

THE DIVINE RESONANCE

दिव्य प्रतिध्वनि — आदि कैलाश योग एवं इको-ट्रेक

Aadi Kailash Yoga & Eco-Trek Retreat

Duration: 8 Nights / 9 Days

अवधि: 8 रातें / 9 दिन

Route: Haldwani – Almora – Dharchula – Nabi –
Jyolingkong – Haldwani

मार्ग: हल्द्वानी – अल्मोड़ा – धारचूला – नाबी – ज्यूलिंगकांग –
हल्द्वानी

ROUTE MAP & ELEVATION PROFILE / यात्रा मार्ग एवं ऊंचाई ग्राफ



4 UNIQUE TRANSFORMATIONAL CONCEPTS / 4 अनूठे और अद्वितीय स्तंभ

1. The "Kasar Devi Energy Alignment" Stopover / कसार देवी ऊर्जा संरेखण ठहराव

ENGLISH **What's New:** Kasar Devi shares a unique geomagnetic connection within the **Van Allen Belt** alongside Machu Picchu and Stonehenge. Clients will experience an exclusive "Geomagnetic Meditation Session" leveraging Earth's natural magnetic fields to deeply elevate consciousness.

हिंदी **क्या नया है:** कसार देवी, माचू पिच्चू और स्टोनहेंज के साथ **वैन एलन बेल्ट (भू-चुंबकीय क्षेत्र)** का हिस्सा है। यहाँ पर यात्रियों को एक विशेष "भू-चुंबकीय ध्यान सत्र" करवाया जाएगा, जो पृथ्वी के प्राकृतिक चुंबकीय क्षेत्र की मदद से ध्यान को गहरा बनाएगा।

2. "Nada Yoga" (Sound Healing) at 14,000 Feet / 14,000 फीट पर "नाद योग" ध्वनि चिकित्सा

ENGLISH **What's New:** At freezing, high-altitude camps (Jyolingkong/Nabi) where intense physical yoga is challenging due to mild hypoxia, we introduce *Nada Yoga*. Tibetan Singing Bowls, Gongs, and the Indian Flute combined with pristine mantra chanting create powerful somatic resonance against the sacred peak.

हिंदी **क्या नया है:** उच्च ऊंचाई और ठंड में जहाँ कठिन शारीरिक योग मुश्किल होता है, वहाँ हम **नाद योग (साउंड हीलिंग)** का उपयोग करेंगे। तिब्बती सिंगिंग बाउल्स, गोंग और बांसुरी के साथ मंत्रोच्चार का यह सत्र आदि कैलाश की पहाड़ियों में एक रोंगटे खड़े कर देने वाला क्षण (goosebumps moment) होगा।

3. "Pancha Mahabhuta" Five Elements Trekking / "पंच महाभूत" तत्व आधारित ट्रेकिंग

ENGLISH Each trekking day is entirely aligned with one of the primary elements:

- **Jal (Water):** Water Meditation and achaman purification rituals at Parvati Sarovar & Gauri Kund.
- **Vayu (Air):** Deep Himalayan Pranayama sessions tailored to boost oxygen levels and conquer hypoxia.
- **Akasha (Space):** Pristine night-sky Star-Gazing and Trataka (candle/star meditation) under zero pollution.

हिंदी प्रत्येक दिन को एक विशिष्ट महाभूत (पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश) को समर्पित किया गया है:

- **जल:** पार्वती सरोवर और गौरी कुंड के पास 'जल ध्यान' और आचमन अनुष्ठान।
- **वायु:** ऑक्सीजन की कमी से लड़ने के लिए विशेष उच्च-ऊंचाई 'प्राणायाम' और श्वास-क्रिया सत्र।
- **आकाश:** शून्य-प्रदूषण वाले आसमान के नीचे 'तारा-दर्शन' एवं 'त्रातक ध्यान'।

4. Digital Detox & "Mauna" (Silence) Hours / डिजिटल डिटॉक्स एवं मौन साधना

ENGLISH **What's New:** Converting remote connectivity gaps into a spiritual luxury. Participants receive a premium "*Mauna Journal*". Every morning begins with a 2-hour complete silence trek to observe nature's intrinsic acoustic frequency.

हिंदी **क्या नया है:** नेटवर्क न होने की स्थिति को एक सकारात्मक मोड़ देना। सभी को एक प्रीमियम **मौन जर्नल (डायरी और पेन)** दी जाएगी। रोज़ सुबह ट्रेक शुरू होने से पहले 2 घंटे का 'पूर्ण मौन ट्रेक' रहेगा, जहाँ वे स्वयं और प्रकृति को सुनेंगे।

DAY-BY-DAY SACRED ITINERARY / दैनिक पावन यात्रा कार्यक्रम

DAY 1 दिन १	Arrival & The Earth's Energy Grid Earth / पृथ्वी आगमन और पृथ्वी का ऊर्जा ग्रिड — अल्मोड़ा आगमन • ENG: Pick up from Haldwani. Drive to Almora. Evening sunset meditation at Kasar Devi to align with earth fields. • HIN: हल्द्वानी से पिक-अप और अल्मोड़ा के लिए प्रस्थान। शाम को कसार देवी में सूर्यास्त ध्यान और भू-चुंबकीय क्षेत्र की समझ।
DAY 2 दिन २	Moving Closer to the Roots Water / जल जड़ों के करीब — धारचूला प्रस्थान • ENG: Scenic drive to Dharchula via Jauljibi (Confluence of Kali & Gori rivers). Evening <i>Sankalpa Kriya</i> by the Mahakali River. • HIN: जौलजीबी (काली और गोरी नदियों का संगम) होते हुए धारचूला की यात्रा। महाकाली नदी के तट पर 'संकल्प क्रिया'।
DAY 3 दिन ३	Entering the Vyas Valley Air / वायु व्यास घाटी में प्रवेश — नाबी / छियालेख • ENG: Drive to Nabi/Chialekh. Experience spectacular changing vistas. Evening specialized Himalayan Pranayama for lung acclimation. • HIN: नाबी/छियालेख के लिए प्रस्थान। शाम को फेफड़ों को अनुकूल बनाने के लिए उच्च-ऊंचाई विशिष्ट प्राणायाम सत्र।
DAY 4 दिन ४	The Village of Myths & Inner Silence पौराणिक कथाओं का गाँव और आंतरिक मौन • ENG: Exploration of Nabi and Gunji villages. 4-hour structured <i>Mauna</i> (Silent Walking). Night bonfire and Vedic storytelling. • HIN: नाबी और गुंजी का स्थानीय भ्रमण। 4 घंटे का 'मौन पदयात्रा' अभ्यास। शाम को अलाव के साथ वैदिक कथा श्रवण।
DAY 5 दिन ५	The Ultimate Darshan — Aadi Kailash Water / जल परम दर्शन — आदि कैलाश एवं पार्वती सरोवर • ENG: Journey to Jyolingkong. Sacred parikrama and Darshan of Aadi Kailash. Nada Yoga & Mantra Sound Healing session on the banks of Parvati Sarovar. • HIN: ज्यूलिंगकांग की यात्रा। आदि कैलाश के दिव्य दर्शन। पार्वती सरोवर के तट पर नाद योग एवं मंत्र ध्यान का अलौकिक अनुभव।

DAY 6 दिन ६	Om Parvat Discovery & Cosmic Space Space / आकाश ॐ पर्वत दर्शन एवं ब्रह्मांडीय आकाश तत्व • ENG: Travel to Nabhidhang for Om Parvat darshan. Night-time Cosmic Trataka meditation under clear, unpolluted Milky Way skies. • HIN: नाभीढांग की यात्रा और प्राकृतिक हिम-निर्मित 'ॐ' के दर्शन। रात्रि में आकाश गंगा के नीचे 'ब्रह्मांडीय त्रातक ध्यान'।
DAY 7-9 दिन ७-९	The Return & Integration वापसी और आत्मसात की यात्रा — हल्द्वानी आगमन • ENG: Drive back through Dharchula to Haldwani. Sacred Closing Ceremony with distribution of certified 'Holy Soil/Ganga Jal' souvenirs. • HIN: धारचूला होते हुए वापस हल्द्वानी आगमन। समापन समारोह, पवित्र माटी/गंगाजल स्मृति चिन्ह वितरण एवं अनुभव साझाकरण।