



Раскрой себя. Путешествие в бирманскую сказку

Путешествие, которое раскроет твой
внутренний мир и расширит горизонты
Планируемое время проведения февраль-
март 2017 г

www.aleinik.ru e-mail: aaleinik@mail.ru

Немного о себе

- Путешествую по миру более 10 лет
- Жил в Юго-Восточной Азии 2 года
- Посетил около 40 стран, в том числе Камбоджу, Бирму, Лаос, Индонезию, Китай, Филиппины, Малайзию, Шри-Ланка, Вьетнам, Таиланд....
- Более 15 лет занимаюсь собственным бизнесом
- Профессионально занимаюсь психологией и коучингом
- Обучался буддийскими медитациями
- Дайв-мастер PADI

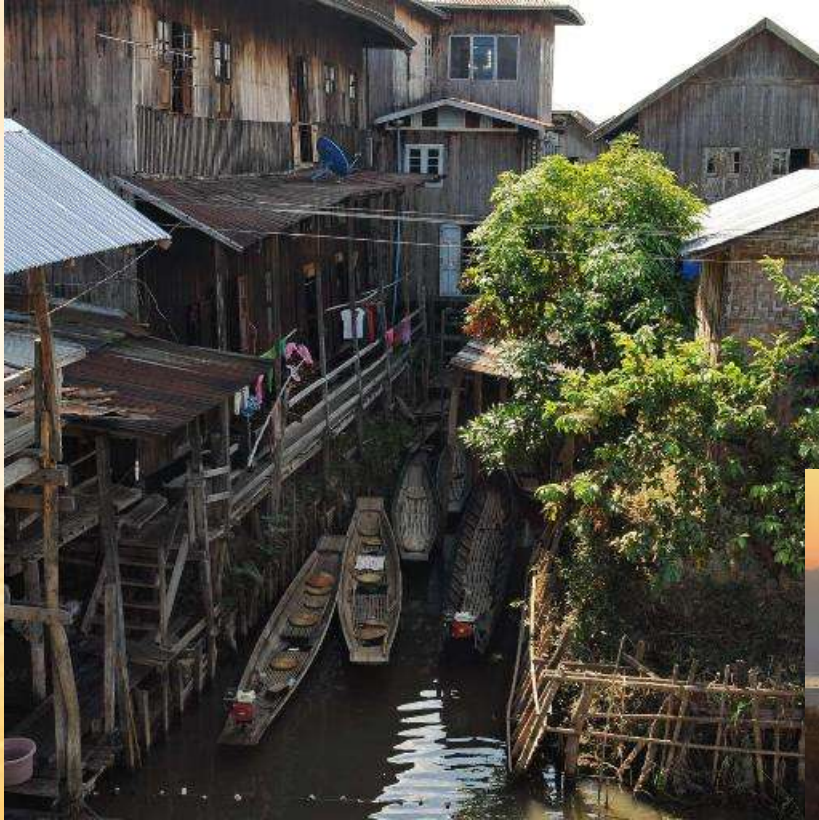


Почему именно Бирма

Иногда, что бы увидеть себя, надо вытащить себя из повседневной, накатанной жизни и поместить в совершенно другой мир.

Бирма (с недавних пор Мьянма) идеальна для внутренней трансформации. Это страна, долго была закрыта для внешнего мира и многие обычные для современного человека вещи, поведенческие установки, ценности не дошли до нее. Открывая удивительный мир Бирмы, ты можешь открыть в себе многие, навязанные извне поведенческие сценарии, заостреные взгляды да и много чего, что вроде лежит на поверхности, а нами не замечается.

Да и нет ничего лучшего, совместить свою внутреннюю трансформацию с увлекательным активным отдыхом и путешествием по удивительным местам.



Для кого эта поездка

Для тех, кто хотел бы обрести внутреннюю гармонию с собой и получить ответ на следующие вопросы:

- Почему важно осознавать свои ценности и почему надо их отделять от навязанных извне
- Кто Я настоящий, что значит принять себя, свои желания и потребности
- Что Я хочу на самом деле
- Как найти свой путь и следовать ему, как освободиться от страхов изменений
- Как изучение причин раздражения на других поможет понять себя
- Какой идеальный образ себя мешает быть счастливым
- Как незнание себя влияет на жизни
- Почему надо слышать свое тело и чувства
- Как тело может служить «детектором лжи»

Цель путешествия

- Раскрыть свой потенциал
- Расширить свои границы
- Выйти из своей зоны комфорта
- Воспринимать разные парадигмы мировоззрения
- Получить яркие впечатления
- Выработать привычку к каждодневной работе над собой
- Выявить свои внутренние ограничения
- Стать более осознанным
- Узнать про кундалини йогу
- Помедитировать в местах силы
- Найти новых друзей - единомышленников

Кто может участвовать

- Уровень подготовки: любой
- Главное желание открыть свой внутренний потенциал и исследовать себя и мир, который скоро исчезнет - наша современная цивилизация все больше и больше стирает индивидуальность вокруг

Взять с собой

- Хорошее настроение
- Головной убор
- Солнцезащитные средства
- Купальные принадлежности
- Обувь для длительных прогулок, которую удобно часто снимать в храмах
- Ветровка-дождевик
- Одежда для практики
- Коврик для йоги
- Фонарик
- Фотоаппарат
- Антимоскитные средства (лучше купить в Бангкоке)

Краткий план путешествия (14 дней/13 ночей)

1-й день - вылет из Бангкока в Мандалай.

Прогулка по храмам и достопримечательностям, тиковый мост U-Bein

2-й день - обзор окрестностей Мандалай, река Иеравади

3-5-й день - Баган – обзор окрестностей, встречаем рассвет/закат
полет на воздушном шаре (опционально)

5-6-й день- поездка на озеро Инле, поездка по озеру

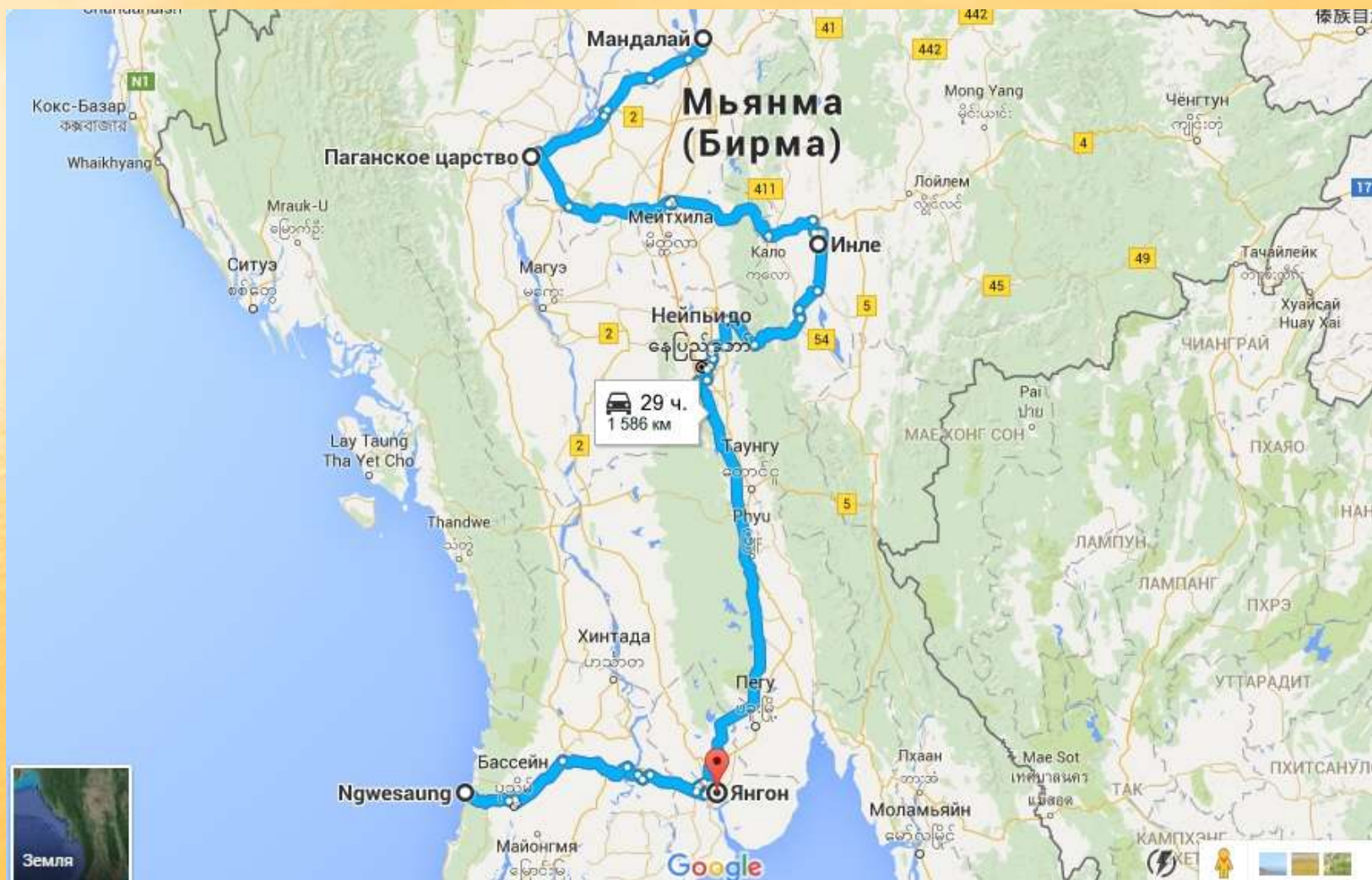
6-7-й день - поход в этническую деревню с ночевкой в деревне (или
монастыре)

8-12-й день - 15-ти километровый пляж Нгве Саунг, морской отдых
на Андаманском море

13-й день - Янгон, Золотая Ступа Шведагон

14-й день - вылет в Бангкок

Карта





Стоимость тура

- При 2х местном размещении - 2600 за чел.
- При 1 местном размещении - 2890 за чел.

В стоимость включено

- Все переезды в Бирме (кроме авиа перелетов)
- Утреннее или вечернее занятие кундалини йогой
- Две проработки по Метафорическим картам

Работа позволит получить доступ к целостной картине собственного «Я» и личностному мифу о мире и о себе в нем.

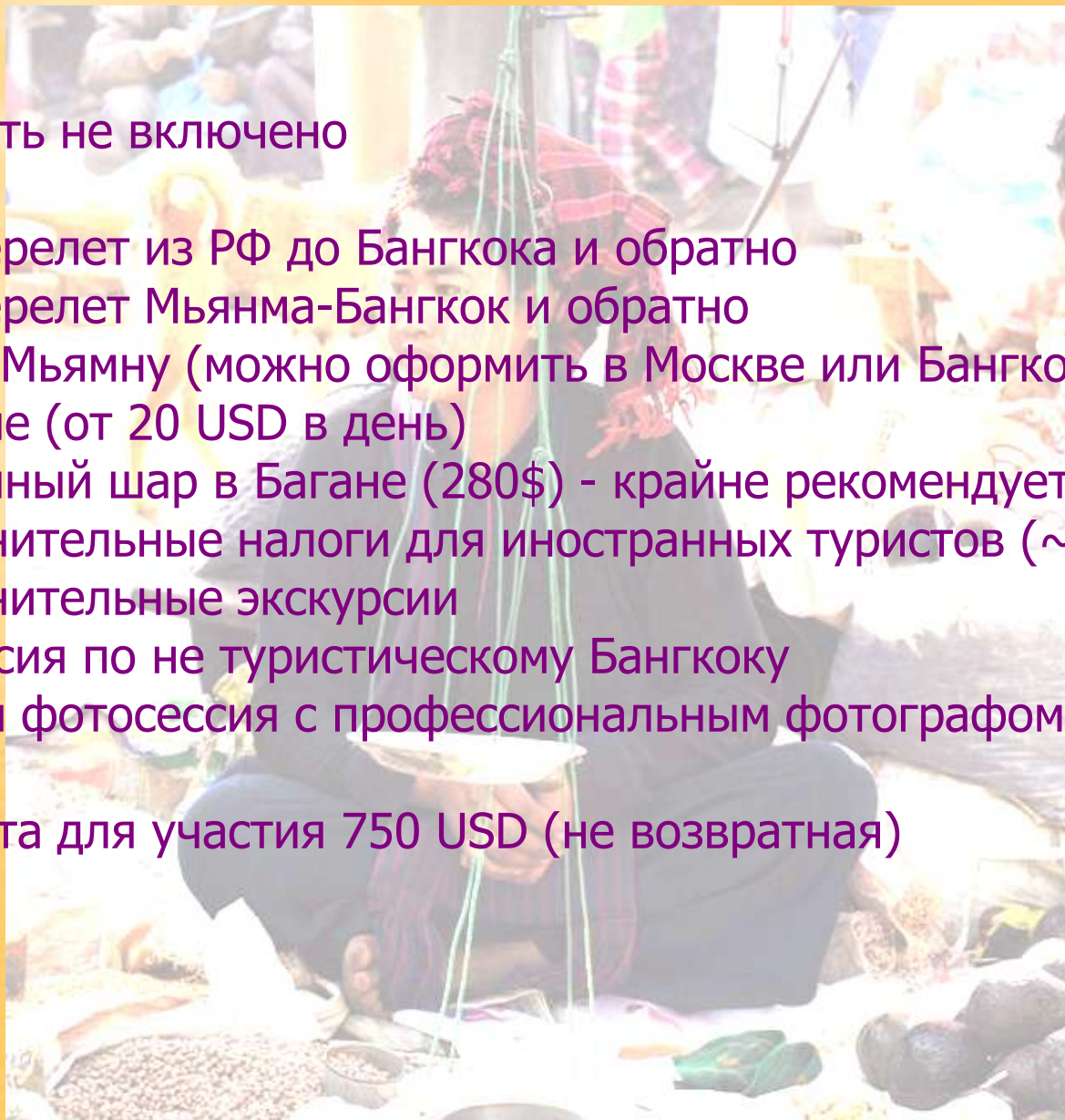
Даст возможность проработать свои ограничения.

- Одна проработка по методике, которую я подберу после работы с Метафорическими картами
- Отели в Бирме + завтраки
(Отели в Таиланде по договоренности, в зависимости от даты прилета)
- Фотографии путешествия

В стоимость не включено

- Авиаперелет из РФ до Бангкока и обратно
- Авиаперелет Мьянма-Бангкок и обратно
- Виза в Мьянму (можно оформить в Москве или Бангкоке)
- Питание (от 20 USD в день)
- воздушный шар в Багане (280\$) - крайне рекомендуется
- Дополнительные налоги для иностранных туристов (~100 USD)
- Дополнительные экскурсии
- Экскурсия по не туристическому Бангкоку
- Личная фотосессия с профессиональным фотографом

Предоплата для участия 750 USD (не возвратная)



Почему вам надо ехать с нами!?

В этом путешествии ваши внутренние открытия будут созвучны с

Открытиями, которые вы сделаете в новом ярком мире

Путешествие это очень приятный вид терапии – исследуя незнакомый мир

вы начнете замечать подсказки, которые дает вам Вселенная

для познания себя

Бирма удивительная страна, она резонирует с людьми, которые

исследуют себя и пытаются измениться

Вы вернетесь обновленным и очищенным неповторимым сиянием Бирмы

Ну и конечно же кроме прекрасных впечатлений, обновленного себя,

привезете местные поделки и сувениры, которые нельзя найти в других

частях мира.

Путешествие как самая великая наука и серьезная наука

помогает нам вновь обрести себя.

Альбер Камю

www.aleinik.ru e-mail: aaleinik@mail.ru