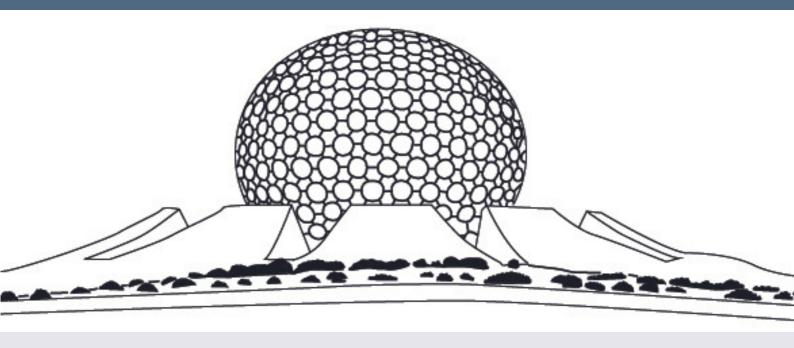


CONSCIOUS LEADERS

India Experience, Enero 25 al 2 Febrero 2024

"Un viaje de inspiración para aquellos líderes que están listos para abrazar el nuevo mundo"



Bienvenidos a la comunidad consciente al Sur de India

Localizada en Tamil Nadu, India, esta villa fue fundada en 1968 con el propósito de ser una ciudad universal donde personas de todo el mundo puedan vivir en paz y armonía.

Respaldada por la UNESCO, funciona como un laboratorio para esta humanidad, donde gente de unas 40 naciones viven bajo los principios del yoga integral y las enseñanzas del filósofo y líder espiritual Sri Aurobindo.

Unas 3000 personas buscan a diario cómo resolver problemas comunes en paz, progreso y armonía sin perderse de aquellos lineamientos.

Esta será una oportunidad única para sumergirte en una fascinante cultura que celebra la variedad humana en una manera no muy conocida y a pesar de los problemas.

¿Qué haremos?

- Ejercicios para "despertar de la conciencia a través del cuerpo".
- Tomaremos inspiración de los emprendedores, líderes sociales y artistas del lugar.
- Haremos contacto con los valores que guían el desenvolvimiento social.
- Con arquería evaluaremos nuestras capacidad de enfocar.
- Iremos atrás en el tiempo para entender la filosofía que sostiene la visión presente y futuro de Auroville.
- Estudiaremos el Yoga Integral de libros y como estilo de vida.
- Haremos contacto con los textos sagrados de la India para en-visionar los lideres que la humanidad necesita.



"Si queremos sinceramente ayudar a los otros y al mundo, lo mejor que podemos hacer es ser nosotros mismos, lo que queremos que los otros sean; no solamente como un ejemplo, sino para transformarnos en un centro de poder irradiante que, por el mero hecho de existir, obliga al resto del mundo a transformarse."

Programa diario:

Día l Llegada

10:00 AM - Recepción y check in

12:00 PM - Almuerzo de bienvenida

03:00 PM - Centro de Visitantes y Pabellón Tibetano

05:30 PM - Sesión grupal de baño de sonido

07:00 PM - Cena

08:00 PM - Círculo

Un día dedicado a aterrizarse, impregnado del valor ASPIRACIÓN

Día 2 Pondicherry, el origen.

06:00 AM - Clase para despertar la conciencia a través del cuerpo: "DCC Introducción"

07:30 AM - Desayuno

09:00 AM - Visita al pueblo blanco en Pondicherry. Charla introductoria y recorrido por los lugares emblemáticos que marcan el nacimiento de la comunidad consciente y la filosofía por detrás del proyecto

03:00 PM - Masaje individual

07:00 PM - Cena

08:00 PM - Círculo

Un día dedicado a reconfortarse y despertar al cuerpo impregnado de los valores <u>CORAJE</u> y <u>RECEPTIVIDAD.</u>

Día 3 Urbanidad

06:00 AM - DCC: "Desacelerarse para poder entrar en la frecuencia del lugar".

07:30 AM - Desayuno

09:00 AM - Visita en Auroville: En la zona internacional veremos el centro de interpretación, El Pabellón de la Unidad, Savitri Bhavan el centro de estudios espirituales, el Pabellón de la India. El Town Hall, la cocina solar, el centro terapéutico y la zona residencial

05:00 PM - Sesión grupal de baño de sonido

06:30 PM - Cena

Un día dedicado a la nutrición de los sentidos y la mente impregnado de los valores de la <u>PERSEVERANCIA</u> y <u>HUMILDAD.</u>



Día 4 Unidades productivas (Casos de estudio e inspiración)

06:00 AM - DCC: "aprender a usar los sentidos para empoderar la consciencia"

07:30 AM - Desayuno

09:00 AM - Dia completo para visitar las más relevantes unidades productivas, saber el qué, el porqué y el cómo lo hacen, conociendo a sus mentores, sus productos y el team

Casos: House of Probiotics, Svaran, Thamarai, Earth Institute, Treecare, Upasana, Treehouse community.

07:00 PM - Cena **08:00 PM -** Círculo

Un día dedicado a la nutrición del cuerpo, los sentidos y el alma; impregnado de los valores del <u>PROGRESO</u> e <u>IGUALDAD</u>.

Día 5 Eje energético

06:30 AM - Desayuno

08:00 AM - Visita al Matrimandir el eje de la comunidad (no está garantizado, ya que los lugares se asignan por capacidad 6 días antes)

02:00 PM - Sesión de Watsu

05:00 PM - 1ra clase de arquería

07:00 PM - Cena

08:00 PM - Círculo

Un día dedicado a vaciarse y dejarse impregnar por el valor de la <u>SINCERIDAD</u>.

Día 6 Yoga integral

06:00 AM - DCC: "como conseguir el estado de foco relajado"

07:30 AM - Desayuno

09:00 AM - Clase con Ashesh Joshi: YOGA el regalo espiritual de la India al mundo

02:00 PM - Clase con Ashesh Joshi: YOGA INTEGRAL, visión y concepto

05:00 PM - Sesión grupal de campanas rusas

07:00 PM - Cena

08:00 PM - Círculo

Un día dedicado a dirigir las intenciones y dejarse impregnar de los valores de la <u>BONDAD</u> y <u>GENEROSIDAD</u>.



Día 7 Liderazgo evolutivo

06:00 AM - DCC "desde lo individual a lo grupal. Consciencia unificada"

07:30 AM - Desayuno

09:00 AM - Liderazgo evolutivo con Naveen: "Arjuna, Paralelismos a través del tiempo"

02:00 AM - Liderazgo evolutivo con Naveen: "Descubriendo el héroe interno"

05:00 PM - Caminata descalzos por el bosque.

07:00 PM - Cena

08:00 PM - Círculo

Un día dedicado a reafirmar la dirección y los valores dejándose impregnar por la <u>GRATITUD</u>.

Día 8 Feedbacks y síntesis

06:00 AM - DCC "conozco mas de mi y me llevo esto conmigo".

07:30 AM - Desayuno

09:00 AM - Jardines de Matrimandir

12:00 PM - Almuerzo de Despedida

02:00 PM - Libre

07:00 PM - Cena

08:00 PM - Círculo

Un día dedicado a dirigirse con determinación hacia los objetivos dejándose impregnar por el valor de la <u>PAZ</u>.

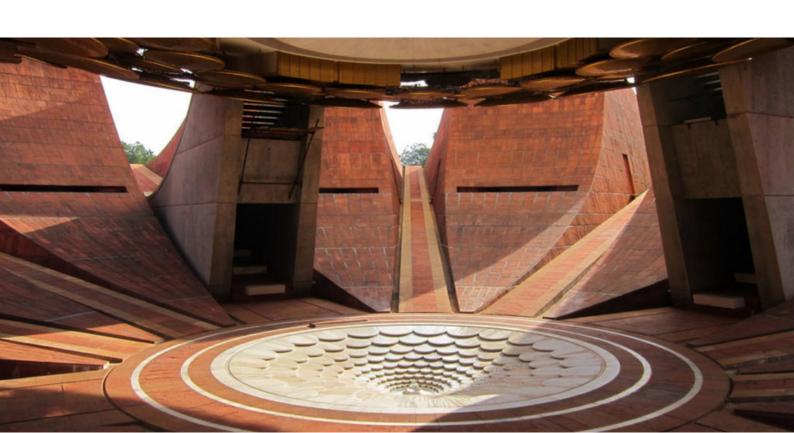
Día 9 Partida de Auroville

06:00 AM - 2da clase de arquería

07:30 AM - Desayuno

11:00 AM - Check out

Fin de la experiencia

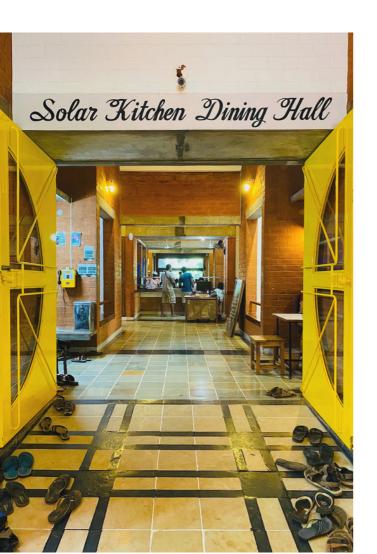


DCC: RECREAR LA CONCIENCIA A TRAVÉS DEL CUERPO

Es un plan de estudios integral de ejercicios que tiene como objetivo permitirnos tomar **conciencia** de nuestras propias percepciones y habilidades, para que podamos convertirnos en individuos autoconscientes y autodirigidos.

Esta experiencia ofrece ejercicios prácticos para ayudar a todos aquellos interesados en la conciencia y el autodescubrimiento, a comprenderse mejor a sí mismos, aumentar su capacidad de estar presente y gestionar mejor la mente, el cuerpo y las emociones. Pretende ser una contribución a una vida más consciente y armoniosa.





ENCONTRAR INSPIRACION EN OTROS LIDERES Y EMPRENDEDORES

La comunidad tiene un emocionante ecosistema empresarial social con muchos líderes de pequeñas empresas y artistas que están teniendo un impacto positivo en la comunidad y más allá.

Tendrás la increíble oportunidad de reunirte con estos **líderes innovadores**, aprender sus porqués y sus cómos, y obtener información sobre lo que se necesita para romper los viejos patrones y crear nuevos paradigmas.



RECONECTAR CON VALORES

El **Matrimandir** es una estructura única ubicada en Auroville. Es una gran construcción en forma de globo cubierta de oro que sirve como el punto focal del municipio y el centro de energía. Dentro del Matrimandir, hay una gran sala de meditación que carece de símbolos o imágenes religiosas.

En el exterior, doce salas de meditación manifestadas como pétalos, representan las 12 Virtudes que se deben seguir para servir a la conciencia superior y divina: Sinceridad, Humildad, Gratitud, Perseverancia, Aspiración, Receptividad, Progreso, Coraje, Bondad, Generosidad, Igualdad y Paz. También hay 12 jardines que rodean toda la propiedad.

ENTRENAR TU ENFOQUE

La **arquería** es el deporte más antiguo que se conoce. A través de su práctica experimentarás:

- Un aumento notablemente de tu autocontrol y tu capacidad de concentración.
- · Liberación de estrés.
- El desarrollo del dominio del campo visual y las respuestas reflejas.
- El beneficio de la creación de pensamientos positivos basado en el auto desempeño.



CONOCER UNA NUEVA CULTURA Y FILOSOFIA DE VIDA

Sri Aurobindo fue un filósofo y gurú que luchó por la independencia de India. Retirado de la vida política en 1910 se reunió con algunos seguidores en Pondicherry y en 1926 fundó un Ashram. En 1914 llegó una francesa al lugar - Mirra Alfassa- que reconoció en Sri Aurobindo su propia grandeza. Ocultista y practicante de yoga se unió al movimiento del ashram definitivamente en 1920. Juntos como pareja espiritual plasmaron respectivamente cada uno sus grandes obras: Savitri y Auroville.

Visitaremos el pueblo blanco de **Pondicherry** para disfrutar de su arquitectura colonial francesa y un anfitrión local nos explicará sobre aquellos inicios de Auroville y la filosofía del Yoga Integral.





DESCUBRIR TU HEROE INTERIOR

La teoría del **liderazgo evolutivo** argumenta que los humanos poseemos mecanismos psicológicos especializados para resolver problemas de coordinación a través del liderazgo y la respuesta de sus seguidores. La perspectiva evolutiva ofrece ideas novedosas sobre las principales barreras para la eficacia del liderazgo en las organizaciones de hoy.

Los obstáculos modernos puestos a la luz del Mahabharata -la obra épica que narra la lucha entre el bien y el mal-, mostrando los recursos y pruebas a los que es sometido Arjuna como discípulo de Krishna en esa cruzada. Un taller para comprender las barreras que la sociedad trata de cruzar hace más de 3000 años. Arjuna encuentra la verdadera flecha dentro suyo y enseña a sus compañeros a usar la propia para hacer emerger a la organización con fuerzas genuinas y renovadas.



VIVIR EN EL YOGA INTEGRAL

Sri Aurobindo apunta a la perfección del ser humano con la manifestación de una vida divina sobre la tierra como meta final.

No terminar la vida en la realización de lo divino, sino servir a la voluntad y trabajar para manifestar lo divino en la tierra.

Sri Aurobindo fue más allá de los vedas y presentó el concepto del **yoga integral** para lograr la iluminación en la materia.

EMBEBERSE EN BAÑOS DE SONIDO

La sanación con sonidos no solo nutre el alma, sino que también te ayudará a lo largo de este viaje a:

- Obtener una profunda relajación física y psicológica
- Liberar tensiones
- Atravesar una sensación de frescura y rejuvenecimiento
- Transitar una tranquilidad mental y de corazón
- Sentir el espacio seguro para la búsqueda interior, profundizar y buscar espiritualmente la ley superior de la vida
- · Sumergirte en el silencio



Estamos comprometidos en mudar la cultura de ser TURISTAS a ser mejores VIAJEROS. Desde nuestra perspectiva, un turista es aquel que visita un país con interés de entretenerse; retrata lo externo, compara y consume lo que le es familiar.

Un **viajero**, en cambio, es alguien que tiene un interés más profundo relacionado con aprender y transformarse. Un viajero por lo general es empático y tiene interés en que lo diferente se conserve, le da valor a la pluralidad, la respeta porque sabe que nutre. Un viajero tiene pretensiones medidas, más bien se adecua.



Vas a aprender a:

- Explorar, comprender y gestionar las emociones.
- Ser consciente de las diferentes dimensiones del ser.
- Potenciar el enfoque, la concentración y la capacidad de estar presente.
- Desarrollar una escucha profunda.
- Refinar los sentidos, interiorizarlos y desarrollar el sentido cinestésico.
- Tomar conciencia de los patrones de respiración, sus efectos en las diversas partes del ser y cómo se puede usar la respiración para efectuar cambios dentro de uno mismo.
- Tomar todo como una oportunidad para expandir la conciencia mientras se crean nuevas soluciones.
- Encontrar tu propio ritmo y patrones internos.
- Tomar conciencia del espacio interior y exterior simultáneamente.
- Comprender el uso de uno mismo y aceptar los límites propios y ajenos.
- Desarrollar un mayor sentido de respeto, responsabilidad, confianza en ti mismo y en otros, paciencia, y conciencia del propio tiempo o ritmo y el de los demás.
- Mejorar tu capacidad de adaptación y flexibilidad.
- Desarrollar un sentido de cómo colaborar mejor con los demás.

Organiza:

Viajes con Espíritu tiene sede en los Estados Unidos. Durante la pandemia ha inaugurado una nueva sede en Pondicherry, el Sur de India. Mediante su existencia aspira a organizar experiencias en India -y alrededores- que nutran a los viajeros del mundo occidental aportando inspiración y conocimiento en relación a aquellos estilos de vida.



Andrea Eberle. Diseñadora de esta experiencia.

Estudió Administración de Empresas en la UBA, Argentina. Es Consteladora de Organizaciones y Coach sistémica. Con extenso trabajo personal en la línea de Jung y del chamanismo amazónico se considera una persona de negocios sedienta de llevar sentido al mundo corporativo.

Entre sus objetivos personales se hallan contribuir y dar guía a las nuevas generaciones y develar el poder femenino en cada líder. Con 30 años de experiencia en turismo, usa los viajes como móviles de evolución personal.

Instagram: @viajes con espiritu www.viajesconespiritu.com ALMA JOURNEYS LLC USA ALMA JOURNEYS PVT INDIA



Práctico:

PRECIO: U\$S 1500 por persona -sin aéreo internacional- en habitación compartida como viaje

de extensión al INDIA YOGA.

PRECIO regular: U\$S 1900 - Cierre de inscripción 1/11/23.

PRECIO Taj Majal al Norte: 6 noches - U\$S 1100 - Suplemento Single: U\$S 500.

FORMA DE PAGO: U\$S 500 de deposito para reservar y saldo en la fecha del viaje.

INSCRIPCIÓN y RESERVA DE LUGAR:

a) Escribirnos por WhatsApp para una entrevista acá: https://wa.me/5491151130791

b) Completá tus datos y pagar la reserva acá: https://tri.ps/2V0VI

CONTACTO: +549 11 5113 0791 (solo WhatsApp)

GASTOS de CANCELACIÓN: dentro de los 90 días anteriores al viaje se cobrará el monto de los gastos incurridos. Más de 90 días antes de la fecha de viaje se cobraran U\$S 300 de gastos administrativos.

En caso de cancelar la empresa por fuerza mayor, se pospone la fecha del viaje.

CAMBIOS O REPROGRAMACIÓN de las actividades: Nos reservamos el derecho de cambiar o reemplazar las actividades si por razones de fuerza mayor o mejor desarrollo del tour debiera esta secuencia ser alterada. Asumimos el consentimiento de los inscriptos, siendo esta nota aclaratoria suficiente adhesión al momento de inscribirse.



EL PRECIO INCLUYE

- Disertantes, profesores, facilitadores y traductor (inglés-español) durante toda la jornada. Sala y materiales de trabajo.
- Alojamiento con 2 comidas (desayuno-cena)
- 2 comidas especiales: bienvenida y despedida.
- · Movilidad entre sitios.
- Terapias: 3 terapias de sonido, 1 masaje individual, 1 sesión de watsu.
- 6 sesiones de ATB y 2 sesiones de arquería.
- 1 workshop de liderazgo y 1 workshop filosófico de Yoga Integral.
- Fees y donaciones a todos los lugares que se mencionan en el itinerario.
- Asistencia permanente desde la llegada.

EL PRECIO NO INCLUYE

- · Comidas fuera del hotel.
- Traslado de entrada y salida.
- · Telefonía y gastos personales.
- Aéreo internacional consultar desde tu ciudad de salida.

LAS EXPERIENCIAS GENERAN EMOCIONES, LAS EMOCIONES MUEVEN AL MUNDO

Por esto, nuestros viajes pre-existen ordenados por Niveles de Intensidad de la Experiencia.

NIVEL 5- DESPERTAR A LA MAGIA

NIVEL 4 – DAR Y RECIBIR

NIVEL 3 - PROFUNDIZAR

NIVEL 2 - ESPIRITUALIDAD

NIVEL 1 - CONSCIENCIA

Este viaje es Nivel 3

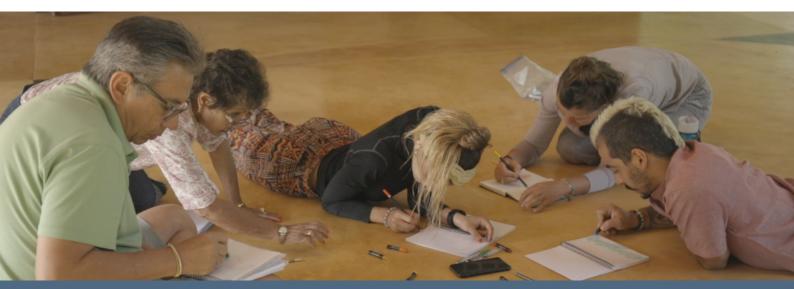
Nivel 3. Objetivo: "PROFUNDIZAR"

Este tipo de viaje es exigente porque propone el viaje individual adentro del grupal. Se requiere autonomía y deseo de estar solo, situación que potencia el aprendizaje. Es exigente porque hay rutinas, clases, encuentros para compartir y todo el viaje se vuelve un retiro en movimiento. Por su alto contenido intelectual y emocional se recomienda haber pasado por algunos de los niveles anteriores, aunque no es excluyente. En general tiene un tema central (Ej.: Yoga) por lo cual se requiere tener alguna experiencia previa para que la naturaleza del grupo sea afín.

En las incomodidades propias de todo viaje, se apela a la auto-responsabilidad para cuidar por sobre todo la salud del grupo. Una buena comunicación es vital para poder acompañarse en este viaje de autodescubrimiento.

COMUN DENOMINADOR DE UN VIAJE CON ESPIRITU

"Si quieres llegar rápido ve sólo, si quieres llegar lejos, ve acompañado"



Este workshop experiencial fue concebido para re-inspirar y reivindicar el rol del emprendedor de negocios como actor social en pro del bienestar ambiental y humano.

Dirigido a: profesionales, personas de negocios y líderes en general.

En ingles, con traducción al español

Extensión optativa: NORTE DE INDIA- Febrero 2024

Para quienes deseen explorar la India clásica, la de los monumentos y las compras, esta es una excelente oportunidad que te llevará por 3 de los cónclaves de la tradicional ruta turística. Jaipur es la capital del antiguo reino de Rajhastan. El emblemático Taj Mahal y otro conjunto de edificios, fuertes y mausoleos te llevarán a tener una idea acabada de la historia, que hace de esta, una gran nación.

6 DÍAS - Comprende alojamiento con desayuno y transporte en privado con entrada a los sitios de interés. Guía indio en español. Alojamiento en hoteles boutique y ticket aéreo desde Chennai hasta Jaipur. 3 Noches en Jaipur, 1 en Agra y 2 en Delhi.

No incluye: comidas, ni late check-out en el hotel.

