

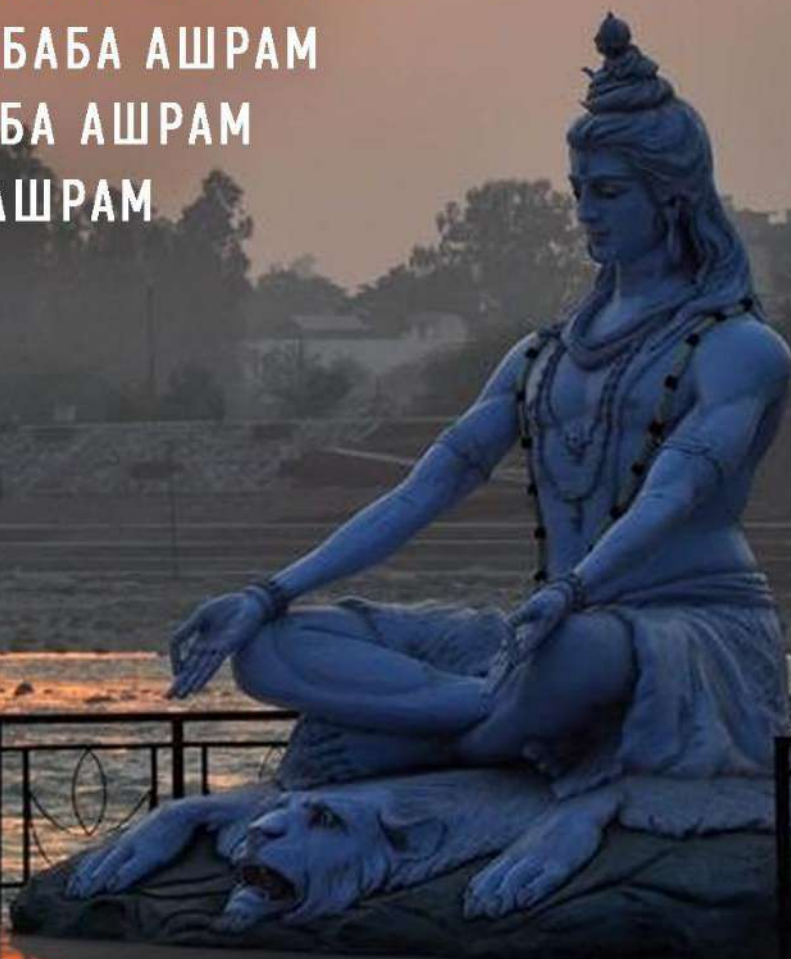


# ПУТЬ ТИШИНЫ. ИНДИЯ ИЗНУТРИ

ЖИЗНЬ В АШРАМАХ, НАПОЛНЕННЫХ ЭНЕРГИЯМИ СВЯТЫХ

14 ДНЕЙ ГЛУБОКОГО ДУХОВНОГО  
И КУЛЬТУРНОГО ПОГРУЖЕНИЯ  
СЕВЕРНАЯ И ЮЖНАЯ ИНДИЯ  
ОТДЫХ НА ОКЕАНЕ

- 🌸 ШИВАНАНДА АШРАМ
- 🌸 АНАНДАМАЯ АШРАМ
- 🌸 ПИЛОТ БАБА АШРАМ
- 🌸 САИ БАБА АШРАМ
- 🌸 АММА АШРАМ



# ИНДИЯ

## Путь тишины. Индия изнутри 14 дней глубокого духовного и культурного погружения

🌍 РИШИКЕШ – ХАРИДВАР – ПУТТАПАРТИ – АМРИТАПУРИ – АЛЛЕПИ 🌍

🌟 14 дней

📅 1 – 14 ноября, 2026г.

Это путь для тех, кто готов идти в глубину и получить нечто большее, чем просто впечатления от красивых мест. Здесь главное — опыт, внутренняя тишина, ответы на вопросы, спокойствие и исцеление души.

Это путешествие к тем, кого в Индии называют святыми.

Ашрам Pilot Baba — пространство тишины и глубокой внутренней работы.

Ашрам Anandamayī Ma — место чистого присутствия и покоя, связанное с одной из самых почитаемых святых Индии.

Саи Баба в Путтапарти — пространство, где ответы приходят не словами, а изнутри.

Амма в Амритапури — опыт любви, принятия и мягкого исцеления души.

И в завершение — океан Керала, где всё, что пережито, мягко укладывается внутри и остаётся с тобой.

### Маршрут:

- 🚩 **Ришикеш** - Духовный центр йоги. Шивананда и Парамат Никитан ашрам.
- 🚩 **Харидвар** – Ворота в Гималаи, центр паломничества на севере Индии. Пайлот Баба, Анандамайя ашрам.
- 🚩 **Путтапарти** – Центр духовной энергии, связанный со святым Сатья Саи Бабой
- 🚩 **Амритапури** – сердце глобальной духовной и гуманитарной общины Аммы
- 🚩 **Аллепи** – место отдыха, живописный город в штате Керала известный своей сложной сетью каналов, заводей, пляжей и лагун, часто именуемая «Венецией Востока»

Жизнь в ашрамах, это путешествие не для тех, кто хочет увидеть роскошную и дорогую Индию, а для тех, кто ищет глубину и внутренние ответы.

## Программа тура по дням:\*

\* Организаторы оставляют за собой право вносить некоторые изменения в план посещения достопримечательностей, в зависимости от погоды и др. ситуаций. Будем двигаться в потоке, но осознано и по его лучшей стороне.

✅ Дорогие путешественники! Наши туры - это погружение в страну, ее жизнь и историю. Они отличаются от размеренного, комфортного европейского отдыха. Индия - это особая страна. Внешний, материальный комфорт здесь отступает на задний план, здесь нищета соседствует с великолепием и это все тут не главное. Есть что-то необъяснимое, чем "цепляет" эта удивительная страна, которая открывается тому, кто открывает ей свое сердце. Поэтому, если вы хотите увидеть, как сейчас живет Индия, приобщиться к самобытной культуре Индостана, то добро пожаловать в нашу команду!

### День первый (1.11). Прилет в Дели, встреча, переезд в Ришикеш, заселение, отдых

Прилет в Дели и трансфер на такси в Ришикеш — мировую столицу йоги, место, где веками практиковали йоги, риши и духовные учителя. Здесь на берегах Ганги сформировалась живая традиция йоги, которая до сих пор передаётся от учителя к ученику.

Заселение в отель, прогулка по городу: улочки, храмы, первые встречи с Индией.

Вечером — Ганга-Аарти: огонь, мантры, благовония и состояние общего присутствия.

🌀 Духовный опыт: ощущение, что внутренний ритм замедляется, появляется тишина и наблюдение.



## День второй (2.11). Ришикеш, пуджа, йога и прогулка

Пуджа с брамином — настройка пространства и сознания.

Йога с учителем — аутентичная хатха йога с носителем традиций.

Прогулка по значимым местам:

- ✦ Лакшман Джула
- ✦ Тримбакешвар
- ✦ Гхаты Ганги
- ✦ Шивананда ашрам

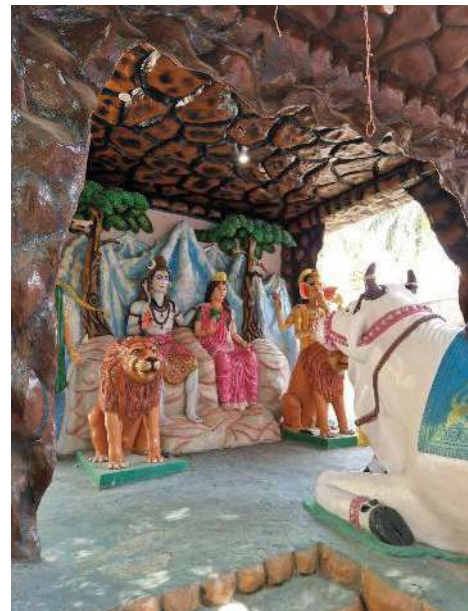
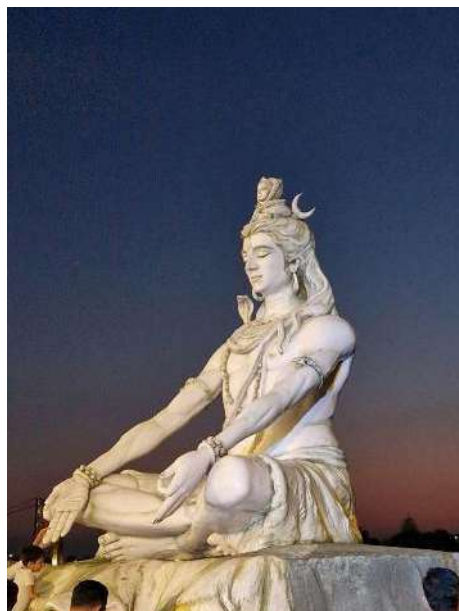
🌀 Духовный опыт: появляется состояние присутствия — внимание возвращается в тело и дыхание.

## День третий (3.11). Переезд в Харидвар → Ашрам Пайлот Бабы

Переезд в Харидвар. Этот город называют — «Врата Бога», один из древнейших священных городов Индии, где Ганга выходит на равнину и где совершаются омовения и ритуалы очищения.

Заселение в ашрам Пайлот Бабы, знакомство с пространством.

🌀 Духовный опыт: мягкое раскрытие сердца, ощущение покоя и присутствия «здесь и сейчас».



## День четвертый - пятый (4-5.11). Харидвар. Жизнь в ашраме

Жизнь в ашраме Пайлот Бабы

Погружение в ритм ашрама: медитации, мантры, прогулки.

Пайлот Баба — известный индийский мастер, прошедший путь от военного лётчика до йогина. Его считают святым за глубокие медитативные реализации и способность передавать состояние тишины ученикам.

Посещение ашрама Ананда Маи Ма — одной из самых почитаемых святых Индии XX века. Её считали воплощением божественной радости и чистоты сознания. Она не давала формальных учений, но своим присутствием погружала людей в состояние тишины и внутреннего покоя.

🌀 Духовный опыт: ум замедляется, появляется ясность и внутренняя устойчивость. Практики, тишина, наблюдение, исчезает внутренний шум, появляется ощущение простоты и ясности.

## День шестой (06.11). Харидвар → Дехрадун → Бангалор → Ашрам Саи Бабы

Перелёт и заселение в ашрам.

Саи Баба (Шри Сатья Саи Баба) — один из самых известных духовных учителей Индии XX века. Его почитают как аватара, воплощение божественного. Он учил любви, служению и единству всех религий. Тысячи людей приезжают сюда, чтобы почувствовать эту энергию.

🌀 Духовный опыт: ощущение глубокой защищённости и доверия к жизни.



## День седьмой - восьмой (07-08.11). Жизнь в ашраме Саи Бабы.

Путтапарти — первое знакомство. Экскурсии по значимым местам

✦ Старый Мандир ✦ Храм Субраманьям ✦ Храм Ширди Саи Бабы ✦ Вата Врикшам (дерево медитации) ✦ Место рождения Саи Бабы ✦ Храм Ганеши ✦ Искусственный водопад ✦ Сад Иисуса ✦ Храм Ханумана

✦ Музей Чайтанья Джёти ✦ Храм Даттатреи ✦ Дерево Бодхи ✦ Храм Венугопала ✦ Космический театр ✦ Розовый кварц (место медитации) ✦ Храм Гаятри и другие

🌀 Духовный опыт: концентрация, тишина, ощущение силы и поддержки, асширение восприятия, ощущение связи с чем-то большим.



## День девятый (9.11). Переезд Бангалор → Тривандрум → Амритапури

Переезд в ашрам. Амма (Мата Амританандамайи) — духовная учительница, известная во всём мире как «обнимающая святая». Её даршан — это объятие, через которое тысячи людей ощущают любовь, принятие и внутреннее исцеление. Люди стоят часами в очереди ради этого опыта.

🌀 Духовный опыт: глубокое чувство принятия и внутреннего тепла.

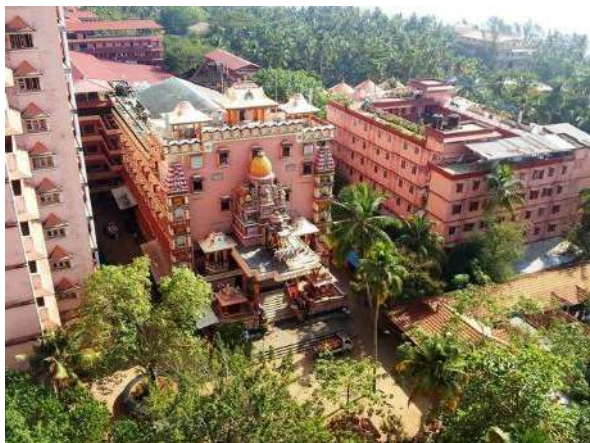
## День десятый - одиннадцатый (10-11.11). Жизнь в ашраме Обнимающей Аммы

Посещение Храма Кали — мощного символа трансформации.

Кали разрушает иллюзии, страхи и ограничения, освобождая пространство для нового.

Утренняя медитация в храме Кали, киртан, карма йога, вечерняя медитация на берегу океана.

🌀 Духовный опыт: отпускание старого, очищение, внутренняя сила, мягкость, открытость, спокойствие.



## День двенадцатый - тринадцатый (12-13.11). Аллепи

Утренняя практика йоги, океан, отдых, пространство свободы, шопинг

Свежие фрукты, соки, локальная кухня.

Прогулка по бэквотерс - круиз на традиционной лодке (Пальмы, рисовые поля, жизнь местных жителей, медитация в движении)

🌀 Духовный опыт: ощущение бесконечности и лёгкости.



## День 14 (14.11). Завершение путешествия. Трансфер в аэропорт

Прощание с океаном, совместный завтрак, возвращение с внутренней тишиной, ясностью и новым восприятием жизни.

🌀 Духовный опыт: ощущение бесконечности и лёгкости.



**Возвращаемся домой! Наше путешествие не заканчивается, ведь эта страна теперь уже навсегда останется в памяти и сердце.**



## ✓ Стоимость тура: 1700 долларов

По вашему желанию, вы можете прилететь раньше, либо задержаться на несколько дней продлив свой отдых на берегу океана. Обращайтесь к нам за советом!

### Включено:

- ✓ проживание (13 ночей);
- ✓ все переезды по Индии;
- ✓ внутренний перелет Деградун - Бангалор;
- ✓ внутренний перелет Бангалор - Тривандрум;
- ✓ услуги профессионального гида и переводчика;
- ✓ встреча в аэропорту и обратный трансфер;
- ✓ беседы о культуре и традициях Индии от тех, кто много лет живет в этой стране;

### Не включено:

- ✓ перелеты до Дели и обратно из аэропорта Тривандрум или Кочин (от 50 000 р.);
- ✓ оформление визы (бесплатно на месяц);
- ✓ медицинская страховка (по желанию);
- ✓ аюрведические услуги и массажи;
- ✓ питание (от 900 руб. в сутки);
- ✓ оплата входа при посещении некоторых туристических достопримечательностей, где требуется

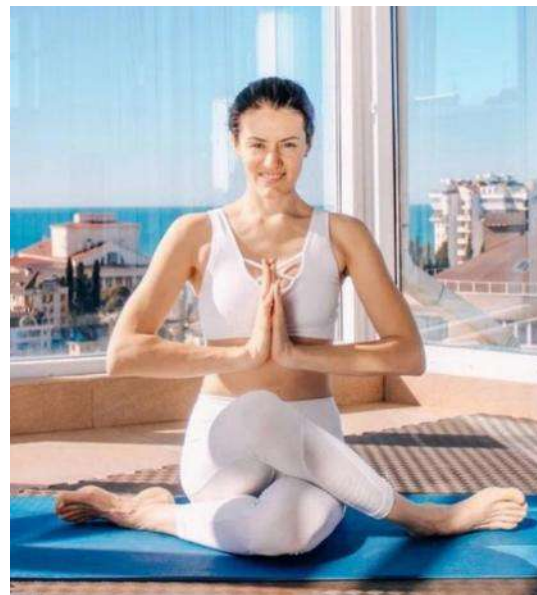
**Курс индийского рупия: 1 доллар ≈ 90 рупий**

## 🌀 Вместе с вами будут путешествовать 🌀 :

### **Любовь Фоссунг — организатор туров, преподаватель йоги, медитаций, психолог**

Преподаю йогу уже более 7 лет. Мой приоритет – безопасность и эффективность. Индивидуальный подход и привязанность к традициям. Йога – это не только асаны (физическая часть йоги, упражнения), это намного больше.

И где как не в Индии заниматься йогой? Открывая для себя новые горизонты, удивительные места, погружаясь в самобытную культуру Индии, прежде всего вы познакомитесь с собой и встретите свою духовную часть.



### **Сысоев Павел (организатор, инструктор)**

Путешественник со стажем. Наша главная невозмутимая опора во всех путешествиях! Был во многих странах мира. Много лет путешествует по Индии, хорошо знает и любит эту страну. На протяжении многих лет разрабатывает интересные маршруты по Индии и проводит туры. Организатор йога-курсов и семинаров.

Каждая поездка для меня - это открытие. Путешествия меняют нас, помогают нам расти и развиваться. Любимая, неповторимая, самобытная, сказочная Индия!

## **КОНТАКТЫ ДЛЯ СВЯЗИ:**

✉ e-mail: [omshantiomyoga@ya.ru](mailto:omshantiomyoga@ya.ru)

✉ 📞 тел./WhatsApp: +7 (928) 448-27-91 (Любовь)

✉ 📞 тел./WhatsApp: +7 (928) 233-00-20 (Павел)



<https://omshantiomyoga.ru/travel>

**Д о в с т р е ч и в И н д и и !**