

Voyage en Inde du samedi 1^{er} février 2025 au samedi 15 février 2025

Découverte du Tamil Nadu et d'Auroville

Temps de séminaire : Se relier à son âme

Le secret du bonheur, c'est de suivre le but de son âme. Réaliser vos rêves, accéder à une vie plus authentique et plus heureuse, vous demande de vous aimer, de vous poser, de ne rien faire, d'écouter votre être profond et de laisser entrer la vie. Durant ces semaines magiques, nous allons méditer, rester en silence dans des lieux sacrés. Nous allons nous connecter aux qualités d'acceptation, de confiance, de paix, de joie, d'amour, de rayonnement, de gratitude qui résident en chacun de nous. L'Inde et Auroville sont des lieux qui nous aident à nous relier au sacré et à la spiritualité.



Valérie Richard sera accompagnée de Isabelle Verlay, facilitatrice de Biodanza et praticienne de Watsu. Isabelle va chaque année à Auroville depuis 2006. Lors de ses séjours, elle loge chez une famille aurovillienne et indienne, et elle participe au financement des études des 2 fils de la famille.

Présentation d'Auroville

Il doit exister sur Terre un endroit inaliénable, un endroit qui n'appartiendrait à aucune nation, un lieu où tous les êtres de bonne volonté, sincères dans leurs aspirations, pourraient vivre librement comme citoyens du monde... » Ainsi parlait la « Mère », évoquant ce projet de création d'une ville idéale, «la ville de l'Aurore », plantée à une dizaine de kilomètres de Pondichéry.

L'histoire d'Auroville est aussi étonnante que ses créateurs, un couple spirituel. Lui, Sri Aurobindo, philosophe indien né en 1872 à Calcutta ; elle, la Mère, Mirra Alfassa, Française née Richard à Paris en 1878. « Auroville sera le lieu des recherches matérielles et spirituelles pour donner son corps vivant à une unité humaine concrète. » C'est encore la Mère qui parle, qui l'écrit même dans la charte fondatrice d'Auroville, déposée lors de son inauguration le 28 février 1968 dans une urne de marbre en forme de fleur de lotus, contenant également 124 poignées de terre représentant autant de pays membres de la communauté.

Aujourd'hui, Auroville existe toujours avec ses règles et sa recherche spirituelle. Sa vocation est d'être « le lieu d'une vie communautaire universelle, au-delà de toutes croyances, opinions politiques et nationalités ».

Le plan d'urbanisme a été conçu par un architecte français, Roger Anger, qui a construit Auroville autour du Matrimandir, comme une spirale galactique divisée en quatre zones : culturelle, industrielle, internationale et résidentielle.

Auroville est aujourd'hui une ville au milieu d'une forêt magnifique et luxuriante de plusieurs millions d'arbres, avec 2500 habitants, 55 nationalités différentes dont la moitié est indienne et 50 000 visiteurs par an.



Comment vit-on à Auroville ?

Dans la charte de la cité, l'éducation, la santé, la culture et le sport sont gratuits. Les résidents, s'ils n'ont pas de revenus, touchent une « maintenance » de 5 000 roupies (environ 74 euros) par mois. Même à Auroville, on ne va pas loin avec 5 000 roupies, les résidents sont donc priés de s'autofinancer en... travaillant. Une cinquantaine d'unités de production gèrent l'hébergement des invités, la fabrication d'encens, de produits bio, bougies, poteries, bijoux, vêtements, que l'on peut acheter dans les boutiques d'Auroville et de Pondichéry, mais aussi au-delà des frontières de l'Inde. Une partie des bénéfices revient à la communauté. Dans la charte, il est dit qu'Auroville n'appartient à personne mais à toute l'humanité.

Auroville propose de nombreux divertissements : théâtre, chants, concerts, danse auxquels nous participerons.

Important : le programme est donné à titre indicatif. Nous ne saurons exactement les jours de visite du Matrimandir que sur place. De même, les activités journalières et en soirée dépendront de la disponibilité des places.

Nous sommes en Inde, ce pays nous apprend la patience, la fluidité et l'acceptation !

Pourquoi un séjour à Auroville ?

- Pour découvrir et se laisser toucher par cette ville fascinante
- Pour se recentrer, être en silence. Nous méditerons régulièrement au Matrimandir , le centre spirituel d'Auroville.
- Pour rencontrer des aurovilliens, et échanger avec eux sur la vie dans cette communauté.
- Pour pratiquer les différentes activités proposées à Auroville : yoga, massage, chants, danses, concerts, arts du cirque, watsu, ...

Séminaire à Auroville :

Se reconnecter à son âme

Écouter son cœur

Se relier à son être profond.

Nous aurons un temps d'apprentissage et de partage chaque jour si possible le matin. Nous poserons une intention pour chaque journée. Le reste de la journée sera le moyen de mettre en pratique ces enseignements lors des visites, des méditations et des activités proposées.

Nous nous retrouverons le soir pour un temps partagé des ressentis et prises de conscience de la journée, suivi d'un rituel de gratitude.

Nous vous proposons ce voyage initiatique, joyeux, léger et profond à la fois.

Programme détaillé

Jour 1 - Samedi 1^{er} février 2025

Départ en avion.

Jour 2 - Dimanche 2 février 2025

Transfert Chennai vers Mammallapuram

Installation à l'hôtel

Diner et nuit à l'hôtel

Jour 3- Lundi 3 février 2025

Visite du site archéologique, classé par l'UNESCO par un guide local sous forme de promenade en plein air dans le secteur des temples de la colline et découverte de la fresque d'Arjuna.

Déjeuner libre dans un des nombreux restaurants de poissons

Possibilité de baignade et de temps sur la plage

Visite du pittoresque village de pêcheurs, de ses échoppes et des nombreux ateliers de sculpteurs

Diner et nuit à l'hôtel

Jour 4 - Mardi 4 février 2025

Petit déjeuner à l'hôtel.

Baignade

Déjeuner libre

Transfert à Pondichéry et installation à l'hôtel

Découverte de la ville blanche

Visite de l'église et du temple indien

Promenade à pied le long de la Beach Road

Diner et nuit à l'hôtel Pondichéry

Jour 5 - Mercredi 5 février 2025

Visite de l'Ashram de Sri Aurobindo et de La Mère

Méditation sur tombeau en silence.

Déjeuner libre

Visite de la boutique Senteurs (produits naturels, huiles essentielles)

Temps libre à Pondichéry pour massages et shopping

Diner et nuit à l'hôtel Pondichéry

Jour 6 - Jeudi 6 février 2025

Visite du marché de Pondichéry

Déjeuner libre

Derniers achats à Pondichéry

Après midi libre et massages

Diner et nuit à l'hôtel Pondichéry

Jour 7 - Vendredi 7 février

Installation à la Guest House Vérité

Découverte de Auroville

Déjeuner au Visitor Center de Auroville

Méditation sous le Banyan

Sentier de « Mère »

Temps de séminaire

Visite de Sadhana forest Une communauté très accueillante et écologique

Diner à Sadhana forest

Nuit à la guest house Vérité

Jour 8 - Samedi 8 février

Yoga - séminaire

Temps de méditation dans le Matrimandir

Déjeuner au jardin botanique

Visite du jardin botanique

Création de kolams dans une maison indienne. Ce sont des motifs d'inspiration géométrique tracés à même le sol, avec de la poudre de

riz et des poudres de couleur, à l'entrée des maisons et commerces en guise de bienvenue et pour porter chance.

Diner et nuit à la guest House Verité

Jour 9 - Dimanche 9 février 2025

Temps de méditation dans le Matrimandir

Méditation dans les pétales (salles de méditation du Matrimandir)

Déjeuner dans un des restaurants d'Auroville

Visite pavillon tibétain

Temps libre pour des massages ou repos

Temps de yoga et séminaire

Diner et nuit à la guest House Verité

Jour 10 - Lundi 10 février 2025

Yoga - temps de séminaire

Temps au Quiet, centre de bien-être dans une communauté au bord de la mer

Plage et baignade

Déjeuner au bord de la mer

Expositions sur la vie de Mère et de Sri Aurobindo

Possibilité de massages

Installation au Mango Hill

Diner et nuit au Mango Hill

Jour 11 - Mardi 11 février 2025

Yoga - temps de séminaire

Visite de Kuilappalayam

Déjeuner dans un des restaurants de Auroville

Activité Auroville en fonction du programme

Soirée méditation OM

Diner et nuit au Mango Hill

Jour 12 - Mercredi 12 février 2025

Bus pour Tiruvannāmalai

Installation au Sava Hôtel

Déjeuner libre

Visite de l'ashram de Ramana Maharshi. C'est ici que vivait le sage et philosophe de l'Advaita-Vedanta, Ramana Maharshi de 1922 jusqu'à sa mort en 1950. Il a vécu ici et n'a enseigné les vertus de la philosophie qu'à travers le silence et la méditation. L'ashram se situe au pied du mont sacré Arunchala. Vous pourrez méditer dans la grande salle de son Samadhi.

17 h Chants et Puja

Nuit de pleine lune

Diner et nuit au Sava hôtel

Jour 13 - Jeudi 13 février

Temps de yoga

Marche sur la colline sacrée Arunachala, considérée comme sainte. Ramana Maharshi s'était installé au pied de cette colline dès son adolescence. Plusieurs grottes et minuscules lieux de méditation la parsèment. Ramana Maharshi y a passé plusieurs années avant de s'installer à l'ashram.

Déjeuner libre

Temps libre (Temps à l'ashram ou farniente au bord de la superbe piscine de l'hôtel)

Diner et Nuit au Sava hôtel

Jour 14 - vendredi 14 février

Chants matinaux à l'ashram

Temps libre à l'ashram

Déjeuner à Tiruvanamalai

Transfert aéroport Chennai pour le vol de retour

Temps libre à Chennai pour les derniers achats

Nuit hôtel Chennai

Vol retour samedi 15 février très tôt

Activités optionnelles

Activités à Auroville en fonction du programme d'activités en cours

Visite de l'école dirigée par Angelika à Darpam

Je donnerai des séances de yoga le matin quand le lieu le permettra

Danse

Cours de cuisine indienne

Visite de la station Aquadyn, l'eau dynamisée distribuée gratuitement dans tout Auroville

Création de kolam

Massages

Méditation avec les bols sacrés

Bains de sons sonores avec des instruments originaux

Le programme des activités d'Auroville est donné à titre indicatif car il change toutes les semaines.

Tous les soirs sont proposés du chant, de la danse, du théâtre ou des concerts.



Tarif Total sans le billet d'avion : 1850 €

Possibilité de régler en 3 fois

1680 si vous vous inscrivez avant le 1^{er} juillet 2024

1750 avant le 2 septembre 2024

Ce qui est compris dans le tarif

- ✓ Les nuitées en hôtel ou Guest-house en demi-pension.
- ✓ Le diner si la Guest-House ne propose pas de demi-pension.
- ✓ Les visites des sites.
- ✓ Les déplacements en bus, taxi, mini-bus, tuktuk
- ✓ Les transferts aéroport
- ✓ L'assurance annulation hôtels

Ce qui n'est pas compris dans le tarif

- ✓ Les vols internationaux (inclus sur demande)
- ✓ Les dépenses personnelles.
- ✓ Les déjeuners
- ✓ L'assurance voyage
- ✓ Les pourboires
- ✓ Le visa

- ✓ Les activités journalières proposées à Auroville telles que cours de yoga, de cirque, de chant, ...
- ✓ Les déplacements pour vos activités personnelles
- ✓ Les massages (vous trouverez d'excellents masseurs ayurvédiques ou non, nous vous conseillerons)

Règlement à effectuer auprès de

La lumière des étoiles

83 rue de l'ourcq, Bat E1

75019 Paris

Pour toute information complémentaire, appelez-moi au 06 86 30 04 47

Votre inscription sera confirmée à réception du chèque ou des chèques de la totalité. Possibilité de faire 3 ou 4 chèques.