

Reiseinformationen

Prasanthi Nilayam - Ort des Höchsten Friedens

Um im Aschram unterzukommen, ist keine vorherige Anmeldung notwendig, es ist auch nicht möglich, sich ein Zimmer reservieren zu lassen. Die Unterkünfte werden bei Ankunft im Accomodation-Office des Aschrams zugeteilt.

Klimatische Bedingungen in Andhra Pradesh

Das Klima ist meistens heiß und trocken. Im Juni, Juli, August (Regenzeit) und im Oktober ist mit gelegentlichen, zum Teil auch heftigen Regenschauern zu rechnen.

Die beste Reisezeit fällt in die Monate Juni bis einschließlich Januar. Von Oktober bis Januar kühlen auch die Nächte auf für Europäer angenehme Temperaturen ab. Ab Februar nimmt die Hitze wieder zu und steigt bis auf ca. 50 Grad im Schatten an.

Impfungen

Bitte wenden Sie sich bezüglich dieser Frage an Ihren Hausarzt oder ein Tropeninstitut.

Visum

Für die Einreise nach Indien benötigen Sie ein Visum. Es wird empfohlen, die Anleitungen auf der [Website der Botschaft der Republik Indien in Wien](#) genau zu befolgen.

Empfehlenswerte Utensilien für einen Aufenthalt im Aschram in Puttaparthi

- Zahlenschloss oder Schloss mit mehreren Schlüsseln (falls die Unterbringung in einem abschließbaren Zimmer erfolgt)
- Kordel (falls die Unterbringung in einer Halle (Shed) erfolgt, um Wäsche und ein Mückennetz aufzuhängen)
- Taschenmesser und Besteck, falls man auf seinem Zimmer essen möchte
- Ein flaches Kissen zum Sitzen während der Wartezeiten in den Lines (auch im Aschram erhältlich); man sitzt in Indien immer auf dem Boden und ein Kissen erleichtert das lange Ausharren im Schneidersitz.
- Einfaches Nähzeug, denn die indische Kleidung ist oft nicht sehr stabil genäht und manche Nähte öffnen sich beim Tragen gleich wieder.
- Haargummis und/oder Bänder um lange Haare zusammenzubinden
- Ein Sonnenhut für empfindliche Köpfe
- Bequeme offene Sandalen
- Bettzeug: ein oder zwei Bettlaken, ggf. ein leichter Schlafsack, ein Kissenbezug
- Wenn Sie in einer Halle unterkommen, brauchen Sie Matratze und Moskitonetz, die gibt es nur draußen im Dorf. In den Zimmern gibt es meistens zwei Betten, so dass sich der Matratzenkauf erübrigt. Zusätzliche Baumwollmatten können gegenüber dem Büro der Accomodation ausgeliehen werden.

Die Reise

Seit 2001 ist es möglich, direkt von Frankfurt nach Bangalore zu fliegen. Andernfalls buchen Sie von Frankfurt nach Mumbai (Bombay), wo Sie dann nach Bangalore bzw. Puttapparthi umsteigen. Zurzeit (2010) wird der Flughafen von Puttapparthi allerdings nicht mehr angeflogen. In Mumbai muss man vom internationalen Flughafen auf den nationalen Flughafen wechseln, wofür es sich empfiehlt, den kostenlosen Bustransfer in Anspruch zu nehmen.

Von Bangalore aus erreichen Sie Puttapparthi mit dem Taxi oder Bus (vom Busbahnhof). Seit Verlegung des internationalen Flughafens in den Norden der Stadt dauert die Fahrt nur noch etwa 2 Stunden, wohingegen der Bus (aus der Stadt) gut 5,5 Stunden bis nach Puttapparthi braucht. Dafür ist er wesentlich günstiger.

Geldwechsel

Es ist ratsam, einen gewissen Grundbetrag gleich bei der Ankunft in Mumbai bzw. Bangalore zu wechseln. Die Bankschalter in den Flughäfen sind rund um die Uhr geöffnet.

Geldwechsel in Puttapparthi: Im Dorf gibt es inzwischen zahlreiche autorisierte Wechselstuben oder Banken. Hier kann jede beliebige Währung gewechselt werden.

Whitefield

Der Aschram in Whitefield bei Bangalore ist räumlich nicht geschlossen wie der Aschram in Puttapparthi. Da die Unterbringungsmöglichkeiten in diesem Aschram nicht so großzügig sind, müssen die meisten Besucher in das Dorf Whitefield ausweichen, um hier nach Übernachtungsmöglichkeiten Ausschau zu halten. Auf Anfrage sind zahlreiche Privatunterkünfte zu bekommen. Auch gibt es ein angemessenes Angebot an Hotelzimmern. Die Preise der Unterkünfte liegen allerdings deutlich über denen im Aschram, weshalb sich ein Aufenthalt in Whitefield um einiges teurer gestaltet. Bitte bedenken Sie das bei Ihrer Kalkulation.

Anmeldung im Aschram in Puttapparthi

Anmeldung und Unterkunftszuteilung finden gleich nach Ihrer Ankunft - bzw. zwischen 6 und 21 Uhr - in Haus "Nord 8", Zimmer A-01, statt. Hierzu ist ein englischsprachiges Formular auszufüllen.

Aschrambesucher, die jünger als 25 Jahre sind, dürfen nur in Begleitung von Familienangehörigen oder einer Gruppe innerhalb des Aschrams wohnen. Bei dieser Regel gibt es keine Ausnahmen!

Neuerdings gilt, dass man insgesamt maximal 60 Tage innerhalb eines vollen Jahres im Aschram wohnen darf. Diese Tage kann man sich auf das Jahr verteilt aufteilen. Die jeweiligen Aufenthalte werden im Computer festgehalten. Bei dieser Regelung beginnt das Jahr im Juni eines jeden Jahres.

Unterbringung im Aschram

Es gibt zwei Möglichkeiten der Unterbringung im Aschram. Entweder in einem Zimmer oder im Shed (Schlafhalle). Meistens werden zwei Personen oder eine Familie zusammen in einem Zimmer (mit Bad/Toilette) untergebracht. In den Zimmern gibt es zumeist zwei Betten sowie einen Tisch und zwei Stühle. Benötigt man mehr Schlafplätze, kann man sich beim Accomodation-Office zusätzliche Matratzen ausborgen. Es gibt allerdings auch Mehrbettzimmer mit bis zu acht Betten in einem Raum.

In den Hallen gibt es (außer sanitären Anlagen) nichts, rein gar nichts. Zum Schlafen in der Halle brauchen Sie Matratzen, die im Dorf gemietet werden können und ein Moskitonetz. Leider gibt es auch keinen Elektroanschluss in den Hallen.

Kinder im Aschram

Grundsätzlich sind auch Kinder im Aschram willkommen. Die Geschlechtertrennung (in der Darshanhalle, beim Anlinen oder beim Essen) gilt erst für ältere Kinder. Kleinere Jungen (etwa bis zum 8. Lebensjahr) dürfen während des Sich-Anstellens und des Darshans bei ihrer Mutter auf der Frauenseite bleiben. Wo diese Altersgrenze jedoch genau endet, entscheiden die Sevadal (meist ehrenamtliche Ordner).

Eltern sind verpflichtet, auf ihre Kinder aufzupassen und sie bestmöglich in den Ablauf des Aschrams einzufügen. Lautes Spielen, Toben oder auffälliges Verhalten sind nicht gestattet. Mütter mit schreienden Babys werden von den Sevadal angewiesen, den Darshanplatz zu verlassen.

Tagesablauf (Änderungen sind möglich)

05:20 Uhr

Omkar, d.h. 21mal Singen der Silbe OM; Suprabhatam im Mandir

anschließend

Nagarasamkirtana vom Ganesha-Tor aus wird in Gruppen (Frauen und Männer) singend um das Mandir gegangen

ca. 05:15 Uhr

Anlinen der Frauen vor dem Mandir

08:00 Uhr

Vedenrezitation Sai Kulwant Halle

09:00 Uhr

Bhajansingen und Arathi Sai Kulwant Halle

10:00 Uhr

Vorlesungen und Vorträge über spirituelle Themen
Über der nordindischen Kantine

ca. 13:00 Uhr

Anlinen der Frauen
vor dem Mandir

16:30 Uhr

Vedenrezitation
Sai Kulwant Halle

17:30 Uhr

Bhajansingen und Arathi
Sai Kulwant Halle

18:00 Uhr

Meditation (15 Minuten)
im Mandir

21:00 Uhr

Schlafenszeit
Achtung: Die Zeiten können sich jederzeit verändern, während der Feste gelten andere Regeln.

Richtlinien und Verhaltensregeln für Prasanthi Nilayam

Um die Devotees auf dem Weg der Entwicklung göttlicher Liebe und der Erkenntnis ihrer innewohnenden Göttlichkeit zu unterstützen, wurden gewisse Richtlinien und Verhaltensregeln festgelegt. Sie sollen es ihnen ermöglichen, während ihres Aufenthaltes im Aschram die unkörperliche Nähe von Sathya Sai Baba für ihren Fortschritt auf dem spirituellen Weg bestmöglich zu nutzen.

- Bitte halten Sie Ruhe und lassen Sie Kinder nicht unbeaufsichtigt.
- Das laute Bhajan-Singen von Gruppen oder von Einzelpersonen ist weder im Freien noch in den Quartieren gestattet.
- Bitte stellen Sie Radios/Tonbandgeräte in den Zimmern nur so laut, dass andere nicht gestört werden.
- Kleiden Sie sich auf saubere, anständige und unauffällige Weise.
- Widmen Sie Ihre Zeit spirituellen Tätigkeiten und dem eigenen Sadhana (spirituelle Praxis).
- Rauchen, Kartenspielen, Alkohol, nicht-vegetarisches Essen (auch Eier) und Drogen sind im Aschram strikt untersagt.
- Frauen und Männer sollen sich im Aschram weder treffen noch einander im Zimmer besuchen.
- Ehepaare und Familien können zusammen wohnen.
- Erlauben Sie keinem Fremden, Ihr Zimmer zu besuchen und gestatten Sie niemandem, dort (auch nicht auf der Veranda) ohne die Genehmigung der zuständigen Stelle zu wohnen. Menschen, die außerhalb wohnen, dürfen ohne Genehmigung keine Zimmer betreten.
- Bitte halten Sie Ihr Zimmer sauber. Das Kochen im Zimmer ist nicht erlaubt.

- Bitte gehen Sie mit Elektrizität und Wasser sparsam um. Schließen Sie die Wasserhähne und schalten Sie das Licht und den Ventilator aus, wenn Sie den Raum verlassen.
- Elektrogeräte wie Kochplatten und Heizgeräte sind nicht gestattet.
- Bitte löschen Sie Kerzen und Räucherstäbchen, wenn Sie das Zimmer verlassen.
- Sie sind für die Sicherheit Ihrer persönlichen Dinge selbst verantwortlich. Verriegeln Sie die Tür von innen, wenn Sie schlafen. Die letzte Person, die den Raum verlässt, schließt die Türe ab.
- Bitte versuchen Sie nicht, verschlossene Teile/Türen in Räumen zu öffnen.
- Wenn Sie abreisen, hinterlassen Sie das Zimmer in einem sauberen Zustand und geben Sie den Schlüssel nicht an andere, damit diese dort wohnen können. Der Schlüssel muss immer im Accommodation Office abgegeben werden.
- Trocknen Sie keine Kleidung auf den Veranden oder in anderen öffentlichen Räumen.
- Löschen Sie alle Lichter um 21:00 Uhr. Bitte halten Sie danach Ruhe.
- Hören Sie nicht auf Menschen, die sich einer engen Beziehung zu Sai Baba rühmen oder behaupten, innere Botschaften oder spezielle Gaben von Swami bekommen zu haben.
- Treffen Sie sich nicht mit Fremden und ermutigen Sie diese nicht zu Freundschaften, indem Sie Adressen tauschen usw.
- Sie sollten im Aschram niemandem Geld geben, außer für Dienste wie Unterkunft, Essen usw. Hüten Sie sich vor Betrügern und Personen, die Spenden sammeln.
- Beachten Sie bitte, dass es das indische Gesetz Ausländern verbietet, Einzelpersonen oder Organisationen (ausgenommen sind bestimmte dazu berechnete Körperschaften wie der "Sri Sathya Sai Central Trust" und der "Sri Sathya Sai Medical Trust", Prasanthi Nilayam) Spenden in bar oder auf andere Weise zu geben.
- Halten Sie bitte den Aschram sauber, Ausspucken und andere unreine Gewohnheiten sind zu vermeiden.
- Das Fotografieren ist in Prasanthi Nilayam verboten.

Quelle: Prasanthi Nilayam - Informationsbroschüre (nur im Aschram erhältlich)

Darshan

(das Sehen einer heiligen Persönlichkeit)

Nach Sai Babas Abschied ist es den Devotees nur noch möglich, innerlich seinen Darshan zu erhalten. Hiefür dürfte das, was Sai Baba einmal über seinen physischen Darshan gesagt hat, entsprechend gelten:

„Suche immer einen ruhigen Platz nach Meinem Darshan auf, wo du in die Stille gehen und die Vervollständigung Meines Segens empfangen kannst. Meine Energie strömt von mir aus, wenn Ich an dir vorübergehe. Beginnst du danach gleich mit anderen zu sprechen, wird die eben empfangene Energie verschwendet und kehrt augenblicklich ungenutzt zu Mir zurück. Sei versichert, dass alles, **was auch immer Meine Augen zu sehen bekommen, neu belebt und verwandelt wird. So wirst du Tag für Tag verändert. Unterschätze niemals, was Mein Darshan bewirkt. Meine Gegenwart unter euch ist ein Geschenk, wonach sich die Götter in den höchsten Himmeln sehnen. Diese Gnade bekommt ihr hier täglich; seid dankbar dafür. Der Segen den du hier bekommst, wird sich zur rechten Zeit in deinem Leben manifestieren. Jedoch erinnere dich stets daran; wer viel bekommt, von dem wird auch viel verlangt.**“ Sathya Sai Baba, aus dem Englischen übersetzt von einem Aushang im Aschram in Whitefield

Keine größeren Taschen auf dem Darshanplatz

Es dürfen keine Taschen größer als ein Portemonnaie mit auf den Darshanplatz genommen werden (die Größe bestimmen hierbei die Sevadal)! Auch elektronische Geräte, Kugelschreiber oder Bücher sind nicht gestattet. Erlaubt ist ein kleines Geldtäschchen, welches gut zu öffnen und einsehbar sein sollte und ein Sitzkissen. Alles andere geben Sie bitte vor dem Anlinen im Cloak-Room zur Aufbewahrung ab.

Lectures, spirituelle Vorträge

Die Lecture Hall befindet sich im ersten Stock über der nordindischen Kantine. Oft finden hier am späteren Nachmittag Vorträge in englischer Sprache über angewandte Spiritualität im Alltag oder Sai Baba und seine Lehre statt. Der genaue Zeitpunkt variiert. Infos dazu bekommt man bei der Accommodation oder von den Sevadals. Sonntags gibt es auch Vorträge am Vormittag.

Seva (selbstloser Dienst)

„Seva ist die höchste spirituelle Disziplin (sadhana). Weder die Rezitation des Gottesnamens (japa), noch Meditation (dhyana) können euch helfen, das Ziel so schnell und sicher zu erreichen, wie Seva.“ Sathya Sai Baba

Wer von den Frauen gerne im Aschram Sevadienst leisten möchte, ist jederzeit in der Westernkantine willkommen. Unmengen an Gemüse müssen täglich geschält und geschnippelt werden, um all die Menschen aus dem Westen zu verköstigen, die zum Essen kommen. Nach den Mahlzeiten stapeln sich in den Räumen hinter den Esshallen die Teller, Schüsseln und das Besteck und warten darauf, abgewaschen und abgetrocknet zu werden. Dieser Dienst in der Küche der Westernkantine ist zur Zeit nur den Frauen gestattet. Zum Austeilen des Essens sind in letzter Zeit auch Männer zugelassen.

Kleidung

Bitte kleiden Sie sich stets sauber und unauffällig und achten Sie auf ein gepflegtes Äußeres.

Die Männer tragen weiße Hosen und Hemden. Die Frauen tragen Punjabis, Saris oder lange Kleider mit Unterröcken. Wichtig ist, dass die Kleider weder auftragen, noch eng anliegen oder gar durchsichtig sind. Entsprechende Kleidung kann sowohl im Shopping-Center im Aschram als auch draußen im Dorf erworben werden.

Frauen im Aschram werden gebeten, ihre Ärmel bis zu den Ellenbogen zu bedecken und Kleider zu tragen, die bis zu den Fußknöcheln reichen. Zum Betreten des Darshanplatzes ist ein leichter, schlichter Schal erforderlich, welcher um die Schultern gelegt wird.

Wäsche waschen

Jedem Haus im Aschram sind registrierte Wäscher zugeteilt. Allmorgendlich sitzen diese Wäscher/innen vor den Häusern um gewaschene und gebügelte Wäsche zurückzugeben und getragene Wäsche zum Waschen in Empfang zu nehmen. Sie können Ihre benutzte Kleidung hier bedenkenlos abgeben, um sie am folgenden Tag wieder abzuholen. Nur bei besonders

guten Stücken mit seltenen Farbmustern oder aus empfindlichen Stoffen (z. B. Seide) sollten Sie mit der Reinigung bis zu Ihrer Rückkehr nach Österreich warten.

Nachtruhe

In den großen Hallen wird das Licht um 21:00 Uhr gelöscht, ab dann sollte auch im Aschram Stille herrschen.

Telefonieren

Vor dem Gebäude "Nord 1" gibt es eine Post, in der Sie telefonieren können. Bei längeren Aufenthalten kann man dort auch die Post abholen, die einem in den Aschram geschickt wird. Sie wird alphabetisch geordnet in Fächern abgelegt. Mit dem eigenen Handy lässt es sich bequem und billig telefonieren, wenn man sich in Indien eine SIM-Card kauft. Man bekommt eine indische Rufnummer zugeteilt und kann im Prepaid-Verfahren telefonieren.

Rückbestätigung der Flugtickets

Bisher war es üblich, das Flugticket etwa 4 - 5 Tage vor dem Rückflug in Bangalore bzw. über ein Reisebüro in Puttaparthi rückbestätigen zu lassen. Nach Einführung elektronischer Tickets scheint sich diese Praxis jetzt zu ändern. Um sicher zu gehen, sollte man sich beim Kauf eines Tickets in seinem heimatlichen Reisebüro entsprechend erkundigen.

Rückfahrt zum Flughafen

Der Aschram stellt keine Taxis zur Verfügung. Um Ihre Rückfahrt zu organisieren, wenden Sie sich bitte an eines der Taxiunternehmen außerhalb des Aschrams.