

В страну богов: сказочный мир южной Индии

Южная Индия – сказочная страна голубых гор, плантаций пряностей и белых пляжей Аравийского моря в обрамлении пальм. Мы предлагаем Вам интереснейшую программу по Южной Индии, где шаг за шагом перед Вами развернутся страницы истории, и Вы откроете для себя уникальный природный и богатый культурный мир этой далекой и удивительной страны.

Описание тура

Прожолжительность: 13 дней

Описание по дням

1 день	Вылет - Прибытие в Кочин (Перелет). Добро пожаловать на землю первой цивилизации. Прибытие в Кочин. Встреча в аэропорту с представителем компании. Трансфер в отель. Размещение. Отдых. Кочин – город, который называют "королевой Аравийского моря". Расположенный на группе островов вдоль Малабарского побережья, Кочин - самый космополитичный город штата Керала и его коммерческая столица. Имея естественный порт (один из крупнейших в Индии), на протяжении веков он был основным центром коммерции и торговли с британцами, арабами, китайцами, португальцами, голландцами и многими другими народами. С 1503 по 1663 год Кочином управляли португальцы, затем до 1814 г. – голландцы и до 1947 г – британцы. Кочин являет собой удивительную смесь различных культур и исторических эпох. Размещение в гостинице.	Размещение: гостиница Питание: завтрак
2 день	Кочин. После завтрака Обзорная экскурсия по Кочину. Посещение "Голландского дворца" в Маттанчерри, построенного португальцами в 1550 г., примыкающей к нему иудейской синагоги 16 века, осмотр церкви Св. Франциска, первой католической церкви в Индии, где был похоронен Васко да Гама. Также увидите Китайские рыболовные сети - впервые были подняты между 1350 и 1450 гг., что является доказательством того, что здесь когда-то бывали купцы китайского правителя Кублай Хана. Вечером посещение традиционного народного театра Южной Индии Катхакали - это красочное представление впервые появилось в Керале в 17 веке и просуществовало до наших дней без каких-либо изменений Ночь в отеле.	Размещение: отель Питание: завтрак
3 день	Кочин - Аллеппей - хаузбот - Аллеппей. Завтрак. Перезд в Аллеппей где вас ждёт круиз на хаузботе по живописным водам озера Вимбанад. Прогулка на хаузботе – это одно из самых романтических путешествий, которые вы можете испытать в своей жизни. Обед из деликатесов местной кухни. Ночь в хаузботе.	Размещение: хаузбот Питание: завтрак

4 день	Аллеппей - Перьяр. Переезд на машине в один из наиболее популярных национальных парков страны – Перьяр (около 165 км). Это – один из крупнейших национальных парков в Южной Индии (площадь около 800 кв.км.), известный большим видовым разнообразием растительного и животного мира. Размещение в гостинице. Круиз на катере («джетти») по озеру Перьяр. Нильгирийские лангуры, антилопы и олени, слоны и гауры в эти предвечерние часы охотно выходят на берега озера, и их наблюдение не составляет большого труда. Разнообразные птицы также доступны для наблюдения при наличии бинокля. Посещение сада специй и фабрики чая. Сад специй расположен на окраине городка Кумили. Здесь можно увидеть, как растут почти все известные в мире пряности.	Размещение: гостиница Питание: завтрак
5 день	Перьяр - Мадурай. После завтрака переезд в Мадурай. Посещение храма Минакши-Сундарешвара который посвящен богу Сундарешвар (одно из воплощений бога Шивы) и его супруге Минакши (одно из воплощений богини Парвати). Основная часть комплекса включает 12 величественных башен (гопурамов), каждая из которых украшена множеством скульптур. В центре храмового комплекса располагается святилище Шивы, здесь также расположена статуя индуистского бога Натараджа. В храмовый комплекс входит также священное озеро Потрамарай. Аайирам Каал Мандапам - знаменитый тысячеколонный зал был построен в 1560 году. Уникальный зал поддерживает 985 колонн, каждая из которых украшена резьбой и скульптурой в дравидийском стиле. Ночь в отеле.	Размещение: отель Питание: завтрак
6 день	Мадурай - Каньякумари. После завтрака посещение музея Ганди и Мариамман Теппакулам. Переезд в Каньякумари - самую южную точку Индийского полуострова и место слияния трех морей - Аравийского (Аравийского), Бенгальского Залива и Индийского океана. Здесь с одной и той же точки можно встречать как рассвет, так и закат. После отдыха наблюдение заката солнца. Посещение храма Каниякумари Девы и Гандхи Мандаппам. Ночь в отеле.	Размещение: отель Питание: завтрак

7 день	Каньякумари - Ковалам. Рано утром наблюдение восхода солнца над горизонтом океана. Возвращение в отель и Завтрак. Посещение Дворца Падманабхапурам, самого большого дворца в мире, построенного из дерева. Следующий по программе - великолепный храм Сушендрам, где проходят богослужения Святой Троице. Также посетите Мемориал Вивекананда. Переезд в Ковалам - курорт международного уровня и лучший пляж на побережье Кералы, известный во всём мире. Белый, песчаный пляж, окруженный яркой зеленью пальм, тянется на 15 километров вдоль Индийского океана. Ковалам расположен в 15 км к югу от Тривандрума - столицы штата Керала. На курорте имеются отличные центры йоги и аюрведические центры. Ковалам также славится большим количеством деликатесных видов рыбы и самых разнообразных морепродуктов.	Размещение: отель Питание: завтрак
8 день	Отдых на великолепных пляжах Кералы в отеле с аюрведическими процедурами. Часто утверждают, что Керала – родина аюверды. Это не совсем верно, но почему же у большинства аюверда ассоциируется именно с Кералой? По словам индийских специалистов, именно в здесь, на юге Индии, в небольшом по размеру штате, практикам аюрведы удалось не потерять нить преемственности и сохранить наиболее традиционный подход к лечению. Именно в Керале потомственный аюрведический врач 6 века н.э. Шримад Вагбхата завершил написание трактата «Хридая самхита», в котором он обобщил два более древних аюрведических текста, «Чарака самхита» и «Сушрута самхита». Сегодня текст Вагбхата во всем мире используется как универсальный учебник аюрведической медицины. Именно в Керале, в последние годы своей жизни Вагбхата основал восемь медицинских династий традиции Аштавайды, каждая из которых занималась развитием одного из восьми разделов аюрведы. В своей практике эти династии и врачи опирались главным образом на канон «Аштанга Хридая самхита». Эта традиция до сих пор жива и популярна именно в Керале, что отличает аюрведические практики и подходы в этом штате от других, распространённых в Индии. Есть и весьма практическое объяснение популярности аюрведы в Керале: географическое положение штата, влажный тропический климат и отсутствие загрязняющих атмосферу промышленных объектов способствуют росту здесь огромного наименования растений и трав, используемых в аюрведе. По словам специалистов, в Керале растет более 900 видов растений, используемых в лечебных целях. Все, что нужно для погружения в аюрведу.	Размещение: отель Питание: завтрак
9 день	Отдых на великолепных пляжах Кералы в отеле с аюрведическими процедурами.	Размещение: отель Питание: завтрак

10 день	ОТДЫХ НА ВЕЛИКОЛЕПНЫХ ПЛЯЖАХ КЕРАЛЫ В ОТЕЛЕ С АЮРВЕДИЧЕСКИМИ ПРОЦЕДУРАМИ.	Размещение: отель Питание: завтрак
11 день	Отдых на великолепных пляжах Кералы в отеле с аюрведическими процедурами.	Размещение: отель Питание: завтрак
12 день	Отдых на великолепных пляжах Кералы в отеле с аюрведическими процедурами.	Размещение: отель Питание: завтрак
13 день	Трансфер в Международный аэропорт Тривандрума для перелета домой. Для желающих можно продлить отдых на море.	Питание: завтрак

Стоимость туров

05-03-2018 - 17-03-2018, количество дней: 12, цена: 975

Включено

Отели: При отсутствии мест в определённом отеле, будет предоставлен номер в другом отеле такой же категории / Регистрация и выселение из отеля в 12 часов дня.

Город	Ночи	Standard категория (3*-4*)
<i>Кочин</i>	02	Abad Atrium
<i>Аллеппей</i>	01	Houseboat
<i>Теккади (Перьяр)</i>	01	Abad Green Forest
<i>Мадурай</i>	01	Astoria
<i>Каньякумари</i>	01	Sea Shore
<i>Kovalam</i>	06	Hotel Sagara Beach Resort

Стоимость:

Стоимость (USD)	Standard категория (3*-4*)
Стоимость тура на одного человека при 2-х / 3-х местном размещении	975
Доплата за одноместный номер	506

В стоимость включено:

- Проживание в двухместном номере выбранной категории
- Ежедневный Завтрак
- круиз на хаузботе +обед+ ужин
- Все трансферы согласно программе с сопровождением
- Экскурсии в кондиционированном транспорте согласно программе
- услуги русско-говорящего гида по программе с 1-го по 7-ой день
- Все налоги

В стоимость не включено:

- Любые авиаперелёты, виза, страховка
- Входные билеты (USD 50 примерно)
- Шоу Катахкали
- Всё что не указано в параграфе “включено”

Авиаперелеты: Дели-Кочин и Тривандрум –Дели от \$US150

Авиаперелет Москва-Дели-Москва от \$US 350

Авиаперелет Новосибирск-Дели-Новосибирск от \$US 350

Программа тренинга

Тренинг "Секреты самоисцеления: как обрести здоровье и жизненную энергию"

Первый день тренинга. Как ставить, формулировать и достигать цели? Практические методы повышения личной эффективности. Технология отказа от негативных целей на сознательном и подсознательном уровне. Как работать с препятствиями в достижении цели. Техника соединения больших и малых целей в единый поток. Одухотворение целей в жизни и медитации.

Практические методы, упражнения, психотехники, обучающие искусству эффективного достижения целей

Второй день. Энергетический рост . Как повысить свой энергетический потенциал? Овладение практическими методами психоэнергетики. Изучение своей энергетической структуры, осознание баланса тонких сил в самом себе. Анатомия тонких каналов, меридианов и энергетических центров. Как остановить энергетические потери. Накопление и утончение жизненной энергии. Умение работать с местом силы. Как перенести энергию места силы, в городскую жизнь?

Практические методы, упражнения, психотехники, повышающие психоэнергетический потенциал

Третий день. Искусство управления собой, своим мышечным тонусом и эмоциями. Практические методы саморегуляции и самообладания. Искусство релаксации. Тренировка внимания и осознанности. Правильное распределение внимания между разными областями жизни. Как научиться подолгу сосредотачиваться на самом важном. Овладение эмоциями. Нейтрализация своих негативных чувств (раздражения, уныния, страха). Воспитание эмоционального равновесия. Тренинг радости.

Практические методы, упражнения, психотехники, повышающие способность человека управлять своими эмоциями

Четвертый день. Управление мыслями, остановка внутреннего диалога. Изучение своего мыслительного потока и его остановка. Как избавиться от навязчивых мыслей. Победа над ментальным хаосом и внутренним диалогом. Избавление от негативных мыслей. Искусство позитивного мышления. Создание мыслеобразов успеха и будущего. Мысленные кинофильмы, меняющие сценарий жизни. Пробуждение интуиции и воспитание креатива. Практика визуализации и аффирмации.

Упражнения, методы, психотехники, медитации, повышающее силу мысли .

Пятый день. Мужчина и женщина: глубинная гармонизация взаимоотношений. Мужская и женская психология. Восприятие друг на друга. Работать с негативной моделью брака. Освобождение от любовных психотравм и зависимости от прежних партнеров. Повторяющийся сценарий любовных неудач. Искусство обаяния и привлекательности. Обретение счастливого сценария. Нахождение духовной половинки. Методы гармонизации мужских и женских энергий в себе. Методы минимизации конфликтов с противоположным полом.

Упражнения, методы, психотехники, медитации, гармонизирующие мужское и женское начало.

Шестой день. Гармонизация семьи. Практические знания об искусстве построения гармоничной семьи. Работа над отношениями в браке. Преодоление рутины, однообразия, скуки и сглаживание острых углов

характера в семейной жизни. Как обновить чувства и обрести гармонию после долгих лет совместной жизни? Искусство сохранения флюида любви и привлекательности в браке. Искусство нейтрализации семейных конфликтов. Отцы и дети: правильная стратегия. Наука гармоничного прохождения всех стадий семьи.

Упражнения, методы, психотехники, медитации, гармонизирующие семейные отношения

Седьмой день. Искусство гармоничного общения. Избавление от одиночества, искусство привлечения друзей, методы знакомства и нейтрализации конфликтов. Методы тренировки уверенности в общении. Психологическая защищенность. Как держать самооценку. Тренировка внимательности. Как преодолеть склонность к ненужной интравертности. Растворение коммуникативных барьеров. Стратегия поведения с врагами и недоброжелателями. Искусство знакомства и поддерживания позитивных взаимоотношений.

Практические методы, ролевые игры, психотехники и упражнения.

Восьмой день. Психология счастья. Воспитание эмоционального интеллекта. Пробуждение чувства радости и раскрытие эмоционального центра. Обретение эмоционального равновесия. Создание позитивных эмоциональных волн, притягивающих счастливые обстоятельства. Счастливые и несчастливые мысли и убеждения, их выявление и анализ. Повышение силы мысли и способности понимать сложную информацию. Развитие позитивного и креативного мышления. Искусство создания мыслеобразов, притягивающих счастье. Пробуждение счастливого Я. Практический психосинтез всех эмоций, отвечающих за переживание счастья. Наука переплавления страдания в радость.

Практические упражнения, психотехники, позитивные аффирмации, ментальные дыхательные практики.

Девятый день тренинга. Психологические методы самооздоровления. Как оценить запас своего здоровья и жизненной силы? Умение работать с тонкими сигналами тела. Нахождение Я, ответственного за болезнь и освобождение от него. Создание нового Я, ответственного за поддержание здоровья и ментального образа здоровья. Искусство самообезболивания. Работа с исцеляющими образами и аффирмациями. Самоисцеление болезней начального и среднего уровня с помощью высокоэффективных психологических методов. Работа с болезнями дыхательной, пищеварительной, сердечнососудистой системы. Психологическая профилактика онкологии. Практика долголетия, омоложения и продления жизни.

Практические упражнения, психотехники, исцеляющие аффирмации, ментальные дыхательные практики

Десятый день тренинга. Пробуждение тонких способностей.

Открытие способностей тонкого видения. Тонкая работа с энергией цвета. Созерцание энергетических потоков и тонких свечений (полей) в природе, других людях и в себе. Практики раскрытия видения собственной и чужой энергетической оболочки. Гармонизация и укрепление своего энергетического поля. Работа с интуицией. Развитие творческих способностей. Природа интуиции, интуиция и мозг. Правое и левое полушарие. Как ощутить центр интуиции? Работа с тонкими сигналами. Различение интуитивных сигналов. Искусство разговора со Сверхсознанием. Интуиция и управление собой. Интуиция в любви, общении, бизнесе. Предвидение будущего.

Практические психоэнергетические и йогические методы безопасного пробуждения тонких способностей

Одиннадцатый день тренинга. Воспитание творческих способностей. Состояние «Потока» и вдохновения: как их вызвать? Креативное мышление. Наука генерирования новых идей. Образное мышление: технология развития, как научиться делать открытие в своей жизни. Индивидуальная и коллективная креативность. Уроки литературного мастерства (как сочинить стихотворение и притчи?). Уроки японской поэзии и творческие состояния. Перенос вдохновения в бытовые процессы. Творчество на бумаге и творчество жизни.

Медитативные практики, упражнения и психотехники пробуждающие творческие способности человека

Двенадцатый день тренинга. Медитативные практики Востока и Запада. Медитативные практики как путь к гармонии и самореализации. Виды медитативных практик. Какие духовные практики Востока и Запада наиболее актуальны для российской и русской ментальности. Голос безмолвия: как его услышать? Искусство духовных полетов. Сознание как зеркало: как его использовать? Медитативные методы самораскрытия. Наука общения со своим духовным учителем. Стратегия выбора правильного духовного учения и учителя. Как соединить в своей жизни эффективность, счастье и духовность? Искусство нахождения и укрепления собственного духовного канала. Медитативные практики великого квантового Перехода.

Практики, упражнения, методы и психотехники, пробуждающие духовный потенциал.

Тринадцатый день тренинга. Медитативные практики Востока и Запада. Понятие о циклах эволюционного развития человека. Особенности духовных практик в новейшую эпоху. Искусство самопознания. Наука общения с высшим Я. Медитация «Кто Я?». Развитие осознанности. Мастерство

сознательного отождествления и неотождествления. Искусство непрерывной осознанности. Развития силы внутреннего видения и понимания. Молитвенные методы и трансформация сознания. Алхимические практики и работа с первоэлементами. Работа с глубинными энергиями. Практика движения к бессмертию. Медитация и духовная эволюция. Сочетание древних духовных практик с современной йогой и алхимией внутренней работы. Медитация и внутренней работа в эпоху Великого Перехода.

Общие сведения о ведущем тренинга психологе Сергее Ключникове

Ведущий тренинга:

Сергей Юрьевич Ключников – один из самых известных практических психологов, консультантов, коучей и тренеров России, директор Центра практической психологии, автор и руководитель модальности (направления) "Восточная версия психосинтеза", обладатель Европейского сертификата психотерапевта, действительный член и официальный преподаватель Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги (ОППЛ) международного уровня.

За 30 лет профессиональной работы провел более 500 тренингов в разных городах страны и странах мира и более 6000 консультаций. Провел тренинги:

- **в России** - Москва, Новосибирск, Омск, Томск, Екатеринбург, Нижний Новгород, Уфа, Иваново, Казань, Ульяновск, Самара, Владивосток, Горный Алтай, Ялта

- **за рубежом** - Украина (Киев, Львов, Харьков, Днепропетровск, Одесса- в 90-е годы), Эстония, Турция, США (Нью-Йорк, Гранд-Каньон, Седона - 2012 год)

Кандидат философских наук, академик РАЕН, Председатель Евразийского отделения Российской Академии Естественных наук (РАЕН) исследований

Член Союза писателей России,

Автор 31 книг по практической психологии общим тиражом около полумиллиона экземпляров, входит в десятку самых читаемых психологов России. Выступал как эксперт по телеканалам в телепередачах и документальных фильмах, радио, газетах.

Директор Департамента психологии и тренингов благотворительного фонда "Парус надежды".

Опыт работы:

За 30 лет работы лет профессиональной деятельности проконсультировано более 6000 человек, проведено примерно 500 тренингов и семинаров, в процессе этой работы были успешно разрешены многие сложные психологические проблемы и жизненные ситуации.

Более подробную информацию можно получить на официальном сайте Сергея Ключникова <http://www.kluchnikov.ru>

Описание тура

Южная Индия – сказочная страна голубых гор, плантаций пряностей и белых пляжей Аравийского моря в обрамлении пальм. Она была известна европейцам с глубокой древности - торговые пути связывали античные города с Малабарским побережьем. В Древний Рим текли восточные товары, а в Индию уходило римское золото. Здесь проповедовал христианство апостол Фома, а посланники древней индийской церкви принимали участие во Вселенских Соборах первого тысячелетия нашей эры. Здесь, в городе Кочин, обосновалась еврейская община – одна из самых древних в Индии. Именно сюда бежали евреи от испанской инквизиции в XVI веке. О Южной Индии, стране несметных богатств, думал Христофор Колумб, отправляясь в полное неизвестности и опасностей плавание через Атлантический океан. О ней мечтал Васко да Гама, блуждая в морях у южной оконечности африканского континента. Именно здесь столкнулись колониальные интересы двух величайших морских держав своего времени – Португалии и Великобритании и произошла встреча между Западом и Востоком - соприкосновение трех религий: христианства, индуизма и ислама. Мы предлагаем Вам интереснейшую программу по Южной Индии, где шаг за шагом перед Вами развернутся страницы истории, и Вы откроете для себя уникальный природный и богатый культурный мир этой далекой и удивительной страны.

Сегодня Керала – это, прежде всего, одно из самых привлекательных туристических направлений в Индии. Туристы из западных и южно-азиатских стран, впрочем, как и сами индийцы, едут сюда ради чистых пляжей,

раскидистых зеленых лесов, национальных парков и заповедников, а также возможности открыть для себя силу аюрведы. Инфраструктура аюрведического лечения в Керале насчитывает более 100 государственных клиник, десятки колледжей, обучающих аюрведе, сотни частных клиник и оздоровительных центров, более 800 фабрик, производящих аюрведические лекарства.

Программа нашего тура включает в себя яркие природные и культурные достопримечательности юга Индии:

- Голландский дворец, Иудейский городок и Синагога в Кочине.
- Взлетающие в небо яркие дравидские храмы, украшенные тысячами цветных статуэток и резных фигурок.
- Плести Ковалама и дворец махараджи в Тривандруме.
- Уникальный зоопарк в столице штата Керала в Тривандруме.
- Сады специй и чайные плантации на отрогах Западных Гат.
- Прогулка на озере по озеру Перияр и посещение Природного парка Перияр.
- Знакомство с традиционным индийским искусством драмы и танца катакали.
- Прогулки на хаусботе по озеру Вембанад.
- Поездку на самую южную точку Индийского субконтинента, мыс Коморин, где встречаются три моря. Встреча восхода и заката солнца на мысе.
- Посещение музея Ганди и **Дворца Падманабхапурам**, самого большого дворца в мире, построенного из дерева
- Великолепные пляжи Ковалам с аюрведическими центрами

Желаем вам счастливого и незабываемого путешествия с нами!!!

Во время пребывания в Коваламе у нас будет возможность посетить Ашрам святой Аммы - матери бесконечного блаженства. <https://www.amritapuri.org>

<http://yaturistka.ru/india/ashram-obnimayushhey-ammyi-lichnyiy-opyit/>