



Viaggio Cultura Natura Spiritualità e Yoga
12 dicembre – 29 dicembre 2018
Viaggio di Natale

INDIA DEL SUD

I templi medievali del Tamil Nadu
La natura tropicale e le homestay del Kerala
L'Ashram di Amma e gli aiuti umanitari



*“Il mio desiderio: ognuno dovrebbe dormire senza paura, almeno per una notte.
Ognuno dovrebbe poter mangiare a sazietà, almeno per un giorno.
E per almeno un giorno non dovrebbe esserci violenza nelle strade”.*

*“My Desire: Everyone in the world should be able to sleep without fear,
at least for one night. Everyone should be able to eat to his fill,
at least for one day. There should be at least one day when hospitals
see no one admitted due to violence”.*

(Amma)

Programma di viaggio 18 giorni

Partenza il 12 dicembre 2018

Questo viaggio è stato pensato per chi desidera scoprire l'India del Sud, i villaggi e le città, i templi e la sua natura tropicale.

Il viaggio vi condurrà anche in tre luoghi famosi di spiritualità dove potrete vivere differenti approcci allo yoga: Tiruvannamalai, Pondicherry e Amritapuri.

La tappa di Amritapuri che ci ospiterà una notte, dedicata alle attività legate all'Ashram di Amma, è indicata per chi ha un interesse profondo per le tematiche spirituali dell'India (Amma dovrebbe essere all'ashram).

I pernottamenti saranno previsti all'interno dell'Ashram e non comportano alcuna spesa se non sotto forma di donazione.



Viaggio ideato e accompagnato da Federica Gazzano - Spazio Kailash

Durante il viaggio potrete praticare yoga e meditazione con me.



Federica Gazzano, amante dell'avventura, della montagna e del mare, della savana e della giungla, della cultura e dell'arte, inizia a viaggiare nel 1977 in India e nel mondo, sia da sola con zaino in spalla, che per i maggiori tour operator italiani.

Accompagna turisti e viaggiatori in luoghi remoti sin dal 1980.

Apripista per il turismo organizzato in Cina, Tibet, Sud Africa, Yemen.

Innamorata dell'India e dei suoi preziosi gioielli spirituali sin dal suo primo viaggio, pratica yoga e meditazione dal 1978 e insegna dal 2000.

Fonda Spazio Kailash, un luogo virtuale dove si sostiene salute, ricerca interiore e arte.

PROGRAMMA DI VIAGGIO DI MASSIMA

Natale in India questo anno?

Dicembre è alta stagione in questa zona dell'India e il caldo è piacevole.

In 18 giorni visiteremo le città di Chennai, Mahabalipuram e Kancheepuram, Tiruvannamalai, Pondicherry e Auroville, Chidambaram e Tanjore, Karaikudi e Madurai in Tamil Nadu.

Attraverseremo poi le alte montagne dei Ghat, fermandoci tra le piantagioni di té e cardamomo, e assaporeremo un po di fresco e questa magia di salire verso profumi che ricordano le nostre montagne in India!

Scenderemo in Kerala, lo stato delle acque interne e del mare, un mare che ha ospitato le navigazioni di popoli arabi, cinesi e occidentali durante gli scambi commerciali della via della seta fluviale nella rotta per Macao, dove visiteremo la riserva naturale delle backwaters a Alleppey, Kollam e Kochi.

Il viaggio si snoda tra le incredibili città-templi che vi faranno entrare nella storia indiana dal VI secolo ad oggi, verso la prorompente natura del Kerala e gli ashram (luoghi di spiritualità, preghiera e studio).

Conosceremo l'ashram dell'asceta e meditante Ramana Maharshi, dello studioso e filosofo Sri Aurobindo, vivremo l'esperienza della città sperimentale di Auroville fondata da La Mère, e alloggeremo una notte presso l'ashram della maestra spirituale vivente Mata Amritananda Mayi detta Amma, con Amma presente all'ashram.

Esperienze uniche e rare.

Potrete ascoltare i miei racconti di viaggio e le mie intense esperienze di vita in India, praticare yoga e meditazione ove possibile con me: vi accompagnerò con amore in questo viaggio che ho ideato per farvi scoprire l'India, la mia terra elettiva, in sue molteplici sfaccettature anche dal punto di vista spirituale.

Potrete fare esperienza di alloggiare in case private, in hotel tre stelle di tutto rispetto e perfino vivere una notte in un hotel di cinque stelle che appartiene alla gloriosa storia anglo-indiana.

Trattamento pernottamento e prima colazione, ma ci sono anche diversi pasti inclusi!
Il viaggio, per poter visitare tutto ciò in soli 18 giorni, si snoda in pulmino privato e anche un poco in treno....

i voli non sono stati prenotati e non sono inclusi nella quota
PRIMA PRENOTI MENO SPENDI, RICORDA CHE E' ALTA STAGIONE A DICEMBRE!

**Minimo 8 persone da euro 2043,00
10 persone e oltre da euro 1840,00**

**Se siete un gruppetto, una coppia o un single: richiedeteci informazioni
Si tratta di un itinerario con esperienze speciali**

Partenza e arrivo: Milano Malpensa

**informazioni itinerario e prenotazioni:
Federica Gazzano 349.060.9912
info@federicagazzano.it**