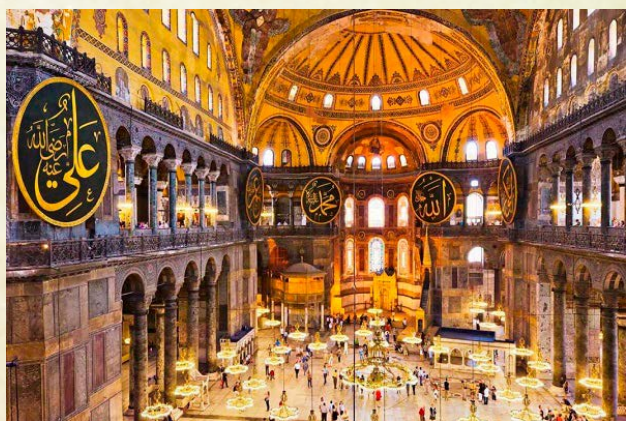


PAJAUTOS KELIONĖ

Gegužės 31 d. – birželio 4 d.



STAMBULAS: žemė, sujungianti tai, kas atrodo nesujungiama



PAJAUTOS KELIONĖ – KAS TAI?

Tai naujas būdas pažinti save, keisti mąstyseną ir formuoti platesnę pasaulėžiūrą.

Su malonumu keliaudami, tyrinėdami gyvenimo reiškinius, naudojant pajautos metodikas lavindami kūno intelektą, mes patiriame gilesnio savęs slėpinius ir plečiame pasaulėvoką.

Pajautos kelionėje yra svarbiausia paleisti atgyvenusius kognityvinius vaizdinius ir mąstymo įpročius tam, kad rastųsi nauji ateities vaizdiniai ir naujos veiklos galimybės.

Mūsų tikroji kūryba, pasak neurologijos mokslininkų, yra sudėtingas, kompleksinis reiškinys, trunkantis daugelį metų. Kai gimsta mus džiuginanti idėja ar projektas – tai būna nuoseklus intuityvus, dažnai nesuvokto, ieškojimo pasekmė.

Pajautos kelionės yra nauja GILU laisvo laiko kultūros klubo kryptis.

Mūsų lauks gilus įvairių kultūrų miestų pažinimas ir pajautimas, miesto esmės suvokimas per vaizdinius, simbolius, pojūčius, bendravimą su vietiniais gyventojais, gastronomiją, meno patyrimą ir psichologines refleksijas – per tai, kas stiprina mūsų intuityvų gyvenimo būdą.



KUO ĮDOMI STAMBULO ŽEMĖ?

Ši žemė sujungia senovės Egipto, Graikijos, romėnų, mistinę ankstyvąją krikščioniškąją ir islamo kultūras į bendrą žmonijos stebuklą.

Čia galima pajusti, kaip sluoksniuojasi kultūros, papildančios ir auginančios viena kitą. Vaizdiniai, šventieji simboliai, menas keliauja laiku ir skirtingomis erdvėmis. Tai žemė, kuri pasakoja daugiau nei viena tauta ar kultūra.

Žmogus čia turi galimybę sujungti Rytus ir Vakarus, suprasti, kaip skirtingais laikmečiais susijungė tai, kas atrodė nesujungiama.

Čia galima pajusti vientisą žmonijos dvasią, nesuskaldytą atskirų kultūrų ar tautų, ir iš tolimesnės perspektyvos suvokti dabartinį laikmetį.

Šioje žemėje bandysime įsisąmoninti moters asmenybės psichologiją, pasiremdami aštuntuoju pasaulio stebuklu – Sofijos soboru. Sophia graikų kalboje reiškia dievišką išmintį. O Sofijos soboras arba Hagia Sophia – Dievo šventovė.

KĄ ŠIOJE KELIONĖJE PATIRSIME?

GEGUŽĖS 31 DIENA

12.35-15.35 Skrydis į Stambulą

20.00-21.00 Asmenybės psichologija; įžanginė paskaita „Intuityvaus gyvenimo pilnatvės lygiai“. Parengta pagal Antonio Menegetti filosofiją.



BIRŽELIO 1 DIENA

7.00-10.00 Laisvas laikas (pusryčiai, savarankiškas miesto pajautimas pagal parengtą pajautos metodiką)

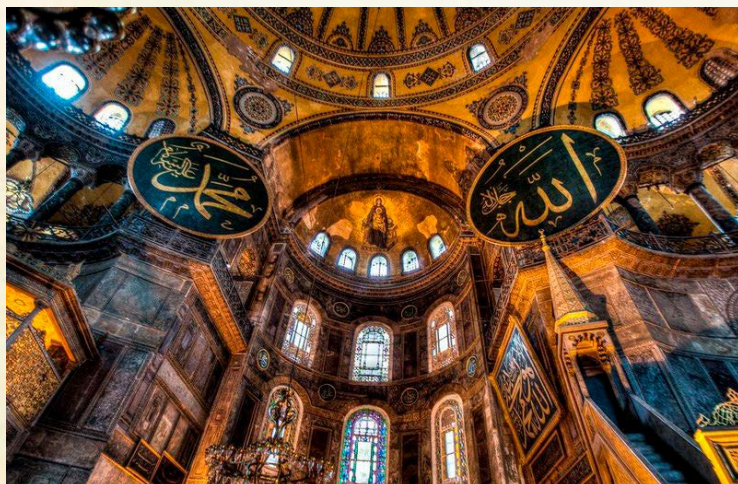
10.00-15.00 Miesto kultūros patyrimas su filosofijos doktorantu Iskanderiu Osmanovu.

Mes pajausime įvairiausių kultūrinius sluoksnius, antropologiška metodika tyrinėdami ne vien turistines vietas :

- nuo Eminonu iki seniausio pasaulyje Galatos bokšto; pakeliui ragausime legendinį balyk-dyuryum (žuvį lavaše), įvertinsime architektūros kontrastus ir gėrėsime panoramomis;
- Kadikoy: Azijos Stambulo spalvos. Keltu kirsime Bosforo sąsiaurį. Kadikoy rajone paragausime skanių vietinių sriubų. Aplankysime turtingų turkų rajoną Moda ir pasigėrėsime krantine;
- autentiškas Uskudaras: sufizmo ir mistikos atmosfera. Modernios ir Osmanų architektūros deriniai. XV amžiaus Rum Mehmed Pasha, Mihrimah Sultan, Yeni Valide ir Shemsi Pasha mečetės;
- panoraminis vaizdas į Buyuk Chamlica kalną. Grožėsime nuostabia Marmuro jūros, Princų salų, Auksinio rago ir Bosforo panorama;
- pakeliausime visomis visuomeninio transporto priemonėmis: metro, funikulieriumi, autobusu, tramvajumi, keltu.

15.00-19.00 Laisvas laikas, skirtas individualiems patyrimams.

19.00-21.00 Kultūrinio Stambulo patyrimo refleksijos ir informacijos sintezė.



BIRŽELIO 2 DIENA

9.00-11.00 Asmenybės psichologija

- kultūriniai neįsisąmoninti moters vaizdiniai
- haremų psichologinė reikšmė
- Sultano Suleimano Didžiojo ir Hurrem Sultan gyvenimų istorijos psichologinė analizė (Rekomenduojama iš anksto peržiūrėti serialo „Didingasis amžius“ ištraukas)
- refleksija: kas mums trukdo pasiekti intuityvaus gyvenimo būdo pilnatvę?

11.00-14.00 Laisvas laikas.

14.30-18.30 Stambulo įžymybių patyrimas iš istorinės perspektyvos. Mus lydės bulgarų kilmės turkė Ruzija Guney. Pajautos metodikų pagalba bandysime įsikverbti į meno gylį:

- Topkapi rūmai – pagrindiniai Osmanų imperijos sultonų rūmai. Pamatysime haremus, prisiliesime prie pranašo Mahometo relikvijų: apsiausto ir kardo

- Egiptietiškas obeliskas: šventųjų simbolių kelionė
- Romos hipodromas – žymiausias ir didžiausias hipodromas pasaulyje
- Hagia Sophia kaip architektūros ir estetikos stebuklas
- Mėlynoji mečetė – viena gražiausių mečečių pasaulyje
- Bazilikos cisterna – senovinis požeminis rezervuaras, savo dydžiu stulbinantis iki šiol.

18.30-20.00 Laisvas laikas.

20.00-21.00 Vakarinės refleksijos: ką mums pasakoja didingi Stambulo meno vaizdiniai ir šventieji simboliai?



BIRŽELIO 3 DIENA

9.00-11.00 Asmenybės psichologija:

- dieviškos išminties slėpiniai
- prasmių krizė
- kaip pajauti vientisą žmonijos dvasią ir iš tolimesnės perspektyvos suvokti dabartinį laikmetį?

11.00-14.30 Laisvas laikas.

14.30-19.00 Turkijos skonių patyrimas su profesionalia somelje-verslininke Olga Somm, Stambule gyvenančia ukrainiete:

- aplankysime egiptiečių prieskonių turgų, įkurtą XVII a. Prieskonių turgus – tai langas į šalies kultūrą. Patirsime skirtingus kvapus ir skonus
- aplankysime netradicinius vyno barus
- pakalbėsime apie Turkijos vyndarystės geografiją ir kuo Marmuro regiono vynai skiriasi nuo Denizl, Ankaros, Kapadokijos ar Antalijos vynu dėl klimato zonų įvairovės;
- paragausime geriausių vietinių vynu, mokysimės atpažinti aromatus ir derinti vynu su sūriais
- patirsime gastronomicę turkų kultūrą someljė akimis.

19.00-20.00 Laisvas laikas.

20.00-22.00 Pajautos kelionės baigiamoji dalis: išdėstymų praktikos ir asmeninės refleksijos.

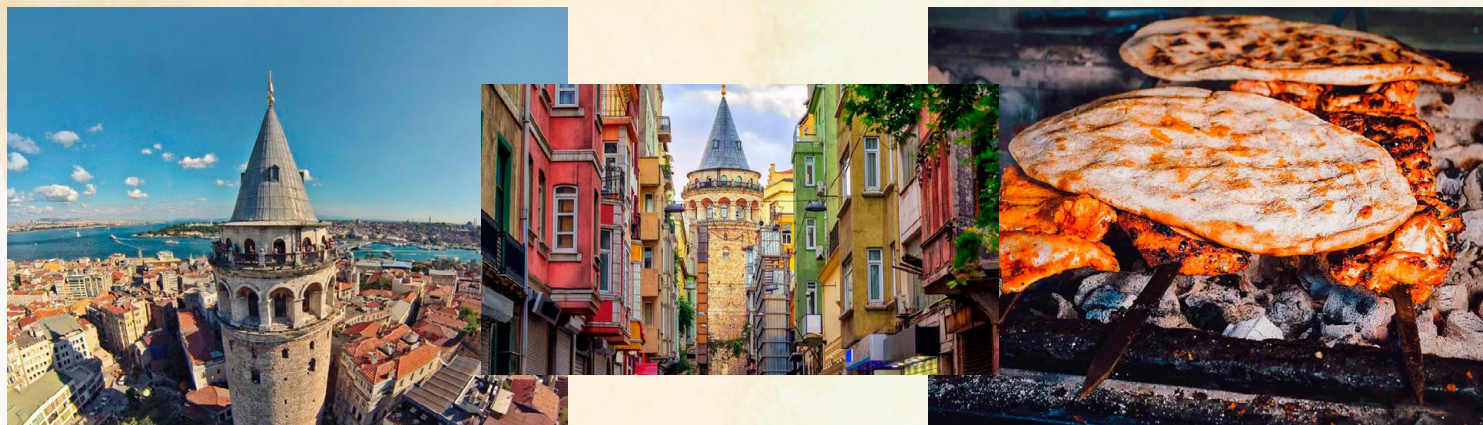


BIRŽELIO 4 DIENA

Ryte – laisvas laikas.

16.10-19.35 Skrydis į Vilnių.

PASTABA. Laisvo laiko metu yra rengiamas susitikimas-diskusija apie naujos kartos lyderystę su Tarptautiniu Stambulo verslo moterų klubu.



PRELIMINARI KELIONĖS PROGRAMOS KAINA:

- skrydžio bilietai – apie 300 eur (neįskaičiuotas pervežimas į/iš oro uosto)
- viešbučiai (4 naktys) – apie 300 eur-600 eur, priklausomai nuo sąlygų pasirinkimo.
- kultūrinių patyrimų su vietiniais vedliais kaina – 150 eur (neįskaičiuoti bilietai į muziejus, gėrimų ir maisto išlaidos, papildomai bus dar apie 80 eur).
- preliminarūs pietums ir vakarieniams (5 kartai) – apie 100 eur
- dar gali atsirasti papildomos išlaidos užsiėmimams
- planuojamas grupės dydis: 6-8 žmonės.

Viso: apie 950-1200 eur (skrydžio bilietus užsisakome individualiai per bilietų pardavimo platformas, rekomenduojamus viešbučius užsisakome per booking.com, kitos išlaidos mokamos vietoje).

- kelionės programos kaina – 200 eur + PVM (išrašoma sąskaita-faktūra)

Programos autorė ir vedančioji:

Rasa Baltė Balčiūnienė



- Verslo praktikė. „Femina Bona“, „HAI Instituto“, „Amres Art“ įmonių vadovė.
- GILU laisvo laiko kultūros klubo įkūrėja.
- Vizionierė. Mąstymo ir veiklos pokyčių konsultantė. Lyderystės programų autorė.
- Į intelektualių kelionių projektus Rasa integruoja moderniosios psichologijos žinias ir filosofų, istorikų, meno ir estetikos profesionalų patirtis. Rasa sukuria ypatingą aplinką, iš kurios kelionės dalyviai išsineša svarbiausią dalyką – **naują žvilgsnį į save ir impulsą augti.**