

- GRACIA DE AJAIB - RETIROS DE MEDITACION EN LA INDIA



GUÍA DE INFORMACIÓN Y COMPORTAMIENTO

Esta información está dirigida a quienes se les concede el valioso privilegio y la gracia de viajar en los grupos que visitan a Sant Sadhu Ram Ji en Nueva Delhi, India, para participar en los programas de meditación que se llevan a cabo en la remembranza del Amado Sant Ajaib Singh Ji. (Last update Nov 2009)

INDICE

	Página
Parte 1	
Mensajes de los Maestros.....	3
Parte 2	
Participación en los programas de Meditación en la India	5
Parte 3	
Guía de información y comportamiento para participantes extranjeros en los programas de Meditación	8
Parte 4	
Inscripciones para el programa	16
Parte 5	
Direcciones y teléfonos del programa en la India	19

Parte 1

Mensajes del Maestro

"Mi Gran Satgurú Sant Ajaib Singh Ji solía decir que debemos considerarnos sumamente afortunados si recibimos la oportunidad de participar en un programa de meditación, Satsang y canto a la gloria y la grandeza del Bienamado Satgurú, que se haga en cualquier lugar del mundo. Por lo tanto, la oportunidad de reunirnos por estos pocos días en Su divina remembranza no sólo es valiosa, sino que nos ha sido enviada por Dios mismo, y debemos aprovecharla plenamente.

Cada uno de los participantes debería utilizar lo mejor posible cada momento del tiempo a su disposición en el Programa, y olvidarse del mundo y de las cosas mundanas. Tengamos la más firme esperanza de que cuando el Satgurú Ajaib vea nuestro profundo anhelo y entusiasmo, El se llenará de misericordia por nosotros, vendrá a rescatarnos y nos ayudará a alcanzar el objetivo de avanzar en el Sendero interno. Amados, como un hermano en la fe, mis mejores deseos están con cada uno de ustedes para cualquier ayuda, asistencia y orientación que puedan necesitar en el campo de la meditación. Soy su humilde sevadar de tiempo completo, sin paga ni reconocimiento alguno."

Sadhu Ram

" Doy la bienvenida desde el fondo de mi corazón a todos los amados que han venido a este programa. Soy consciente y aprecio los esfuerzos que han hecho y las dificultades que han afrontado para viajar tan lejos de sus afectos y sus hogares.

Todo es obra de mi Bienamado Satgurú Sant Ajaib Singh Ji Maharaj. Yo sólo soy una marioneta en Sus manos y haré únicamente aquello que El me indique. Como ustedes bien saben, El fue la manifestación del Sat Purush y vino en la forma humana para nuestro beneficio; en esa forma que siempre es un lugar de sufrimiento. Su grandioso y bondadoso Gurú Sant Kirpal Singh Ji Maharaj le había dicho de forma amorosa que había muchas personas con una magnífica capacidad de explicar la teoría en palabras floridas, pero que como ellas no tenían la experiencia interna ni méritos a su favor, y tampoco habían realizado a Dios o siquiera a su propio ser, estaban en la oscuridad e iban a conducir a otros al foso de la ignorancia. Por consiguiente, El le aconsejó a Su hijo Gurumukh, el bienamado Sant Ji, asegurarse de que este Sendero sagrado e interno para la realización de Dios, que es en esencia de meditación, sacrificio y auto entrega, permaneciera siempre abierto a todas las almas sinceras y buscadoras que estuvieran hartas del mundo y de las cosas mundanas y quisieran deshacerse de ellas para encontrar a Dios.

Mi misericordioso Gurú, Bienamado Sant Ji, me dijo enfáticamente, incluso ante mi humilde protesta: "Te he puesto hacer el Simran y la Meditación como un guerrero valiente y te he convertido en Mi Propio Ser. Ahora es tu deber atraer mediante la persuasión a las almas que están insatisfechas con el mundo, sus asuntos y apegos, y que sinceramente desean encontrar a Dios, para que se vayan retirando gradualmente de la creciente ola de las pasiones y posesiones, del sentido del "yo" y de lo "mío", del orgullo y los prejuicios, del nombre y la fama, y mediten con la misma técnica con la cual Yo te he perfeccionado. Esto les permitirá avanzar internamente y llegar hasta el hogar eterno a su debido tiempo, después de atravesar un plano tras otro, apoyándose en sus propios esfuerzos y en la abundante gracia del Gurú."

"Amados, sé que la mayoría de ustedes están ansiosos de reunirse conmigo. Quisiera decirles que yo también tengo un profundo e intenso deseo de encontrarme con cada uno de ustedes por dos razones principales: primero, para ver a mi Gran Gurú manifiesto dentro de cada uno de ustedes en

sus varios matices y colores, y segundo, para preguntarles por su bienestar espiritual acerca del cual Sant Ji está muy preocupado y desea que mejore lo antes posible, y para ello ofrecer mi humilde ayuda y asistencia a quienes tengan problemas de esta índole. De este modo, nuestros corazones secos y tristes como están, podrán refrescarse y reverdecen con el agua espiritual del Satsang, y nos sintamos inspirados a retomar el Simran y la meditación con renovado celo y entusiasmo, y de esa manera hacer progreso y desarrollo interior.

Estimados hermanos y hermanas, éste es el propósito principal por el cual he hecho este largo viaje hasta aquí. Soy un hombre pobre y no es fácil mantenerme lejos del trabajo que me me proporciona los medios de vida. Pero es la gracia y la bondad del Bienamado Sant Ji la que me ha traído hasta ante ustedes, Sus hijos espirituales, para el beneficio y la elevación de sus almas.

Por lo tanto, amados, no duden ni sigan pensándolo más tiempo. Vengan con un corazón lo más receptivo posible y una mente lo más clara y pura que puedan, y aprovechen mi seva y servicio sincero y desinteresado. Espero que entiendan por qué los animo a presentarme sus problemas y dificultades en la meditación, ya que si mi seva les ayuda a librarse de ellas, ustedes se sentirán animados a hacer más Simran y meditación; y entre más tiempo ustedes le dediquen y menos obstáculos o privaciones se interpongan, más progreso obtendrán y más complacido se sentirá mi Gurú. Después de todo, ¿qué es lo más elevado que todos deseamos alcanzar en este Sendero? La felicidad, la aceptación y la complacencia de Sant Ji. Y si logramos eso mediante la práctica de la meditación constante y correcta, ¿que más nos quedará faltando? Con eso habremos alcanzado el propósito de nuestra vida.

Por todo esto, mis queridos hermanos en la fe, les ruego que traten de resolver sus problemas de meditación y que se enfoquen de todo corazón y con exclusivo empeño en la meditación. Soy siempre el lustrabotas del estimado Sadh Sangat, su servidor y sirviente de tiempo completo, sin paga ni reconocimiento alguno.

Sadhu Ram

“Quisiera dar la bienvenida a todos los amados que han venido al programa y a todos los padres que han traído a sus hijos. Estoy muy complacido de ver a todos ustedes y una vez más les doy la bienvenida. Como ya saben, todos ustedes han venido aquí con el propósito muy especial de hacer la meditación, y han dejado atrás sus hogares y negocios para venir a hacer la meditación. Luego, durante su permanencia aquí deberían pasar el mayor tiempo posible en meditación y mantener la disciplina, porque ustedes bien saben que aunque estemos aquí, la mente no nos abandona; está dentro de nosotros y su trabajo es controlar a las almas e impedirles la meditación. Y ella se esforzará con todos los medios a su alcance para mantenernos alejados de la meditación. Por lo tanto, debemos ser fuertes y recordar constantemente el propósito por el cual hemos venido a este sitio. Como saben, suelo aconsejar a los amados que durante su breve permanencia aquí, se concentren cada vez más en la meditación y el Simran.

En sus países hay muchas ciudades bellas y más grandes, en las cuales pueden hacer excursiones de turismo y cosas por el estilo. **Por eso, durante su estadía aquí no deberían perder tiempo haciendo viajes de turismo o de compras, o dedicarse a cosas mundanas. Mientras estén aquí deben concentrarse el mayor tiempo posible en la meditación, el Bayán y el Simran, para que obtengan el mayor provecho de este viaje. A lo largo de nuestra vida hemos hecho muchísimas compras y nos hemos ocupado de muchos asuntos. Ahora debemos ocuparnos de aquel negocio por el cual hemos venido hasta aquí, que es el de la mercancía del Naam, el trabajo de ganar los frutos del Naam.** Debemos sentir desde lo más profundo de nuestro corazón el anhelo de acumular la mayor riqueza del Naam, y para eso debemos concentrarnos más en hacer la meditación. Espero entonces que todos los amados escuchen mi petición, y le dediquen más tiempo a la meditación y no desperdicien el tiempo en cosas inútiles.”

Parte 2

Participación en los Programas de Meditación en la India

- Actualizado en Octubre 2009 -

Bajo las ordenes y los deseos expresados por los Maestros, se presentan al respetado Sadh Sangat las siguientes instrucciones sobre participación de los amados en los Programas de Meditación en la India. El Maestro pide que todos leamos cuidadosamente y aceptemos estas instrucciones antes de inscribirnos para participar en los Programas en la India.

1. El proposito del viaje a la India es la Meditacion, el Satsang y el Darshan. Son bienvenidos al programa todos los amados iniciados o aspirantes a la iniciacion, que esten dispuestos a venir a la India **con el único propósito de Meditar, recibir el Darshan del Maestro y asistir al Satsang**, despues de haberse preparado en sus hogares haciendo al menos cuatro horas de meditacion diaria.

Quienes asistan al programa deberán permanecer todo el tiempo en el lugar donde se lleva a cabo el programa, permaneciendo en recogimiento, abstenerse de socializar y no salir del lugar del programa por ningun motivo. Todos los participantes al programa deben dedicar su tiempo al Simran, a la meditacion, al Satsang y al Darshan. Los amados que se inscriban a los programas se comprometen a no salir de compras, ni de turismo, ni para hacer llamadas, ni por motivos de negocios, ni a hacer visitas o comprar regalos para sus seres queridos, ni para o por ningun otro motivo de caracter mundano.

2. Cuando estemos en los Programas, se nos aconseja **evitar completamente la tendencia a entretenernos con los demás, y preferir la soledad y el estado de recogimiento**. Se pide a los amados de Occidente no socializar ni mezclarse con los amados Satsangis de la India, vecinos, y/o Sevadares; así como tampoco intercambiar teléfonos o direcciones con otras personas. Somos nosotros mismos quienes nos beneficiaremos si mantenemos recogimiento y mantenemos nuestro corazon y nuestra mente emersos en la remembranza del Señor y en el Simran del Guru durante estos pocos dias. Kirpal Maharaj Ji solia decir que el recogimiento equivale a media meditacion. Sant Ji ha dicho que quienes transcurren su tiempo en recogimiento, recordando continuamente al Señor, ha transcurrido se tiempo con el Maestro.

Sant Ji aconsejaba a los miembros de familia de un amado que iba al Programa, a sus amigos, socios de negocios y miembros del grupo de Satsang de su ciudad, que tuvieran compasión por ese amado y le permitieran asistir al breve Retiro de unos días con todo su corazón y atención en el Maestro. El aconsejaba que no le pidiéramos a ese amado regalos de la India, ni recordarnos o llamarnos mientras estaba allá, y que tampoco le preguntara al Maestro por problemas o cosas del mundo. Los amados que asisten a los Programas merecen nuestro mayor respeto durante el tiempo valioso que pasan con el Maestro y durante esos pocos dias no deberíamos recargar sus corazones con nada diferente a recibir el Darshan y hacer el Simran, para que ellos puedan concentrarse en la gracia y las bendiciones del Maestro, las cuales segun Sus propias palabras nos llegan atraves del Simran y la Meditacion. Sant Ji nos decía que ésa era la mejor contribución, el mejor regalo, que podíamos hacer a quienes asistían a los Programas.

3. Para sacar el mayor beneficio del Programa, los amados deben estar dispuestos y preparados para dejar atras por unos cuantos dias sus fantasias, nexos y apegos del mundo. Durante nuestra estadia en India no debemos estar en contacto con las personas que dejamos atrás por medio de llamadas telefónicas a casa o al trabajo, mensajes de correo electrónico, etc. Si asistimos al programa y

pasamos nuestro tiempo alternando entre la remembranza del Señor y nuestro amor y apego por el mundo, ¿qué beneficio podremos obtener de un retiro de meditación en estas condiciones?

Se nos aconseja poner todo nuestro corazón y nuestra atención puesta en el Maestro durante estos pocos días, para que El pueda purificar y elevarnos en mente y alma, y teñirnos en el color del Naam. Si todavía no estamos listos para romper con nuestros apegos y ataduras siquiera durante los pocos días del Programa, ¿qué necesidad hay de asistir al Programa? Sería mejor quedarnos en casa y atender allí nuestros compromisos familiares y sociales.

4. Las instrucciones que el Maestro desea dar a conocer a los miembros de un grupo que asiste al Programa, serán impartidas personalmente por El, o por conducto de los organizadores del Programa autorizados por El. Si ustedes están dispuestos a aceptar y regirse por esas instrucciones, sin duda alguna complacerán al Maestro y serán bienvenidos al Programa.

5. Por otra parte; si un amado asiste al programa y no cumple con las instrucciones que ha dado el Maestro sobre la participación a los Retiros, por ejemplo, sale de compras o por cualquier otro motivo del lugar del retiro, o socializa con los miembros del sangat local, o establece contacto con la familia por medio de llamadas o correos electrónicos, o malgasta el tiempo de esta valiosa oportunidad – a ese amado podría negársele el permiso para asistir a futuros Programas en la India.

Todos los amados deben ser conscientes de que nuestros actos durante el Programa tienen un efecto directo sobre los demás amados, y que es deber nuestro utilizar este valioso tiempo para beneficio propio y tener el cuidado de no molestar a las demás personas que se esfuerzan en lograr lo mismo.

6. Todos los amados deben velar por mantener las habitaciones limpias, ordenadas y en silencio para que quienes deseen descansar o meditar no sean molestados por exceso de ruido, disturbios y actividad.

7. Antes de asistir a un Programa debemos dedicar tiempo suficiente a nuestra preparación aumentando las horas de meditación y Simran, y prestando debida atención a los detalles del viaje. Debemos viajar con las cosas que necesitamos para nuestro bienestar y comodidad, como son nuestros medicamentos, ropa apropiada para la época del año, chales y zapatos, libro de bayanes, etc.

Igualmente, debemos inscribirnos con los coordinadores locales al menos dos meses antes del programa y completar con un mes de anticipación los trámites de tiquete, pasaporte y visados. Debemos informar a los coordinadores de nuestra zona de los detalles de nuestro vuelo con suficiente anterioridad. Con esto estaremos contribuyendo a los arreglos que hacen los sevadares de la India respecto al recibimiento y alojamiento del numeroso grupo de extranjeros. Si estamos muy ocupados con nuestros asuntos del mundo y no podemos hacer los arreglos dentro del tiempo indicado, sería conveniente considerar postponer nuestro viaje para otra oportunidad en la que tengamos el tiempo y la atención necesarias para organizar todo con la debida anticipación, inscribiéndonos con los coordinadores para otra oportunidad, en la que nuestra participación será felizmente aceptada.

8. Si durante el programa llegamos a necesitar algo que hayamos olvidado, como por ejemplo, medicinas, una manta o pequeños objetos, como resultado de la pérdida del equipaje, podemos informarlo a los sevadares y ellos saldrán y nos traerán lo necesario. **Nadie debe salir por sí solo a conseguir estas cosas.** Debemos pedir la ayuda de los sevadares tan sólo para aquellas cosas que hemos olvidado o que sean una verdadera necesidad durante el programa. Se puede pedir una pequeña cantidad de Parshad para llevar a los demás amados y a nuestros hogares. (Por favor no pedir largas listas de cosas).

9. Todos los amados deben amablemente entender y respetar la santidad del salon de meditacion. El salon de meditacion es solo para el Satsang y la meditacion. No debemos hacer terapias de estiramiento, masajes o fisioterapias en el salon. De igual manera, el salon no debe utilizarse como zona para dormir. Todos los amados extranjeros cuentan tienen asignada una habitacion y una cama comoda para descansar. Nadie debe tratar de meditar durante toda la noche sin descansar en su habitacion por almenos cualquier hora.

10. Sant Ji solía decir que si participamos en un Programa de Meditación después de ganar algo de receptividad, si hacemos que nuestra mente entienda la enorme importancia de los preciosos momentos en la compañía de un Santo, entonces estos pocos días podrían cambiar nuestras vidas y convertirse en los días más importantes de nuestra vida. El decía que era sumamente importante que los amados trabajaran mucho en la meditación y en desarrollar receptividad, antes de asistir a los programas.

Sant Ji también decía que si sacrificábamos el Darshan del Maestro por cualquier otra cosa, perderíamos mucho. Tan sólo un Mahatma que hace la meditación, se da cuenta de lo que perdemos, porque El es el único que ha ido internamente y conoce lo elevado, importante y sagrado del Darshan del Maestro. Maharaj Kirpal Singh Ji solía decir que los pocos minutos en la compañía de un Santo Perfecto nos proporcionan mayor beneficio que 100 años de meditación en nuestro hogar. Y solía preguntar, ¿qué concesión mayor que ésta pueden esperar los amados?

Sant Ji también decía que si durante este Programa sagrado íbamos de compras o atendíamos cualquier otro asunto del mundo, podríamos perder la totalidad del beneficio ganado mientras estuvimos en la compañía del Santo.

Por último, y démosle gracias al Satguru Ajaib por esta invaluable oportunidad que nos está concediendo. Hagamos que cada uno de nosotros, animado por un corazón sincero y un ferviente deseo de encontrarle internamente, intensifique el Simran y la meditación para prepararse como es debido, con miras a participar en estos Programas de Meditación, de manera que todos podamos honrar y complacer así a nuestro bienamado Satgurú.

Parte 3
**Guía de información y comportamiento para los participantes
extranjeros en los Programas de Meditación**

-Actualizado Octubre 2009-

1. ACERCA DEL COMPORTAMIENTO RESPETUOSO

Los participantes en el Programa de Retiros de Meditación en Nueva Delhi somos huéspedes en un país extranjero. Por lo tanto, se nos pide que durante nuestra visita observemos con las demás personas presentes la mayor corrección, un comportamiento respetuoso, disciplina y cortesía. En el edificio y en las habitaciones donde nos alojamos debemos ser respetuosos, amables y amorosos con todos los participantes en el programa, y detenernos a pensar en el efecto que puedan causar nuestras acciones y comportamiento en los demás participantes, ya que todos asistimos a este sagrado peregrinaje tras una larga espera, un esfuerzo de ahorrar y un anhelo por esta oportunidad. No debemos hacer nada que distraiga o moleste a los demás en su deseo de obtener el máximo beneficio del valioso tiempo que pasamos a los pies del Maestro.

PRESERVAR EL AMBIENTE DE TRANQUILIDAD

Estar en la divina presencia del Maestro es una oportunidad única y de suprema importancia en la vida de un discípulo. Ya que se nos ha concedido este tiempo lejos de nuestras obligaciones cotidianas, aprovechemos al máximo este ambiente propicio de Ashram en la sagrada presencia del Maestro, para reducir al mínimo las conversaciones con los demás en nuestras *habitaciones, horas de comer y momentos después de recibir Darshan del Maestro*. Un comportamiento moderado y menos comunicación verbal, no sólo contribuirán a nuestra meditación sino también ayudarán a que no perturbemos involuntariamente el Simran de los demás.

“Todos deben estar sentados en el salón de meditación 15 minutos antes de que empiece el programa. Nadie debe hablar en el salón de meditación. Durante el tiempo que estemos sentados allí, todos debemos desarrollar amor por el Maestro. Debemos pensar sobre lo que el Maestro haya dicho e incorporarlo a nuestras vidas; entendiendo que eso es lo que nos corresponde hacer.

Esta instrucción es válida para todos, sangat local (India) y para los amados que vienen del extranjero.

Hemos venido hasta aquí por amor hacia el Maestro. Hemos gastado mucho dinero. Hemos hecho uso de nuestro valioso tiempo para venir hasta aquí. Vengan y saquen provecho del mismo, ganen la riqueza del Naam y regrésense. Hemos venido hasta aquí, saquemos el máximo provecho. Entendamos el Satsang y moldeemos nuestras vidas de acuerdo a su contenido. Esta es la razón por la cual debemos sacar el máximo beneficio del Satsang y de este programa.” (Sadhu Ram)

PARSHAD

Nuevas pautas para bendición de Parshad en la India y en las Giras Mundiales.

El Maestro ha dado nuevas y claras instrucciones acerca del procedimiento que se debe seguir cuando los amados desean pedir que se les bendiga algo para Parshad. El deseo del Maestro es que estas indicaciones se apliquen en India y en las giras mundiales. Estas instrucciones se refieren específicamente a las filas de Darshan (cuando el Maestro entra en el salón de meditación, en el langar, en el Ashram y demás lugares) donde los amados solían presentarle algunos objetos personales al Maestro para que El al pasar; los bendijera.

Las nuevas instrucciones son:

1. Los amados NO deben presentarle directamente al Maestro ningún objeto o comestible para que El

lo bendiga al pasar. **No debe haber ninguna bendición de Parshad durante las filas de Darshan, las caminatas del Maestro o cuando El entre al Salón de Meditación, Langar, etc.**

2.Los organizadores del Programa deben designar un lugar central (una mesa) con uno o varios sevadares encargados de recibir y distribuir los artículos que los amados desean que sean bendecidos.

3.Lo que se desee hacer Parshad, debe entregarse al sevadar al menos una hora antes de la llegada del Maestro. A los amados que deseen entregar algo después de este momento se les pedirá esperar a la próxima sesión de Satsang.

4.Los artículos que se bendecirán serán únicamente comestibles, medicinas y chales de meditación. No se deben presentar objetos como libros, fotografías, joyas, cosméticos, juguetes etc.

5.El Maestro ha hecho mucho énfasis en que los amados **controlen con mucha atención los ingredientes de los comestibles y de las medicinas; y se aseguren que estos no contengan ingredientes no vegetarianos o intoxicantes.**

6. Parshad (solo aquellos artículos mencionados en el punto Nro. 4) deben estar bien empacados en una bolsa plástica o celofán transparente, con el nombre del propietario escrito claramente. Se deben entregar solo paquetes con cantidades pequeñas. Para aumentar la cantidad; dicho parshad se puede rendir con mas cosas una vez sea bendecido.

7.El Parshad se debe bendecir SOLAMENTE una vez.

8.Por favor tengan en cuenta que el parshad que los amados deseen que el Maestro les bendiga en otras oportunidades, como durante las entrevistas privadas etc. no necesita tener una etiqueta con el nombre, pero debe seguir todos los demás requisitos mencionados en los puntos 4, 5, 6 y 7.

Se agradece y aprecia vuestra gentileza en el entender y cooperar con estas pautas.

Los Maestros dicen que cuando queramos tener suficiente cantidad de parshad para repartir entre los amados del Satsang y los miembros de la familia, podemos añadir algo extra como nueces o cereales, y ese alimento también se convertirá en parshad para los amados que nos esperan de regreso con el anhelo de recibir parshad del programa de la India.

LOS VIAJES CON EL MAESTRO EN LA INDIA

Viajar con el Maestro en la India es una gracia muy especial. Si forman parte de un grupo que viaja con el Maestro a un sitio de Satsang en la India, se les ruega observar la mayor cortesía y sencillez durante el viaje. Cada momento del viaje debe utilizarse para hacer el Simran y nuestro comportamiento debe ser respetuoso y disciplinado. Se nos pide que evitemos aglomerarnos alrededor del Maestro en los aeropuertos, en las estaciones de tren o de bus, y evitar demostraciones de afecto o devoción por El en público. Es deber de quienes viajan con El permitirle pasar desapercibido y transitar cómodamente por los lugares públicos.

INTERACCION SOCIAL Y REGALOS

El Maestro ha aconsejado en los términos más enfáticos que los participantes extranjeros no deben mezclarse ni interactuar socialmente con los miembros del sangat de la India. Por tanto se les ruega que tampoco traigan ni les ofrezcan regalos, ni intercambien direcciones o números de teléfono con ellos.

“Un hombre y una mujer no deben verse hablando demasiado. No debemos dedicar el tiempo que tenemos aquí para establecer contactos que culminen en relaciones matrimoniales. Esto aplica para

todos por igual, bien sea una persona de la India o un extranjero. Este es el Ajaib Ashram, dos personas del sexo opuesto no deben venir aquí para desarrollar apegos que lleven a una relación. Tampoco esta bien que ellos hagan aquí planes de matrimonio.

Porque si ellos hablan entre si, se despertaran pensamientos de lujuria.

Si ellos han decidido casarse, -decisión que deben haber tomado en sus hogares-, pueden venir aquí y recibir las bendiciones.

El esposo y la esposa deben vivir juntos en amor y armonía. Ellos incluso pueden sentarse en una misma habitación y meditar. La cosa principal es que sus pensamientos sean puros. Así sea, esposo y esposa, o cualquier otras personas que estén juntas, uno debe tener pensamientos puros. Ya sean amados de la India o extranjeros, los pensamientos son una misma cosa para todos.” (Sadhu Ram)

PARQUE

Frente al salón de Satsang hay un parque muy bien cuidado. Está bien caminar en el parque para hacer algo de ejercicio y respirar aire fresco, para luego regresar a las instalaciones interiores. Pero nadie debe sentarse en el parque ni recoger flores de allí. Si queremos sentarnos al aire libre, podemos utilizar la terraza del edificio donde nos alojamos.

COMPRAS Y ENCARGOS

“Primero que todo; nadie debe salir a comprar nada. Si necesitan algo deben decírselo a los sevadares y ellos irán y lo traerán”. (Sadhu Ram)

Se asume que entendemos, valoramos y tenemos muy presente que hemos hecho este largo viaje con el fin de obtener la riqueza valiosa del Naam y por tanto, debemos utilizar todo nuestro tiempo y energía sabiamente y con este único propósito. Salir del programa para ir de compras y de paseo es algo que no debe hacerse durante el programa. Maharaj Kirpal Singh Ji solía decir que si nosotros recordáramos a Dios durante tres días seguidos, El nos levantaría el velo y nos daría su Darshan. Y es con ese propósito que se organiza el programa.

Se espera que todos los participantes en el Programa traigan todo cuanto necesitan para su estadía y no hagan planes para comprar cosas en la India. Por favor presten especial atención a sus necesidades de cosméticos, artículos de baño y cualquier otra cosa de uso ocasional, en vez de pensar en comprarlos durante el programa. Se pueden encargar cosas absolutamente necesarias como medicinas o artículos que nos hagan falta por pérdida o demora en la llegada del equipaje, algo de ropa o pequeñas cantidades de comida para Parshad. Por favor no pidan grandes cantidades de cosas para llevar a casa. Esto no es considerado respetuoso y puede también abrumar a los sevadares que deben salir repetidamente a comprar las cosas. Por favor pida solamente aquello que necesita para su estadía en el programa, solo aquello que le permita sentirse bien y saludable durante el programa y algunas pequeñas cosas para llevar a casa como parshad. Solamente se pedirán cosas el primer día, antes de la llegada del Maestro o el ultimo día; después de que el Maestro se haya marchado. Por favor planee con anticipación lo que desea y necesita.

Las medicinas que se necesiten para tratar un malestar que se presente durante el programa, se pedirán de inmediato, cualquier otra medicina que no sea urgente se pedirá el día antes o después del programa.

Pregunta: Cuando el Maestro dice: Si los amados necesitan algo deben contactar a un sevadar y el sevadar se lo traerá, pueden los amados pedir cualquier cosa o hay alguna restricción?

Maestro: Algo pequeño y necesario, no todo. Algo que requieran durante su estadía aquí y lo poquito que deseen llevar de regreso a casa. Un poquito de cosas para comer o algo así, eso lo pueden llevar.

Los amados han venido desde muy lejos, pueden llevar un poquito de parshad.

Pregunta: Quisiera saber si la compra de cosas debe hacerse durante el programa o antes de Tu llegada y después de que te marches?

Maestro: Participaremos en el Programa, por consiguiente; solo antes de que este comience o al final de la estadía de los amados. Si tienen tiempo antes del programa, se puede pedir en ese momento. Pero el Programa se debe seguir. Hemos venido desde muy lejos, uno no debe faltar al programa. Participen en el Programa.

Pregunta: Tengo una pregunta; esto puede abrir la puerta a grandes compras. Para algunos un diamante es una cosa pequeña, para otros un dulce es una cosa pequeña. El espectro es muy amplio.

Maestro: "Si alguien desea puede llevar de aquí una pequeña cantidad de algo de comer. Si alguien ve aquí ropa mas económica, y la puede llevar, eso está bien. **Solamente, comestibles y prendas de vestir**".

FORMA CORRECTA DE VESTIR

La forma de vestir durante el programa en la India debe ser sencilla y respetuosa, como corresponde a las tradiciones culturales y espirituales de nuestros anfitriones en la India. Los vestidos deben cubrir todo el cuerpo y ser anchos para mayor comodidad en el momento de meditar. Los vestidos muy tallados al cuerpo o con escotes, los pantalones cortos, vestidos sin mangas o propios de baño, no son apropiados. A las mujeres se les pide que se cubran la cabeza con un chal o una bufanda cuando estén en la presencia del Maestro a la hora del Satsang. Los vestidos y la indumentaria debe tener una apariencia modesta. Debemos estar bien cubiertos todo el tiempo, incluso en las habitaciones en donde nos alojamos.

SALON DE SATSANG

"Todos deben estar sentados en el salón de meditación; 15 minutos antes de que empiece el programa. **Nadie debe hablar en el salón de meditación. Todos debemos desarrollar amor por el Maestro mientras estemos sentados allí.**" (Sadhu Ram)

Se pide a todos no dejar sus pertenencias en el salón de Satsang al término del programa del día, y llevarlos hasta sus habitaciones. El Maestro ha pedido que no utilicemos nuestras pertenencias para reservar sitio en el salón de Satsang a todo lo largo del programa, sino que demos a los demás la oportunidad de sentarse también adelante. El Maestro ha dicho que a El le gusta ver a todos los amados cerca al menos una vez durante el programa. Si retiramos nuestras pertenencias al término del día, se facilita limpieza del Salón.

Se ruega a todos guardar silencio y hacer Simran en todo momento mientras estemos en el Salón de Meditación, y muy especialmente después que el Maestro se haya retirado del Salón al término del Satsang y las sesiones de Meditación.

Durante las sesiones de canto de bayanes, se pide a todos dar una oportunidad a los demás.

Hombres y mujeres deben sentarse en lados separados del Salón de Satsang. Por favor respeten la línea divisoria. Los niños pueden sentarse con sus padres.

Los amados de estatura alta o quienes utilizan sillas y varios cojines para sentarse en el Salón deben ubicarse de tal modo que no obstaculicen la vista de los demás o a las personas de menor estatura sentados detrás de ellos. Como un acto de cortesía, por favor ubíquense en los lados o en la parte posterior del Salón.

Quienes utilicen cámaras o equipos de filmación deben ubicarlos en un lugar donde no se obstaculice la visión del Sangat.

Todos los amados deben amablemente entender y respetar la santidad del salón de meditación. El salón de meditación es solo para el Satsang y la meditación. No debemos hacer terapias de estiramiento, masajes o fisioterapias en el salón. De igual manera, el salón no debe utilizarse como zona para dormir. Todos los amados extranjeros cuentan tienen asignada una habitación y una cama cómoda para descansar. Nadie debe tratar de meditar durante toda la noche sin descansar en su habitación por al menos cualquier hora.

ALOJAMIENTO:

En los programas, durante la meditación, el Satsang y el langar; hombres y mujeres deben sentarse en zonas separadas. Hombres y mujeres, incluyendo parejas; serán alojados en habitaciones separadas.

2. INFORMACION

LANGAR

El Maestro ha dado instrucciones a los sevadares del Langar de participar también en los Satsangs y las sesiones de meditación y no dejar de asistir por motivos del seva; por lo tanto, para mayor facilidad de ellos se ha hecho un horario de Seva. Esto significa que las comidas se servirán aproximadamente media hora después de las sesiones de meditación y Satsang. Por favor acudan a comer tan pronto escuchen la campana, y coman sin demora para facilitar la limpieza.

DIETA ESPECIAL

Si alguien tiene alergia a los lácteos o a las harinas, se le pide informar con antelación para que se hagan los mejores esfuerzos de proporcionarle lo más adecuado a su dieta. Siéntase con toda libertad de informar a los organizadores sus necesidades especiales, para que pueda estar sano y cómodo durante el programa. Es responsabilidad de cada uno verificar cuidadosamente que la comida ofrecida cumple con las necesidades personales de su dieta especial. Los sevadares harán todo esfuerzo posible de proporcionarles alimentos acordes con su dieta, pero cada quien debe responsabilizarse de verificar y controlar que la comida se adapte a su caso personal.

ENTREVISTAS & DARSHANS

Dependiendo del tamaño de cada grupo, se organizarán entrevistas o darshans de grupo. Por favor asista solamente a UNA entrevista o darshan. Nadie debe hacer preguntas sobre cosas del mundo. Sólo deben hacerse preguntas cortas sobre meditación y Simran.

SEVA

Los amados de fuera de India pueden colaborar con varios sevas durante el programa como por ejemplo:

- Servir alimentos en el langar
- Lavar platos y limpiar las instalaciones
- Ayudar con las dietas especiales
- Aseo de las habitaciones y los baños

A quienes desean participar en estos sevas se les pide inscribirse en las listas de seva.

El Maestro nos recuerda que el mayor propósito y el mayor seva es el de la meditación. Es una buena cosa desear hacer algún seva físico, podemos participar en los diferentes sevas, pero debemos hacer solo la cantidad de seva que nuestro tiempo disponible nos permita y que no consuma toda nuestra

energía, nos debilite o nos cause enfermedad. Nuestros mayores esfuerzos deben ser para la practica de la meditación.

HABITACIONES

La limpieza de las habitaciones es muy importante para mantener la salud durante el programa. Por favor mantengan limpias y organizadas sus habitaciones. Los ocupantes de cada habitación pueden organizarse para rotarse el seva de barrer los pisos y limpiar el baño. Se les pide no guardar comida ni bebidas en las habitaciones. Las cocinas de cada piso están a disposición para preparar una merienda o una bebida, pero también deben mantenerse limpias y ordenadas en todo momento.

Hay pequeños armarios con llave en donde guardar los artículos de valor. Varias personas de una misma habitación pueden compartir el armario y asignarle la llave a una persona.

SEGURIDAD

A la zona de dormitorios tan sólo se permite ingreso a los participantes extranjeros en el programa y a unos cuantos sevadares de la India. Si observa la presencia de un extraño o nota actividades sospechosas, por favor comuníquelo de inmediato a los organizadores.

BAÑOS

Se les ruega tener en cuenta que hay una serie de baños ubicados en la terraza del edificio donde nos alojamos y son bastante espaciosos. Si le corresponde dormir en una de las habitaciones grandes, piense en utilizar los baños de la terraza cada vez que pueda, en vez de entrar constantemente a los baños de las habitaciones pequeñas, en donde los demás amados pueden estar descansando.

AGUA

El agua que se ofrece en el Langar y en las cocinas de los dormitorios es agua potable. Se puede utilizar para beber y lavarse los dientes. El agua corriente de los lavamanos no se debe tomar ni utilizar para lavarse los dientes.

LLAVES DEL AGUA

En Delhi, algunas veces se interrumpe el suministro de agua. Si esto ocurre mientras utiliza una ducha o un lavamanos, cerciórese por favor de dejar la llave cerrada para eliminar la posibilidad de inundaciones cuando regrese el agua.

MOSQUITOS

Se aconseja el empleo de mosquiteros y repelentes anti-mosquitos en los programas de abril, mayo y junio. El Programa se realiza en una zona con bajo riesgo de malaria, sin embargo, se aconseja como precaución tomar algún tipo de prevención anti-malaria. Hay medicinas homeopáticas que son efectivas y no tienen efectos colaterales. Consulte con su médico.

3. PREPARATIVOS DE VIAJE

PASAPORTE & VISA

Todos los participantes necesitan viajar con un pasaporte vigente y un visado para ingresar a la India, así como para abordar su vuelo y hacer las conexiones durante su viaje. La visa para ingresar a la India se obtiene en una Embajada o consulado de la India en su país.

VUELO DE IDA Y REGRESO DE LA INDIA

Después de recibir el permiso para asistir a un programa, los organizadores esperan que los participantes lleguen y salgan de la India en las fechas anunciadas. Las excepciones deben ser autorizadas por Daryl Rubin o Harbans Bains.

NIÑOS

Se les pide a los padres que deseen llevar a sus hijos al programa que planeen con suficiente anterioridad su viaje llevando consigo lo necesario para el cuidado y bienestar de los niños durante su estadía en India. Por favor explíquelo a los niños cual es el proposito del viaje, el beneficio que pueden obtener pasando algun tiempo con el Maestro, asi como los detalles del horario y que partes del mismo deben seguir, como participar y en general, que esperar del viaje. Durante el programa, los niños no deben ser descuidados ni desatendidos. Los padres o la persona que les ayude debe estar siempre con los niños y responsabilizarse de su cuidado y de sus necesidades.

LLEGADA AL AEROPUERTO

Si viaja por primera vez a la India y llega solo al aeropuerto de Delhi, sostenga de manera visible en la mano un libro de bayanes a la salida del muelle internacional, para que los sevadares de recibo en el aeropuerto lo identifiquen con facilidad.

VIAJE DE REGRESO

En un tablero de anuncios del Programa se informa la hora de salida de los buses o taxis que llevan los grupos y las personas al aeropuerto. Generalmente se pide tener el equipaje listo con cuatro horas de anticipación a la hora de salida del vuelo. Si no encuentra esa información, pregunte a los organizadores.

COSTO DEL PROGRAMA

El programa se realiza por la Gracia del Maestro y la participación en él no tiene costo alguno. El Maestro ha confiado a las familias que nos hospedan la tarea de ofrecer todo lo necesario al Sangat. Por favor no ofrezca ninguna donación, regalos o dinero, durante su estadía.

EQUIPAJE

Cuando empaquen su equipaje para regresar a su país, asegúrense de llevarse todas sus pertenencias. Por favor no dejen nada en la India, ya que es incómodo para los sevadares buscar el dueño de los objetos abandonados.

DIRECTORIO DE SEVADARES DE NUEVA DELHI

A todos los participantes se les distribuye, además del Directorio de sevadares en Nueva Delhi, una copia del Mensaje del Maestro sobre los Programas en la India y la presente Guía para los Retiros. Por favor lean estos comunicados antes de su viaje y viajen con una copia de los mismos. En caso de un cambio de itinerario diferente al informado a los organizadores, o de retraso en el vuelo de llegada a Nueva Delhi, por favor comuníquelo a Harvinder Rana al teléfono 91-98-11027225.

SUGERENCIAS PARA EL CUIDADO DE LA SALUD

1. Haga Simran constante. El Simran es el mejor remedio para toda enfermedad del cuerpo y del alma.
2. Cumpla con el horario del programa y descanse lo suficiente.
3. Lávese las manos después de utilizar los baños y antes de las comidas.
4. Coma poco. El consumo excesivo de alimentos ocasiona una sobrecarga al cuerpo, especialmente durante los viajes y en ambiente desconocidos.
5. Mantenga las habitaciones limpias. No guarde comida ni bebidas en las habitaciones.
6. Absténgase de visitar tiendas o los mercados de la India. Todo lo que usted compre allí, puede perturbar su tranquilidad y la de los demás.
7. Tome sus comidas solamente en el Langar. Consumir alimentos de fuera de la sede del Programa puede causarle molestias de salud y contagiar a los demás.
8. Báñese regularmente. Esto es importante en las temporadas de calor y en las situaciones de convivencia con otras personas.

9. Asegúrese de tomar suficiente agua, especialmente en los meses de calor. La deshidratación ocasiona muchas molestias de salud.
10. Descanse después del almuerzo. Para mantener la salud, aproveche las pausas de descanso que hay en el horario del programa.
11. Si se siente enfermo, descanse y consulte con un médico. Además, tome la precaución de lavarse las manos, reposar en la cama y mantener una distancia cortés de los demás amados para evitar que ellos también se enfermen. Por favor no haga seña en el Langar si se encuentra enfermo.
12. Lleve en su equipaje todas las medicinas que usted necesite para cualquier tratamiento de salud que tenga en el momento.

4. OBJETOS DE VIAJE

Por favor no viaje con demasiadas cosas en su equipaje. La estadía se limita a unos pocos días (5-7). A cada persona se le proporciona almohada, cobijas y cojines. Por favor viaje con lo mínimo de ropa y que sea acorde con la estación del año. Recuerde un chal, suéter, zapatos, sandalias, libro de bayanes, medicinas, vitaminas, toallas y artículos de baño. El espacio en las habitaciones es muy limitado, por eso trate de viajar sólo con una maleta mediana o pequeña y un maletín de mano, eso debe ser suficiente para lo que necesita durante su estadía.

DOCUMENTOS

Asegúrese de viajar con su pasaporte, visa, tiquete aéreo o copia del tiquete electrónico, dinero para cubrir sus gastos durante los viajes de ida y regreso.

ROPA

Viaje con mudas de ropa para 5-7 días del Programa y para los días de viaje. Tenga presente la ropa adecuada para la estación del año, sea invierno o verano. (Una chaqueta, un suéter, sombrilla etc.) Recuerde que puede necesitar sandalias y medias o calcetines adicionales.

MANTAS

Una manta ligera para la meditación y el descanso puede ser útil, según la estación del año y el estado del tiempo.

MEDICAMENTOS Y OTRAS AYUDAS

Viaje con los artículos esenciales para el cuidado de la salud que normalmente utiliza para mantenerse saludable y tratar malestares leves. Malestares comunes para los cuales es bueno estar preparados son: mal de estómago, diarrea, náusea, gripe, tos, dolor de cabeza, dolor del cuerpo, irritaciones de la piel, insomnio y lo exigido por su metabolismo. Tenga a la mano cosas útiles para un viaje cómodo: descongestionante, gotas de rescate, analgésicos, almohada de viaje, etc.

TOALLAS Y ARTICULOS DE BAÑO

Inlcuya en su equipale jabón, toalla, cepillo de dientes, champú, cepillo del pelo, etc.

ARTICULOS DE USO PERSONAL

Libro de bayanes, diario de meditación, esfero y papel, reloj despertador, lentes, linterna, bolsas plásticas, bolsa de ropa sucia, etc.

5. CLIMA EN INDIA

(Temperaturas en grados centígrados)

Mes	Temperatura promedio (máximas)	Temperatura promedio (mínimas)	Probabilidad de lluvia
ENERO	17	4	Leve
FEBRERO	22	9	Leve
MARZO	26	14	Leve
ABRIL	35	22	Leve
MAYO	41	27	Leve
JUNIO	42	29	Leve
JULIO	38	28	Período de lluvias
AGOSTO	38	27	Período de lluvias
SEPTIEMBRE	36	26	Lluvias ocasionales
OCTUBRE	32	20	Lluvias
NOVIEMBRE	27	14	Leve
DICIEMBRE	18	4	Leve

Parte 4

INSCRIPCIONES PARA LOS PROGRAMAS EN LA INDIA Sant Sadhu Ram Ji Retiros de Meditación en Nueva Delhi India

Al muy apreciado y amado Sadh Sangat de los Grandes Maestros:

En la Divina Voluntad y por instrucciones de nuestro Amado Satgurú Sant Ajaib Singh Ji Maharaj, Sant Sadhu Ram Ji ha aceptado realizar retiros de Meditación y Satsang en Nueva Delhi para beneficio del Sangat. Los retiros se realizan en la divina remembranza de Sant Ji y los arreglos de alojamiento permitirán acoger a los participantes de todo el mundo.

El Maestro ha pedido bondadosamente a todos los participantes tomar nota de las siguientes orientaciones y disponerse a cumplirlas

Tiempo de meditación. Sant Sadhu Ram Ji ha pedido a todos los amados que antes de venir a los programas dediquen al menos 4 horas diarias a la meditación en sus hogares y continúen haciéndolo después, ya que eso les dará un gran impulso para ser receptivos, como fue siempre el deseo de Sant Ji. El Maestro ha dicho que ésta es una oportunidad óptima para recibir el beneficio y la gracia que los Maestros quieren prodigarnos.

Propósito del viaje. **El objetivo del programa es la Meditación, el Darshan y el Satsang. Se pide a las personas que asistan a los retiros que viajen con el único propósito de hacer el programa de meditación, cumplir con el horario y no hacer planes diferentes durante este sagrado viaje, como son visitas, excursiones, salidas de compras, viajes de turismo o actividades similares, en el viaje tanto de ida como de regreso de la India. Todos los participantes deben permanecer en el sitio del programa durante el programa y cumplir con el horario de Satsang, Darshan y Meditación.**

Viajes en Grupo. Todos los participantes deben hacer el viaje de ida y de venida a la India con los demás miembros de su país, hasta donde eso sea posible. La llegada y salida de India debe ajustarse a las fechas exactas fijadas para el viaje, tal como se especifican en este anuncio, sin cabida para excepciones de ninguna clase. El viaje a la India para participar en los retiros debe financiarse con nuestros propios ingresos.

Itinerario de viaje. Los Coordinadores de los grupos a la India en cada país o región, o los viajeros sin grupo, deben suministrar a Daryl Rubin los nombres de los viajeros y los itinerarios de viaje por lo menos tres semanas antes de viajar, con objeto de hacer los arreglos apropiados para recibir y ofrecer alojamiento a todos ellos. Por favor cerciórense de suministrar los detalles correctos de viaje, de manera que sean debidamente recibidos en el aeropuerto de Delhi.

Objetos de viaje. Se les ruega incluir en su equipaje todos los objetos que necesitan para el programa, ya que durante su permanencia no habrá oportunidad de salir de compras. Y se les pide que en lo posible traigan una sola maleta y un maletín de mano puesto que el espacio en los dormitorios es limitado. No hay necesidad de traer en el equipaje mantas, sábanas, almohadas o cojines de meditación, puesto que todos esos elementos serán suministrados.

Las personas que deseen participar en un programa en la India deben comenzar por inscribirse en uno de los grupos autorizados y obtener permiso del Coordinador, antes de proceder con los planes para venir al Retiro en la India. Se pide culminar la compra de su tiquete y la gestión de su visado a más tardar 3 semanas antes de la fecha del viaje del grupo. Debido a las limitaciones de espacio, sólo se permitirá participar en el programa a aquellos amados que hayan obtenido la previa autorización. Para obtener dicho permiso por favor dirigirse al coordinador de su país.

COORDINADORES PARA AMERICA LATINA

Colombia

Margarita Valenzuela
Telefono: Bogotá 615-1520
mvalenzuela1970@gmail.com

Ecuador:

Jaime y Leticia Tamariz
Email: leticiaabarreiro@hotmail.com
Telefonos: 59342888067 -59342391642
Celulares: 59394676278 -59397938676

Venezuela:

Piara & Piari Andolfatto
Email: piara_piari@yahoo.es ;
santji@cantv.net
Telefono: +582129781006; +582126326032

México:

Elvia Luque Hernandez & Miguel Aguilar
Luque:
Email:
maquilar@representacioneslegales.com.mx

COORDINADOR PARA ESTADOS UNIDOS, CANADA, SURAFRICA, GHANA, AUSTRALIA, NUEVA ZELANDA, SINGAPUR, ASIA, AFRICA, y para cualquier otro país que no se mencione en esta lista:

Daryl Rubin
Email: darylrubin@yahoo.com
Telefono: 801-627-6527

COORDINADORES PARA EUROPA

Reino Unido, Italia, Alemania, Austria, Suiza, Francia y todos los demás países Europeos (excepto España)

Christopher Reitz:
Email: creitzpersonal@yahoo.com
Telefono: (39) 011 6604319
Celular : (39) 335 6906272

España

Manuel Sales Ros
c/o Juan Pablo Gutierrez
Email: spain.sangat@yahoo.es
Telefono: 34 605320625

Si por algún motivo, no le es posible establecer contacto con el coordinador de viajes de su grupo, puede dirigirse a:

Daryl Rubin (USA)

Email: darylrubin@yahoo.com
Telefono # 801-627-6527

o

Harbans Bains (UK)

Email: bainsharbans@yahoo.co.uk
Phone # 447932392504

Parte 5

DIRECTORIO PARA LOS PROGRAMAS EN LA INDIA

(Por favor imprima esta hoja y llévela en su viaje a la India) (Actualizado: Octubre 2009)

Códigos para llamadas internacionales India 91

Nueva Delhi Fijo 11 Nueva Delhi Celular 98 ó 99

Código para teléfono fijo en Delhi = 9111 Código para celular en Delhi = 9198 o 9199

Harvinder Singh Rana - Lugar del programa

M-18, Lajpat Nagar III
Near Mool Chand Hospital
New Delhi India 110024
Teléfono (9111) 2984 8634 o 2464 9167
Celular (9198) 11027225
email harvindersingh@ajaib.com

Baldev Oberoi - Traductor del Maestro

D-23, East of Kailash
New Delhi India 110065
Teléfono de residencia (9111) 2645 3643
Celular (9199) 6809 2643
Email to : oberoimail@ajaib.com; oberoimail@bol.net.in

Harbans Bains - Pathi

Dirección: 173, Springwell Road Heston, TW59BN, UK
Teléfono de Casa (4420) 8570 4791 Celular (4479) 3239 2504
New Delhi Cell (9199) 6800 9147
Bhupinder en Delhi Cell (9199) 68009147
Email: bainsharbans@yahoo.co.uk

Daryl Rubin

3330 Baker Dr
Ogden, Ut. USA 84403
Teléfono residencia (1-801) 627 6527
Oficina (1-801) 399 1418, Fax (1-801) 627 9020
Email: darylrubin@yahoo.com TeraNaam@aol.com daryl@ajaib.com

NOTA: Por favor tenga en cuenta que durante las giras mundiales y programas en la India, Harbans y Daryl pueden ser localizados en los siguientes teléfonos celulares : **Harbans : +4479-32392504 y Daryl: 801-4586379 (celular americano)** o por email a: bainsharbans@yahoo.co.uk darylrubin@yahoo.com

Si usted viaja a un programa en Nueva Delhi y sus datos de vuelo cambian, por favor a informarlo a Harvinder Singh los nuevos datos de su vuelo a:

E-mail: harvindersingh@ajaib.com Teléfono Celular (91-98) 11027225