

DEL 5 AL 16 DE SEPTIEMBRE DE 2026

TU VIAJE A INDIA

RISHIKESH Y VARANASI



GAṄGĀLAHARĪ
गङ्गालहरी



गङ्गालहरी

Gaṅgālaharī es el título de un poema escrito por Jagannātha Paṇḍita en el siglo XVII. Es un elogio a las olas y al flujo del Ganges, no solo en su aspecto físico, si no en un aspecto mucho más sutil. Es el flujo del Ganges, el que yo, nunca quiero abandonar, aunque a veces me encuentre con las contradicciones naturales, esas mismas que generan los encuentros del viento con sus aguas.

Diseñar una experiencia que nunca deje de seguir al Ganges significa, que sea el que sea, en el momento en el que te encuentras, siempre tienes da la oportunidad de escucharte. Seguir su movimiento bajo su protección y por qué no, bajo sus bendiciones es para mí la garantía de sentir ese abrazo profundo, el de uno mismo, que es lo que añoro encontrar muy a menudo.





न मे त्राता करो मे सुकृतमथ दीनो वसुधाम्
क्लिष्टो भिषगुणस्य क्षितिधरमथोदारमथा
तृष्णार्तः सुधासागरः खलु शिशुरहं मातृकृपे
यथा तथा सलीलं कुरु भगवति गङ्गे नमस्ते ॥२४॥

na me trātā karo me sukṛtamanatha dīno vasundhām
kliṣṭo bhiṣag guṇasya kṣitidharamanatha odāramanatha
tṛṣṇārtah sudhāsāgarah khalu śísuraham mātṛkrpe
yathā tathā salīlam kuru bhagavati gaṅge namaste ॥24॥

Yo no tengo guardián, y tú eres el refugio.
Yo he perdido el camino, y tú eres la brújula que me llama.
Yo soy la herida, y tú eres la medicina que sana.
Yo soy lo pequeño, y tú sostienes los mundos.
Yo tengo sed de lo eterno, y tú eres el océano infinito.
Yo soy como un niño que necesita ser guiado,
y tú, Ganga sagrada, eres la madre que comprende.
Hazlo como consideres justo,
con la gracia de tu fluir constante.
En ti deposito mi confianza, en tu abrazo profundo.
¡Ganga, madre, yo me entrego a ti!





¿Con quién viajas?

Desde pequeña ya soñaba con países lejanos, y montañas imposibles, y poco a poco la curiosidad me llevó a viajar mucho hasta que conocí India y Nepal.

En 2013 asistí a mi primera clase de Yoga y desde entonces empecé a estudiar con grandes maestros tanto de India como de occidente, sánscrito, vedānta , textos clásicos y filosofía, canto védico, mantras, ayurveda.

En 2019 viajé a India sola por primera vez y empezó mi formación en India y ya nunca terminó. Desde entonces he perdido la cuenta de las veces que he vuelto y de los meses que he pasado allí. Desde septiembre de 2022 he estado acompañando a personas a descubrir lo que a mí me cambió la vida.

Shiva Ghildiyal y yo nos conocemos desde entonces, todo este tiempo hemos estado trabajando juntos compartiendo la tradición védica, entre otras muchas cosas la astrología.

Él es un maestro versado en los Veda y astrólogo védico. De su mano aprenderemos mitología y filosofía, nos enseñará a hacer pequeñas ofrendas y pujas en casa, nos acercará a los mantras y entenderemos el por qué de los rituales, de las historias de divinidades y lugares de los que tanto escuchamos hablar. Tener a alguien como él con nosotras es un lujo.



¿Este viaje es para ti?

No hace falta saber de yoga, meditación o de la India para unirse a este viaje. Si es tu primera vez, o incluso si ya has estado, vas a vivir algo muy distinto: una experiencia que te conecta con la vida cotidiana del país, con su gente y su ritmo real.

Es un viaje para quienes quieren mirar más allá de lo turístico, aportar de forma consciente y dejarse transformar por lo que descubren. Si te mueven la curiosidad, las preguntas, y las ganas de salir de lo conocido, este camino es para ti. No hay requisitos, solo la voluntad de vivirlo todo con el corazón abierto.





RISHIKESH

Rishikesh porque es la cuna del Yoga, grandes maestros han estado desde hace años enseñando y practicando aquí desde tiempos ancestrales y esa energía, aún se mantiene en esta ciudad. Con el sagrado Ganges al alcance, para bañarte y purificarte, con las montañas de los Himalayas al horizonte, y alojándote en un barrio tranquilo, donde el segundo día, los locales te saludarán como a cualquier vecino. Es una lugar perfecto para que pueda presentaros a mis amigos y familia, a los que han sido mis profesores y todos esos lugares y rituales que a mí me robaron el corazón. Es una ciudad segura, amable y fácil en la que puedes disfrutar de la locura de India o de la calma de la Madre Ganga y sus montañas.



VARANASI

Varanasi es una ciudad más intensa, donde la esencia de India se siente en cada rincón. En los ghats, en el mismo río Ganges, en las calles estrechas y mercados, en los templos escondidos y en las ceremonias alrededor de este río sagrado. Kashi o Varanasi es bien conocida por ser aquella ciudad, donde hay un fuego que nunca se apaga, la ciudad del Dios Shiva, donde se mezclan la vida más colorida y los rituales funerarios que harán que veas la vida de otra forma. Esta ciudad para mi fue un reto para todos mis sentidos y sobre todo, para mi mente. Los atardeceres y los amaneceres en este lado del mundo, te dejarán sin aliento, es una promesa.

Es una ciudad que me dejó una marca para siempre y es mi gratitud lo que hace que quiera compartirla con vosotros.



YAJÑA Y PŪJĀ

Las ceremonias de este tipo son actos de "sacrificio" donde ofrecemos a lo Absoluto, nuestra fe, y le damos de vuelta todo aquello que nos ofrece la vida. En definitiva, confiamos y reconocemos que somos una parte pequeña de algo mucho más grande.



CLASES DE YOGA

Las clases de este viaje están pensadas para que cualquier persona haya practicado algo o no pueda hacer Yoga de forma tradicional. Tanto en el Yoga Hall de nuestro hotel como a orillas del río Ganges, donde también haremos meditaciones muy especiales.



VISITAREMOS UN PROYECTO SOCIAL

Una parte del precio del viaje, va destinada siempre a un proyecto local. Visitaremos la organización, colaboraremos y podremos ayudar a una bonita causa en una de las dos ciudades.



GANGA AARTI

La ceremonia del Ganga Aarti es una de las ceremonias más especiales y bellas de la tradición hindú. La disfrutaremos desde los tres lugares más especiales en las dos ciudades. Sin duda será una de las experiencias que más disfrutaremos dejándonos envolver por la música, el fuego, las ofrendas florales y la magia del momento.



TEMPLO KUNJAPURI

Está situado a unos 1600 metros en el monte Kunjapuri y es uno de los 51 templos dedicados a Shakti. Ahí sabremos por qué es un lugar tan importante y qué ocurrió en ese lugar para que miles de personas lo visiten cada año. Ver el amanecer desde el templo y poder observar las maravillosas vistas panorámicas de los Himalayas que ofrece este mágico lugar no tiene precio.



ASHRAM DE LOS BEATLES

Los Beatles, dirigidos por George Harrison, junto con sus esposas y novias llegaron al ashram de Rishikesh en 1968, buscando la guía espiritual del Yogui Maharishi Mahesh. La antigua sala de conferencias se ha convertido en un proyecto artístico llamado la "Catedral de los Beatles". La sala alberga el testimonio de los Beatles alojados en el ashram con las letras y los dibujos de la banda pintados por todas las paredes.



TEMPLO NEELKANTH

Un trekking por el parque natural nos llevará a uno de los templos más especiales de Rishikesh y alrededores. Es un punto clave de la mitología hindú. Un lugar para mí, francamente especial.



PASEOS MERCADO

Pasearse por el mercado es muy, muy loco. Sonrisas, gente que te llama, regateos, vacas, perros, motos, gente que te pide hacerse fotos contigo y un sin fin de cosas que te dejarán el mejor cansancio del mundo. Es de las cosas más divertidas de India, los mercados.



BAÑOS DE SONIDO

Tendremos una clase de terapia de sonido o un baño de sonido de Kalyan ji, que siempre nos acompaña en nuestros viajes, con sus instrumentos y su vibración. Es un experto en el uso terapéutico del sonido.



VISITA GURUKULAM

Visitaremos una escuela tradicional védica, conoceremos a los estudiantes y la forma de educación y aprendizaje tradicional.





En tu tiempo libre, entre otras cosas...



PASEAR POR LOS
GHATS DE VARANASI



DARTE UN MASAJE
AYURVEDICO



DISFRUTAR DE
REGATEAR EN EL
MERCADO



PROBAR LOS MEJORS
LASSI DEL MUNDO



OBSERVAR A TU
ALREDEDOR, SIN MÁS



DESCUBRIR RINCONES
DE CADA CIUDAD



DARTE UN PASEO EN
BARCA POR EL GANGES



1.300€

QUÉ INCLUYE

- Alojamiento desde el 5 al 16.
- Si quieres llegar antes de ese día puedo gestionar tu estancia (solo tendrás que pagar el coste de las noches extra) yo te ayudo encantada.
- Desayuno, comida y cena vegetariana en Rishikesh
- Desayunos en Varanasi
- Acceso a Wifi en el hotel
- Clases diarias de Yoga y meditación
- Traducción de todo lo que ocurra
- Ceremonias y rituales.
- Guía y explicaciones de cada visita.
- Desplazamientos en nuestras actividades, en tuc-tuc u otros medios de transporte dentro de la ciudad.
- Transporte de Rishikesh a Varanasi





- Las habitaciones en Rishikesh son individuales con baño personal. Ahí tendrás wifi y agua filtrada cuando quieras.
- La comida durante todo el viaje será vegetariana. Si tienes alguna condición alimentaria, intolerancias, alergias o demás, avísame cuando hagas tu reserva porque lo tendremos en cuenta a la hora de plantear el menú.
- Por otro, pasaremos una noche en tren nocturno, por lo que ese día no habrá cena. Podrás comprar lo que quieras, algunos snacks y lo que quieras beber para esa noche.
- Las noches en Varanasi (3) serán en habitaciones compartidas. Aquí están incluidos solo los desayunos





QUÉ NO INCLUYE

- **Los vuelos.** Pero te ayudaré a sacarlos si lo necesitas, haremos un grupo de Whatsapp para poneros en contacto con otros compañeros de viaje por si no quieres volar sola.
- **Visado** para la entrada a India
- **Gastos personales** durante el viaje.
- **Seguro de viaje** o accidente que es obligatorio.
- Comidas y cenas en Varanasi
- Entrada al Ashram de los Beatles

El viaje terminará en Varanasi, así que el vuelo de vuelta, recuerda, que es desde esa ciudad.





QUÉ NECESITAS

Una vez te hayas decidido te pasaré un pdf con un listado de cosas que necesitarás. Nada especial, pero así puedes hacerte la maleta sabiendo que no se te va a olvidar nada.

NO TE ABRUMES, ES MÁS FÁCIL DE LO QUE PARECE:

- **PASAPORTE:** No te olvides del pasaporte, iháztelo o renuévalo antes de viajar! Revisa la fecha de caducidad.
- **VISADO:** Se hace de forma online unas semanas antes de viajar
- **SEGURO DE VIAJE:** Si dispones de un seguro privado quizá te cubra de forma internacional.



PASO A PASO:

- PASAPORTE: Si no lo tienes, es lo primero que necesitas.
- BILLETE DE AVIÓN: Podéis escoger el vuelo que queráis. El día 27 por la mañana empieza la ceremonia de apertura. El último día después del desayuno daremos por terminado el viaje. Tendremos un grupo de whatsapp para poder hablar de los vuelos y combinaciones no tengas miedo de nada.
- SEGURO DE VIAJE: El seguro de viaje es obligatorio. Puede que tengas ya una póliza que te cubra de forma internacional, si no, te dejo dos enlaces que puedes clicar, en los que también **tienes un descuento** si decides hacerte un seguro:
 1. [lati estándar](#)
 2. [lati básico](#)



CÓMO LLEGAR

El vuelo es a Delhi, al Aeropuerto Internacional Indira Gandhi. Desde ahí tienes dos opciones.

- La primera es coger un vuelo doméstico de Delhi a Dehradun. De ahí si quieres, te recogemos con un taxi sin complicaciones que os llevará al hotel directamente.
- La segunda opción y la más popular es un taxi/coche desde Delhi a Rishikesh, el precio es prácticamente es mismo con la diferencia de que se puede compartir (tarda unas 5 horas).



5

- CEREMONIA DE APERTURA
- TIEMPO LIBRE
- GANGA AARTI PARMARTH NIKETAN

6

- TEMPLO DE NEELKANTH
- TIEMPO LIBRE
- YOGA

7

- YOGA
- ASHRAM DE LOS BEATLES
- TIEMPO LIBRE
- SATSANG NAVARATRI

8

- YOGA
- GURUKULAM
- TIEMPO LIBRE
- SOUND HEALING

9

- YOGA
- CUEVAS DE VASHISTA
- TRIVENI GHAT

10

- KUNJAPURI TEMPLO
- TIEMPOLIBRE
- YOGA NIDRA/SATSANG

11

- TIEMPO LIBRE
- CONCIERTO/KIRTAN

12

- YOGA
- TIEMPO LIBRE
- SATSANG / FILOSOFIA

13

- YOGA
- TIEMPO LIBRE
- TREN NOCTURNO A VARANASI

14

- LLEGADA Y TIEMPO LIBRE
- (PASEO POR LOS GHATS)
- GANGA AARTI

15

- YOGA
- CHANDRAMAULI TRUST
- TEMPLO DE HANUMAN/ TEMPLO DE DURGA

16

- CIERRE

- Una de las cosas que aprendí en India es que no todo ocurre como una espera. Nunca se sabe. Es muy probable que surjan cambios en el horario y que algunos días tengamos que modificar actividades. No te preocupes que no nos perderemos nada, pero quizá cambiemos el momento.



Si has llegado hasta aquí, gracias por leerme, gracias por tener ese sueño y darme la oportunidad de presentarte mi propuesta.

Lo que ves, está hecho con todo el cariño, desde la visión de alguien que ama este país muy fuerte, por todo lo que me ha hecho ver. Sin duda, aunque nunca diré que ha sido fácil, me ha hecho acercarme a lo que realmente soy.

Todas las fotos que has visto son de mi último viaje y todo lo que ves aquí, es real.

Sé que quizá tienes miedo del viaje, del avión, del papeleo, del aeropuerto, de tus expectativas o quién sabe cuántas cosas más.

La magia de esto es que esas son limitaciones que son parte de tu creatividad y que en realidad, siento defraudarte, no existen. Ninguna de ellas.

Afrontar esto, es el comienzo de un viaje del que no volverás de la misma manera. No tengo ninguna duda, y lo más bonito es que yo podré acompañarte cuando lo hagas.

Si estás preparado para dejar de juzgar (a ti y a los demás), para ver quién eres fuera del lugar que ya conoces y para hacer crecer tu familia para siempre, esto es para ti.

Gracias por hacer que mi sueño y el tuyo se cumplan.

"Primero fue un sueño, después una idea, luego un plan. Ahora ya es de verdad".

Núria.

Cualquier duda que tengas, me tienes siempre aquí: +34 620698763



Una última cosa:

En este viaje, lo hacemos todo de la forma más responsable posible. Visitamos siempre un proyecto (colaboramos con 4 ONG) que no solo se dedica a los niños si no que tiene un alcance social a las familias y mujeres de la zona.

La comida es orgánica y vegetariana, hecha con cariño y responsabilidad.

No pagamos menos de lo que pagaríamos aquí a los profesores ni a quien nos acompaña, porque no nos parece justo.

En India las propinas son algo normal, y parte del dinero que está incluido en el importe total, forma parte de algunas propinas y donaciones que hacemos durante todo el viaje al personal, a los templos y a las escuelas y proyectos sociales.

Siempre que entramos a un templo, dejamos algo significativo por la labor de conservación de los lugares.

Siempre estaré a gradecida a este país a su gente, que ya son familia, por la acogida y el cariño que me regalan, tanto a mí, como a aquellos que me acompañáis.



CÓMO RESERVAR TU PLAZA

- La reserva se efectúa a través de un pago de 300€ (no reembolsables) mediante bizum, transferencia bancaria, paypal o Western Union.
- El pago restante se realizará a la llegada al hotel, en efectivo.
- Si el viaje se cancelase por cualquier causa no imputable al participante se devolverá el importe íntegro abonado para la reserva inicial.
- De otra forma el importe de la reserva no se podrá devolver.

Bizum: 620698763

Transferencia: Nuria Vall - ES87 2100 3864 2401 0039 6448

Paypal: info@yogakailash.es

- En el caso de ser a través de Western Union, házmelo saber.

