

AMANA JORNADAS E MARCO SCHULTZ APRESENTAM

# ÍNDIA

## PEREGRINAÇÃO E AUTOCONHECIMENTO

PARTE NORTE (01/02 A 09/02)





# PROGRAMAÇÃO RESUMIDA

# ROTEIRO NORTE

**01/02**

## INÍCIO DA JORNADA

Saída do Brasil  
ou  
Final do Roteiro Sul



**02/02**

## DELHI

Chegada em Delhi  
City Tour



**03/02**

## DELHI

Meditação e Roda de Abertura  
Lotus Temple  
Akshardham  
Swami Narayan  
Gurudwara Bangla Sahib

**04/02**

## DELHI - RISHIKESH

Trem para Haridwar  
Transporte para Rishikesh

**05/02**

## RISHIKESH

Práticas Matinais de Yoga  
Meditações  
Ensinos e Satsangs com Marco  
Peregrinação a Templos



06/02

**RISHIKESH - HARIDWAR - RISHIKESH**

Puja no Ashram de Sri Ma Anandamayi  
Almoço às margens do Ganges  
Templo Dedicado à Hanuman  
Visita à Antiga Caverna



07/02

**RISHIKESH**

Práticas Matinais de Yoga  
Meditações  
Ensinos e Satsangs com Marco  
Peregrinação a Templos

08/02

**RISHIKESH - DELHI**

Manhã Livre  
Voo de Dehra Dun para Delhi



09/02

**DELHI - BRASIL**  
Retorno para Casa





# PROGRAMAÇÃO DETALHADA

## DIA 0 - 01 DE FEVEREIRO (SÁBADO)

Saída de São Paulo dia 31 de Janeiro ou 01 de Fevereiro (dependendo da escala) para chegada em Delhi no dia 02 de Fevereiro.

Quem participou do roteiro Índia Sul, chega em Delhi no dia 01 de Fevereiro.

## DIA 1 - 02 DE FEVEREIRO (DOMINGO)

### Delhi

Chegada em Delhi e traslado ao hotel. Após uma pausa para descanso e almoço, seguiremos para um breve passeio turístico com guia local, aproveitando para aclimatar e regular o “jet-lag” da viagem.

Visitaremos o Qutab Minar, um histórico minarete muçulmano na parte antiga da cidade, assim como vários monumentos, como o Índia Gate, da capital deste país tão surpreendente.

No final do passeio, visitaremos um mercado de rua para sentirmos a atmosfera e a cultura local. Retorno ao hotel para uma importante noite de sono restaurativo.



## DIA 2 - 03 DE FEVEREIRO (SEGUNDA-FEIRA)

### Delhi

Na parte da manhã, meditação e encontro com Marco, que trará a orientação e o propósito desta verdadeira viagem de peregrinação.

Café da manhã no hotel e, em seguida, partimos para a visita do Lotus Temple, uma maravilha arquitetônica incomparável, símbolo de unidade e inclusão, e uma das principais atrações turísticas da cidade. Ao contrário da maioria dos outros locais religiosos, este templo ou Casa de Adoração Bahai não permite cerimônias ritualísticas, apenas a partilha do silêncio e da oração contemplativa.

Seguiremos, então, para Akshardham, magnífico templo dedicado à cultura védica e a Swami Narayan, construído em tempos recentes por 11.000 artesãos e voluntários devotos.

Após o almoço, visitaremos o memorial dedicado ao líder pacifista indiano Mahatma Gandhi, chamado Raj Ghat.

Concluiremos o dia conhecendo o Gurudwara Bangla Sahib, o mais proeminente local de culto da tradição Sikh em Délhi.

Ensinamentos com Marco ao longo do dia.

## DIA 3 - 04 DE FEVEREIRO (TERÇA-FEIRA)

Delhi -> Rishikesh

Translado para a notável estação ferroviária de Nova Délhi para embarcarmos em direção a Haridwar. Viajar de trem na Índia é uma aventura singular e inusitada.

Na chegada, transporte para Rishikesh, considerada a capital mundial do Yoga, situada às margens do sagrado Rio Ganges, aos pés do Himalaia. Há muitos anos, milhares de indianos e estrangeiros procuram a tranquilidade e a auspiciosidade deste local em busca dos inúmeros ashrams para fazer cursos de yoga, retiros de meditação e também para estudar a filosofia védica.

Devido ao caráter dinâmico da cidade e à grande familiaridade do Marco com o lugar, a programação será ajustada de acordo com os eventos, acontecendo nos dias em que estaremos por lá.

Rishikesh proporciona boas caminhadas, participação em rituais e oferendas às margens do Ganges, além da possibilidade de aulas com professores e monges locais.

Aproveitamos para informar que esse é um local ideal para compras e presentes da Índia para levar de lembrança.



## DIA 4 - 05 DE FEVEREIRO (QUARTA-FEIRA)

### Rishikesh

A programação dos próximos dias será cuidadosamente organizada por Marco e equipe com práticas de Yoga matinais, meditações, ensinamentos e Satsangs, caminhadas, visita a templos, cavernas e ashrams, atividades em grupo, assim como momentos de tempo livre.

## DIA 5 - 06 DE FEVEREIRO (QUINTA-FEIRA)

### Rishikesh

Neste dia, cedo, iremos a Haridwar para participarmos de um puja, um ritual com oferendas direcionadas à Divina Mãe no Ashram de Sri Ma Anandamayi.

Em seguida visitaremos um lindo templo dedicado a Hanuman, deidade que representa o ideal do serviço altruísta e da aspiração devocional na tradição hindu. O local é inspirado no grande mestre de Bhakti Yoga Neem Karoli Baba.

Pela tarde, almoçaremos às margens do rio Ganges e, logo após, visitaremos uma das antigas cavernas da região retratada na mitologia onde viveu um grande sábio.

Restante do dia livre.

## DIA 6 - 07 DE FEVEREIRO (SEXTA-FEIRA)

Rishikesh

A programação será cuidadosamente organizada por Marco e equipe com práticas de Yoga matinais, meditações, ensinamentos e Satsangs, caminhadas, visita a templos, cavernas e ashrams, atividades em grupo, assim como momentos de tempo livre.

## DIA 7 - 08 DE FEVEREIRO (SÁBADO)

Rishikesh -> Delhi

Manhã livre.

Na parte da tarde, traslado ao aeroporto em Dehradun e voo com destino a Delhi.

Transferência direta do aeroporto nacional ao internacional, onde faremos conexão com os voos de retorno ao Brasil.

Para quem tiver optado por fazer extensões complementares ou tiver comprado voo para o dia seguinte, haverá serviço de traslado para um hotel próximo ao aeroporto.

## DIA 8 - 09 DE FEVEREIRO (DOMINGO)

Retorno

Retorno ao Brasil

# PARA MAIS INFORMAÇÕES

Entre em contato diretamente com a equipe da Amana Jornadas, nossa operadora e agência parceira, para fazer sua reserva, esclarecer dúvidas, verificar valores e formas de pagamento.

Nos últimos anos, todas as vagas desta viagem foram preenchidas com meses de antecedência. Recomendamos que sua inscrição seja feita antecipadamente.

WHATSAPP AMANA [+55 11 99762-7781](https://wa.me/5511997627781)

