



## **Wichtiges zum Aufenthalt im Siddhanath Forest Ashram**

### **Anmeldung für das Deutsche Ashram Retreat vom 22. März 2026 bis 31. März 2026:**

Für alle, die bereits Ihren Flug gebucht haben, hier der Link zur Anmeldung:

<https://forms.gle/SBxn32B7frZEVt6c6>

Anmeldeschluss ist der 08.02.2026

### **Adresse des Ashrams:**

Siddhanath Forest Ashram Sitamai Dharam  
Sinhagad Road, Pune Maharashtra, India  
Tel: 0091-2032-3019-40



### **Visum:**

Beantragung des Einreisevisums für Indien über die offizielle Webseite der indischen Regierung!

<https://indianvisaonline.gov.in/evisa/>

Im Visumantragsformular wird eine indische Referenzadresse und Telefonnummer verlangt. Bitte verwendet die oben angegebene Adresse. Diese wird auch zum Ausfüllen des Einreiseformulars am Flughafen in Indien benötigt.

Der Ashram braucht Kopien des Reisepasses und des Visums zur Anmeldung bei den lokalen Behörden. Bitte in zweifacher Ausfertigung mitbringen.



### **Anreise:**

Bei der Anmeldung werden die Flugdaten erbeten, um die Abholung vom Flughafen zu organisieren. Es besteht die Möglichkeit nach Mumbai oder nach Pune zu fliegen. Von Mumbai braucht das Taxi mindestens 4 Stunden, je nach Verkehrslage kann es deutlich länger werden. Von Pune aus mindestens 1,25 Stunden.

Taxikosten von Mumbai Flughafen zum Ashram, Stand August 2025:

Kleines Taxi 4500,- INR pro Wagen (2 Personen)

Großes Taxi 5500,- INR pro Wagen (3-4 Personen)

Taxikosten von Pune Flughafen zum Ashram, Stand August 2025:

Kleines Taxi 1800,- INR pro Wagen (2 Personen)

Großes Taxi 2500,- INR pro Wagen (3-4 Personen)

Parkgebühren für den Flughafen werden extra verlangt. Dies je nach Wartezeit des Fahrers.

Der Fahrer wird bei der Abholung ein Schild mit dem Schwanenlogo des Hamsa Yoga Sangh hochhalten. Bitte wartet direkt am Ausgang, bis der Fahrer Euch gefunden hat. Nehmt NUR Euer bestelltes Taxi.

Bezahlt das Taxi beim Fahrer erst bei der Ankunft im Ashram. Bitte gebt dem Fahrer kein zusätzliches Trinkgeld. Dies ist ausdrücklicher Wunsch des Ashrams.

## **Finanzielles:**

Indische Rupien könnt Ihr am besten am Flughafen umtauschen. In der Ankunftshalle gibt es auch einen ATM zum Geld abheben (gilt für Mumbai).

Die Gurudakshina für die Zeit vom 22. März 2026 bis 31. März 2026 beträgt 1000 Euro

Das Geld wird in Bar (Euro) vor Ort eingesammelt.

Extratage kosten 75€ pro Person.

Kinder unter 10 Jahren sind von der Gurudakshina befreit.

Kinder ab 10 Jahren zahlen die Hälfte.

Jugendliche ab 18 Jahren zahlen den vollen Betrag.



## **Unterbringung:**

Zur Übernachtung stehen Mehrbettzimmer zur Verfügung. Die Unterbringung erfolgt nach Geschlechtern getrennt. Dies gilt auch für Ehepaare. Hiervon ausgenommen sind Familien mit Kindern.



## **Verhalten im Ashram**

### **Allgemein:**

- Der Ashram ist der Wohnort von Gurunath und Gurumata. Bitte respektiert die Privatsphäre des Gurus und seiner Familie.
- Streckt Eure Füße nicht in Richtung des Shiva-Lingam im Tempel oder in Richtung von Gurunath, auch wenn wir gemeinsam bei Satsangs zusammensitzen.
- Tragt möglichst weiße Kleidung. Schultern und Beine sollten bedeckt sein. Falls Ihr eine enganliegende Leggins anziehen möchtet, bitte ein längeres Oberteil darüber tragen.
- Der Austausch von Zärtlichkeiten in der Öffentlichkeit ist in Indien generell nicht üblich und im Ashram unangebracht.
- Der Konsum von Alkohol, Zigaretten und anderen Suchtmitteln ist untersagt.
- Bitte verschließt Eure Wertsachen im Koffer im Zimmer und haltet die Türen verschlossen. Der Ashram kann nicht verantwortlich gemacht werden, wenn Wertsachen verloren gehen.
- Geht bitte sparsam mit Wasser um und benutzt biologisch abbaubares Duschgel und Shampoo. Denkt daran die indische Müllflut möglichst nicht zu vergrößern, also mitgebrachten Plastikmüll wieder mit nach Hause zu nehmen.
- Zum Zähne putzen zur Sicherheit bitte das gefilterte Wasser benutzen.
- Toilettenpapier sollte nicht ins Klo geworfen werden. Es gehört in den, in jedem WC vorhandenen, kleinen Mülleimer.
- Putzsachen nicht vergessen! Wer Sauberkeit in seinem Zimmer und Bad möchte, dem sei gesagt, selbst ist der Mann bzw. die Frau.
- Du darfst gerne Seva (selbstlosen Dienst) leisten. Es gibt immer etwas zu tun, um den Ashram sauber zu halten und vielerlei Möglichkeiten sich nützlich zu machen.

### **Tempel:**

Der Tempel ist ein Ort der stillen Einkehr. Deshalb soll dort nicht gesprochen, nicht geschlafen, nicht gegessen und nicht gesungen werden.

Dies gilt auch für den Tempelvorplatz. Hier kann man sich zwar flüsternd unterhalten, bitte achtet aber darauf, die Ruhe der Meditierenden nicht zu stören.

Frauen sollen während ihrer Menstruation den Tempel nicht betreten.

### **Pool:**

Es gibt für Männer und Frauen getrennte Schwimmzeiten.

Neu ab diesem Jahr: Bitte unbedingt eine Badekappe tragen! Die Haare verkleben das Filtersystem. Generell ist der Pool nicht nur zum Baden, sondern auch zum Meditieren gedacht, da das Element Wasser die Energie verstärkt. So gilt auch hier: achtet auf die Bedürfnisse der anderen und sprecht Euch ab.

Nicht im Bikini, Badeanzug oder Badehose durch den Ashram laufen.

Bedeckt und benehmt euch angemessen! Es sind außer uns eventuell auch indische auswärtige Besucher und/oder Handwerker im Ashram. Besonders nackte weibliche Haut kann als anstößig empfunden werden.

### **Essen und Trinken:**

Im Ashram wird indisches-vegetarisch gekocht. Die Küche ist exzellent und ist auf unsere westlichen Bedürfnisse angepasst.

Heißes und kaltes, gereinigtes Wasser steht immer zur Verfügung. Ebenso Chai Tee. Wer Kaffee trinken möchte, kann sich diesen selber zubereiten. Hierfür bitte Espresso-Kaffeemehl mitbringen.



### **Was mitbringen? Empfehlungen:**

- weiße, luftige und körperbedeckende Kleidung (s.o.)
- einen Pullover (es kann nachts stark abkühlen)
- Bettlaken und Decken stehen zwar zur Verfügung, eigenes Bettzeug mitzubringen, z.B. einen Hüttenschlafsack, Schlafsack oder eine Decke, ist jedoch ratsam
- Trinkflasche (zum Abfüllen des gefilterten Wassers)
- Badebekleidung und Badekappe
- Handtücher
- feste Schuhe für Wanderungen
- großes Zahlenschloss für die Zimmertür (da sich mehrere Personen ein Zimmer teilen, hat sich das bewährt)
- Taschenlampe
- Mückenschutzlotions und Moskitonetze
- Eure übliche Reiseapotheke, Elektrolyte
- eigenes Meditationsbänkchen oder -kissen (vor Ort gibt es nur sehr flache Meditationskissen)
- Sonnenschutzmittel, Kopfbedeckung
- ...

