

Absolute

Издание для Владельцев Клуба
№ 55, зима 2018 / 2019

СТИЛЬ ЖИЗНИ

Внутри
подарок!

Рождественская

ИСТОРИЯ

ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ!

Клубный отдых | События | Достопримечательности | Стиль жизни

4



10



34



14



52



42



4

Absolute рекомендует

- › Открытие года
- › Новый ресторан The Kitchen Table
- › Сезоны Absolute

10

События

- › Тумпек Крулут
- › Фестиваль лучших гастрономических брендов Пхукета
- › Тэт
- › Рок-опера «Иисус Христос — Суперзвезда»
- › Праздник Дракона

14

Тема выпуска

- › Самый удивительный Новый год

24

Wellness

- › Медитация

28

Актуальный вопрос

- › Умный подход. Туристические советы для любой поездки

32

Детский клуб

- › История Мышонка Переса

Журнал «Стиль жизни Absolute»
№55, зима 2018 / 2019

Главный редактор:
Татьяна Касимова
editor.ru@clubabsolute.com

Ответственный редактор:
Лилия Черная

Координатор:
Лариса Шумилова

Руководители проекта:
Светлана Костромитина
Владимир Сучеван

Авторы:
Алена Раковская
Ганна Ролинска
Александр Савельев
Лилия Черная
Татьяна Касимова

Фотографии:
Absolute World Group
www.shutterstock.com
www.stock.adobe.com

Издатель: Absolute World Group

34

Персона Absolute

- › Роман Козлов:
«Я там, где понравилось с самого детства!»

40

Визитная карточка

- › Красная чакра Земли

42

Другая культура

- › Рождественская Финляндия

48

Достопримечательности

- › Стекланные мосты Китая

52

Время перемен

- › Живое общение

54

Интересный мир

- › 30 фактов о Вьетнаме

Дорогие друзья!

Не успел отгреметь Хэллоуин, с его щерящими тыквами и свисающими черными пауками, как наступила разительная перемена, как будто кто-то провел волшебной палочкой, и в одно мгновение мрачная атрибутика сменилась рождественскими огнями. В витринах засияли новогодние ёлки, причудливо украшенные затейливыми игрушками, закрутились веселые разноцветные карусельки, а яркие подарочные упаковки гордо выпятили бока с надписью «Merry Christmas». Рождественское настроение щедро разлилось по улицам городов, неся с собой аромат горячего шоколада, глинтвейна и пончиков.

Рождество и Новый год в Европе — совершенно особенное состояние души и тела, романтично-возвышенное и по-детски возбужденное. Но представьте, если к этому добавить прогулки на оленях, поездки в собачьих упряжках, милейшие, пахнущие печеньем ярмарки, и знаменитое «йо-хо-хо!», — пожалуй, прямо на этом моменте пора покупать билет и лететь в Лапландию! Быть может, именно такой Новый год станет для вас самым лучшим, самым светлым и самым счастливым!

В этом выпуске о самом счастливом, удивительном и просто необычном Новом годе нам рассказали сотрудники Клуба. А мы в очередной раз поняли: чудеса случаются с теми, кто в них верит, кто в самых обычных вещах способен разглядеть магию и красоту. И что самыми счастливыми в памяти остаются не сумасшедшие студенческие вечеринки, а уютные тихие праздники в кругу любимых людей.

Мы желаем вам незабываемого, волшебного, восхитительного Нового года! Проведите его рядом с теми, кто вам по-настоящему дорог, и пусть этот праздник запомнится, как самый радостный, теплый и щедрый!

До встречи на наших курортах в Новом году!

Отдел обслуживания Владельцев Absolute

Открытие года

*Даже не верится, что когда-то небольшой полуостров между пляжами Трай Транг и Мерлин был совершенно пустым. Absolute стал первой компанией, решившей освоить перспективную территорию, и построить здесь новый курорт **Absolute Twin Sands Resort & Spa**. Теперь по соседству с нашим курортом расположились такие впечатляющие соседи, как **Rosewood Phuket 5*** и **JW Marriott Phuket Resort and Spa 5***.*



Третья фаза курорта Absolute Twin Sands Resort & Spa

Команда русской линии Absolute, в ее сегодняшнем составе, начала работать на Пхукете осенью 2015 года. В то время Absolute Twin Sands Resort & Spa состоял из двух построенных корпусов и каркаса других двух строений. Сейчас курорт полностью готов и открыл свои двери для первых Владельцев и гостей Клуба!

По сути, часть курорта — четыре новых здания, второй ресторан, детская площадка, бассейны, велнес-центр, благоустроенная прилегающая территория — выросла прямо на глазах. И те, кто наблюдали за работой инженеров и строи-

телей, гордятся скоростью работ подрядчиков и, что гораздо важнее, качеством всех материалов, использованных для внешней и внутренней отделки зданий и апартаментов.

Дизайн курорта тщательно проработан и создан с учетом потребностей отдыхающих в релаксе и восстановлении. И речь не только о потрясающе удобной инфраструктуре — при желании, можно вовсе не покидать курорт, ведь здесь есть все необходимое, включая отдельный зал для йоги и выдающиеся рестораны. Окна апартаментов выходят на бассейн или море.

Третья фаза курорта предлагает гостям посетить новую студию йоги с контролируемой температурой, «Сад Силы» — тренажерный зал в стиле кроссфит или оздоровительный центр 180° Wellness, где можно побаловать себя расслабляющими спа-процедурами.



Оздоровительный центр 180° Wellness



Оснащение новых апартаментов не уступает ранее сданным в эксплуатацию, и даже в чем-то их превосходит, ведь время не стоит на месте, и появляются новые технологии. Словом, в этих новых апартаментах все, как привыкли наши туристы: красиво, эргономично, комфортно и со вкусом.

Совсем скоро ожидается грандиозная церемония официального открытия курорта, которая будет приурочена к празднованию 20-летнего юбилея компании. Заранее готовимся к масштабному мероприятию и освобождаем память своих смартфонов! //

Новый ресторан курорта
Absolute Twin Sands
Resort & Spa

THE KITCHEN TABLE



Курорт Absolute Twin Sands Resort & Spa обзавелся еще одним превосходным рестораном The Kitchen Table, который в скором времени (не сомневаемся!) станет protagonистом на TripAdvisor и повторит успех своего «старшего брата» — Blue Mango!

The Kitchen Table — новый ресторан-бистро, предлагающий отличные завтраки, бранчи, ланчи и ужины с видом на искусственную лагуну.

А еще здесь приятно перекусить во время неспешного расслабленного отдыха у бассейна, выпить послеобеденный чай или заказать барбекю.

Меню, созданное из свежих «здоровых» ингредиентов, является сердцем The Kitchen Table. В него входит ежедневная выпечка, большой выбор салатов (от классического «Цезаря» и «Греческого» до легкого изысканного салата с лососем и киноа), отличный выбор кофе и соков, бургеров и 16 сортов пиццы!

Бургеры готовятся из австралийской говядины и свежеспеченных булочек, есть варианты и для поклонников вегетарианской пищи.

Но только представьте, какие ароматы идут от дровяной печи, в которой готовится пицца! Они будоражат воображение, пробуждают аппетит и гонят прочь от бассейна. Кажется, во второй половине дня нельзя думать ни о чем, кроме как о дымящейся аппетитной пицце! Так почему бы не последовать зову желудка?



Ресторан The Kitchen Table

В течение всего дня в The Kitchen Table можно заказать еду и наслаждаться великолепным качеством еды и приятным обслуживанием.

Мы искренне рады открытию The Kitchen Table в Absolute Twin Sands Resort & Spa и приглашаем всех вас в гастрономическое путешествие вместе с нами. До скорой встречи! //

www.kitchentablephuket.com

Сезоны Absolute

«Я никак не пойму, почему я не могу поехать на Тенерифе на Новый год? — возмущенно допытывалась клиентка у сотрудницы отдела обслуживания Владельцев. — Управленческие Взносы оплачены, задолженностей нет и отказ!». Сотрудница, устало вздохнув, в очередной раз повторила: «У вас Низкий сезон по Вашему Владению, ни за 60, ни за 90 дней я не смогу забронировать вам размещение на Новый год! В этом году все места зарезервированы Владельцами Высокого сезона!».

Рано или поздно, все Владельцы Клубного Отдыха сталкиваются с таким понятием как **«сезон»**. В самом широком смысле слова, сезон — это часть года, которая используется для определенного рода занятий. В Клубном Отдыхе под сезоном понимается время года, в большей или меньшей степени востребованное для поездок на конкретный курорт или направление.

На сегодняшний день, в Absolute есть два типа сезона: **Высокий (High)** и **Низкий (Low)**. Владение в Высоком сезоне позволяет Владельцам использовать Недельный период Владения в любое время года, включая самые востребованные даты! Такие, например, как август на Средиземноморском побережье, новогодние каникулы или время, выпадающее на проведение чемпионатов мира и других масштабных событий международного значения. Отдельно подчеркнем, что в некоторых случаях трактовка сезона

Сезон Владения (Высокий или Низкий) оговаривается в момент покупки и прописывается в Сертификате Владения Отдыхом Absolute.



— Низкий / Высокий — зависит от контекста.

Например, даты школьных каникул на Западе и в России значительно отличаются. Сезон, воспринимаемый Владельцами международной линии как **Высокий**, россиянами может считаться **Низким** и наоборот. Азиатское лето у нас традиционно считается **Низким сезоном**, однако, австралийцы, отдыхающие с детьми на Бали, думают иначе. У них самый пик **Высокого сезона** — зимние каникулы! Здесь же упомянем другие события, оказывающие влияние на сезонность направления: Китайский Новый год, испанские «Семана Бланка» и «Семана Санта», «Вегетарианский фестиваль» в Таиланде, Нью-Йорк на Бали, Тэт во Вьетнаме и пр. — каждое из перечисленных событий имеет плавающие даты и способно «переключать» сезон с **Низкого** на **Высокий**.



ОСНОВНЫМ МИНУСОМ НИЗКОГО СЕЗОНА ЯВЛЯЕТСЯ ТО, ЧТО ДОСТУП К ЖЕЛАЕМЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ СЕРЬЕЗНО ОГРАНИЧЕН ЛИБО ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ В НЕУДОБНЫЕ ДАТЫ. А ПЛЮСОМ — ЕГО СТОИМОСТЬ!



Владение в **Высоком сезоне** открывает двери практически к любому направлению на любые даты! Здесь главное вовремя выслать заявку. (Запрос на бронирование может быть сделан в любое время от 12 месяцев до 7 дней до дня заезда на курорт, но мы рекомендуем обращаться в отдел обслуживания за два-три месяца до планируемой даты заезда, а то и раньше).

Сезон, как и **Тип апартаментов** — это базовая категория, определяющая ценность Владения Отдыхом. Чем выше сезон и больше размер апартаментов, тем выше оценивается «обменный потенциал» партнерами Клуба и обменными организациями. Владельцы **Высокого сезона** имеют приоритет в бронировании на курорты Absolute по Внешнему и Внутреннему использованию, а также при бронировании через **Interval International**.

Владение в **Низком сезоне** значительно стесняет возможности Владельцев, но и стоит ощутимо меньше. Владельцы **Низкого сезона** могут совершать поездки вне пиковых дат, а также в некоторых случаях в пиковые, при условии, что все Владельцы **Высокого сезона** уже забронированы, а на курорте остались свободные места. Выслать заявку на бронирование в этом случае рекомендуется за 60 дней до заезда на курорт. Размещение подтверждается по принципу оче-

редности поступления заявок на бронирование.

Основным минусом **Низкого сезона** является то, что доступ к желаемым направлениям серьезно ограничен либо предоставляется в неудобные даты.

Так что делать тем, кто регулярно сталкивается с отказом на нужные числа и направления по причине «не того» сезона? Ответ один: повышать его! Сделать это можно в офисах продаж на курортах Клуба Absolute во время презентации.

В завершение добавим, что Клуб рекомендует заранее выслать **Намерение по использованию недель следующего года**. Это позволит с большей вероятностью получить желаемое размещение. Не все Владельцы стремятся попасть на Средиземноморское побережье в августе, в разгар детской суеты и переполненных ресторанов. Некоторые предпочитают отправиться на море в бархатный сезон или насладиться золотой осенью в европейских столицах. С другой стороны, это дает шанс Владельцам **Низкого Сезона** попасть на морской курорт с маленькими детьми летом.

Тот, кто не уверен, позволяет ли сезонность Владения совершать ту или иную поездку, может проконсультироваться с отделом обслуживания Владельцев, где будут рады ответить на все интересующие вопросы. //



В некоторых случаях Владельцы Низкого сезона могут получить приятный бонус от Клуба. Если на курорте осталось свободное размещение, им могут предложить апартаменты большего типа без доплаты!

Фестиваль лучших гастрономических брендов Пхукета 2018

(Phuket Brand Phuket Best Festival 2018)

Где: Таиланд, о. Пхукет, Пхукет-таун, парк Saphan Hin Park

Когда: с 29 декабря по 8 января 2019 года

Праздник вкуса Phuket Brand Phuket Best Festival 2018 начнется в конце декабря в парке Saphan Hin, и на протяжении последующих 11 дней будет знакомить туристов с лучшими гастрономическими брендами Пхукета.

Помимо качественных продуктов питания, фестиваль представит лучшие уличные блюда, представляющие интерес для туристов, а также еду из роскошных ресторанов и отелей, для знакомства с ней местных жителей. Все это в целом продемонстрирует широкий спектр гастрономических приключений, доступных на острове! Кроме еды, организаторы фестиваля обещают гостям массу других интересных развлечений и отличную атмосферу!

Тумпек Крулут

(Tumpek Krulut)

Где: Индонезия, о. Бали, по всему острову

Когда: 9 февраля 2019 года

Тумпек Крулут (Tumpek Krulut), также известный как День Сострадания, — это событие, которое отмечается на острове каждые 210 дней. В этот праздник балийцы выражают благодарность за дарованную им жизнь, поэтому легко понять, почему этот день считается священным.

Наряду с проявлением благодарности, демонстрируется сострадание к людям, которые в нем нуждаются. В этот день принято участвовать в благотворительных акциях и помогать страждущим. Для иностранцев Тумпек Крулут является идеальной платформой, чтобы почувствовать балийский образ жизни, увидеть суть взаимоотношений внутри местной общины и познакомиться с повседневными занятиями островитян.

В предыдущие годы Тумпек Крулут стал центром, объединившим туристов, жителей и религиозных лидеров. Все желающие присоединились к торжествам для того чтобы выразить уважение ценностям и культурному разнообразию Бали.

Рок-опера «Иисус Христос — Суперзвезда»

Где: Испания, о. Тенерифе, Арона, концертный зал Pirámide de Arona

Когда: с 16 по 20 января 2019 года, начало в 20.00

Билеты: www.tomaticket.es/entradas-jesucristo-superstar-tenerife

Рок-опера «Иисус Христос — Суперзвезда» теперь старше самого Иисуса и по-прежнему собирает миллионы поклонников по всему миру, число которых увеличивается с каждым днем. Посетители Pirámide de Arona в Лас Америкас, с 16 по 20 января 2019 года получат исключительную возможность увидеть отличную постановку одного из самых известных мюзиклов во всем мире.

Шоу на Тенерифе предшествовал успешный международный тур режиссера мюзикла Станислава Моса в Германии, Голландии, Бельгии, материковой Испании, Португалии, Австрии и Швейцарии.

Мюзикл «Иисус Христос — Суперзвезда» — это работа двух молодых людей: композитора Эндрю Ллойда Уэббера и лирика Тима Райса, созданная в 1970 году. Премьера мюзикла состоялась годом позднее на Бродвее. Главную партию исполнил солист Deer Purple Иэн Гиллан. В 1971 году никто не ждал, что мюзикл обретет мировую популярность, но вот уже почти полвека он увлекает зрителей занимательной интерпретацией самой вневременной темы и сильной музыкой.

История Иисуса рассказывается от лица Иуды Искариота и повествует о главных моментах: изгнании торговцев из храма, Тайной Вечере, суде над Пилатом и распятии.

Рок-опера «Иисус Христос — Суперзвезда» представлена более чем в двадцати странах на нескольких континентах и переведена на более чем 10 языков. На Тенерифе мюзикл будет исполняться в оригинальной версии — на английском языке.

Тэт

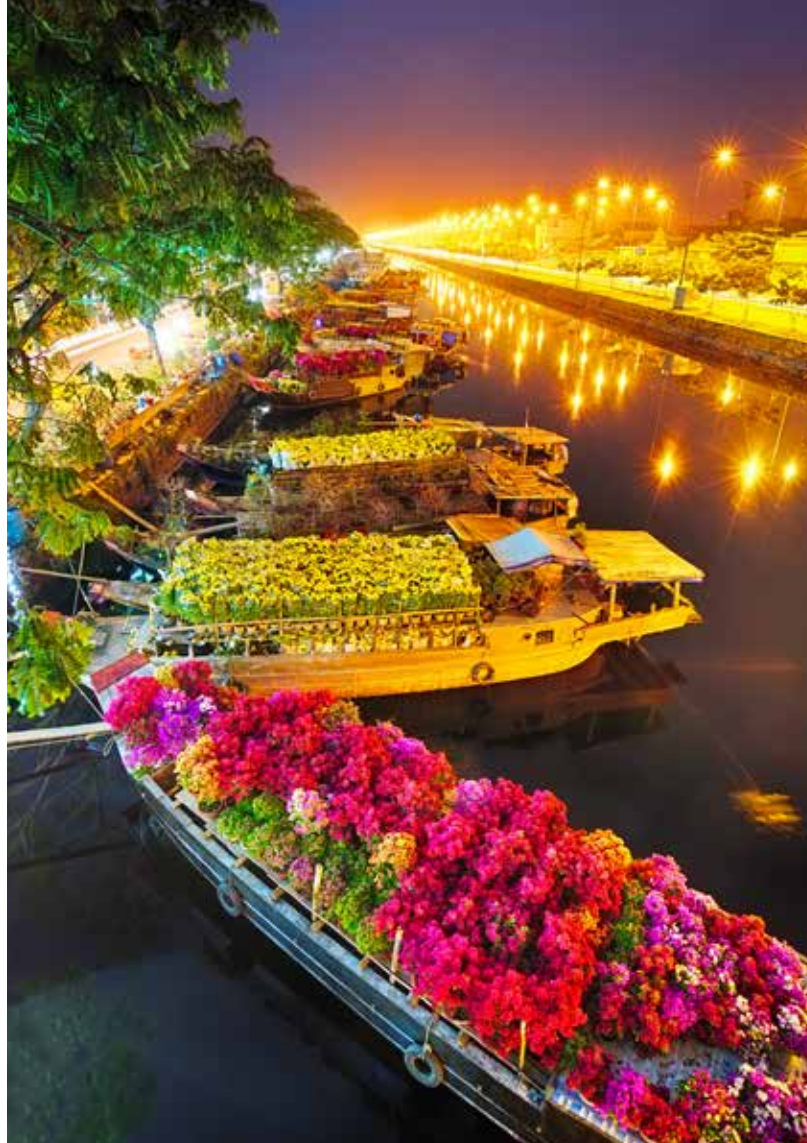
Где: по всему Вьетнаму

Когда: с 4 по 8 февраля 2019 года

Тэт (Tết) или Новый год по лунному календарю является самым важным праздником во вьетнамской культуре. Тэт — имеет многовековые традиции и празднуется на протяжении четырех дней. Подготовка к празднику — самостоятельное мероприятие, полное радостной суеты и возбуждения. Вьетнамцы покупают подарки и новую одежду, тщательно убирают дома, готовят игры и конкурсы. За пределами каждого дома и офиса размещают цветущие деревья, поскольку Тэт — это еще и праздник цветов!

Ровно в полночь праздничные фейерверки освещают ночное небо, в храмах и пагодах звучат удары медных колоколов, по улицам проносят раскрашенных бумажных драконов. В праздничном убранстве преобладают красные и желтые краски, символизирующие счастье и достаток.

Тэт — это время почтения старших. Дети и внуки поздравляют своих родителей, бабушек, дедушек, желают им долголетия и крепкого здоровья. Провести новогоднюю ночь в компании пожилого человека считается счастливым знаком. А старшие, в свою очередь, дарят детям красный конверт с деньгами. Сумма не имеет значения, главное, что купюры должны быть совершенно новыми, лишь в этом случае они принесут счастье.



Праздник Дракона

Где: по всему Китаю

Когда: 5 марта 2019 года

Дракон в китайской мифологии занимает центральное место. Изображения драконов можно увидеть в декоре храмов, дворцов, в художественных произведениях. Все дело в том, что китайцы считают себя потомками древнего дракона, давшего начало миру, преклоняются перед великим предком и почитают его.

Восприятие китайского дракона отличается от европейского. В отличие от западного — свирепого, жестокого и беспощадного — китайский дракон представляется существом мудрым, милостивым, справедливым. Недаром в Китае есть известное пожелание: чтобы дети стали драконами. Так выражается надежда на то, что младшее поколение вырастет мудрым и сильным.

День Дракона в Китае — плавающий праздник и по традиции привязан к лунному календарю. Обычно он отмечается в феврале-марте. В этот день в Китае проходят разнообразные фестивали, танцы драконов, мастер-классы по изготовлению бумажных змеев, а кульминацией события становится чемпионат по запуску воздушных змеев, в котором участвует до 1000 человек из 30 стран. Сотни разноцветных змеев, самых удивительных форм и расцветок, взмывают в небо, заставляя публику замирать от восхищения.





Самый удивительный Новый год

ПОДНЯТЬСЯ В ДРЕВНЕЕ АББАТСТВО SACRA DI SAN MICHELE В ИТАЛИИ, ВСТРЕТИТЬ БУДУЩЕГО СУПРУГА, ЗАПУСТИТЬ НЕБЕСНЫЙ ФОНАРИК, НЕОЖИДАННО ОКАЗАТЬСЯ НА БЕРЕГУ АТЛАНТИЧЕСКОГО ОКЕАНА, ЗАМЕНИТЬ ПРЕЗИДЕНТА С ЕГО ПОЗДРАВИТЕЛЬНОЙ РЕЧЬЮ ИЛИ СЛУЧАЙНО ВЫЗВАТЬ ДЕДА МОРОЗА – ВСЕ ЭТО УБЕЖДАЕТ НАС В ТОМ, ЧТО ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ! О ТОМ, КАКОЙ НОВЫЙ ГОД СТАЛ САМЫМ УДИВИТЕЛЬНЫМ В ИХ ЖИЗНИ, РАССКАЗЫВАЮТ СОТРУДНИКИ КЛУБА ABSOLUTE.





АННА АРЖАНОВА

Глава финансового отдела,
Малага, Испания

Не знаю, как правильно описать какой была Новогодняя ночь 1997-1998, но уж точно необычной, странной, непраздничной и, в итоге, самой незабываемой.

В тот далекий новогодний вечер мы собрались в узком семейном кругу, без гостей, как это обычно бывало, — настроение у всех было непраздничное. Ближе к 22:00 ко мне в комнату зашел папа и спросил: «Тебе уже три раза звонит подруга, а ты все не подходишь к телефону, почему? Тебя, наверное, хотят пригласить в гости?». Я хотела остаться дома, поэтому сама набрала подругу, поздравила с наступающим Новым годом и сказала, что останусь дома с родителями. Через 15 минут в дверь позвонили — за мной пришла моя Оля, и стала уговаривать встретить Новый год вместе с ее родителями. Я никак не решалась пойти, но папа сказал: «Иди, это же праздник, только смотри у меня, чтоб все было хорошо». И я пошла...

Мы сидели за столом, смотрели новогодний концерт, настроения по-прежнему не было. Практически к бою курантов пришел брат подруги с друзьями. Напротив меня сел парень, который

ИМЕННО В ЭТУ НОВОГОДНЮЮ
НОЧЬ Я ВСТРЕТИЛА ЕГО, МОЕГО
БУДУЩЕГО СУПРУГА!

много говорил и о чем-то смешном рассказывал. Честно, я даже не слушала, о чем шла беседа, и в общем разговоре не участвовала. После наступления Нового года мы отправились на улицу смотреть салют и запускать фейерверки, и этот парень, «что напротив», спросил: «А почему вы такая грустная? Праздник же!». Я просто посмотрела на него и зашла в дом, оставив его без ответа. А через два часа, когда подавали чай с тортом, мы уже не могли оторвать глаз друг от друга. Именно в эту новогоднюю ночь я встретила ЕГО, моего будущего супруга!

На четвертый день знакомства Влад пришел к моим родителям и попросил моей руки. Вместе мы уже 20 лет, у нас прекрасные дети, мы счастливы, и надеемся, что будем вместе еще как минимум три раза по столько же. Вот такой была наша незабываемая новогодняя ночь!



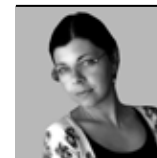
АЛЕНА РАКОВСКАЯ

Автор, Центральный офис,
Малага, Испания

Интересные воспоминания у меня связаны с одной рождественской ночью, которую я провела в Турине. Недалеко от города на горе Монте Пиркириано возвышается величественный комплекс аббатства Sacra di San Michele (Пьемонт, Италия), больше напоминающий замок, чем церковь. Аббатство служило прибежищем для странствующих пилигримов, которые направлялись в Рим. До сих пор туристы и паломники со всего мира поднимаются почти на километровую высоту по живописной тропе, чтобы добраться до небольшой церкви, спрятанной за мощными крепостными стенами. Это восхождение превратилось в красивую рождественскую традицию, которую мы не могли пропустить! В сочельник сотни паломников с зажженными факелами повторяют путь, который проходили их предки на протяжении веков. Мы влились в огненную цепочку, которая змейкой вилась по склону горы. Завораживающее зрелище! Добравшись до аббатства, остается преодолеть 154 ступени «Лестницы Мертвых», обрамленной арками, нишами и могилами и через великолеп-

В ПОДВАЛАХ МОНАСТЫРЯ МОНАХИ
УГОЩАЛИ ВСЕХ ГЛИНТВЕЙНОМ
И ГОРЯЧИМ ШОКОЛАДОМ
С АРОМАТНЫМ РОЖДЕСТВЕНСКИМ
КЕКСОМ «ПАНЕТТОНЕ»

ные ворота XII века попасть в украшенную фресками церковь. Здесь нас ждала рождественская месса, которую, на мое удивление, проводил чернокожий священник. В заключение мессы все присутствующие желают друг другу мира и пожимают руки всем стоящим рядом знакомым и незнакомым людям. Но самая приятная часть ожидала нас впереди. В подвалах монастыря монахи угощали всех глинтвейном и горячим шоколадом с ароматным рождественским кексом «панеттоне». Это стало замечательной наградой за ночное восхождение и прекрасный способ согреться.



ГАННА РОЛИНСКА

Автор, Центральный офис,
Малага, Испания

Была такая шутка: «Как удивить гостей в Новый год? Нужно нарядить елку, наготовить много вкусного, запастись шампанским, а когда гости придут — не открыть им дверь. Вот они удивятся!». Такого «удивительного» Нового года у меня не было, но одна новогодняя ночь врезалась мне в память. Таиланд, жара, пальмы в новогодних гирляндах, пляж Патонг на Пхукете, в общем, кардинальная противоположность той зимней атмосфере, которая обычно витает на Новый год дома. В эту ночь я в первый раз увидела потрясающее зрелище — десятки тысяч зажженных фонариков-желаний, взмывающих в ночное небо. Невозможно передать словами сильнеешие позитивные эмоции, охватившие меня, когда я запускала свой фонарик-желание, ставший частичкой одной огромной просьбы всех собравшихся о счастье. Я провожала его взглядом до последнего момента, пока он не исчез из поля зрения, как если бы это был самый дорогой мне человек. Пожалуй, я впервые в жизни встретила Новый год по-настоящему!

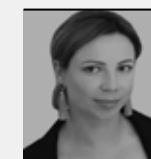
В ЭТУ НОЧЬ Я В ПЕРВЫЙ
РАЗ УВИДЕЛА ПОТРЯСАЮЩЕЕ
ЗРЕЛИЩЕ — ДЕСЯТКИ ТЫСЯЧ
ЗАЖЖЕННЫХ ФОНАРИКОВ-
ЖЕЛАНИЙ, ВЗМЫВАЮЩИХ
В НОЧНОЕ НЕБО

ЛАРИСА ШУМИЛОВА

Глава отдела маркетинга,
Центральный офис,
Малага, Испания

Самые приятные новогодние воспоминания — это фикус, который наряжала мне бабушка на Новый год, сама я это не очень хорошо помню, но есть стойкая ассоциация фикуса с Новым годом. Отец служил в Заполярье, и я до школы много времени проводила на Родине отца, Северном Кавказе, а там с новогодними елками было сложно. А еще гирлянда, которую сделал отец своими руками, и она щелкала, когда переключались цвета. К сожалению, мама выбросила эту гирлянду несколько лет тому назад и ощущение детского Нового года безвозвратно ушло.

Долгие новогодние праздники — это отличный повод покататься на лыжах! В советские времена мы выезжали в Терскол, на знаменитый для всех горнолыжников Чегет и Эльбрус, станция «Мир». После переезда в Испанию — это Сьерра Невада, которая по сравнению с Кавказом просто «детская» трасса.

ДОЛГИЕ НОВОГОДНИЕ
ПРАЗДНИКИ — ЭТО
ОТЛИЧНЫЙ ПОВОД
ПОКАТАТЬСЯ НА ЛЫЖАХ!

ИРИНА БУНИНА

Сотрудник отдела обслуживания
Владельцев, Центральный офис,
Малага, Испания

Конечно, как у мамы маленького ребенка все самые яркие моменты связаны с развитием моей крохи. На сегодня, самым необычным был Новый Год «в ожидании чуда» в прямом смысле этого слова. Так как Катя появилась на свет в январе, мы с конца декабря стали готовиться к этому событию.

НА СЕГОДНЯ, САМЫМ
НЕОБЫЧНЫМ БЫЛ НОВЫЙ
ГОД «В ОЖИДАНИИ ЧУДА»



АМАЛИЯ БОШЯН

Сотрудник отдела обслуживания Владельцев, Москва

Первые заморозки. Первый снег. Эти природные явления наполняют душу ожиданием красочного, всенародного, семейного праздника. Но самые яркие моменты встречи Нового года все же принадлежат детским воспоминаниям...

Когда я была школьницей, наша семья и многие из родных съезжались в частный дом бабушки, чтобы вместе встретить Новый год. Бабушкины пенаты приобщали нас к родовым ценностям, к роду, который покровительствует нам на протяжении жизни. Тишина, покой, близость к природе делали ожидание праздника более притягательным. Изумительный сад, облаченный в снежный покров, придавал дому сказочности. Вдали виднелся зимний лес, деревья которого стояли под снегом зачарованные, как под действием мистического колдовства. Зимнюю картину венчали белые величественные горы.

В доме царила благодатная атмосфера, подкрепленная теплом огня в печи, начинались нескончаемые беседы, оживали воспоминания.

Вдруг, в момент оживленной беседы мы все заметили за окном медленно надвигающуюся тень. Она осторожно скрывалась между белых деревьев, двигаясь к дому. И чем ближе она подходила, тем мгновения становились продолжительнее, чувств острее. И, наконец, мы разом осознали, что видим в саду заблудившегося оленя! Его привел к нам из леса не случай, а тепло очага. Вся семья прильнула к окну и замерла, чтобы не спугнуть виденье. Его огромные глаза с настороженностью вглядывались в наши изумленные лица. Казалось, что он знакомится, запоминает нас.



ТАМАРА ГУКАЕВА

Глава линии, Тенерифе

На протяжении многих лет я встречала Новый год на работе, так как это очень важный период в нашем деле. Но всегда мечтала собрать всю свою большую дружную семью и встретить наступление Нового года вместе. И вот, в 2017 году руководство выделило мне долгожданный отпуск в конце декабря. Я решила устроить всем небольшой сюрприз. Забронировала дом с камином на горнолыжном курорте во Франции, побеспокоилась об удобном перелёте и зарезервировала всем горные лыжи и сноуборды. И буквально за день до вылета сообщила всем о приятном сюрпризе.



ЭТА ВСТРЕЧА ОСТАЛАСЬ САМЫМ ЗАВЕТНЫМ ВПЕЧАТЛЕНИЕМ ДЕТСТВА, ОЛИЦЕТВОРЯЮЩИМ МОМЕНТ НОВОГОДНЕГО ВОЛШЕБСТВА

Это предновогоднее чувство, хранящее таинство и единение всего земного, сопровождает меня на протяжении жизни. Проходят годы, пережитые ощущения отдаляются, окутываясь облаком, очерчивающим грань между былью и небылью. Но эта встреча осталась самым заветным впечатлением детства, олицетворяющим момент новогоднего волшебства. Вспоминая эти огромные бархатные глаза, душа моя наполняется теплом и теряет огрубевший от зрелости пласт.

Остается желание одного, чтобы Провидение всегда сопутствовало нам на жизненном пути для запечатления чуда!



НАМ ОЧЕНЬ ПОВЕЗЛО С ПОГОДОЙ – ВЫПАЛ СНЕГ, И МЫ БЫЛИ КАК В ЗИМНЕЙ СКАЗКЕ!

Я знала, что мои старшие дети давно мечтали научиться кататься на сноубордах и, как мы знаем, в Новый год исполняются многие желания! Всего нас было 10 человек. Это был, действительно, незабываемый праздник! Вечерами мы играли в разные игры, смеялись и рассказывали анекдоты, пили чай у камина. Дни проводили в горах на лыжах. Нам очень повезло с погодой — выпал снег, и мы были как в зимней сказке! Особенно радовались дети блестящим хлопьям снега, так как мы живём в тёплой стране, где никогда не бывает холода и снега! Это был незабываемый Новый год!



ЛАРИСА ПОБЕРЕЖНАЯ

Сотрудник контрактного отдела, Тенерифе

Много лет назад, устав от городской суеты, мы с близкими друзьями решили уехать из большого города, чтобы встретить Новый год в тихой местности. Готовиться стали заранее, нашли подходящий тематический отель далеко за городом — небольшие комфортабельные охотничьи домики в лесу. На фото все выглядело очень мило и романтично. Мы представляли себе чудесную картинку: камин, ёлка, снег за окном и все в этом духе...

31 декабря нам повезло с погодой — был солнечный морозный день и много-много снега. К 11 вечера мы добрались до нашего отеля, сильно опоздали, так как по дороге заблудились и долго искали отель, времени оставалось лишь на то, чтобы выгрузить из машины вещи и успеть положить подарки под ёлку. И тут, к всеобщему разочарованию, выяснилось, что в отеле, стоявшем посреди леса, отключили свет. Почти все постояльцы в праздничной одежде стояли на улице, так как в самих домиках была кромешная тьма. Работники отеля, как могли, приносили свои извинения, предлагали шампан-



АНАСТАСИЯ БОРОДУЛИНА

Офис-менеджер, Тенерифе

Это был первый Новый год на Тенерифе. Мы не так давно переехали с семьей на остров, и целыми днями пропадали на работе. Даже в предновогодние дни у меня не было надежды собрать всю свою семью в полночь за праздничным столом. Освободившись пораньше, я все же решила приготовить небольшие закуски для родных. До Нового года оставался буквально час. Неожиданно раздался звонок в дверь. На пороге стоял мой любимый супруг с бутылкой шампанского и корзиной для пикника в руках. Ничего не понимая, мы быстро собрали закуски, которые я успела приготовить, и сели в машину. Муж попросил закрыть глаза и не открывать их всю дорогу. (Это было самое сложное). Через некоторое время мы остановились, с закрытыми глазами меня повели куда-то, я услышала шум прибоя, открыла глаза и замерла. Мы стояли на берегу Атлантического океана. Передо мной открывался вид на побережье, усеянное разноцветными огнями. Загремели салюты. Сын зажёл фейерверк, а муж вручил мне бокал. Тенерифе встречал Новый год, а я встречала новую жизнь. Я обняла своих мальчишек, закрыла глаза и загадала желание. Я не верю в магию, но в тот момент я была уверена, что все сбывается. Я чувствовала себя самой счастливой.



ВМЕСТО ТИХОГО УЮТНОГО ВЕЧЕРА У КАМИНА В КРУГУ САМЫХ БЛИЗКИХ ЛЮДЕЙ— НА УЛИЦЕ, В МОРОЗНУЮ ЗАСНЕЖЕННУЮ НОЧЬ В КОМПАНИИ НЕЗНАКОМЦЕВ

ское и закуски, искали свечи, но их было катастрофически мало. И тогда все вышли на улицу, стали открывать шампанское, зажигать бенгальские огни, при свете которых обнаружилась большая наряженная ёлка, деревянные сани и много новогодней атрибутики и украшений. Так и встретили Новый год. Вместо запланированного тихого уютного вечера у камина в кругу самых близких людей — на улице, в морозную заснеженную ночь в компании незнакомцев. Но было весело! Эта ситуация объединила всех гостей в одну большую дружную компанию! А вскоре после боя курантов появился свет, вся территория осветилась яркими гирляндами, обстановка и правда оказалась сказочной, но уже никто не торопился в свои уютные домики с каминами. Гулянье продолжилось на улице. В общем, праздник удался!



МЫ СТОЯЛИ НА БЕРЕГУ АТЛАНТИЧЕСКОГО ОКЕАНА. ПЕРЕДО МНОЙ ОТКРЫВАЛСЯ ВИД НА ПОБЕРЕЖЬЕ, УСЕЯННОЕ РАЗНОЦВЕТНЫМИ ОГНЯМИ





**АЛЕКСАНДР
САВЕЛЬЕВ**
PR-менеджер, Бали

Самым волшебным и запоминающимся стал первый Новый год вместе с моей будущей женой и сыном под её сердцем, и он же — наш последний Новый год в России. Почти сразу после праздника мы расписались и улетели на Бали без обратного билета, чтобы на волшебном острове наш сын появился на свет. Тот Новый год был самым уютным и душевным: в загородном доме собрались две наши семьи, на столе горели свечи, пахло хвоей и мандаринами, а за окном крупными хлопьями шёл снег. Мы вместе наряжали ёлку, искали с племянниками спрятанные подарки, гуляли, катались на санках с горки и много смеялись. Пусть тот Новый год был не самым «отвязным» в моей жизни (не было диких приключений и сумасшедших историй), но именно он прочно засел в моей памяти, как самый лучший из всех. Со временем, начинаешь больше ценить домашний уют и тепло близких людей рядом. В такие радостные дни хочется спокойствия и безмятежности, и чтобы снег крупными хлопьями падал за окном. Но! Мы давно живём на острове и сами себе создаём атмосферу праздника, а снежинки можно нарисовать прямо на стекле...



СО ВРЕМЕНЕМ, НАЧИНАЕШЬ БОЛЬШЕ ЦЕНИТЬ ДОМАШНИЙ УЮТ И ТЕПЛО БЛИЗКИХ ЛЮДЕЙ РЯДОМ



ЮЛИЯ ИВАНОВА
Глава русской линии,
Пхукет

Запомнился первый Новый год на Бали, когда я стала руководителем линии. На мне лежала огромная ответственность, поэтому помню все детали. Мы с моим коллегой Валентином Милютиним, по-моему, ни разу не присели, так как перемещались от стола к столу, чтобы поздравить всех туристов. Мы очень хотели создать атмосферу именно семейного праздника (а семья у нас была большой, человек 70). Самым трогательным моментом стало предложение руки и сердца, сделанное сыном наших Владельцев своей девушке на сцене с микрофоном. Родители ничего об этом не знали и расплакались все! Вот это ощущение тепла и любви я запомнила на всю жизнь и стараюсь пронести и не терять каждый год. Но я все еще умею мечтать, и думаю, что самый-самый необычный и волшебный Новый год у меня еще впереди!



Я ВСЕ ЕЩЕ УМЕЮ МЕЧТАТЬ, И ДУМАЮ, ЧТО САМЫЙ-САМЫЙ НЕОБЫЧНЫЙ И ВОЛШЕБНЫЙ НОВЫЙ ГОД У МЕНЯ ЕЩЕ ВПЕРЕДИ!



ИРИНА МАКОВИЧ
Представитель Клуба,
Пхукет

Новый год — это время чудес! Этот праздник любят взрослые и дети. В эти дни, кажется, весь мир останавливается в ожидании чего-то сказочного, необычного и веселого. Сердца наполняются любовью, кругом царит праздничная атмосфера.

Однажды, работая на тропическом острове Хайнань, где удивительная экзотика и круглый год лето, наша команда решила отметить Новый год в итальянском ресторане «Марко Поло». Когда мы туда пришли, увидели большую, красиво украшенную елку с цветными огоньками, которые очень весело переливались и искрились, Деда Мороза и Снегурочку. Блюда от шеф-повара поражали изысканностью и тонкостью оформления и были очень вкусны. Мы веселились, провожая старый год, и по традиции стали загадывать желания под бой курантов в 00.00, зажгли бенгальские огни, пожелали друг другу всего самого хорошего. Со всех сторон сверкали салюты, и вдруг неожиданно на нас посыпался настоящий снег! В тропиках! Снежинки таяли на лицах и руках, все радостно бежали, кричали и вспоминали настоящую русскую зиму. Так нас решил удивить хозяин ресторана. Уровень волшебства был на максимуме! Радостная атмосфера после этого царила еще долгое время.

Новый год — это всемирный праздник, в эту ночь можно испытывать силу обновления всего. Меняется год, меняются люди, меняются мнения и взгляды на вещи. Жизнь становится более насыщенной и яркой.



**СО ВСЕХ СТОРОН СВЕРКАЛИ САЛЮТЫ,
И ВДУРГ НЕОЖИДАННО НА НАС ПОСЫ-
ПАЛСЯ НАСТОЯЩИЙ СНЕГ! В ТРОПИКАХ!**



АНДРЕЙ ИВАНКИВ
Представитель Клуба,
Пхукет

Новый год у нас в Беларуси всегда проходил весело. Однажды, за пять минут до Нового года, по всему району пропал свет и нам пришлось встречать праздник при свете двух свечей. Было это около 10 лет назад. Это было по-своему смешно и уж точно необычно! Той самой ночью мы сами себе отсчитывали последние секунды уходящего года и встречали Новый со слезами от смеха на глазах. Тогда все спорили, кто же за столом заменит президента и выступит с поздравительной речью. Естественно, президентом хотел побыть каждый из нас, раз уж представился такой необычный шанс, поэтому пока не появился свет, каждый успел побыть главой государства и поздравить «народ» в лице своих друзей. И кстати, именно в том году сбылись все желания, загаданные в полночь.



**ВСЕ СПОРИЛИ, КТО ЖЕ ЗА СТОЛОМ
ЗАМЕНИТ ПРЕЗИДЕНТА И ВЫСТУПИТ
С ПОЗДРАВИТЕЛЬНОЙ РЕЧЬЮ.
ЕСТЕСТВЕННО, ПРЕЗИДЕНТОМ
ХОТЕЛ ПОБЫТЬ КАЖДЫЙ ИЗ НАС!**



**ОЛЬГА
РАЗМЫШЛЯЕВА**
Офис-менеджер, Пхукет

Последние восемь лет я встречаю Новый год на работе, в кругу коллег и туристов, многие из которых каждый год стараются праздновать его с нами, и уже почти стали своего рода семьей. Каждый раз праздник проходит необычайно весело и красиво. Но самым незабываемым стал для меня 2014, который мы отмечали на Бали. Встретив, рассадив гостей и убедившись, что все довольны и счастливы, организаторы вечера (то есть, собственно, мы с командой) разбрелись по курорту немного отдохнуть перед началом культурной программы. Я решила прогуляться у бассейна. Он красивый такой, с подсветкой, мостиками и совершенно (как мне сначала показалось) безлюдный. И вдруг из-под одного такого мостика выплывает девушка. Я задумчиво смотрю на то, как она появляется в поле моего зрения, и тут вижу... хвост! Товарищи, это была самая настоящая русалка! Сначала я подумала, что перенервничала перед праздником. Потом — ну что ж, сошла с ума, так тому и быть... в общем, мыслей много в голове крутилось, пока мне не объяснили, что русалочий хвост — один из самых популярных аксессуаров для плавания. Видела я его тогда впервые, и даже не могла предположить, что это всего лишь игрушка. На этом сказки не закончились. После того как гости отужинали, встретили Новый год от Владивостока до Калининграда и устали праздновать, все разошлись по апартаментам. Мы проверяли ресторан на наличие оставленных вещей, и тут я нашла туфельку. Золотую, на шпильке. То есть какая-то Золушка пришла в двух туфельках, а ушла в одной, и разница между высотой шпильки и необутой ногой ее не смутила! Потом еще два дня ее искали, все туристы говорили, что ничего не теряли. И когда мы решили было действовать сказочным методом, хозяйка туфельки нашлась. Вот такое волшебство!



АРТЕМ РАТУШНЫЙ
Представитель Клуба,
Пхукет

Племянник в 6 лет перестал верить в Деда Мороза. Именно эта зима выдалась удивительно красивой и снежной. Вот стоим мы с ним у окошка накануне Нового года, любуемся видами города. Я ему и говорю: «Крикни „Дедушка Мороз!“ — он и появится». А родители его в это время подарки под елку прячут. Племянник крикнул и — что бы вы думали! — по Пушкинской улице на санях, запряженных тройкой, промчался Дед Мороз. Глаза у племянника засверкали, лицо было таким, словно сбылась самая заветная мечта!.. Но кто бы показал мне в тот момент мое лицо...



**ВДРУГ ИЗ-ПОД ОДНОГО МОСТИКА
ВЫПЛЫВАЕТ ДЕВУШКА. Я ЗАДУМЧИВО
СМОТРЮ НА ТО, КАК ОНА ПОЯВЛЯЕТСЯ
В ПОЛЕ МОЕГО ЗРЕНИЯ, И ТУТ ВИЖУ...
ХВОСТ!**



**КАТЕРИНА
СЛИВКА**
Офис-менеджер, Хайнань

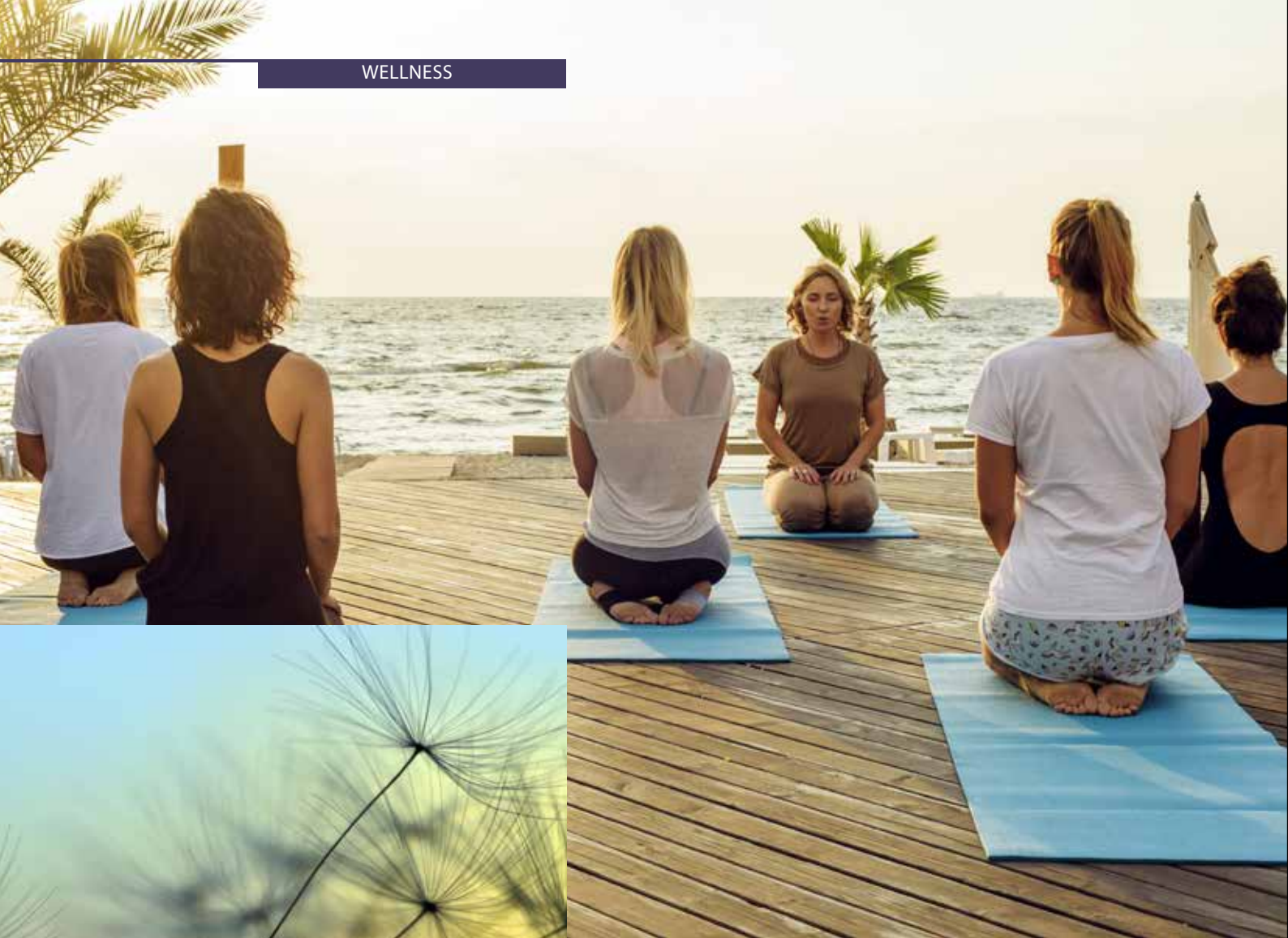
Можно много рассказывать о веселых встречах Нового года, когда мы ярко встречали его с друзьями, неслись в последние минуты куда-то, и минута в минуту чудом успевали к дорогим людям, чтобы чокнуться бокалом шампанского. Или наблюдали роскошные салюты над тропическим островом, но ни один из них не будет настолько ценным и волшебным, как первый Новый год с нашим сыном, когда ему едва исполнилось шесть месяцев. Мы сказочно украсили наш дом, его нарядили в костюм Санты, под елкой было множество разноцветных коробок с подарками, он увлеченно ползал вокруг, и был счастлив один за другим вскрывать разноцветные коробочки. Под бой курантов мы окружили его кроватку с бокалами шампанского и просто пожелали друг другу тихого семейного счастья и здоровья.



ПЕРВОЕ,
ЧТО ВЫ БУДЕТЕ ВИДЕТЬ
КАЖДОЕ УТРО В ТЕЧЕНИЕ ОТДЫХА!



**ЗАБРОНИРУЙТЕ РАЗМЕЩЕНИЕ
В ABSOLUTE TWIN SANDS RESORT AND SPA
ПРЯМО СЕЙЧАС!**



Медитация

Текст: Ганна Ролинска

Подошел к концу очередной насыщенный день, вы ложитесь спать и понимаете, что мозг никак не хочет сбавить обороты, мысли продолжают роиться, не давая вам забыться спокойным сном.

А теперь представьте, что вы отправились в отпуск, лежите на пляже под ласковым солнышком, слушаете шелест волн и не думаете ни о чем, не чувствуете ничего, кроме неги и блаженства. Или, прогуливаясь по пустой тихой улочке, не думаете о зудящих повседневных нуждах и заботах, а вместо этого ощущаете, как в ваше тело проникает воздух, наполняя легкие, как ноги соприкасаются с поверхностью земли; вас ничего не беспокоит и не тревожит. Не это ли идеальный отдых и перезагрузка?..

Многие столетия назад, люди открыли для себя один интересный способ избавления сознания от балласта ненужных мыслей и эмоций — медитацию. ►





Несмотря на то, что первые упоминания о медитации встречаются еще в «Ведах» — индуистском священном писании первого тысячелетия до н.э. — мы знаем название этой практики в её латинском варианте: meditatio, т.е. «размышление».

Как и многие практики, медитация изначально использовалась в религиозных целях. Чтобы перестать думать о суете и бренности нашей жизни и приблизиться к Богу, Мировому Разуму, Абсолюту (не путать с Клубом Absolute и одноименной маркой водки), верующие усилием воли концентрировали свой разум на размышлениях о высоком, то есть, медитировали. Медитация практиковалась по всему миру во всех религиях: буддизме, индуизме, христианстве, исламе, даосизме, иудаизме и многих других религиозных учениях. Кстати, христианская или мусульманская молитвы — это тоже своеобразный вид медитации, когда все мысли молящегося концентрируются на имени Бога или на обращении к Богу. Дойдя до наших дней, медитация, в целом, утратила религиозный подтекст и превратилась в легальный и абсолютно безвредный для психики и организма способ расслабиться, отключиться от проблем, забот, негативных эмоций и чувств, закручивающих человека в водоворот стресса.

Что же такое медитация? Существует множество определений. Это и название техники, и сам процесс, и состояние, возникающее в результате про-

цесса медитирования. Мы остановимся на одном, весьма упрощенном определении. Медитация — это способ сосредоточения, концентрации мысли на каком-то конкретном объекте с целью избавления от внешних и внутренних раздражителей. Объектом медитации может быть что угодно: ощущение внутри самого тела медитирующего (дыхание, биение сердца), слово или фраза («Ом», имя Бога), воображаемая картинка (геометрическая фигура, мандала), внешний физический объект (пламя свечи, деревянный шарик, дорожка) или абстрактная идея пустоты, внутреннего света, собственного «Я» и т.п. Концентрация на одном объекте позволяет освободить мозг от засоряющих разум и приводящих в стресс мыслей и эмоций. К слову, наивысшим достижением медитации буддисты считали состояние «просветления», когда медитирующий ни о чем не думает, ни на чем не сосредотачивается, не чувствует свое тело, не замечает окружающего, не ассоциирует себя со своим волеизъявлением и находится в пустоте, в состоянии глубочайшего покоя и блаженства.

Так случилось, что медитация неразрывно связана с йогой. К слову, йога — это философско-религиозное учение. Многие так называемые последователи йоги опускают теоретическую часть и концентрируются лишь на практической составляющей — дыхательных и силовых упражнениях и медитации, что само по себе тоже очень полезно.

Медитация рекомендуется людям, работа которых связана с активной мозговой деятельностью, сопровождается стрессами и переутомлением. Полезна медитация будет и тем, кто переживает непростой период в жизни. Опытные йоги могут медитировать часами, новичкам рекомендуется начинать с 5 — 10 минут и постепенно доводить сеансы до получаса.



Чакры — энергетические центры человеческого тела, в которых сосредоточена психическая и жизненная сила. При неправильной работе чакр человек испытывает упадок жизненных сил, от чего страдают все стороны жизни. Практика медитации на чакры помогает вернуть равновесие, наполнить тело энергией, предотвратить болезни, улучшить физическое и психическое состояние.

Чакра Сахасрары

коронная чакра, входные ворота энергии. Отвечает за праведность и высшие устремления

Чакра Аджна

принимает энергию от коронной чакры, отвечает за интуицию

Чакра Вишудха

отвечает за оптимальную коммуникацию с Миром, правильный выбор рода деятельности

Чакра Анахата

отвечает за сердце и систему кровообращения, за желание любить и быть любимыми

Чакра Манипура

влияет на уровень жизненной энергии и способность зарабатывать деньги

Чакра Свадхистхана

отвечает за сексуальную энергию человека, необходимую для продолжения рода

Чакра Муладхара

отвечает за физическое здоровье человека, возможность твердо стоять на ногах



Кроме того, что медитация оказывает благотворное влияние на психическое и эмоциональное состояние, она, в паре с занятиями йогой, улучшает обмен веществ, налаживает работу кровеносной системы, избавляет от болей и так далее. Современная наука признает целебное свойство медитативных практик. По всему миру открыты центры, где в клинических условиях медитация используется как хорошо зарекомендовавшее себя психотерапевтическое средство. В домашних условиях медитация может стать приятным релаксационным средством.

Где, как не на Востоке, стоит сделать первый шаг на пути к самосовершенствованию? Великолепная возможность заняться медитацией представляется гостям Клуба Absolute в Таиланде, на о. Пхукет. Представляющий широкую оздоровительную программу центр **180° Wellness** предлагает окунуться в размеренный и релаксирующий мир восточных лечебных практик. Опытные инструкторы подскажут вам, с чего стоит начать, как научиться концентрироваться, как получить максимальную пользу от занятий йогой и медитацией. Вернувшись домой, вы непременно захотите продолжить практику медитации. Даже если у вас нет цели достичь просветления и стать Буддой, желание стать более спокойным, стрессоустойчивым, творческим, способным, здоровым и просто более счастливым должно сподвигнуть вас уделить немного времени на медитацию. //

Новая студия йоги в центре **180° Wellness** была задумана для занятий бикрам-йогой («горячей йогой»), групповых медитаций, звуковой терапии, дыхательных практик и расслабляющей йоги при свечах (candlelit yoga). Цель студии — в создании безупречных условий для занятий йогой и медитацией, где бы ничто не отвлекало от процесса.



Новая студия йоги в оздоровительном центре 180° Wellness

Умный подход

туристические советы для любой поездки

Текст: Лилия Черная

Путешествия — это прекрасная возможность отключиться от суеты трудовых будней, набраться сил и получить массу приятных впечатлений. Сделать вашу поездку незабываемой, лишенной мелких неприятностей и неожиданностей помогут советы туристам, которые позволят вам отлично провести отпуск.

ИССЛЕДОВАНИЕ

Перед поездкой изучите климат и культуру страны, в которую вы направляетесь. Понимание этих ключевых аспектов поможет вам собрать предметы первой необходимости. Это облегчит сбор чемодана и убережет от необходимости брать ненужные вещи.



Перед поездкой будет полезно посетить форумы и блоги путешественников, чтобы узнать больше о пребывании в стране и маршрутах, не указанных в путеводителях. Если заранее подготовиться не получилось, можно взять бесплатные путеводители и карты города на ресепшене отеля.



КАК ЗАРЯДИТЬ ЭЛЕКТРОННЫЕ СРЕДСТВА

Если вы забудете USB-адаптер или обнаружите, что у вашего адаптера слишком мало доступных выходов, имейте в виду, что у большинства телевизоров есть USB-порт на задней панели, который вы можете использовать, чтобы легко заряжать свою электронику. Проверьте, чтобы все важные гаджеты были заряжены на максимум, удостоверьтесь в наличии зарядного устройства.



ЗАГРУЗИТЕ КАРТЫ GOOGLE ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В АВТОНОМНОМ РЕЖИМЕ

Если вы путешествуете куда-нибудь без тарифного плана телефона, вы можете легко загрузить Карты Google заблаговременно, чтобы просмотреть их офлайн. Введите «Ок-Карты» в панель поиска Google Карт, а часть карты, которая в данный момент отображается на вашем экране, будет сохранена непосредственно на вашем устройстве для последующего использования.



АПТЕЧКА

Удостоверьтесь, что вы взяли с собой аптечку. В нее должны войти солнцезащитный крем, бинт, пластырь, йод, обезболивающее средство, антигистаминный препарат (антиаллергенное средство), мазь от укусов, ваши личные лекарства и средства гигиены, если таковые имеются.

Если возникла необходимость купить лекарство за границей, нужно знать его международное название (МНН). Для этого требуется найти в интернете инструкцию к препарату — в нем МНН указывается на латинице.



ДОКУМЕНТЫ И ДЕНЬГИ

Чтобы не переживать за документы, лучше предварительно сделать их ксерокопию и записать, а также отсканировать. Ксерокопии пригодятся для удостоверения вашей личности, если документы будут украдены (а это в дороге не редкость).

Всегда держите документы, деньги и ценные вещи при себе, чтобы украсть их было невозможно. Сумочки на поясе или бедре как раз подходят для хранения ценных вещей.

Обмен валюты следует осуществлять исключительно в официальных обменных пунктах или банках.

Узнайте в своем банке, обслуживается ли ваша кредитная карта в той стране, куда вы собираетесь ехать. Дополнительно уточните, как ее активировать, и что делать при каких-либо неурядицах.

КАК СОБРАТЬ ЧЕМОДАН

Перед поездкой вы должны решить, что возьмете в ручную кладь, в салон самолета, а что сдадите в багаж. В багаж вы можете сдать от 20 до 32 кг (в зависимости от класса и правил авиакомпании), а с собой в салон взять 5-10 кг на человека в зависимости от правил конкретной авиакомпании.

С собой в ручную кладь нужно взять следующие вещи: все документы (ни в коем случае их нельзя сдавать в багаж), лекарства, ценные вещи (украшения, ноутбуки, телефоны, камеры и т.д.), верхнюю одежду.

К сожалению, бывает так, что багаж теряется или задерживается. Поэтому с собой в ручную кладь рекомендуется брать все зарядки от электронных устройств. Женщинам часто приходится тяжело без любимой косметики. Но из косметики берите только самое необходимое и в маленьких дозировках. Никакие жидкости, спреи, бритьевые станки и маникюрные принадлежности брать в ручную кладь нельзя. Все это необходимо сдавать в багаж. Если вы случайно положили эти вещи в ручную кладь, то у вас их просто отнимут во время прохождения досмотра.



Желательно заранее известить банк о поездке, чтобы система безопасности не заблокировала ваш счет при попытке снятия денег из другой страны. Если вы едете в страны, где принимают доллары или евро, рассмотрите вариант пластиковой карты со счетом в этой валюте. Это удобно тем, что не придется тратить на конвертацию и зависеть от курса валюты, который сейчас меняется почти каждый день.

Не следуйте слепо советам, что брать, а что не брать с собой в поездку. Люди делятся на две категории: те, кто любят путешествовать налегке, обходясь минимумом вещей, и те, кто любят максимально обзавестись собой от неожиданностей, и поэтому берут много.



В соответствии с международными правилами безопасности полетов, любые жидкости, проносимые в салон самолета, должны содержаться в упаковках не более 100 мл. Исключение составляют необходимые медикаменты (например, для диабетиков) и детское питание, требующееся на время полета.

Помните, что багаж кидают, чемоданы ставят друг на друга. Поэтому избегайте класть в багаж стеклянные и хрупкие вещи. Одежду разложите в полиэтиленовые пакеты — если что-то протечет в вашем или соседнем чемодане, вещи, защищенные пакетами, сохранятся в нормальном виде.

Для тех, кто любит путешествовать с большим количеством вещей, рекомендуется одежду скручивать в трубочки. Так места в чемодане останется значительно больше, да и одежда при транспортировке меньше помнется. Используйте место в туфлях для мелких вещей, туфли складывайте носом к пятке, либо, если места мало, положите каждую туфлю в отдельный мешочек и уложите по разным углам чемодана. Помните, что в поездке главное — это удобная, желательно немнущаяся одежда и обувь, а не показ мод.

Разложите все вещи перед собой, чтобы уви-



деть все сразу и, возможно, отсеять лишнее. Представьте, что вы уже на отдыхе, что вы наденете в первую очередь, а что в последнюю? Задайте себе эти вопросы, и часть вещей отсеется сама собой. Разложите вещи в пакеты по категориям: футболки, брюки, платья, белье и т.д.

Обувь упакуйте в пакеты и сложите на дно чемодана. Средний слой чемодана используйте для толстых вещей и косметичек, а верхний для тонких вещей. Эксперты рекомендуют формировать багаж из расчета: одна вещь на два дня отдыха. Заранее подумайте, что вы наденете в дорогу, и можно ли это использовать на месте отдыха. Не забивайте чемодан полностью, оставьте место для покупок и сувениров. ►

ФИНАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА

После сбора чемоданов проверьте:

- Взяли ли вы **документы** (загранпаспорта, билеты, ваучеры, страховки, сопроводительные и пояснительные документы). Не забыли ли вы водительские **права, кредитные карточки, деньги**?
- Есть ли у вас необходимая **сумма в рублях**, которую нужно заплатить таксисту за проезд в аэропорт и обратно по возвращении.



В аэропорт вы должны прибыть за два-три часа до вылета. Чем больше самолет, на котором вы полетите, тем раньше начнется регистрация. Подумайте, сколько вы будете добираться, и **добавьте время на пробки**. В аэропорту вам еще предстоит пройти проверку багажа и таможенный пункт, паспортный контроль и окончательный досмотр перед посадкой. Обязательно учтите это время при планировании дороги.

ПЛАСТИКОВАЯ БУТЫЛКА ДЛЯ ВОДЫ



Не выбрасывайте пустую бутылку от воды, а сложите ее в ручную кладь, чтобы вы могли пройти через охрану, а затем заполнить ее с другой стороны. Нет необходимости тратить 5 евро на воду каждый раз, когда вы садитесь в самолет!

Если вы приобрели билет у лоукостера, помните, что зарегистрироваться (и распечатать посадочный талон) нужно заранее, в обратном случае, придется заплатить кругленькую сумму в аэропорту. Такие условия есть у авиакомпаний Wizz Air, airBaltic, Ryanair и пр. Если сомневаетесь, лучше заранее уточните правила авиакомпании, чтобы не испортить себе отпуск в самом его начале.



ФОТОГРАФИИ, СЕТИ И ЧУВСТВО МЕРЫ



Конечно, хочется запечатлеть как можно больше моментов отдыха. Но именно в эти секунды вы находитесь в том самом месте и можете им наслаждаться. Многие туристы делают сотни фото, а некоторые умудряются тут же выкладывать их в социальные сети. Пока вы фотографируете, ваши эмоции сосредоточены на поиске лучшего кадра. Но вы же не за этим сюда приехали?

ПОДАРКИ

Сувениры и подарки приобретайте в первые дни приезда, а не в последний день. Так вы заранее рассчитаете оставшуюся сумму денег, и будете знать, что все для всех приобретено, и не беспокоиться об этом. Постарайтесь не покупать традиционные сувениры типа магнитиков или безделушек. Гораздо лучше привезти какие-то местные продукты: чай, сладости, шоколад, кокос. А себе обязательно купите какую-то вещицу, которая будет напоминать вам о поездке и возвращать вас мысленно в счастливые дни отпуска. //



ЛУЧШИЙ ПОДАРОК
НА НОВЫЙ ГОД — ЭТО?..

ПУТЕШЕСТВИЕ!

СДЕЛАЙТЕ СВОИМ ДРУЗЬЯМ ФАНТАСТИЧЕСКИЙ, ЩЕДРЫЙ И ПО-НАСТОЯЩЕМУ
ЖЕЛАННЫЙ ПОДАРОК НА НОВЫЙ ГОД — НЕДЕЛЮ ОТДЫХА НА ОСТРОВЕ
ВЕЧНОЙ ВЕСНЫ, ТЕНЕРИФЕ!



НАПИШИТЕ НА BOOKINGRU@CLUBABSOLUTE.COM, УЗНАЙТЕ ПОДРОБНОСТИ
НАШЕЙ АКЦИИ И ПОДАРИТЕ ЛУЧШИЙ ПОДАРОК ИЗ ВОЗМОЖНЫХ!
СТАНЬТЕ НАСТОЯЩИМ ДЕДОМ МОРОЗОМ В ЭТУ НОВОГОДНЮЮ НОЧЬ
И ОСУЩЕСТВИТЕ ЧЬЮ-ТО ДАВНЮЮ МЕЧТУ!

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ДО 15 МАРТА 2019 ГОДА

История мышонка Переса

Текст: Лилия Черная

Давным-давно, в далеком Королевстве жил-был мальчик... Так могла бы начинаться любая детская сказка, но у нас не просто сказочная история, а настоящая легенда, которая знакома всем испаноговорящим семьям с детства.

А случилось это так. История про Мышонка Переса началась в 1894 году. В те годы у принца Альфонсо XIII, прадедушки нынешнего короля Испании Филиппа VI, начали выпадать молочные зубки. И для маленького принца это была целая трагедия — он пребывал в испуганном состоянии, ожидая выпадения первого зуба. Чтобы успокоить будущего монарха, его мать, королева Мария Кристина заказала одному хорошему человеку написать историю, которая помогла бы Альфонсо спокойно пережить этот период.

Автором рассказа о Мышонке Пересе (Ratóncito Perez) стал священник и известный в XIX веке автор сказок **Луис Колома**. Он-то и придумал забавного Мышонка, жившего со своей семьей в коробке из-под печенья «Хантли» (любимого печенья Альфонсо) на складе кондитерской под названием «Праст», располагавшейся всего в 200 метрах от Королевского дворца.

Писатель придумал забавного пер-

сонажа в жёлтой шляпке и с красной сумочкой на ремне. Его прототипом, возможно, послужил герой более старинной французской сказки о добром мышонке, который поборол злого короля, спрятавшись ночью у него под подушкой и сделав так, что у того выпали все зубы.

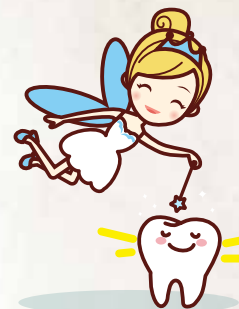
Первое издание сказки о Мышонке Пересе датируется 1902 годом, следующее, уже иллюстрированное, — 1911. Оригинальная авторская рукопись Луиса Коломы от 1894 года до сих пор хранится в библиотеке Королевского дворца.

Тринадцатистраничная история повествует о приключениях короля Бубы I (так в жизни ласково называла своего сына мама Альфонсо XIII), который после выпадения первого зуба положил его под подушку вместе с письмом, и в эту же ночь маленького короля посетил Мышонок Перес и забрал у него зуб, оставив взамен монетку.

Кондитерской «Праст», к сожалению, в Мадриде больше не существует. На ее месте построен торговый центр, где 5 января 2003 года повесили металлическую табличку в ознаменование того, что здесь жил всем известный испанский Мышонок Перес. На первом этаже здания находится музей Мышонка Переса.

Музей состоит из нескольких помещений. Войдя туда, посетитель оказывается в особой атмосфере детства. Воздух наполнен сладким ароматом корицы, что придаёт экспозиции особый шарм. Здесь есть почтовый ящик, в который дети могут положить свои выпавшие зубки и письма для «зубного хранителя» и металлический памятник в честь знаменитого персонажа.

Мышонок Перес — это нечто вроде испанской Зубной Феи. Его называют так в испаноязычных странах, за исключением некоторых регионов Мексики и Чили, где он называется «Зубной мышонок», а в Аргентине, Венесуэле, Уругвае и Колумбии



Согласно легенде, Зубная Фея в разных странах дает ребенку небольшую сумму денег (обычно одну монетку) или небольшой подарок вместо выпавшего зуба. Зубки можно дарить Фее в любой день, кроме Рождества.



просто «Мышь Перес». В то время как дети других стран мечтают о приходе к ним прекрасной героини сказок с крыльшками и волшебной палочкой — Зубной Феи — маленькие испанцы ждут своего мышонка, читают о нём разные истории и рисуют его в альбомах.

На самом деле, Мышонок Перес берет зубы у детей и оставляет взамен под подушкой монеты или подарок, в зависимости от того, что родители посчитают нужным, иногда вместо подарка или монеты можно получить знаменитое закодированное письмо, которое ребенок должен расшифровать.

Иногда родители для каждого молочного зуба кладут под подушку игрушки из определенной серии, хотя есть и другие подарки, которые являются более традиционными, например, шоколадные монеты.

У испанского Мышонка Переса есть прототипы и «братья» в виде других сказочных существ. Во Франции к детям приходит La petite bonne souris — «маленькая добрая мышь», у которой нет имени, но которая по схожей традиции кладет ребенку под подушку подарок взамен зуба.

В Англии дети верят в Зубную Фею, которая также приходит ночью и меняет зуб на какой-нибудь подарок. Зуб надо положить на тарелку с солью и оставить рядом с кроватью.

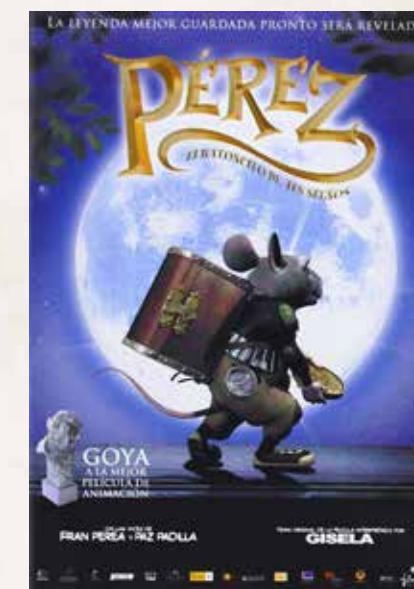
В скандинавской культуре нет волшебных героев-стоматологов, зато есть интересный обычай: викинги вешали себе на шею молочные зубы и шли сражаться.

В Древней Руси выпавшие зубы дети кидали за печь. Сегодня функцию печи заменяют спичечные коробки, пороги квартир и лестничные пролеты.

Сюжет сказки о Мышонке Пересе не раз вдохновлял сценаристов и режиссёров на создание мультипликационных и художественных фильмов по его мотивам. //



Издание 1911 года



История мышонка Переса не раз служила вдохновением для художников, режиссёров и мультипликаторов. В 2006 году на экраны вышел фильм «Приключения мышонка Переса» (El ratón Pérez), Испания, который получил премию «Гойя» за лучший мультипликационный фильм. В декабре 2008 года был выпущен сиквел.



Роман Козлов:

«Я там, где понравилось с самого детства!»

PR-менеджер Клуба Absolute, Роман Козлов, живет в Китае уже девять лет, семь из них — на острове Хайнань. Коллеги характеризуют Романа как человека честного, позитивного, открытого и уверенного в себе. А еще, «белого и пушистого», во всяком случае, до тех пор, пока дело не дойдет до делёжки сладкого... Благодаря отличным коммуникативным навыкам и знанию китайского языка, он многократно выручал Владельцев и гостей Клуба в форс-мажорных ситуациях. В нашем разговоре он рассказал о том, как переехал в Китай, как ему дался китайский язык, почему он выбрал Хайнань, и как отмечают Новый год сотрудники Клуба в городе Санья.

— **Здравствуйте, Роман. В качестве вступления к нашей беседе, расскажите читателям о себе.**

— Добрый день. Мне 26 лет, не женат, родом из одного небольшого сибирского города Ангарск в Иркутской области, недалеко от известного озера Байкал. После окончания школы и колледжа по менеджменту и бухгалтерскому учету в 17 лет уехал в Китай, в город Дзиньдзю под Пекином, поступил в экономический университет, закончил его с отличием.

Увлекаюсь экстремальными видами спорта. На самом деле, тяжело все перечислить, чем я только ни занимался, но в последние шесть лет очень полюбил серфинг, кайтбординг, фридайвинг. Люблю шахматы и другие настольные игры. Недавно осуществил свою давнюю мечту — прыгнул с парашютом. Влюбился в парашютный спорт с первого прыжка, занимался бы с удовольствием и этим видом спорта, но, к сожалению, на острове Хайнань, где я живу, этого нет.

— **Почему Китай?**

— После окончания девятого класса встал вопрос: а куда дальше? Мне хотелось уехать из России, и был выбор — либо Америка, либо Китай, но так как у родных были знакомые в Китае, то долго раздумывать не пришлось.

— **Как Вы оказались на острове Хайнань и почему Ваш выбор пал именно на это место?**

— В первый раз на остров Хайнань я прилетел еще маленьким, в 2001 году, отдыхать с родными, и уже тогда влюбился в это место. В течение 10 лет мы каждый год приезжали сюда отдыхать. После

окончания университета в Китае мой вопрос «куда дальше?» уже был давно решен, конечно же, туда, где мне понравилось с самого детства! Окончательно я перебрался на Хайнань, в город Санья, в 2011 году.

— **Расскажите о своих любимых местах на острове.**

Богиня милосердия, расположенная в море, охраняет местных жителей от природных катаклизмов!

— Мне всегда нравились места, нетронутые людьми, маленькие бухты с чистой лазурной водой, красивыми кораллами и водными обитателями рядом с ними. Что касается местных достопримечательностей, то это, конечно же, трехликая богиня Гуаньинь в буддийском центре Наньшань. Статуя высотой 108 метров стоит в море и защищает остров от тайфунов. За последние 13 лет остров не затронул ни один опасный тайфун! Они сносили Филиппины и другие острова на пути к Хайнаню и в самый последний момент, когда местные жители уже заканчивали заколачивать окна и двери и запасались водой и рисом, тайфуны неожиданно сворачивали прочь от острова. А все потому, что богиня милосердия, расположенная в море, охраняет местных жителей от природных катаклизмов! ►



Коллектив — один из лучших, я очень рад работать в одной команде с этими людьми



С коллегами, сотрудниками русской линии Клуба Absolute на острове Хайнань

— **Поделитесь секретом, куда Вы везете отдыхающих, если хотите их по-настоящему удивить?**

— Есть замечательное шоу «Древние легенды Санья» в «Романтик Парке». Представление проходит в большом крытом зале, где движутся кресла, с неба идет дождь, везде летают лепестки роз и сверкают лучи лазеров. Удивительные актеры и акробаты показывают пять историй про остров Хайнань и его замечательных жителей. При этом в парке есть небольшие декоративные улицы в древнекитайском стиле, здесь можно с головой погрузиться в историю, увидеть разные уличные шоу, попробовать традиционную хайнаньскую и китайскую еду, проверить свою ловкость, пройти полосу препятствий и полазить по китайским водным аттракционам.

— **Расскажите, кем Вы работали на Хайнане до того, как пришли в Absolute?**

— Так как у меня хороший китайский язык, сразу после переезда в Санья я устроился в ресторан менеджером-переводчиком. Проработав там некоторое время, я сменил род деятельности и начал работать в чайной лавке, где проводил традиционные чайные церемонии и продавал чай. В скором времени я вошел в партнерство к владельцу лавки, и совместно с ним мы открыли большой чайный



Активный отдых в свободное время

магазин. Помимо чая мы также занимались натуральным китайским шелком. Уже через год основали логистическую компанию в Гуанчжоу, где стали закупать и отправлять мебель в страны СНГ.

— **Поговорим о Вашей работе в Клубе. С чего началось Ваше знакомство с Absolute?**

— Мое знакомство с Absolute началось со знакомства с Сергеем Дюбановым, главой по развитию бизнеса. Ему нужен был человек, который бы свободно говорил на китайском и хорошо ориентировался на местности. Я откликнулся на предложение, и мы неделю ездили по всему южному побережью острова в поисках хороших курортов. Я присутствовал на переговорах в качестве переводчика. После отъезда Сергея я продолжал вести переговоры с отелями от лица компании Absolute, а спустя какое-то время мне предложили постоянную работу в Клубе.

— **Расскажите о своих обязанностях. Из чего состоит Ваш обычный рабочий день?**

— Составление водителям маршрута на день, организация приветственной встречи с туристами, связь с туристами, которые еще не прилетели, чтобы проинформировать их о том, как будет проходить встреча. Я должен быть всегда на связи, так как вопросы с китайцами по работе возникают часто. Необходимо держать связь с отелем, сопро-

водить обзорные экскурсии, решать все вопросы по экскурсиям и прочее. Перед открытием линии я занимаюсь организационными вопросами, подготавливаю комфортные условия для работы команды, занимаюсь поисками жилья, веду переговоры с отелями, ресторанами, фабриками, медицинскими центрами и так далее.

— **Как Вы оцениваете свой коллектив, как сложились отношения?**

— Коллектив — один из лучших, я очень рад работать в одной команде с этими людьми. У нас с самого начала сложились теплые отношения в коллективе, где все друг друга поддерживают и помогают.

— **Чем Вы занимаетесь в то время, когда команда работает на других направлениях Клуба?**

— Стараюсь увидеть как можно больше мир, путешествую, занимаюсь спортом.

— **Вы говорите на китайском языке, насколько сложным оказалось его изучение? Чем изучение китайского отличается от изучения, например, английского?**

— Китайский язык очень легко дается, если вы попадаете в среду, где никто не знает ни русского, ни английского. Языки даются всем по-разному,



Китайский язык очень легко дается, если вы попадаете в среду, где никто не знает ни русского, ни английского

для меня он оказался несложным, практически, наравне с английским. Сложности возникают только в иероглифах — когда в голове их уже за 5000 они иногда начинают путаться (*смеется*).

— **Как известно, китайцы практически не владеют иностранными языками. Как выкручиваются туристы? Можете поделиться лайфхаками?**

— Есть у меня один друг, как-то он мне сказал: «Роман, я знаю девять языков мира, только руки устают!». Кроме того, сейчас у всех есть телефоны, а в них переводчики.

— **Как вы считаете, чем жители острова Хайнань отличаются от китайцев, проживающих на материке?**

— Как и все островитяне, они никуда не торопятся, всегда улыбаются, даже если что-то не понимают, а еще они загорелые. ►



— Какие черты характера китайцев можно считать национальными, помимо общеизвестного трудолюбия?

— Добродушие и спокойствие, китайцы довольно редко ругаются...

— Какие традиции китайцев Вы считаете удивительными?

— Они всегда носят с собой термос с теплой водой или с чаем, врачи в Китае очень любят говорить: «Пей больше теплой воды и будешь здоровым, даже если руку сломал, все равно пей больше воды!» (смеется). Еще они очень любят выходить по утрам и вечерам из дома, чтобы делать зарядку и танцевать большими коллективами в парках.

— Отмечают ли европейский Новый год в Китае?

— Отмечают почти так же как русские: застолье с семьей, подарки, песни, салют, правда, без ёлки.

— А как отмечают его на вашей линии?

— Дружным коллективом мы собираемся в хорошем ресторане, где песни, танцы, подарки, бой курантов, салют, шампанское, веселье!

— Этот выпуск выходит в канун Нового года, что бы Вы пожелали нашим Владельцам?

— Быть здоровыми, счастливыми и загорелыми! //

Беседовала: Татьяна Касимова

Будьте здоровыми, счастливыми и загорелыми!



Бронирование по телефону +7 499 795 75 49 или info@hts-info.com

Bali

КРАСНАЯ ЧАКРА ЗЕМЛИ

Текст: Александр Савельев



О ТОМ, ЧТО БАЛИ – ЭТО МЕСТО ОСОБОЕ, ГОВОРЯТ, ПИШУТ И ДУМАЮТ МНОГИЕ. САМИ БАЛИЙЦЫ НЕ ИСКЛЮЧЕНИЕ, ОНИ ЕЖЕДНЕВНО ПО НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ МОЛЯТСЯ И ДЕЛАЮТ ПОДНОШЕНИЯ СВОИМ БОГАМ. БОЛЕЕ ДВУХСОТ РЕЛИГИОЗНЫХ ЦЕРЕМОНИЙ В ГОДУ ДАЕЛАЮТ БАЛИЙЦЕВ КРАЙНЕ НАБОЖНЫМИ. КАЖДЫЙ ИЗ НИХ СЧИТАЕТ СВОИМ ДОЛГОМ ЧТИТЬ ТРАДИЦИИ, ПОЭТОМУ МЕСТНЫЕ ЖИТЕЛИ МНОГО ВРЕМЕНИ ПОСВЯЩАЮТ КАК САМИМ ЦЕРЕМОНИЯМ, ТАК И ПОДГОТОВКЕ К НИМ.



Туристы, приезжая на остров, отмечают, что чувствуют себя здесь иначе. Будто ощущают энергию острова, видят взаимосвязи, больше замечают и быстрее воплощают задуманное. Время здесь будто течет по-другому, оно кажется вязким и тягучим, но в то же время пролетает незаметно.

Много мнений о силе Бали, много предположений. Кто-то считает это местом силы, красной чакрой земли, энергетическим каналом или просто очень намоленным и святым местом. Люди замечают, что мысли тут быстрее материализуются, замыслы воплощаются, но и карма за плохие поступки «прилетает» быстрее.

Такая энергетическая наполненность привлекает людей со всего мира. На остров приезжают в поисках истины, исцеления, очищения. Кто-то приезжает, чтобы начать всё с чистого листа, кто-то, чтобы завершить пройденные этапы или изжившие отношения, убежать от мира, от проблем или от себя самого. Люди едут за успокоением, гармонией, ощущением свободы. Едут вдохновляться, развиваться и совершать некий переход от устаревшего к совершенно новому. В подобных вещах остров достаточно разносторонен. Тут есть все «инструменты», которые могут понадобиться на пути к высшей истине. От целительства, шаманства, тарологии, до йоги, ретритов, техник холотропного дыхания и рисования тотемных животных.



В Убуде, самом продвинутом в этом плане районе острова, можно найти практически любое занятие для развития духовной составляющей жизни. Большая масса интересующихся эзотерикой, проживают именно тут, и все как один готовы подтвердить: Убуд — совершенно особенное место по своей энергетике и творческой наполненности. Самые именитые художники Бали жили и творили здесь. В Убуде есть даже улица мастеров, на которой балийские умельцы продают разнообразные произведения из дерева, стекла, камня, вулканического песка и всего того, что дарит людям остров.

Бали — это не только красивые закаты, лазурные берега, джунгли и путешествия. Бали — это место сильных энергий и творческого пространства. Бали называют «островом богов и демонов», потому что здесь, в гармонии и балансе, могут уживаться совершенно разные силы. Потому что здесь чтут и уважают своих богов. Потому что здесь усмиряют демонов. Поэтому остров находится под надежной защитой своих жителей... //



**«Балийцы
говорят, что мысли
материальны.
С тобой обязательно
произойдет то, чего
ты сильно хочешь»**

Евгений Якимчук,
глава русской линии
Клуба Absolute на Бали



В ПРЕДДВЕРИИ НОВОГОДНИХ ПРАЗДНИКОВ МНОГИЕ ЛОВЯТ СЕБЯ НА МЫСЛИ О ТОМ, ЧТО ДУША ПРОСИТ ЧЕГО-ТО БОЛЬШЕГО, ЧЕМ ТРАДИЦИОННОЕ ЗАСТОЛЬЕ. ЧТОБЫ В ПОЛНОЙ МЕРЕ НАСЛАДИТЬСЯ СКАЗОЧНОЙ АТМОСФЕРОЙ НАСТОЯЩЕЙ ЗИМЫ И РОЖДЕСТВЕНСКИХ ПРАЗДНИКОВ, СТОИТ ОТПРАВИТЬСЯ ТУДА, ГДЕ ЗИМА ПРЕДСТАЕТ ВО ВСЕЙ СВОЕЙ КРАСЕ — В УКУТАННУЮ СНЕГАМИ ФИНЛЯДИЮ.

РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ФИНЛЯДИЯ

Текст: Ганна Ролинска



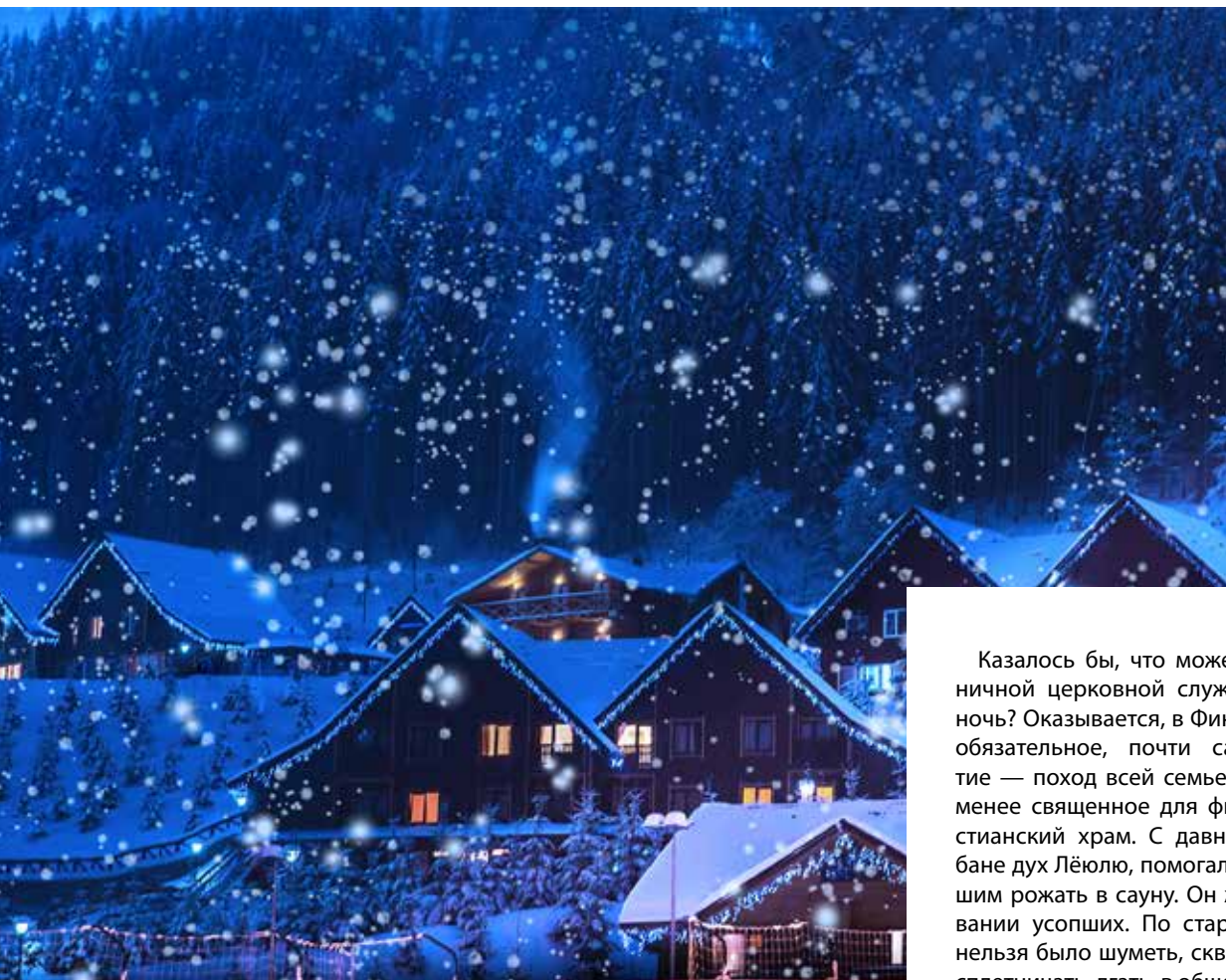
Финляндия — государство в Северной Европе, граничащее с Россией, Швецией и Норвегией. В 2018 году, во «Всемирном докладе о счастье», опубликованном ООН, Финляндия заняла первое место. В 2010 году страна была на первом месте в списке «Лучшие страны мира».

Сказочную атмосферу зимней Финляндии оценил еще Ханс Кристиан Андерсен, поселив Снежную Королеву в лапландской части этой страны и отправив туда же «автостопом» маленькую Герду, в поисках Кая. Этих персонажей давно и след простыл, но сказочные пейзажи, невероятное по красоте северное сияние, чистейший морозный воздух, кристальная вода и лучшая в мире экология (!) остались в распоряжении местных жителей и гостей страны Суоми.

Рождество в Финляндии — это настоящее зимнее чудо! Атмосфера праздника в буквальном смысле слова витает в воздухе. Нигде снег так не переливается разноцветными огнями нарядных гирлянд, а терпкий глинтвейн не согревает душу и тело, как в этой северной стране, словно созданной для празднования Рождества и встречи Нового года. Любителям городской суеты придется по вкусу водоворот рождественских ярмарок, где прилавки ломятся от обилия новогодних украшений, сувениров ручной работы, изделий из оленьих шкур, теплой вязаной одежды, местных сладостей и деликатесов и, конечно, всевозможных изображений оленя — одного из символов Финляндии. Праздничная музыка, цирковые представления, лотереи, благотворительные аукционы, рождественские песнопения, поздравления Санты, варящие согревающий глэг гномы — все это неотъемлемая часть старинной традиции рождественских ярмарок. Проходят они во всех более или менее крупных городах, от столичного Хельсинки до северного Рованиеми. Найти нарядно украшенные хвойными ветвями и освещенные рождественскими огнями павильоны просто — достаточно пройти на центральную площадь города. ►



КЛУБ ABSOLUTE РАД ПОСОДЕЙСТВОВАТЬ ВАШЕЙ СЕМЬЕ В ОРГАНИЗАЦИИ ЗИМНИХ ПРАЗДНИКОВ НА РОДИНЕ САНТА КЛАУСА — В ЛАПЛАНДИИ!



Казалось бы, что может быть важнее праздничной церковной службы в Рождественскую ночь? Оказывается, в Финляндии есть еще одно обязательное, почти сакральное мероприятие — поход всей семьей в сауну! Сауна — не менее священное для финнов место, чем христианский храм. С давних времен, живший в бане дух Лёюлю, помогал женщинам, приходившим рожать в сауну. Он же участвовал в обмывании усопших. По старой традиции, в сауне нельзя было шуметь, сквернословить, ругаться, сплетничать, лгать, в общем, делать все то, что не принято делать в священном месте. В наши дни сауна воспринимается финнами не просто как место, где можно оздоровиться физически. По их мнению, сауна идеально подходит для духовного очищения от бытовой суеты и негативных эмоций. Повальное национальное увлечение сауной дошло до того, что парилками стали оборудовать ванн комнаты в обычных жилых многоэтажках, откуда и неимоверное количество саун — более двух миллионов на пятимиллионную популяцию финнов. Популярностью среди туристов и местных любителей экстрима пользуется сауна, сочетающая в себе невозможное — лед и жар. Она составлена из ледяных блоков, скрепленных снежной крошкой. Температура в такой сауне поднимается до +60°C, а влажность относительно невысока. В такой сауне будут комфортно себя чувствовать даже те, кому не посчастливилось иметь легочные заболевания, и кому традиционная сауна противопоказана. Ну а если хочется не просто спокойно помедитировать в клубах пара, а устроить настоящую горячую вечеринку, можно заказать специальный автобус-сауну, рассекающий улицы ночного города. Для любителей горнолыжного отдыха интересной покажется идея расслабиться в парилке, обустроенной в кабине подъемника, из которой открывается завораживающий вид на заснеженные просторы Лапландии.



Резиденция Санта Клауса в Рованиеми, Лапландия

Деревня Санта Клауса — постоянное место жительства Санты и одно из наиболее посещаемых мест Финляндии. Первым туристом, посетившим деревню Санты, считается Элеонора Рузвельт, вдова Франклина Рузвельта. В ее честь была построена хижина, увидеть которую можно и сейчас.

Ну и какое же Рождество без столь любимого детьми и взрослыми белобородого дедушки, затмевающего порой по своей популярности основного виновника торжества — младенца Иисуса? Только в Финляндии можно посетить открытую для публики резиденцию самого доброго и быстрого старика в мире, успевающего за 24 часа посетить миллионы детей, принеся им желанные подарки. Имя ему — Йоулупукки, что в переводе с финского означает «Йольский» (или рождественский) козел. Этим смешным финским именем называют нашего Деда Мороза или его заграничного «коллегу» Санта Клауса. Но не всегда Йоулупукки был чадолюбивым стариком в красном костюме с неизменной добродушной улыбкой. До совсем недавнего времени он был довольно злобным типом. Под стать ему была жена Моури, олицетворение зимы, стужи и тьмы. От ее имени произошло слово «смерть» во многих европейских языках. Кстати, прототипом Морры, «страшной и ужасной» героини историй про мумми-троллей, была именно Моури. В давние времена Йоулупукки наряжался в вывернутый мехом наружу тулуп и украшал свою голову козлиными рогами. Он ходил по домам жителей северных земель и занимался воспитательной



Гора Корватунтури



работой. Непослушных детей он варил живьем в кипящей воде, ну а послушные малыши отделялись весьма нелёгким испугом. В более поздней традиции он предстал в виде настоящего козла, который обходил с инспекцией дома в канун праздника зимнего солнцестояния Йоля. Он проверял, все ли готово к празднованию большого торжества, получая при этом, как настоящий ревизор, «взятки» от хозяек в виде сладостей. Кстати, будучи на рождественской ярмарке, прикупите соломенного козлика и обязательно украсьте им дом, ведь по финским поверьям солома отгоняет злых духов. Позже «Йольский козел» опять принял человеческий облик и превратился в доброго дедушку, развозящего подарки на санях, запряженных козлами. В XX веке Йоулупукки пересел на более скоростной вид транспорта — оленью упряжку.

На самом деле, Йоулупукки живет не в деревне, а на затерянной в снегах сопке Корватунтури, название которой переводится как «сопка-ухо». Говорят, благодаря специфической форме, напоминающей заячьи уши, сопка обладает уникальной акустикой — с нее лучше всего слышны голоса детей, обращающихся к доброму старику со своими рождественскими желаниями. ►

Рождественский козлик или соломенная коза является древнейшим национальным атрибутом празднования Рождества в скандинавских странах. С дохристианских времен люди выражали благодарность богам за урожай и приносили часть домашнего скота в жертву, считая, что таким образом можно заслужить покровительство богов.



«Санта-Парк»

«Санта-Парк» расположен примерно в 2 км от деревни Санта Клауса, в 2 км от аэропорта Рованиеми и в 8 км от центра Рованиеми. Из центра можно добраться до парка на специальном автобусе Santa's Express за 15 минут.

Но, поскольку путь на сопку не из легких, а желающих познакомиться с финским Дедом Морозом становится все больше и больше, на время рождественских праздников он перебирается в более доступную резиденцию «Санта-Парк», недалеко от лапландского города Рованиеми. Каждую зиму туда стекаются тысячи желающих прочувствовать настоящий праздничный дух Рождества и веселье новогодних праздников. Сияющая огнями заснеженная деревня Санта-Клауса окутана ароматом кофе, корицы и хвои. Всюду снуют шустрые помощники старого Йоулупукки — эльфы. Эти человечки в остроконечных красных шляпах помогают гостям деревни в их развлечениях и знакомстве с бытом Йоулупукки. Стоит пройти по деревне несколько шагов в северном направлении до специально отмеченной на земле линии, и они выпишут вам Сертификат о пересечении Полярного круга. Если вы задумали прокатиться в оленьей или собачьей упряжке по заснеженному лесу и добраться до точки наблюдения за северным сиянием — эльфы тут как тут. Они приготовят вам коктейль в ледяном баре или угостят горячим шоколадом с имбирным печеньем в уютном деревенском ресторанчике. Эльфы и их друзья снеговики позаботятся о том, чтобы ваш ребенок провел незабываемый день за играми на снежных аттракционах. А если вы продрогли на настоящем заполярном морозе — они растопят для вас сауну.

Ну и конечно, нельзя забывать про хозяина резиденции — Йоулупукки и его любезную жену Муори. Эта почтенная дама преклонных лет каждый год готовит своего мужа к главному событию года. День в день, 23 декабря, деревня устраивает торжественные проводы Йоулупукки в дальний путь.



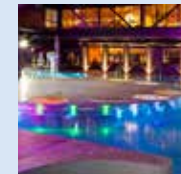
Эльфы почтовой службы Финляндии получают письма со всего мира и на разных языках. Они всегда стараются отвечать на том языке, на котором написано письмо.

Старик и его верные олени, во главе с красноносый Рудольфом, отправляются развозить детям подарки, заботливо приготовленные и упакованные в течение лета эльфами. Кстати, в резиденции есть почтовое отделение, в которое приходят письма от детей и взрослых со всего мира и откуда можно отправить рождественское поздравление или подарки своим близким и друзьям. Если надумаете черкануть пару теплых слов финскому Санте, или ваш малыш захочет отправить ему просьбу о подарке, пишите на адрес: **Santa Claus, Arctic Circle, 96930, Rovaniemi, Finland.**

Попасть в рождественскую сказку вы можете благодаря особым связям Клуба Absolute с Санта Клаусом. Расположенные в Лапландии и других частях Финляндии **курорты Внешнего Исползования**, предложат незабываемый зимний отдых, насыщенный интереснейшими развлекательными и оздоровительными программами: подледной рыбалкой, катанием на оленьих и собачьих упряжках, «сафари» на снегоходах, горнолыжными трассами, спа и сауной — это лишь небольшой список предлагаемых курортами услуг. Пусть морозная Финляндия запомнится вам рождественским теплом и светом праздничных огней! //



ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ:



HOLIDAY CLUB SAIMAA. Курорт открылся в 2013 году и находится всего в 215 км от Санкт-Петербурга, в трех часах езды на машине. Это один из самых популярных курортов у петербуржцев. На территории есть чем заняться: веревочный парк, парк Angry Birds, лошадиная ферма, поездки на оленях, аквапарк, бассейн и теннисный корт на крыше. На территории, раскинувшейся на берегу озера, есть несколько видов коттеджей — размером от 57 до 120 кв. м. Летом на озере можно рыбачить и плавать на лодке, зимой — кататься на снегоходах или лыжах.



HOLIDAY CLUB KATINKULTA. Он находится на 400 км севернее Saimaa. **Holiday Club Katinkulta** — это крупнейший курорт в Северной Европе, который давно полюбился гостям из России. Курорт находится на берегу живописного озера, есть большое количество разноплановых коттеджей, рассчитанных как на уединенный отдых, так и на семью или большую компанию. На территории есть **горнолыжный курорт Vuokatti**, поэтому люди приезжают на неделю и чередуют лыжи с катанием на собачьих упряжках и спа-процедурами. Для детей есть парк развлечений Angry Birds, боулинг и собаки на хаски-ферме.



HOLIDAY CLUB SAARISELKA. Экзотичный курорт в глубине Лапландии, куда съезжаются люди со всего земного шара. Удивительное место, где по улицам вместо кошек ходят олени, плюс, удивительная северная природа. Курорт находится в 30 минутах езды от аэропорта **Ivalo** и в трех часах езды от Рованиеми. К услугам гостей предлагается спа-салон с сауной, гидромассажной ванной и крытым плавательным бассейном. В номерах есть полностью укомплектованная кухня и камин. На территории есть парк развлечений Angry Birds и ресторан традиционной лапландской кухни.



HOLIDAY CLUB KUUSAMON TROPIIKKI. Этот курорт находится в 2,5 часах езды от Рованиеми и в четырех километрах от аэропорта **Kuusamo**. Область Kuusamo известна дикой природой и красотой местных пейзажей, куда приезжают за активным отдыхом. **Holiday Club Kuusamon Troiikki** представляет собой разноплановый гостиничный и коттеджный комплекс, расположенный среди прекрасных ландшафтов. Он отличается от других курортов тем, что связан крытой дорожкой с роскошным спа в тропическом стиле. Размещение включает номера в спа-отеле, апартаменты и коттеджи. Апартаменты оборудованы кухней и камином.



HOLIDAY CLUB KELORINNE. Расположенный в Восточной Лапландии, в двух часах езды от Рованиеми, **Holiday Club Kelorinne** предлагает размещение в студиях с камином в большом бревенчатом доме. Дом построен прямо на лыжном склоне, что позволяет кататься на лыжах прямо от порога. Другие трассы и лыжни можно найти в районе **Salla**. После насыщенного активного отдыха гости могут отдохнуть в сауне или ресторане, находящемся в 400 метрах от дома.

ЕСЛИ ВАМ НРАВИТСЯ ПОЛУЧАТЬ НОВЫЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ И РАЗБАВЛЯТЬ СВОИ ПУТЕШЕСТВИЯ ДОЗОЙ АДРЕНАЛИНА, ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В КИТАЙ! КИТАЙЦЫ — ЗНАТОКИ В ТОМ, ЧТО КАСАЕТСЯ ОСТРЫХ ОЩУЩЕНИЙ И РАДЫ ПОЩЕКОТАТЬ НЕРВЫ ГОСТЯМ ПОДНЕБЕСНОЙ.

Стеклянные мосты Китая

Текст: Алена Раковская

Один из новых способов привлечения туристов — стеклянные мосты, тропы и смотровые площадки. Этот тренд быстро прижился и пользуется бешеной популярностью в Китае. Нигде в мире нет такого разнообразия подобных сооружений, количество которых продолжает расти.

Строительство стеклянных мостов обходится недорого, а эффект от наплыва туристов быстро окупает вложения. Но главное, у Китая достаточно великолепных мест, куда стремятся попасть туристы. Величественные утесы и туманные ущелья с крутыми обрывами, как будто созданы для прогулки по небесам. Стеклянные тропы и мосты позволяют пешеходу проверить себя на смелость и впитать красоту панорамных видов.

У каждого из стеклянных мостов есть своя изюминка, которая делает его непохожим на другие. Так, мост в провинции Хэбэй является самым длинным из всех существующих в мире. Длина моста — 488 метров. Он пролегает между двумя утесами на высоте более 230 метров, что сопоставимо с высотой 66-этажного здания. Толщина стекла, отделяющего туристов от пропасти, — около четырех сантиметров. При ходьбе по мосту он слегка раскачивается, что усиливает эффект.

Предыдущий рекордсмен среди стеклянных мостов также расположен в Китае. Его длина меньше всего лишь на 50 метров, а находится он на 300-метровой высоте над Гранд-Каньоном Национального парка Чжанцзяцзе в провинции Хунань. Парк примечателен огромными столбами из песчаника, возвышающимися над тропическим лесом, и получил известность во всём мире благодаря фильму «Аватар». Именно живописные ландшафты Чжанцзяцзе вдохновили создателей фильма на воплощение невероятных пейзажей далекой планеты. Стеклянный мост позволяет увидеть все их великолепие наяву. Строители заявляют, что стеклянное покрытие моста прошло множество испытаний на безопасность и дополнительные тесты на



Мост в провинции Хэбэй, Китай



Мост в Национальном парке Чжанцзяцзе, провинция Хунань, Китай



Мост в провинции Хунань, Китай

устойчивость к резким перепадам температуры, сильному ветру и т. д. Чтобы доказать, что мост надежен, по нему проехала машина, а одну из стеклянных панелей пытались разбить кувалдой. Мост установил десять мировых рекордов в области дизайна и строительства.

Второй мост в провинции Хунань в Национальном парке Шинючжай называют «Мостом героев». Он имеет длину около 300 метров и висит между двумя возвышенностями на высоте около 180 метров. Изначально мост был деревянным, но постепенно интерес туристов к нему стал угасать. В 2014 году руководство провело эксперимент и сделало одну из секций стеклянной. Результат настолько понравился посетителям, что мост решили сделать полностью стеклянным. С тех пор конструкция пользуется оглушительной популярностью!

Специалисты уверены, что пол из стекла толщиной в шесть сантиметров совершенно безопасен, и на нем можно даже прыгать. По факту, мало кто решается на подобные действия. Большинство пешеходов передвигается, крепко держась за перила, а некоторые, закрыв глаза или на четвереньках. Стальная конструкция моста была также усовершенствована. Если стекло и разобьется, туристы не провалятся в пропасть. ►



«Извивающийся Дракон» на горе Тяньмэнь, провинция Хунань, Китай

Поклонники экстрима просто обязаны посетить стеклянный мост на горе Тайханьшань и увидеть под своими ногами пропасть в 1200 метров. Но настоящий взрыв адреналина происходит, когда стеклянные панели начинают трескаться, и слышан характерный звук ломающегося стекла. На самом деле, появление «трещин» — это спецэффект, способ от души впечатлить туристов, но неподготовленному пешеходу такие шутки могут дорого обойтись. Идея возникла после того, как одна из панелей действительно треснула в 2015 году.

Поднимаемся выше? Тогда вас ждет стеклянная тропа «Извивающийся Дракон» на горе Тяньмэнь. Это уже третий стеклянный мост в Чжанцзяцзе. Он проходит вокруг отвесной скалы на высоте 1 500 метров. Длина тропы составляет более 100 метров, а ширина всего около 1,5 метров. Чтобы пройти по ней требуется немалое мужество, но открывающийся с моста вид того стоит: горы необычайной красоты, лежащая внизу долина, облака, которые, вдруг, оказались под ногами.

Не хотите экстрима, но желаете насладиться великолепными видами гор, моря и тропических джунглей? Тогда отправляйтесь на Хайнань! В августе 2018 года здесь открылась первая стеклянная тропа. 400-метровый комплекс расположился в туристической зоне «Тропический парк» в заливе Ялунвань. Парк и до появления площадки был весьма популярен среди туристов, а теперь становится любимейшим местом для прогулок!



На Хайнане это полноценная стеклянная тропа с площадками, арками и яркими лестницами, которая вьется между гор и простирается над тропическим лесом.

Стеклянный мост в «Тропическом саду», Санья, о. Хайнань



Мост на о. Хайнань

Стеклянная дорожка вьется через тропический лес, поднимается на склоны гор, чередуется с красочными лестницами и радужными воротами. Парк поделен на несколько тематических зон, каждая из которых интересна своим ландшафтом и растительностью. Посетители смогут прогуляться по подвесному «Мосту влюбленных», полюбоваться «Долиной Орхидей», увидеть «Камень Будды» и подняться на вершину горы. Со стеклянных смотровых площадок открывается великолепный вид на залив Ялунвань. Находится парк всего в 25 км от курортного города Санья.

Любители панорамных видов могут посетить смотровые площадки из стекла и в других частях Китая. Так одна из них находится в знаменитом каменном лесу Шилинь, недалеко от Пекина. Она расположена на высоте 400 метров и с нее открывается великолепный вид на красивейшую долину и тонкие скалы причудливой формы.

Смотровая площадка из стекла Юньдуань находится на высоте более 700 метров. Она выдвигается далеко в пропасть от горной скалы, к которой прикреплена, и предлагает зрителям великолепный вид с высоты.

Стоит отметить, что такие развлечения не под силу людям, страдающим акрофобией — патологической боязнью высоты. Решение зайти на стеклянный мост над бездной может превратиться для них в настоящее испытание. Многие приезжают сюда специально, чтобы перебороть свой страх. Нередко можно увидеть людей, передвигающихся

ползком, с закрытыми глазами или в ужасе цепляющихся за перила или скалу. Других буквально вытаскивают друзья. Однако, по словам специалистов, это не лучший способ борьбы с недугом. **Акрофобия** — иррациональный и неконтролируемый страх. На пике приступа панического страха наблюдаются спазмы сосудов, сильное головокружение, обморочное состояние. И решение акробов спровоцировать приступ, ступив над бездной, — смелый, но не самый правильный поступок, который может привести к очень серьезным последствиям. Если же ваш страх обусловлен обычной тревогой от пребывания на высоте, то добро пожаловать в облака! //

Акрофобия доставляет массу неудобств: человек не может отправиться в походы по горам, не испытывает удовольствия от пребывания на горнолыжных курортах, и даже посещение родственников, живущих на высоких этажах, становится проблемой. Хорошая новость: акрофобия поддается полному излечению!



Живое общение

Текст: Лилия Черная

Один мудрец справедливо заметил, что качество человеческой жизни определяется качеством человеческого общения. Это слова, с которыми согласится каждый. Общение — неотъемлемая часть нашей жизни, ведь общаемся мы постоянно.

С самого рождения мы живем в социуме, учимся общаться в детском саду и школе, заводим друзей, развиваемся в профессии, стремимся к самоутверждению и всегда ищем любовь и одобрение нашей семьи и самых близких людей. Живое общение — это не просто передача информации. Для эффективного общения важно не только уметь говорить, нужно уметь слушать, слышать и понимать, о чем говорит собеседник. Эти способности общения каждый развивает в себе самостоятельно, учась у людей, которые нас окружают, прежде всего, у своих родителей.

Человек, который растет в большой семье и постоянно общается с бабушками и дедушками, родственниками и друзьями, становится с годами гармоничной личностью.

В безличном общении мы становимся более раскрепощенными, и это опасная тенденция, так как интернет-общение уводит нас от реального контакта друг с другом

Живое общение нельзя заменить телевизором, телефоном или компьютером. Мы являемся примером для наших детей, они копируют наше поведение, и если они видят постоянно маму и папу с телефонами в руках, то считают это нормой. Чтобы правильно выстраивать отношения в семье, надо создать атмосферу откровения и доверия, чтобы можно было поговорить обо всем на свете. Заведите привычку рассказывать друг другу, как прошел ваш день. Даже если ребенок ходит в детский сад, то после его посещения он может поделиться с вами своими эмоциями и важными событиями, которые происходят в его маленькой жизни каждый день.



Люди часто переживают из-за того, чего у них нет, вместо того, чтобы наслаждаться тем, что есть и получать удовольствие от жизни и общения друг с другом

К сожалению, в нашем быстро развивающемся мире современных технологий происходит замена естественных контактов виртуальными, мы больше общаемся в интернете. Очень просто быть хорошим и воспитанным в электронных сообщениях, но нужно стремиться быть таким же в жизни. В безличном общении мы становимся более раскрепощенными, и это опасная тенденция, так как интернет-общение уводит нас от реального контакта друг с другом.

Общаясь в социальных сетях, мы регулярно смотрим фотографии и обновления статусов наших друзей, а в качестве подарков и поздравлений дарим электронные открытки.

Информация, доступная в большом объеме, развивает наш интеллект, но мы нуждаемся и в эмоциональном развитии. Нам всем не хватает обычного человеческого общения, на физическом и энергетическом уровне.

В современном мире дети очень быстро развиваются и рано обо всем узнают. Информационный поток опережает сознание. Слишком большое количество информации, порой неосознанной, приводит детей в тупик. Не иметь сегодня мобильного телефона — более чем странно, а не иметь страницу в социальной сети — удивительно. Дети осваивают смартфон в два раза быстрее, чем их родители. Подростки тратят очень много времени в киберпространстве, усваивая нормы общения, которые им предлагает киберкультура. Здесь родителям нужно быть внимательней к своим детям, выстроив доверительные отношения с ними.

Гораздо правильнее будет чаще проводить время с семьей. Открывать новые страны, пробовать экзотические блюда, наслаждаться природой, получая море ни с чем несравнимых впечатлений!

Сегодня многие люди стремятся не только к финансовой, но и к эмоциональной независимости, пытаются быстрее отделиться от семьи или не общаться вовсе. Женщины делают успешную карьеру, а потом остаются в одиночестве. Люди часто переживают из-за того, чего у них нет, вместо того, чтобы наслаждаться тем, что есть и получать удовольствие от жизни и общения друг с другом.

Живое общение дает нам не только визуальный контакт с собеседником, но и возможность обнять и почувствовать другого человека. Общение с природой, настоящие эмоции в совместном препровождении с семьей и друзьями дарит ощущение счастья, и это невозможно заменить ничем.

Как бы вы ни устали, все-таки почитайте детям сказку на ночь, на выходных сходите в парк или в кино. Эмоции, которые вы переживете вместе, навсегда останутся в вашей памяти.

Мы все куда-то бежим, мир вокруг нас ускоряется, но надо уметь в этой суете остановиться и прислушаться к своим желаниям, чаще проводить время с семьей и отдыхать. Мы все хотим быть счастливыми, так давайте общаться и дарить любовь и счастье друг другу! //



ВЬЕТНАМ — САМОБЫТНАЯ И ЭКЗОТИЧЕСКАЯ СТРАНА, НЕ ПЕРЕСТАЮЩАЯ УДИВЛЯТЬ ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ. БОГАТАЯ КУЛЬТУРА И ТРАДИЦИИ, УХОДЯЩИЕ КОРНЯМИ В ДАЛЕКОЕ ПРОШЛОЕ, ИСТОРИЯ, НАПОЛНЕННАЯ ЗНАЧИМЫМИ И ТРАГИЧЕСКИМИ СОБЫТИЯМИ, РАЗНООБРАЗНЫЕ ПРИРОДНЫЕ ЛАНДШАФТЫ И РОСКОШНЫЕ ПЛЯЖИ, ПРИВЛЕКАЮЩИЕ ТУРИСТОВ СО ВСЕГО МИРА.

30 ФАКТОВ О ВЬЕТНАМЕ

Текст: Алена Раковская

Каждый, кто побывал в этой стране, открыл для себя что-то особенное и необычное. В нашей подборке мы хотим представить некоторые любопытные факты, которые помогут вам познакомиться с этой прекрасной страной.

1

Вьетнам — коммунистическое государство с нелёгкой судьбой. Вьетнамская война была самым долгим военным столкновением в современной военной истории. Конфликт длился около 20 лет: с 1 ноября 1955 года до 30 апреля 1975 года.

2

Вьетнам занимает второе место в мире по потреблению риса на душу населения. Если верить статистике, каждый вьетнамец съедает его по полкилограмма в день. Рис входит в состав практически всех блюд, а количество его сортов насчитывает десятки. Для его выращивания крестьяне практически не используют сельскохозяйственную технику. Несмотря на это, Вьетнам входит в пятерку лидеров по экспорту риса.

3

Из всех азиатских стран только во Вьетнаме вы найдете французский багет вместо хлеба, как отголосок французской колонизации. Это главная составляющая популярного сэндвича с разнообразной начинкой «Бан ми». Бан Ми занесен в список лучших уличных блюд мира.

4

Вьетнамская кухня весьма оригинальна и разнообразна, а в туристических местах можно попробовать практически любую экзотику: мясо черепахи, страуса, крокодила, яйца с зародышами утят, сердце змеи, кровь кобры и даже скорпиона.



5

Не отстают по оригинальности и местные напитки. Не каждый решится отведать настойку на змеях, которую получают путем консервации змей в рисовом вине или хлебном спирте. Вьетнамцы же считают ее эффективным профилактическим средством и лекарством от любых болезней. Причем, говорят, что чем ядовитее змея, тем полезнее настойка!

7

Вьетнамские деньги (донги), сделаны из полимерного материала. Они долговечнее, не намокают и не рвутся. Забавно, что на купюре в 200 донгов образца 1987 года был изображен трактор «Беларус».



8

Машина во Вьетнаме — роскошь. Автомобили Вьетнам не производит, а налоги на экспорт этого вида транспорта так велики, что даже самый простой автомобиль могут себе позволить только состоятельные вьетнамцы.

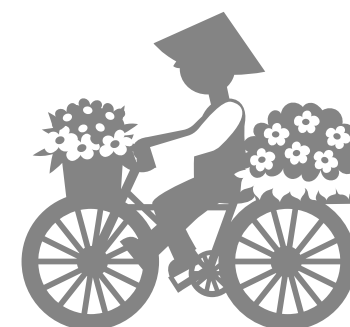
6

Любителям более традиционных напитков будет интересен тот факт, что Вьетнам занимает второе в мире место по производству кофе, уступая пальму первенства Бразилии, при этом сами вьетнамцы кофе практически не пьют. Весь урожай идет на экспорт. Кофейные деревья не являются коренной культурой этой местности и были завезены французами в 1857 году.



9

Самый распространенный вид транспорта — мотоцикл или мопед. Практически каждая вьетнамская семья имеет их два или более. При этом ездят на них нередко всем семейством, а также перевозят все, что только получается на него поместить: животных, стройматериалы, ящики с фруктами. Нередко можно увидеть вьетнамца, спящего или обедающего на своем скутере. В парковки для скутеров превратились тротуары и даже холлы отелей.



10

Дорожное движение медленное, но хаотичное и абсолютно не приспособленное для пешеходов. Мотоциклисты выезжают на встречную полосу и тротуары, подрезают, разворачиваются на пешеходных переходах и постоянно сигнализируют. Пешеходов, рискнувших перейти дорогу, не пропускают, но если медленно начать движение, то поток мотоциклов и велосипедов будет вас плавно объезжать.

11

Ни российские, ни международные права во Вьетнаме не действительны. Поэтому аренда автомобиля или байка вместо того, чтобы облегчить вам жизнь в отпуске, может стать причиной серьезных неприятностей, особенно в случае ДТП. Вьетнамские дорожные полицейские очень часто останавливают водителей европейской внешности с целью проверки документов.

12

Необычным видом общественного транспорта во Вьетнаме являются спальные автобусы. Вместо привычных сидений они оборудованы двухъярусными спальными местами, похожими на плакатные полки.



13

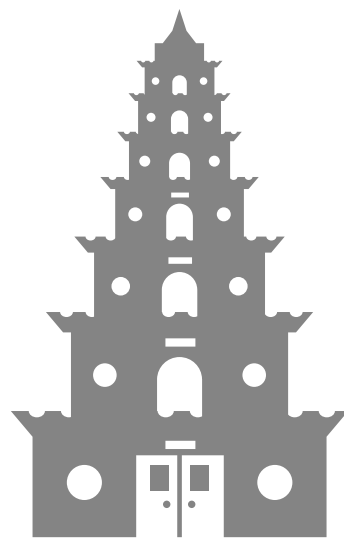
Характерными для Вьетнама являются круглые рыбацьи судёнышки, раньше их делали из бамбука, а сейчас из пластика. Такую странную форму лодки приобрели «благодаря» французам. Они ввели налог на лодки, и местные жители стали делать плавательные средства, которые не попадали под определение «лодка».

14

Вьетнамцы любят черепах. Они считают, что эти рептилии приносят удачу и здоровье. Во вьетнамской культуре есть четыре священных существа, и черепаха является одним из них. Остальные три — дракон, феникс и единорог.

15

Во Вьетнаме огромное количество буддийских храмов, но любопытно, что большинство вьетнамцев не являются буддистами, а придерживаются традиционных народных верований (культ предков, вера в духов и одушевленность всей природы), либо являются атеистами.



16

Вьетнамцы стараются всячески избегать загара. Загорелая кожа считается признаком принадлежности к низшему классу общества. Чтобы подчеркнуть свой высокий социальный статус, вьетнамцы отбеливают кожу косметическими средствами и даже в жару носят закрытую одежду, шляпы, маски.

19

Вьетнам на весь мир славится картинами, вышитыми шёлком. Это настоящие произведения искусства, поражающие насыщенностью цвета и богатой палитрой оттенков. Одним из направлений стала двусторонняя вышивка. Её особенность заключается в том, что с двух сторон ткани вышиты разные сюжеты, но подобраны они так, чтобы контуры рисунков совпадали. Работы мастериц оцениваются в колоссальные суммы, хотя сами вышивальщицы живут весьма скромно и считают, что их труд не оценивается по заслугам.



17

Повсеместно население носит традиционные остроконечные широкополые шляпы. Появились они на свет в качестве защиты от солнца и дождя при работе в полях. Шляпу можно использовать и в качестве корзины для сбора овощей, и в качестве емкости для воды. Пальмовая шляпа считается принадлежностью традиционного костюма вьетнамской женщины. Широкая шляпа и длинное узкое платье дополняют друг друга и смотрятся очень гармонично.

20

Вьетнам — страна курильщиков. Курят вьетнамцы много, и, в основном, мужчины. В особом почёте очень крепкий табак Thuoc Lao, который вьетнамцы курят через «бонг» — длинную бамбуковую трубу. Этот табак содержит в 1000 раз больше никотина, чем обычный сигаретный табак.



18

Среди местных жителей популярны двупалые носки, чтобы даже в холодную погоду продолжать носить сланцы вместо закрытой обуви.



21

Девушки с раннего детства готовятся к замужеству, ведь во вьетнамских семьях женщина должна уметь делать всё. Перед свадьбой будущая супруга должна прожить два месяца в доме жениха, чтобы родители будущего мужа смогли убедиться в хозяйственности невестки.

22

Вьетнамцы, даже из бедных семей, к свадьбе готовятся очень основательно. Празднование свадьбы длится несколько дней. На свадьбу во Вьетнаме принято звать несколько сотен человек. Примечательно, что в разные дни гости также могут быть разные. Есть дни, в которые приглашаются только родственники, но не друзья молодоженов.

23

Всего во Вьетнаме в ходу около сотни фамилий. Самая популярная вьетнамская фамилия — Нгуен. Ее носят около 40% населения. Дело все в том, что вьетнамские фамилии традиционно совпадают с фамилиями правящих династий. А последней династией в стране стала Нгуен.

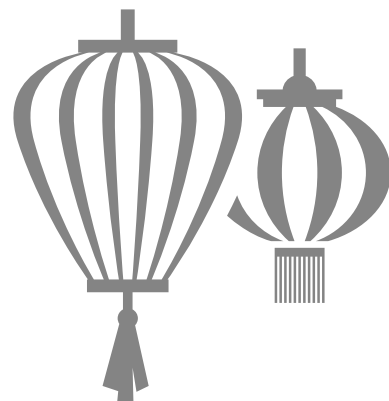
24

Во вьетнамских семьях, особенно в крупных городах, часто бывает лишь двое детей, так как за третьего и каждого последующего ребёнка приходится платить высокие налоги.



25

Во вьетнамском языке существует восемь местоимений для первого лица в единственном числе. Употребление этих местоимений зависит от пола, возраста и социального положения себя и своего собеседника. Некорректное употребление может быть воспринято как оскорбление.



26

В разговоре вьетнамцы никогда не смотрят в глаза, так как по традиции, они не смотрят в глаза тем, кого уважают, или имеющим более высокий ранг. Также прямота в разговоре может быть воспринята как отсутствие такта и деликатности. Поэтому вьетнамцы не любят говорить «нет» и часто отвечают «да», даже когда ответ должен быть негативным.

Ну и, напоследок, несколько любопытных географических фактов:



27

28

29

Во Вьетнаме находится крупнейшая в мире пещера Шондонг, обнаруженная в 2009 году. Ее высота составляет 200 метров, ширина — 150 метров, а длина — более пяти километров. В ней есть подземная река, свои собственные джунгли с трехметровыми деревьями, уникальная флора и фауна и даже настоящие облака, парящие под сводом, которые образуются из-за большого перепада температур.

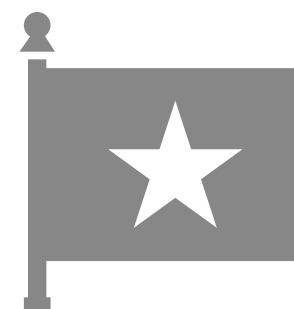
Самая длинная в мире канатная дорога над морем находится в Нячанге. Она соединяет город Нячанг и остров Хон Че, на котором находится парк развлечений. Ее длина составляет 3 километра 300 метров.

В Ханое существует жилая улица, по которой проходит железная дорога. Жители квартала живут привычной жизнью, сидят на улице, готовят еду, там играют дети. Когда идет поезд, все со шпал убирается, а люди перемещаются на безопасное расстояние или заходят в дома.



30

От Москвы до Вьетнама ходит поезд с пересадкой в Пекине, дорога в общей сложности занимает неделю.



ВЬЕТНАМ – УДИВИТЕЛЬНАЯ СТРАНА, СОЕДИНИВШАЯ В СЕБЕ ВЛИЯНИЕ ФРАНЦИИ, КОММУНИЗМА И КИТАЯ, НО НЕ ПОТЕРЯВШАЯ СВОЮ САМОБЫТНОСТЬ. НАДЕЕМСЯ, ЧТО ТЕПЕРЬ ОНА СТАЛА ДЛЯ ВАС НЕМНОГО БЛИЖЕ И ПОНЯТНЕЕ.

СПОКОЙСТВИЕ, КОМФОРТ,
ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ —
СЛАГАЕМЫЕ ИДЕАЛЬНОГО
СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА НА БАЛИ!

DENBUKIT RESIDENCE AND SUITES — КУРОРТ С УДИВИТЕЛЬНО ПРИЯТНОЙ АТМОСФЕРОЙ, ГДЕ МОЖНО РАССЛАБИТЬСЯ И ОТДОХНУТЬ ОТ СУЕТЫ И СПЕШКИ. СОВРЕМЕННАЯ АРХИТЕКТУРА ДВУХЭТАЖНЫХ ЗДАНИЙ, ЭЛЕГАНТНЫЕ АПАРТАМЕНТЫ В МИНИМАЛИСТСКОМ СТИЛЕ, НАТУРАЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ В ОТДЕЛКЕ ДЕЛАЮТ ЕГО ИДЕАЛЬНЫМ ПРИСТАНИЩЕМ ДЛЯ ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ...



Бронирование по телефону +7 499 795 75 49
или info@hts-info.com

СТАНЬТЕ ЗВЕЗДОЙ НА КАНАЛЕ ABSOLUTE В YOUTUBE!



Вам понравился отдых на курортах Клуба Absolute, вы полны впечатлений и хотите рассказать о них всему миру? Тогда сделайте это! Тысячи семей ежегодно отдыхают с Absolute в разных странах, но только самые решительные рассказывают об этом в формате видео. Готовы присоединиться к их числу и стать звездой Absolute на нашем канале YouTube? Самые трогательные, добрые и забавные видео будут поощряться специальными призами! Уточните информацию о проекте у своего представителя во время отдыха на курортах Absolute!

www.youtube.com/absoluteworldru

Мы в социальных сетях:



AbsoluteWorld



Absolute-world



Absolute.Ru



Absolute World Group



AbsoluteWorldRu



AbsoluteWorldRu

Holiday

& Travel Service



**Всё, что нужно
для отличного отдыха!**



Индивидуальный
подход



Разумные цены
на все виды услуг



Визовое
сопровождение
и консультации



Полный пакет
транспортных
услуг



Специальные
предложения
на турпакеты

ООО «ХОЛИДЕЙ ЭНД ТРЕВЕЛ СЕРВИС»
Москва, ул. Садовая Кудринская, 11, офис 600,
телефон: +7 495 215 25 69, info@hts-info.com
www.hts-info.com