



Informace o ášramu Prašánti Nilajam

(aktualizace 1. 1. 2012)

Úvodní slovo

Satja Sái Bába opustil své tělo v dubnu 2011, přesto je ášram v Prašánti Nilajam stále velmi silným místem, kde lze cítit Sái Bábovu přítomnost stejně silně jako dříve. Všechny duchovní aktivity i oslavy svátků v ášramu probíhají stejným způsobem jako dříve a oddaní mají též možnost získat daršan (vidění) a požehnání Mahá samádhi (místa posledního odpočinku Sái Bábova těla). Návštěva ášramu v Prašánti Nilajam má tedy stále svůj význam a je opravdovou poutní cestou spojenou s hlubokou osobní transformací.

Abychom usnadnili novým návštěvníkům cestu do ášramu a orientaci na místě, připravili jsme tento dokument. Prosím dbejte na to, že informace v tomto materiálu nemusejí být přesné. Vždy platí až to, co zjistíte na místě. Je totiž obvyklé, že otevírací časy, ceny i různá pravidla v průběhu doby mění a zejména v Prašánti Nilajam dává Sái Bába v jemnohmotné formě každému pocítit, že on je režisérem a že žádné předem dané jistoty neexistují. Přesto věříme, že informace obsažené v tomto materiálu mohou alespoň rámcově pomoci.

Základní info - klima, poloha, časový posun



Východ z ášramu v Prašánti Nilajam

Poloha

Prašánti Nilajam se nachází v okrese Anantapur ve vesnici jménem Puttaparti, ve svazovém státě Andhra Pradéš, v jižní Indii na 14° severní šířky a 78° východní délky. Nadmořská výška je 800 m.

Časový posun

Činí 3 a ½ hodiny oproti našemu letnímu a o 4 a ½ hodiny oproti zimnímu času. (Oni jsou napřed).

Klima

V Puttapárthi může být horko a vlhko. Obecně je teplota:

léto : 30°C – 40°C

zima : 20°C – 27°C

Listopad – únor : „chladnější“ počasí, bývá asi 25°C – 30°C, noci a rána jsou chladnější. Nejideálnější doba pobytu v Indii. Koncem února se začne oteplovat a nastane zlom přílivu horkého vzduchu.

Jihozápadní monzuny hrají hlavní roli v ovlivňování počasí. Severovýchodní monzuny jsou odpovědné za asi jednu třetinu celkových srážek. Deště se dají očekávat během června, července a srpna a opět od října do prosince.

Rána od listopadu do začátku února mohou být studená, takže jsou vhodné lehlé vlněné oděvy. Jakmile však vyjde slunce, obvykle se oteplí.

Zde je detailnější rozpis dle měsíců :

Leden : příjemně, teplo, 30°C

Únor : horko, 32°C

Březen : velmi horko, 35°C – 40°C

Duben : velmi horko, 35°C – 43°C

Květen : velmi horko, 35°C – 43°C

Červen : velmi horko, lehké deště 33°C

Červenec : horko, náhlé silné deště, 33°C

Srpen : horko, náhlé silné deště, 32°C

Září : horko, 32°C

Říjen : horko, lehké deště, 32°C

Listopad : horko, lehké deště, 31°C

Prosinec : příjemně, 30°C

Jak se dostat do Prašanti Nilajam

Před cestou

VÍZUM

je nutné. Dostanete jej podle vámi požadované délky pobytu. Klasické turistické vízum s platností na půl roku dnů stojí 800,- Kč. Minimálně dva až tři týdny před odjezdem o něj musíte požádat na Velvyslanectví Indické republiky.

Adresa je : Milady Horákové 60/93, Praha 7. Úřední hodiny jsou Po-Pá od 9:30 – 12:00 hod.

Žádost se podává na formuláři, který buď dostanete přímo na velvyslanectví nebo si ho stáhnete z jejich internetových stránek: www.india.cz, dále je potřeba přiložit 2 fotky v pasovém formátu a samozřejmě pas.

POJIŠTĚNÍ

Není nutné, ale doporučeno. Když se dostanete na místo, můžete získat bezplatné ošetření v místní nemocnici (General Hospital).

OČKOVÁNÍ

není nutné. Dostanete ho na „hygienických stanicích“, poradte se se svým běžným lékařem (přesný výčet zařízení, která mohou provádět očkování do zahraničí najdete v příloze č. 1 k zákonu č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, v platném znění).

(Pokud budete žádat o jiné než turistické vízum, je třeba se na velvyslanectví zeptat, zda-li musíte být očkováni nebo mít krevní testy).

Jinak není očkování povinné.

Cesta

V podstatě jediná rozumná cesta do Indie je letecky. Nejbližší letiště je Bangalore (cca. 160 km od Prašánti Nilajam). Odtamtud se dá jet buď taxíkem nebo autobusem. Do Bangalore neexistuje z Prahy žádný přímý let. Většinou se létá s přestupem v Londýně, Frankfurtu nebo Dubai.

Pro odvážnější je též možný let do Mumbai, který je levnější. Odtamtud se dá letět lokálními nízkorozpočtovými aerolinkami nebo vlakem. Pokud ale jedete do Indie poprvé a bez někoho, kdo ví jak toto zařídit, tak si raději kupte letenku až do Bangalore.

Další možností jak občas ušetřit je jet autobusem do Frankfurtu (Eurolines nebo Student Agency) a z Frankfurtu použít přímý let do Bangalore.

Ještě před přistáním dostanete od letušek vstupní formulář („embarkation card“), který si necháte na odbavení na letišti.

Taxíkem z letiště v Bangalore do *ášramu* trvá cesta asi 3 hodiny. Nejlepší je zmluvit si taxi předem e-mailem (včetně ceny). Stačí poslat počet cestujících, jméno a datum, čas a číslo letu. Existuje mnoho společností, kteří tuto přepravu zajišťují (např. N. Ahmed – nahmedtravels@gmail.com). Cestu zpět je možné opět objednat ve vesnici Puttaparti.

Když si neobjednáte auto předem, tak po vystoupení z letištní haly je mnoho taxikářů, kteří vás budou oslovovat. Nezapomeňte, že smlouvat o cenu je nutnost! S taxikářem si vždy domluvte cenu předem a platte až po příjezdu do *ášramu* (je ale možné, že po vás bude chtít taxikář zálohu předem, aby mohl natankovat). Též je možné, že taxi na místě bude dražší než předem objednané. Cena za jednu cestu menším autem se pohybuje cca. kolem 1400,- Rs.

Základní pravidla a řád chování v *ášramu*

Na pomoc oddaným v jejich duchovním úsilí, k rozvíjení božské lásky a k uvědomění si svého vrozeného božství, byla sestavena určitá pravidla a řád chování. Jsou součástí disciplíny, nezbytné k tomu, aby si oddaní během svého pobytu v *ášramu* mohli uvědomovat a využít vnitřní blízkost Satja Sái Báby pro pokrok ve svém duchovním úsilí.

1. Udržujte prosím ticho a mějte děti pod dozorem.
2. Na otevřeném prostranství, ani v obytných prostorech, není povolen skupinový ani individuální hlasitý zpěv bhadžanů.
3. Nepoužívejte tranzistorová rádia nebo magnetofony způsobem, který by mohl rušit ostatní.
4. Oblékejte se čistě, cudně a skromně.¹
5. Zsvěťte svůj čas duchovním aktivitám a svému duchovnímu úsilí.
6. Kouření, hry, konzumace alkoholických nápojů, nevegetariánského jídla (včetně vajec) a drog je v *ášramu* přísně zakázáno.

¹ můžete nosit vlastní nebo indické oblečení, musí však splňovat následující požadavky. Muži nesmí nosit trička bez rukávů a krátké kalhoty. Po ženách se vyžaduje, aby byly zahalené až ke kotníkům, ramena a hrudník musí mít přikrytá šátkem, jelikož by neměla být vidět linie prsou. Příléhavé nebo průhledné, stejně jako plážové nebo sportovní oblečení není dovoleno. Na nohy jsou nejlepší laciné sandály. Při vstupu do všech veřejných budov se musí zouvat obuv. Vaše oblečení je odrazem lásky a respektu k Sái Bábovi.

7. Ženy a muži by se neměli na svých pokojích/halách vzájemně mísit a scházet.
8. Žádnému cizinci nedovolte, aby vás na vašem pokoji/hale navštívil a nepřipusťte, aby tam někdo bydlel – včetně verandy- bez povolení ubytovací kanceláře. Osoby, pobývající mimo *ášram*, nemají právo vstoupit na pokoj či do haly bez povolení.
9. Udržujte prosím pokoj/halu v čistotě. Vaření není uvnitř povoleno.
10. Spotřebujte laskavě minimum elektřiny a vody. Před odchodem zavírejte kohoutky, zhasínejte světla a vypínejte ventilátory.
11. Používání elektrického příslušenství, jako jsou vařiče a ohříváče, není povoleno.
12. Dohlédněte, aby v zamčeném pokoji nezůstala rozsvícená svíčka, nebo vonná tyčinka.
13. Bezpečnost vašich osobních věcí je ve vaší odpovědnosti. Když jdete spát, zavírejte zevnitř dveře. Pokud jste poslední, kdo odchází, vždy zamykejte.
14. Nezkoušejte prosím otevírat kterýkoli zamčený pokoj.
15. Jestliže se stěhujete z pokoje/haly, opusťte jej prosím čistý a nedávejte klíče žádné osobě, aby tam mohla přebývat. Klíče vždy vraťte do ubytovací kanceláře.
16. Nesušte prádlo na verandách, či jiných společných prostorách.
17. Všechna světla zhasínejte ve 21:00 hod. Po „večerce“ již nikam prosím nechodte.
18. Nevšímejte si těch, kteří tvrdí, že mají blízký vztah se Sáí Bábou, že od něj mají pro vás intimní zprávu, či zvláštní požehnání.
19. Nesdružujte se s neznámými lidmi, nepodporujte je v rozvíjení přátelských vztahů s vámi výměnou adres atd.
20. Nikde v *ášramu* po vás nemají být nikým požadovány peníze s výjimkou služeb, jako je ubytování, jídlo apod. Mějte se na pozoru před zloději a osobami, vybírajícími na různé fondy.
21. Berte prosím na vědomí, že dary, věnované cizinci za jakýmkoli účelem - ať v hotovosti nebo v naturáliích - dané jednotlivci či organizaci (s výjimkou autorizovaných institucí, jako je Sri Sathya Sai Central Trust, Sri Sathya Sai Medical Trust v Prašánti Nilajam) nejsou podle zákonů země povoleny.
22. Věnujte pozornost udržování čistoty v *ášramu*. Vyvarujte se plivání a jiných nečistých návyků.
23. Fotografování je v Prašánti Nilajam zakázáno.
24. Do Mandiru (*Pozn.: hlavního chrámu v Prašánti Nilajam*) si s sebou prosím neberte fotoaparáty, magnetofony, tranzistorová rádia apod.
25. Žádáme návštěvníky, aby používali jídelny, kde je strava připravována oddanými pro oddané při dodržování hygienických pravidel.
26. Žádáme také návštěvníky, aby používali pouze služeb autorizovaných nosičů, praláků, sloužících atd. a platili pouze předepsané částky.
27. Pokoje (byty) v Prašánti Nilajam nejsou vlastněny žádným jednotlivcem.
28. Ubytovací kancelář si vyhrazuje právo přidělit ubytování kterémukoli návštěvníkovi/návštěvníkům a také požádat kteréhokoli uživatele pokoje/haly o vystěhování bez udání jakéhokoli důvodu.

(Pramen: Prašánti Nilajam – Informační brožura, 1998)

Při pobytu v jakémkoli ze Satja Sáí Bábových *ášramů* se budete setkávat s muži a ženami, kteří dbají na organizaci a pořádek. Říká se jim **sévalové** (slovo **séva** znamená **služba**). Muži nosí modrý šátek a ženy žlutý a mají na nich svůj identifikační průkaz. *Sévalové* jsou dobrovolníci z různých částí Indie, členové Satja Sáí organizace. Jednotlivá Satja Sáí centra je na tuto dobrovolnou službu vybírají

a v *ášramu* jsou jim přidělovány různé úkoly po dobu sedmi až patnácti dnů. Prosím, respektujte jejich pokyny.

Upozornění: nepodporujte podvodníky, šarlatány a falešné zprostředkovatele terapií, kteří by vás oslovovali na ulici. Jisté osoby, často cizinci, se honosí praktikováním některé „holistické“ terapie nebo se představují jako léčitelé ovládající zvláštní síly, které jim údajně Sáí Bába udělil. Satja Sáí Bábá ve svých promluvách **opakovaně prohlásil a stále opakuje, že své síly na nikoho nepřenáší a nikoho nepověřuje, aby mluvil jménem Sáí Báby**. Takové aktivity jsou v *ášramu* přísně zakázány.

Pobyt v *ášramu*



Denní rozvrh aktivit

5:00	9x vyzvání chrámový zvon
5:10	5x vyzvání chrámový zvon
5:20	Jedno zvonění, 21x Ómkar (zpívání Óm), Suprabhátam (píseň uctívání a přivolávání Boha při úsvitu)
5:40	Védské zpěvy kolem <i>ášramu</i> , Nagarsankírtan (zpívání bhadžanů skupinami mužů a žen, kteří prochází kolem <i>ášramu</i>)
8:00	Recitace véd
9:00	Zpívání <i>bhadžanů</i> (hymnické písně oslavující různé formy Boha)
9:30	Áratí (modlitba zpívaná koncem každého bhadžanového setkání) a možnost poklonit se a dotknout se Sáí Bábova Mahá samádhi. U Mahá samádhi je též možnost dát do košíku dopis adresovaný Sáí Bábovi.
16:30	Recitace véd
17:15	Zpívání <i>bhadžanů</i>
18:00	Áratí Po skončení áratí je možná meditace pro zámořské oddané v Mandiru (chrám, uvnitř <i>ášramu</i>) a též je možné poklonit se a dotknout se Sáí Bábova Mahá samádhi. U Mahá samádhi je též možnost dát do košíku dopis adresovaný Sáí Bábovi.

Dobré je dostavit se nějakou dobu před začátkem zpěvu véd, v klidu se usadit a třeba opakovat nějakou mantru či boží jméno. To umožní člověku se uvnitřnit, aby pak mohl lépe využít energii Mahá samádhi, které se odkrývá při začátku recitace véd.

Po recitaci véd hned následují bhadžany, což jsou hymnické písně, jejichž první verše předzpívávají předzpěváci s hudebním doprovodem obvykle za přítomnosti Sáí Báby, v Mandiru. Lidé, kteří sedí v přilehlé Sai Kulwant Hall, v jejímž čele Mandir stojí verše opakuji po předzpěvácích. *Bhadžany* jsou v Prašánti Nilajam jedinečné pro svůj univerzální rozsah a výzvu. *Bhadžany* velebí božstva různých náboženství a podporují jednotu vyznání.

Co najdete v areálu ášramu

V ášramu je také vše ostatní co potřebujete k životu, to znamená – ubytovací zařízení, jídelny, nákupní komplex, WC, banka, pošta, meditační zahrada, knihkupectví, přednášková síň atd.

Po celý rok tam jsou tisíce lidí z celého světa. V podstatě není nutné během pobytu vycházet z *ášramu* do vesnice.

Pitná voda je například v *ášramu* zdarma u automatů, které jsou jak venku tak v jídelnách. Kromě toho si jí můžete koupit balenou. Voda z automatů je čištěná, není třeba se jí bát.

Z dalších zařízení či institucí tu jsou:

„Public relations office“ (Oddělení pro styk s veřejností) – nachází se naproti jihoindické jídelně. Funguje také jako „ztráty a nálezy“. Ti, kteří najdou ztracené věci, jsou žádáni, aby je hned přinesli a ti, kteří své věci hledají se tam o ně mohou hlásit. Pro návštěvníky ze západních zemí by měl být speciálně k dispozici člověk, jehož role zní: „Officer of overseas devotees section“.

„Shopping complex“ (Nákupní komplex) – Nachází se v prodloužení cesty na západ od starého, kde je dnes IT středisko. V nákupním komplexu je široká nabídka potravin, oblečení, hudby, léků, drogistického zboží atd. Návštěvní hodiny jsou zvlášť pro ženy (9:30 – 12:30) a pro muže (14:00 – 17:00). Těsně u nákupního střediska je také obchod s ovocem a zeleninou a pekárna (9:30 – 11:30 a 15:30 – 17:00).



Nákupní středisko

Banka – v *ášramu* je pobočka State Bank of India, po levé straně cestou od brány pro auta, naproti jihoindické jídelně. Má otevřeno každý den mimo neděli, otevírací

hodiny si musíte zjistit na místě. V bance je možné vyměnit valuty – eura, dolary, libry atd na rupie (české koruny však ne). Jinak je v Puttapárthi, na Gopulam Road hlavní kancelář State Bank of India, plně využívající výpočetní techniku a provádějící všechny bankovní operace. Pro vaší představu: 1€ je přibližně 56 Rs.

Několik ostatních bank (např. Canara Bank, Syndicate Bank, Vysya Bank) má v Puttaparthi pobočky. Některé z nich mají bankomaty a přijímají rovněž kreditní karty. Bude rozhodně lepší mít s sebou hotovost a ověřit jaké kreditní karty jsou těmito bankami přijímány. Přijímání valut neautorizovanými osobami je dle indického práva přísně zakázáno.

„Security office“ (Bezpečnostní služebna) – leží na východním konci jihoindické jídelny, hned u brány pro auta. Je otevřená 24 hodin denně. V případě nouze, zde oddaní mohou vyhledat pomoc. Balíček první pomoci a nosítka jsou k dispozici.

„State Police Department“ (Oddělení státní policie) – policejní úředník je k dispozici v bloku N2/A22 každé pondělí od 10:00 do 16:00 hod. Můžete s ním projednat problémy spojené s prodloužením víz a podobných věcí. **Při pobytu v ášramu je vaší povinností mít vízum v pořádku.**

Pošta a telefony – v *ášramu* také najdete poštu, kde jsou telefony pro volání do zámoří, provozní doba by měla být 5:00 – 22:00 hod. Pošta se nachází naproti kruhové budově č. 5, otevírací hodiny si ověřte na místě. (V *ášramu* není veřejný internet, ve vesnici je však mnoho míst, kde můžete levně použít počítač s internetem.)

Nemocnice – hned vedle *ášramu* je v Puttapárthi **„Sri Sathya Sai General Hospital“**, jde se tam kolem Ganěšova chrámečku, přes malý park, jižním směrem od Mandiru. Úrazové oddělení je otevřeno 24 hodin denně. Ambulantní oddělení má otevřeno od 8:00 do 11:00 hod a od 15:00 do 16:45 hod. Má limitovaný počet míst ve vícelůžkových pokojích pro velmi nemocné pacienty. V nemocnici je také zubní a porodní oddělení. Vážné případy vyžadující vyšetření na kardiologii, urologii, neurologii či na očním oddělení jsou posílány do **„Sri Sathya Sai Super Speciality Hospital“**, která je vzdálená 7 km od *ášramu*. V obou nemocnicích je pro každého bez rozdílu ošetření zdarma. Do posledně zmíněné nemocnice se můžete vypravit na exkurzi. Obě nemocnice nechal Sáí Bábá postavit a pracují v nich Jeho oddaní.

„Book centre“ (Knihkupectví) – nabídka knih Bhagavána Šrí Satja Sáí Báby a knih, které o něm napsali jeho oddaní v různých světových jazycích, včetně češtiny. Nachází se ve stejné budově jako nakladatelství Sri Sathya Sai Books & Publications Trust, tj. poblíž nákupního komplexu. Otevírací doba je 9:30 – 12:30 a 14:00 – 17:00.

„Library“ (Knihovna) – se nachází v horním patře komplexu, ve kterém je umístěno knihkupectví. Lze si zde prezenčně půjčit mnoho knih (včetně několika českých). Otevírací doba je 9:30 – 12:30 a 14:00 – 17:00.

„Sri Sathya Sai Central Trust“ a „Sri Sathya Sai Medical Trust“ – jsou jediné autorizované instituce k přijímání darů. Žádná jiná instituce nebo jednotlivec by se zaštiťoval Sáí Bábovým jménem není oprávněn přijímat dary. Kdokoliv by také vně nebo uvnitř *ášramu* od vás žádal peníze v hotovosti jménem výše zmíněných institucí, odmítněte ho, protože k tomu nemá oprávnění! Dary oběma autorizovaným institucím lze připsat na účet u pobočky State Bank of India v *ášramu*. Vždy je třeba vyplnit zvláštní formulář, který vám tam dají.

Ubytování v ášramu



Ubytování v PN

Kde si ho zařídit : ubytovací kancelář („Acommodation office“) je v přízemí budovy N8.

Možnosti : Zkušenost je taková, že i během velkých svátků, je možné dostat ubytování v *ášramu* – buď budete bydlet s více lidmi na pokoji nebo budete v hale („dormitory“), která má kapacitu 75 lůžek. Základní nabídka tedy je pokoj nebo hala. Nicméně, pokud přijedete do Prašanti Nilajam sami, tak muži dostanou ubytování bez možnosti výběru v hale a ženy zpravidla dostanou místo v jednom větším pokoji pro asi 8 lidí. (Samozřejmě v Puttaparthi je mimo ášram celá řada hotelů, penzionů). Pokoje jsou v ášramu s příslušenstvím (koupelna a záchod) pro 2-6 osob. V pokoji však bývají jen 2 postele, takže ostatní pokud je jich na pokoji víc, což není výjimkou, musí v budově N8 naproti ubytovací kanceláři požádat o matraci. Lidé, kteří tam bydleli před vámi je tam nechávají, při troše štěstí už jí tam třeba budete mít.

Zásady : Muži a ženy bydlí odděleně, pouze manželé, rodiny nebo sourozenci mohou být pochopitelně spolu. Jinak platí, že se pokoje sdílí s osobami stejného pohlaví.

Jednotlivci mladší 25 let : Podle *ášramové* zásady se ubytování těmito lidem v *ášramu* neposkytuje. To neplatí pokud přijedete s rodinou nebo se skupinou, jejíž starší členové se za vás písemně zaručí. Nicméně lidé mladší 25 let se normálně mohou účastnit všech programů: *daršanu*, *bhadžanů*, mohou chodit do jídelen, do obchodů atd.

Rezervace : ***Ubytování v ášramu si nelze předem rezervovat.***

Cena : Pokoj stojí 130,- Rs (rupie) na den, to odpovídá přibližně 60,- Kč. Jedná se o cenu za pokoj nikoli za osobu. Ubytování v hale (anglické názvy „shed/dorm/dormitory“) stojí pro jednoho 20,- Rs. Všechny platby se hradí v ubytovací kanceláři v hotovosti.

Zařízení : Většina pokojů má dvě postele, stůl, židle a koupelnu se záchodem. U stropu jsou také ventilátory, okna mají jemné pletivo bránící komárům a opicím.

Všude jsou zástrčky; napětí je 220 V a 50 Hz jako u nás. V halách jsou postele, ventilátory a společné sprchy a záchody.

Délka ubytování : Ubytování je typicky poskytováno jen na 10 dní. Lze jej ale vždy před uplynutím doby prodloužit celkem většinou až na 2 měsíce. Prodlužování nad tuto hranici je individuální a není úplně výjimečné.

Klíče : Od vašeho pokoje můžete dostat jenom jedny klíče od zámku. Můžete používat vlastní zámek. Dá se sehnat v obchodě uvnitř nebo vně *ášramu*. Když je víc lidí na pokoji je velmi praktický zámek na heslo.

Vracení klíče a stvrzenky : Neztraťte stvrzenky o zaplacení vašeho pokoje. Potřebujete je při prodlužování pobytu. Spolu s klíčem jí vracíte v ubytovací kanceláři, na konci vašeho pobytu, když odjíždíte z Prašanti Nilajam. Pokoj prosím opouštějte uklizený, s vypnutými světly, se zavřenými kohoutky, okny a dveřmi.

Užívání pokoje : Vaření v pokoji není dovoleno, kromě několika pokojů se samostatnou kuchyní. Není dovoleno pokoušet se otevřít jakýkoli uzamčený pokoj nebo uzamčenou část pokoje. *Ášram* si vyhrazuje všechna práva k přijímání osob a přidělování ubytování.

Krok za krokem při příjezdu do ášramu:

Pokud jste se rozhodli pro ubytování v *ášramu*, musíte nejprve zajít do ubytovací kanceláře („Accommodation office“) v přízemí bloku N8.

(Jestliže přijedete taxíkem, zastaví vás přímo před kanceláří, kde vám také vyloží zavazadla. Zpravidla už tam čekají místní nosiči z městečka, kteří za svou práci chtějí peníze. Nosiči mají stanovené sazby, které lze nalézt vyvěšené v přízemí N8. Zkušenost ale říká, že je velmi těžké nenechat se ošidit. Pokud ale takového nosiče nahlásíte, může z toho mít problémy.)

Před samotným zařízením ubytování, dostanete od *sévalalů* v přízemí N8 formulář. Registrace pasů je dle právního řádu povinná, zahrnuje kontrolu víza, dne překročení indických hranic, věku, stavu a přehled předchozích návštěv. Vezměte si s sebou jednu fotografii v pasovém formátu. (Pokud jí nebudete mít s sebou a budou jí chtít, není problém se nechat vyfotit naproti ubytovací kanceláři v N8).

Po registraci vám ubytovací kancelář („Accommodation office“) přidělí ubytování. Můžete si vybrat mezi pokojem a halou, jak je řečeno výše. Pokud bydlíte v hale, je možné nechat věci v uzamykatelných boxech v přízemí N8 naproti ubytovací kanceláři.

Pak se se zavazadlem vydáte do pokoje/haly.

Stravování

„Jídlo nabízené Bohu je prosté špatných vibrací, které člověka zřetelně zraňují. Od té doby, co má jídlo zřetelné účinky na lidské city a myšlenky, musíte být vždy ostražití.“

Zdroj: Satja Sáí Bábá: Sathya Sai Speaks vol. 10, promluva 6.3. 1970
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume10/sss10-07.pdf>

V *ášramu* je přísně zakázána konzumace alkoholických nápojů a nevegetariánského jídla (včetně vajec).

Přímo v *ášramu* jsou tři jídelny, kde vaří oddaní. Jídlo je připravováno s velkou láskou. Muži a ženy se stravují zvlášť. Jídelny jsou otevřeny na snídani, oběd a večeři (Severní pouze oběd a večeře). Otevírací dobu si zjistíte na místě. Ve všech jídelnách si vždy můžete vybrat svou kombinaci z nabízených jídel. Snažte se prosím jídlem neplýtvat!



Severoindická jídelna

Jídelny:

Severoindická – jídlo není moc pálivé, většinou se podává rýže, čapátí, brambory se zeleninou, čočka, fazole nebo hrách, různé placky, pečenky, zelný salát, sladké zákusky, lassi (jogurtové mléko). Velice dobře a hojně se najíte za 30,- Rs nebo kolem 20 s dezertem. Platí se v hotovosti.

Západní – zde vaří lidé ze zámoří jídla, která známe. Často jsou těstoviny, také polévky, pizza, saláty, koláče atd. Ceny kolem 50,- Rs. Platí se v hotovosti.



Západní jídelna

Jihoindická – pokrmy jsou zde pálivé. Nabídka je zde o něco užší než v severoindické. Před její návštěvou je třeba si koupit kupony, které se prodávají naproti jídelně v určené době. Cena je 2,- Rs za kupon. Oběd je za 3 kupony (tj. 6,- Rs)

Ostatní jídlo si můžete koupit v *ášramovém* nákupním komplexu, ovoce a zeleninu dostanete v samostatném obchodě, který je po levé straně nákupního komplexu – od jeho vchodu půjdete cestičkou podél jeho levé strany dozadu. Pekařské výrobky se dají v *ášramu* sehnat v pekařství, které je na cestě k nákupnímu komplexu. (Samozřejmě se dá nakupovat i mimo *ášram*).

Dále je v *ášramu* množství kiosků, kde si můžete pořídit indickou snídani, nápoje, svačinu, atd. Dále lze koupit čerstvě lisované ovocné šťávy, zmrzlinu, čerstvý kokos atd.

Pitná voda je v *ášramu* zdarma u automatů, které jsou také v jídelnách. Voda je čištěná, není třeba se jí bát. Mimo to si jí můžete v *ášramu* koupit balenou v láhvích u stánků, kde prodávají i další chlazené nápoje. Jeden z automatů na vodu se například nachází mezi halou 5 a 6.

Možnosti služby

„Služba je skvělou příležitostí uzříti Boha spočívajícího ve všem.“

Pramen: Satja Sái Bába: Sathya Sai Speaks, vol. 7, promluva 29.3. 1967
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume07/sss07-14.pdf>

Celý *ášram* funguje díky dobrovolné práci, službě. Ta je podle Sái Bábova učení projevem lásky v činech a je duchovním cvičením. Kdokoli z návštěvníků má možnost se nějakým způsobem zapojit. Na možnosti služby se v *ášramu* můžete zeptat v oddělení pro styk s veřejností („Public relations office“), nicméně některé práce např. úklid zahradě můžete dělat rovnou bez ptaní.

Služba je pochopitelně zcela dobrovolná, nikdo vás k ničemu nenutí. Nejcennějším je právě motiv a rozhodnutí vycházející ze srdce.

Příležitosti : zejména v západní jídelně, kde vaří ženy ze zámoří, bývá poptávka po pomocnicích a večer ve 20:00 hod je zde velká příležitost pro muže při úklidu kuchyně (ptejte se přímo v západní jídelně), dále v pekárně; zahradnické práce; doktoři a zdravotnický personál mohou přímo kontaktovat ředitele „Sri Sathya Sai General Hospital“ nebo „Sri Sathya Sai Super Speciality Hospital“.

„Služba v člověku probouzí vše co je v něm úžasné. Rozšiřuje srdce a zvětšuje jeho vize. Naplňuje ho radostí. Podporuje jednotu. Vyjadřuje pravdu duše. Vytlačuje z člověka všechny špatné vlastnosti. Musí být pokládána za významnou duchovní disciplínu. Pamatujte, že jste se narodili abyste sloužili, nikoli abyste ovládali.“

Zdroj: Satja Sái Bába: Sathya Sai Speaks, vol. 23, promluva 20.11.1990
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume23/sss23.pdf>

Další velmi krásná možnost služby je v **muzeu Světlo vědomí** („Chaitanya Jyoti Museum, čti čajtanja džóti“), které je věnováno životu a poslání Sái Báby.

Nachází se u stadionu „Hill View“ asi pět minut pěšky od *ášramu* Prašánti Nilajam v Puttapárthi. Pokud máte o službu zájem, je lepší se před cestou přihlásit u národní kontaktní osoby Satja Sáí organizace. Stačí Vám základy angličtiny a chuť sloužit.

„Společnost je sblížení lidí. Spolupráce mezi lidmi ve společnosti motivovaná dobrovolností a čistými úmysly je charakteristickým znakem služby. Služba může být určena prostřednictvím dvou základních znaků : soucitem a ochotou se obětovat.“

*Zdroj: Satja Sáí Bába: Sathya Sai Speaks vol. 15, promluva 19.11. 1981
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume15/sss15-31.pdf>*

Tipy

- **Kovové předměty** (nože, příbory,...) nenoste s sebou do letadla, nechejte je v kufru, jinak vám budou zabaveny.
- **Zavazadla** – max. povolená váha je určena aerolinkou. Obvykle je v ekonomické třídě cca. 20 kg. Povoleno je též jedno příruční zavazadlo.
- **S sebou do letadla slovníček a propisku (na vypnění vstupní kartičky, kterou dostanete v letadle a všichni cizinci ji musí vyplnit).**
- **Kopie dokladů.**
- **Do příručního zavazadla si raději vezměte osobní věci a nějaké prádlo, láhev s vodou, léky, protože se nikdy nemůžete spolehnout, že zavazadlo na letišti dorazí včas.**
- **V Indii smlouvat o cenách** – platí v soukromém sektoru, na službu přistupujte až po sjednání ceny, zbytečně nepřeplácejte. V *ášramu* jsou ale ceny pevné a nesmlouvá se.
- **Žebrajícím nedávejte peníze.** Svámí říká, že bychom podporovali jejich lenost.
- **Telefonní předvolba pro Indii je 0091,** při vnitrostátním meziměstském hovoru se používá nula, při lokálním volání již ne.
- **Elektrické napětí** – 220 V, 50 Hz jako u nás.
- **Roamingové pokrytí mobilních operátorů:** O2: ano, T-mobile: ano, Vodafone: ano. **Na veřejných místech v *ášramu* však mobily prosím nepoužívejte.**

Rady oddaných, kteří již v *ášramu* byli :

- Nepijte vodu z kohoutků na pokojích. Je velmi, velmi chlórovaná, čistit zuby si s ní můžete.
- S kupovanou zeleninou a ovocem mimo *ášram* buďte opatrní a dobře si všechno umyjte čistou vodou. Vybírejte si ovoce a zeleninu se silnější slupkou.
- Než se pustíte do konzumace potravin, kupovaných mimo *ášram*, je dobré se pomodlit. Přijímejte jen horké jídlo, je-li vlažné, vraťte ho. Jinak je dobré se pomodlit před každým jídlem.
- Pijte vodu z *ášramových* automatů nebo si kupujte balenou vodu, zkontrolujte uzávěr.

Co je dobré si vzít s sebou :

- budík
- repelent, levandulový nebo eukalyptový olej proti komárům
- spínací špendlíky
- baterka
- zámek na heslo
- fotografii v pasovém formátu

Všechny ostatní věci jako např. polštářky na sezení nebo speciální sedačku s polstrovaným opěradlem si můžete pořídit na místě.

S sebou si berte skutečně to nejnnutnější. Cestujte s lehkým zavazadlem. :-)

Šťastnou cestu!