

KAILASH YATRA

Тибет - Непал

Приглашаем совершить паломничество к священной горе Кайлас с 12 августа по 3 сентября 2012 года.



ॐ **Кайлас** - самое священное место на Земле, «Храм храмов», «Сердце мира», «Ось мироздания», «Драгоценная снежная гора». Кайлас обитель самого бога **Шивы**, с благословения которого происходят все виды трансформации, как на физическом, так и на тонком уровне.

Согласно Вишну пуране, Кайлас на физическом плане представляет гору Меру - центр Вселенной, и считается энергетически самым сильным местом на Земле. Как гигантская пирамида, точно сориентированная по сторонам света, гора величественно и неоспоримо возвышается над своим окружением.

Кайлас находится в отдаленной, труднодоступной части Западного Тибета. У Его подножия два озера - живое и мертвое. В районе Кайласа берут начало четыре главных реки Тибета, Индии и Непала. Потоки этих священных рек несут божественную энергию Кайласа во все 4 стороны света.

Кайлас считается священной горой четырех религий: у индуистов, буддистов, джайнистов и бон-по. В тибетских текстах написано, что таинственная страна Шамбала находится на северо-западе от священной горы Кайлас. В писаниях также говорится, что никто и никогда не поднимется на её вершину. Кайлас имеет высоту 6714 м и до сих пор вершина горы Кайлас остаётся непокорённой.

Паломники приходят сюда, чтобы с почтением обойти вокруг Великую гору. Такой обход занимает 3 дня и называется парикрама (санскр.) или кора (тиб.).

ॐ Эта поездка для тех, кто **готов к переменам**. Для трансформации нужна энергия и осознанность, ответы на вопросы **Кто я?** и **Зачем я живу?**

Сейчас, когда сама Земля изменяет свои вибрации, наступает время Великого перехода. Перемены, которые несет 2012 год, уже чувствуют многие. Этот переход каждый должен будет сделать сам, а его возможность зависит от уровня энергии и ясности понимания происходящего.

Поездка на Кайлас может стать самым значимым событием в жизни. Медитация у Кайласа становится глубокой и естественной, происходит понимание истинных ценностей, изменяется состояние сознания и открывается переход на более высокий уровень вибраций.

Священная гора не допускает к себе случайных или корыстных людей. Для этой значимой поездки понадобится чистота души, терпение, ясность намерения и непоколебимое желание достичь горы и совершить кору.

Условия высокогорья - большое испытание для силы духа и здоровья. Кора будет проходить на высоте 4500м, а самое высокое место - перевал Долма Ла на высоте 5630м. Для подготовки организма к испытаниям, за 2-3 месяца начинается прием специальных укрепляющих препаратов, а также буду рекомендовать специальные дыхательные и йогические практики.



☸ Итак, **наш маршрут** в этом году выглядит так: перелет в Непал через Дели, 2 дня на осмотр Катманду и получения благословления на кору в Золотом храме Шивы и у буддистских ступ. Затем 5 дней едем по Тибетскому плато вдоль белоснежных пиков Гималайского хребта через высокогорные перевалы до озера Маносаровар и Кайласа. Омование в озере Маносаровар с живой водой. Обход священной горы по часовой стрелке (53 км) занимает 3 дня. Апогей коры - перевал Долма Ла (5630м), соединяющего две долины - Ямы и Шивы. Обрато в Катманду добираемся за 3 дня. Последние 6 дней мы будем жить в Катманду около самой большой буддийской ступы Боуднатх. Днем свободное время, экскурсии в Бхактапур и Патан - удивительные места в Катманду. Вечером - углубленная практика йоги и философия буддизма с Таней Пивень. Практики и энергетика этого особого места помогут нам начать переваривать полученные на Кайласе энергии. Это очень ценное и значимое время. Каждый день на протяжении всей поездки - занятия хатха-йогой и пранаямой. Основная тема поездки: «Ценность жизни и смерти».

Предполагаемые расходы на поездку: 22 дня - 2000Ls

✓ \$2400 (1250Ls) - все переезды Непал-Тибет, в Катманду 4*отель с завтраком, экскурсии, традиционный непальский ужин с культурной программой, китайская виза в Тибет и разрешение на кору, по пути на Кайлас проживание в гестхаусах и вегетарианское питание, а также все обеспечение трека (носильщики, кухня), практики и занятия йогой.

- ✓ 340 Ls - авиаперелет Рига - Дели - Рига (может меняться!)
- ✓ 150 Ls - авиаперелет Дели - Катманду - Дели (может меняться!)
- ✓ \$40 (20 Ls) - непальская виза (покупается на границе)
- ✓ 45 Ls - транзитная виза в Индию
- ✓ \$375 (195 Ls) - на последние 6 дней в Катманду: проживание в гостинице с завтраком, йога-семинар с Таней Пивень, питание.

Порядок оплаты:

- До 14 апреля - 340 Ls +150 Ls - покупка билетов. Можно покупать самостоятельно.
- До 10 мая - 2000 USD (из суммы \$2400)
- До 25 июля - 45 Ls - Транзитная виза в Индию
- До 6 августа - 400 USD (из суммы \$2400)
- Остальные 415 USD (40+375 USD)- везем с собой!

*Более подробную информацию спрашивайте у меня ☺
Виктория Даракова +37129250994*

Наш маршрут 12.08-3.09.2012

День 1 – 12.08: Вылет из Риги в Дели.

День 2 – 13.08: Перелет из Дели в Катманду. Прибытие в Катманду. Едем в гостиницу, небольшой отдых после перелета. После обеда: получение инициации на Кайласа ятру у ступы Сваямбуднатх. Старый район Тамель, где можно купить недостающее снаряжение.

День 3 – 14.08: Экскурсия по **Катманду**: Золотой храм Шивы Пашупатинатх (за благословлением Шивы) и буддийская ступа Боуднатх – прямой канал с Небом. Традиционный непальский ужин Ням-ням.

День 4 – 15.08: переезд в **Нилям** (3750 м), 150 км. Утром после завтрака покидаем Катманду и начинаем ятру. 10 минутный переход по мосту Дружбы на границе Непала и Тибета. Оформление документов на границе. Ночь в гестхаузе в Ниляме.

День 5 – 16.08: Акклиматизация к высоте. Целый день проведем в Ниляме 3750м. После завтрака небольшая прогулка по окрестностям с видом на снежные вершины.

День 6 – 17.08: Ниялам - Сага (4450м). Первый долгий день переезда (245км) по Тибетскому плато вдоль белоснежных пиков Гималайского хребта через перевал Лалунг Ла (Lalung - La 5050м), мимо озера Пекутсо (PeKu - tso) 4330м, пересечение реки Брахмапутры во второй половине дня, ночь в гестхаузе в Саге.

День 7 – 18.08: Сага - Парьянг (4600м). Переезд по широким долинам 230 км за 7-8часов пути. Типичные тибетские пейзажи вдоль рек, пастбищ, маленьких деревушек, местные жители приглашают выпить тибетского горячего чая с молоком яка. На юге видны заснеженные вершины Гималаев.

День 8 – 19.08: Парьянг - Манасаровар (4558м), 277 км, 8 часов в пути. Целый день передвижение по тибетскому плато, в направлении озера Манасаровар. Вечером будет первая возможность увидеть Кайлаш издали. Ночлег в деревушке неподалеку от озера Манасаровар и древнего монастыря Чиу, связанном с именем Гуру Римпоче Падмасамбхавы.

День 9 – 20.08: Манасаровар - Дарчен (4570м). Священное озеро Манасаровар с живой водой: омовение в озере и специальные практики. Озеро Ракшасатал с мертвой водой: специальные практики. Час езды в Дарчен (40 км) - базовый лагерь для начала коры (парикармы) длиной в 53 км – обход Кайласа по часовой стрелке.

День 10 – 21.08: Первый день Кайлас коры: Дарчен – Дира Пук (5000м), 15км, 7 часов. Это один из самых захватывающих дней: довольно ровная тропа пролегает по долине реки Lhachu, временами может показываться западный склон Кайласа, но есть ощущение, что Великий Шива являет себя везде. Водопады, нерукотворные храмы и почти невидимые монастыри, приютившиеся высоко на скалах. Ночь в гестхаузе.

День 11 – 22.08: Второй день коры: Дира Пук - Зутхул Пук (4800м), 24 км. Самый трудный и самый священный день нашего паломничества. Пересечение перевала Долма Ла (5630м), соединяющего две долины – Ямы и Шивы. Говорят, что за перевалом начинается отсчет «нового времени». В знак очищения и оставления Прошлого, многие оставляют на перевале старые одежды. Люди приносят сюда свои вопросы о смысле жизни и благодарят, тихо садятся, закрывают глаза и предаются медитации. Во второй половине дня начинается спуск: мимо озера Гаури Кунд (озеро Милосердия), в долину Парвати. В конце дня монастырь Зутхул Пук, где находится пещера великого тибетского отшельника Миларепы, который провел здесь много лет. Ночь в гестхаузе.

День 12 – 23.08: Третий день - завершение коры, 14 км. Спуск вдоль восточной стороны Кайласа до Дарчена около 4 часов. Переезд в Хорчу, на другой стороне озера Манасаровар, где находятся горячие источники, смывающие усталость.

День 13 – 24.08: Манасаровар - Сага. Весь день в пути. Ночь в гестхаузе.

День 14 – 25.08: Сага - Ньялам (296км, 7 часов)

День 15 – 26.08: Ньялам - Катманду (150км). К вечеру возвращаемся в Катманду.

День 16-20 – 27.08-1.09: Катманду. Днем свободное время, экскурсии в Бхактапур и Патан. Вечером - углубленная практика йоги и философия буддизма с Таней Пивень. Оставшиеся 6 дней до возвращения будем жить около самой большой буддийской ступы Боуднатх. Это очень ценное и значимое время. Свободное время, практики и энергетика этого особого места помогут нам начать переваривать полученное на Кайласе.

День 21– 2.09: В аэропорт Катманду, перелет в **Дели**.

По прибытию небольшая экскурсия по Дели и отдых в отеле.

День 22 – 3.09: Рано утром вылет из Дели в **Ригу**, к обеду дома!

