
3. Участие в фестивале тибетской культуры
4. Обед и отдых

## **День тринадцатый – 26.08.2011**

1. Посещение самого старого Тибетского храма Ламаюр, место резиденции Далай Ламы в Ладакхе. В этом храме монахи проходят ретрит, который длится 3 года, 3 месяца, 3 недели и 3 дня

## **День четырнадцатый – 27.08.2011**

1. Перелет в Дели
2. Размещение в гостинице
3. Обзорная экскурсия по Дели
4. Шопинг
5. Ночью вылет на Родину. Вы вернетесь в Москву 28 августа, в воскресенье, что очень удобно, есть время прийти в себя перед рабочей неделей и осмыслить увиденное. НИКОМУ В ЭТОТ ДЕНЬ НИЧЕГО НЕ ПЕРЕСКАЗЫВАЙТЕ, потом поймете, почему. Наслаждайтесь сами.....

## **ОМ ШАНТИ ШАНТИ ШАНТИ**

Горы – это горы. То дождь, то солнце. Погода меняется иногда по несколько раз в день, а порой стоит, прекрасная, неделями, будто зацепилась за верхушку самой высокой сосны, и не прогонишь. В общем, очередность программы будем регулировать «по ходу парохода», в строгом согласии со здравым смыслом. Внимательно прочтите страничку о том, что взять с собой в дорогу.