

Дольмен-Тур. Отзывы

Туры и путешествия на дольмены, дольмены Геленджика, дольмены Кавказа, места силы в России, видео и фото дольменов

Путешествие на дольмены «Дольмены – дар Богов»

сентябрь 2009 года

Галина Бельская, г. Санкт-Петербург

контакты: e-mail: belgalka@mail.ru

28.01.2010

Побывав в сентябре 2009 года на дольменах, пройдя серию семинаров арт-терапии и телесных практик – я пережила удивительнейший опыт!

Не сразу осознала, насколько глубоко отразится впоследствии этот опыт – но уже тогда поняла – изменения произойдут НЕПРЕМЕННО!

Что хочется отметить? – первое приятное открытие было такое: у нас была возможность быть у каждого дольмена достаточное количество времени, столько, сколько надо – каждому из нас. Никто не торопил, не тормозил, суета – наш вечный враг осознания – отступила куда-то далеко-далеко...

Была возможность проникнуться энергетикой, почувствовать ауру того или иного дольмена...

Вспоминаю самый значимый для меня день: у дольменов Целителей-Травников... Они все – полу-разрушенные, некоторые – вовсе разрушены... Но энергетика – немалая! Меня прям «зацепил» холмик, – с края выступавшая из-под земли плита – подсказывала, что в глубине этого холмика – ДОЛЬМЕН!

Повинуясь какому-то зову – я легла на холмик, тут же «унеслась» в какое-то новое для меня состояние, хлынули слёзы, промывая душу и унося прочь все следы шрамов-царапин от ударов судьбы, всю горечь несостоявшихся надежд, несбывшихся желаний... Такого очищения у меня доселе не было...

А потом – мы сплели веночки себе... А потом смастерили куколки своей интуиции, в то время как Лена нам читала сказку-притчу о такой куколке из альманаха «Женские архетипы в сказках и легендах»... Мы провели там, наверное, целый день. Я слишком долго мастерила свою куколку, но меня никто не торопил, не дёргал – это дорогого стоит!...

И вот – в конце этого волшебного для меня дня – после такого очищения я была такой обновлённой!

А сейчас, когда с того момента прошло почти полгода, я могу с уверенностью сказать: в моей жизни произошли и продолжают происходить позитивные обновления – началась какая-то совершенно новая стадия жизни! Весь груз обид на судьбу – промылась теми слезами, и теперь, без того балласта – так легко менять жизнь к лучшему!!!

Галина Бельская, год спустя, декабрь 2010 года

ДОЛЬМЕНЫ – воспоминания, впечатления, результаты.

<http://blogs.mail.ru/mail/belgalka/#34A24DE8A2CCA19B>

Больше года прошло с тех пор, как я побывала на Дольменах... Пожалуй, раньше я и не смогла бы ответить исчерпывающе на простой вопрос: «что изменилось в моей жизни? что мне дала та поездка, то общение с этими древними мегалитами?»

Те впечатления, которые тогда казались яркими и самыми важными результатами поездки – отодвинулись на задний план. И не потому, что поблекли и потеряли силу – нет, дело в том, что за этот год я стала замечать существенные изменения в жизни своей, и не сразу поняла, что это «дольмены постарались»!

...Итак: к дольменам я собиралась давно – как только прочитала первую книгу Владимира Мегре и лет десять вынашивала в голове мысль о том, что надо бы побывать... Но, как водится – «дела не отпускали», а попросту – «бог часу не давал». И вот, видно, час настал и обстоятельства сложились как надо, и я наконец-то у этих таинственных дольменов...

Первое свидание с ними – вследствие чрезмерных ожиданий – были несколько напряжены, я всё ждала: вот услышу голос... – хи, наивная! – всё не так примитивно, не так тривиально-просто!..

Потом были и голоса, и интересные видения были, но не сразу!

Во-первых, надо подготовиться к тому, что не всё, что с человеком там может происходить, приятно и легко в восприятии! Но и пугаться не надо – если от вас не будет исходить посыл на готовность к жёстким и конструктивным испытаниям – их и не будет, поверьте!!!

Ну, поскольку я отношусь к числу экстремалов по своей натуре, то я прям горела желанием вызвать на себя «ужасные испытания и приключения», мне казалось – только таким образом можно претерпевать конструктивные изменения в судьбе и жизненных устоях... Оставим пока выяснение, насколько

ко истинна эта позиция, – в конце концов это исключительно индивидуально, но вот моя установка такова: не помучаешься – ничего не добьёшься! Ну, заказ был сделан (возможно, подсознательно, спонтанно), и был принят, и исполнен к действию волшебным Пространством Дольменов. На третий день моего пребывания меня настигла жёсткая чистка на физическом уровне: по всем каналам, во всех формах проявления. Обратись я к врачу – загребла бы в больницу! но я понимала: меня ЧИСТЯТ дольмены! – и терпеливо выстояла, выдержала, вынесла. Самое удивительное, что потом очнувшись от той чистки, я при самообследовании «недосчиталась» нескольких папиллом и бородавок. Исчезли уплотнения тканей, противная вечно-болящая невыводимая десятилетиями со ступней болячка растаяла как не бывало! Моё здоровье с тех пор не просто перестало меня тревожить и волновать, я просто-напросто помолодела и в субъективных ощущениях, и в объективной картине. Стало быть – несколько дней мук – была достоянная плата! Но! Ещё раз повторяю: кто не готов к таким жёстким формам, тот и не вызовет «огонь на себя» и – стало быть, им нечего бояться! «Бог не даёт нам того, чего нам не унести!» А стало быть – не вынести!.. Все испытания даются по силам!!! И страх – абсолютно излишен!!!

Тем не менее – я практически «без отрыва от чистки» – продолжала знакомиться с дольменами, и каждый из тех, с кем я познакомилась – по-разному общался со мной, возникали различные картинки и ощущения. У Родового Камня я ясно увидела ситуацию раннего сиротства своей бабушки, я просто своей кожей, всем нутром своим прониклась, каково это: жить у добрых родственников в приживалках... Увидела облик молодой своей прабабушки, ушедшей из жизни так рано... Мне стал понятен мотив необъяснимых для меня до той поры особенностей поведения моих бабушки и мамы: под гнётом этого «сиротства» и я порой пребываю, не давая себе в том отчёта!.. И вместе с тем, увидев целый ряд своего Родового Древа – стройный и по-своему логично-красивый, и узрев в середине него себя – я поняла, что моя ОСОЗНАННОСТЬ остановила какой-то излом в том древе, я увидела, что у детей моих не будет тех проблем, потому как я – ОСОЗНАЛА её! Меня переполнила гордость и за предков своих, и за потомков, это единение Рода своего – непередаваемое и ни с чем несравнимое ощущение радости и какого-то облегчения, даже не могу словесно объяснить в чём и по какой причине это облегчение произошло. Вроде – проблемы не исчезли, не исчерпаны, – а появилась какая-то ясная уверенность, что – «всё идёт как надо, своим путём, и в конце концов разрешится так, как должно быть». Да и сами проблемы внутрисемейные – и они – «должны быть», без них я не разрешу возложенных на меня моим Родом задач. На сей момент у меня серьёзные проблемы в общении с сёстрами, но исчезла какая-то раздражительность-непримиримость, напроць ушли слёзы и истерики, я перестала тяготиться тем, что «меня не понимают». И я знаю, я уверена – в конце концов, всё образуется и наладится.

Здесь необходимо дать поправку: посещение посещения – рознь, особенно если говорить о посещении дольменов. Только в сопровождении профессионального проводника, тонко чувствующего настрой и людей, и дольменов – можно войти с дольменами в тот контакт, который позволит что-то решить, что-то понять, что-то изменить в своей судьбе. Если подойти в суете своих мелочных мыслей без помыслов, и постояв несколько минут прислонившись к древним камням, «загадывая желание» (так «проводят по дольменам» псевдо-экскурсоводы по рекламкам на пляже в Геленджике) – бесполезно ждать контакта и откровений!

Мне повезло – я вошла в группу мастера Лены, мастера и по настройке тонкого общения с дольменами, и по арт-терапии, и по телесно-ориентированной терапии. На одних дольменах мы рисовали, на других – мастерили «куколок своей интуиции» под чтение сказки-легенды из серии «женские архетипы в народных сказаниях». Были и телесные практики, которые подготавливали тело к чуткому восприятию тонких вибраций дольменов, настраивали и тело, и душу на нужную волну.

На дольмене Дажбог (Дедушка) мы проводили обряд «из куколки в бабочку», это ни с чем несравнимое ощущение радости свободы и свежего воздуха – после тесноты и духоты одеяла (в котором, впрочем, надёжно и безопасно), не может забыться никогда, и никак не может пройти бесследно для любого, прошедшего через этот обряд. У многих дольменов мы были по несколько часов, никогда никого не торопил, не подгонял, все процессы были доведены до завершения, не прерывались, и по сему – результаты были практически у всех и всегда. Дольмен Жива для меня вообще настолько родной стала сразу, такое единение с ней сходу возникло!... Вот понимаю, что дольмен – «он», но Жива – настолько «она», что несколько нарушила правила грамматики, а иначе – нарушила бы более важное что-то!.. Я упустила детали и подробности – это очень личное, практически – сокровенное!

На Дольмене Дух – я проходила полу-шутейный обряд Волшебного Пенделя! И шутки-шутками, но на самом деле я точно знаю: не зря!!! Дух взбодрился и получил потенциал – чес-слово!!!

На дольмене Промамочки я впала в короткий сон с ясным сновидением: я увидела себя в предпредыдущем воплощении, явно древняя община, и я в каком-то ритуале – сама разрезаю себе ладонь – чтоб кровь для какого-то действия отдать; и на чей-то вопрос: «разве не больно?!» – спокойно отвечаю: «ну, больно – что ж с того?! – ведь надо!!!» И чётко помню, что всепоглощающее глубокое осознание, что – «это – надо!» абсолютно заглушало и страх, и боль; не было ни ужаса, ни содрогания! Было ясная осознанная причастность к таинству не пустому.

На дольмене Страж я ясно увидела Дух этого дольмена: этакое русского Богатыря – сколь мощного, столь и добродушного! (как в известном мультике: этаким детина спит-спит, никого не трогает, но ежели его тронут – «меня?! будить?!»...) – и никому мало не покажется!!!) Ясно стало, что в нём нет ни

малейшей доли агрессии, но то, что он призван охранять – надёжно защитит и никому не позволит тронуть-вмешаться-надругаться-навредить! Это было очень важно для меня, поскольку у меня были явные проблемы с умением отстаивать своё БЕЗ АГРЕССИИ!!!

На Камне Кристаллов я вдруг почувствовала угрызение совести за то, что живу «не в полную мощь своих ресурсов», я поняла, что не использовать способности, данные от природы (из страха показаться выскочкой, из неуверенности в своих силах) – грех великий, и посланы мне способности – чтоб я их не зарывала как тот талант в землю, а использовала в своей жизни на благо людям! И отодвинула подальше в сторону неуверенность в себе!

На Камне – Храме Вселенской Любви – я провела почти целый день в одиночестве, просто позвал он меня к себе... Я много думала о своей судьбе, много интересных мыслей приходило в голову... Самое важное, что я сейчас вспоминаю – это такая вот фраза: «Любовь не терпит напряжения...»; фраза, достойная стать первой строчкой стихотворения, да так и не стала... – пока! Думаю – созреет!.. В любом случае я нащупала своё «слабое звено»: слишком большое во мне напряжение возникает при ситуациях, когда отношения в тонкой стадии зарождения, моя нетерпеливость (а вот «хочу всего и сразу!») – и нежный хрупкий росточек-всход не выдерживает, гибнет... И вспомнился диалог в каком-то кинофильме, где родители взрослого сына вздыхали: «Наш сын никогда не будет счастлив в любви!» – «Почему?!» – «Он слишком многого от неё ждёт!». Есть над чем подумать... И ещё – я там же – вдруг поняла, что мне под силу полюбить неприятелей в прошлом (бывшую свекровь, к примеру) и поблагодарить их за уроки.

На Дольмене Сердце Матери (Благословение) я попросила счастья доченьке, молила о том, чтоб она познала радость материнства и любви! послала ей своё материнское благословение и попросила этот Дольмен усилить мой материнский посыл.

На Лунном Дольмене... Нет, тут одной фразой не выразишь, не обрисуешь! Во-первых, то, что мы на гору Нексис взойшли сами, пешком (некоторые поднимаются туда на машине – это «облегчение» обкрадывает процесс восхождения! – до такого волшебного места «ещё дойти надо!»), – это важно! И та усталость нужна для настроения, и это плавное восхождение на высоту, с которой открывается волшебная панорама, когда одного поворота головы достаточно, чтобы перевести взор с потрясающего вида на Геленджик на не менее живописный Дивноморск; а там, далеко внизу – букашка-автобусик пыхтит-едет от Геленджика до Дивноморска почти 40 минут! И не только эта высота давала ощущение, что мы стали «поближе к Богу», я уловила какое-то веяние в воздухе на той горе высокоинтеллектуальной духовности, перед глазами возникли картинки с Пулковских высот, на которых располагается известная Обсерватория. И на моё это замечание Лена улыбнулась: «По всем преданиям – именно здесь был Храм Науки!

А когда я забралась внутрь Лунного Дольмена, со мной вовсе стали происходить необычные вещи... Я не только увидела картинки прошлого (причём, не засыпая), я ясно почувствовала насколько Я ТУТ УМЕСТНА, во мне просто высокой волной поднялась стойкая уверенность, что тут – моё место, и мне – нужно было здесь побывать, и этот дольмен – тоже ждал меня! Все тонкости моего состояния я не стану передавать – у каждого это настолько индивидуально, я не хочу предвосхищать ожидания тех, кто туда собирается: не надо ничего требовать от дольменов! Они сами вам пошлют ТО, ЧТО НУЖНО ИМЕННО ВАМ!!! И мой опыт – это МОЙ ОПЫТ, а у вас – будет свой, индивидуальный, от моего и всех прочих отличный! Просто доверьтесь – и себе, и дольменам, и природе самой! Я только хотела поделиться тем, что во мне не осталось ни грамма сомнения, что побывала я там – НЕ ЗРЯ!!!

Любопытно, что только у солнечного Дольмена, который находится в 150-200 метрах от Лунного – мы увидели вокруг солнца две радужки (по-научному – явление ГАЛО), и это тоже был несомненный знак! Солнышко радовалось тому, что мы подошли к его другу! А у Лунного не было видно тех радужек!.. очень жаль, что мне не удалось переночевать на горе Нексис, в следующий мой приезд – обязательно это сделаю!!! Так хочется взирать на Луну с Лунного Дольмена!!!

Ну, вот и прошёл год! Я стала замечать, что чаще, чем прежде стала метко попадать «в нужное место в нужный момент». Всё чаще капризная прежде Фортуна стала оборачиваться ко мне в своей благосклонности. Всё реже под упрямые ноги подворачиваются грабли (давеча я шутила, что могу написать мемуары-трактат «Путешествие по граблям»), и вообще – всё реже само упрямство берёт надо мною верх! Всё, что задумаю – получается, обстоятельства – просто выстилают передо мной коверную дорожку! Я не сразу поняла, что Дольмены тут «при чём». Я стала отслеживать при каких именно ситуациях, в какие именно моменты перед глазами возникает образ того или иного дольмена. – И ПОНЯЛА!!! Это было для меня важное открытие!!!

Я рада поделиться этим открытием со всеми, кому это нужно:

Чаще всего самое главное в той или иной ситуации – сделать выбор, понять, ЧТО в данный момент приоритетнее! Раньше меня просто разрывало на все стороны: вроде необходимо что-то сделать заранее запланированное, и вдруг – сын просит в чём-то помочь, и ещё кто-то просит о помощи, и по работе обязательства есть... И вот не знаешь, за что хвататься. Самое привычное – помчаться к сыну, махнув на всё остальное рукой. Но с другой стороны – надо и ему дать возможность проявить себя – взрослый уже мальчик, должен состояться как мужчина – негоже под постоянным патронажем его держать! Но – бывают же исключения! – как угадать?! Иногда – разумнее дать отдых себе, отложив дела, а иногда – просто необходимо напрячь все силы, и отложить отдых, а дело завершить! Вот и мучилась я вечно, металась, и долго грызла себя упреками – не то делала!

И вот – в той или иной ситуации – навещают меня мои дольмены! Если возникнет перед глазами образ Промамочки – я понимаю: в данной ситуации – надо чем-то пожертвовать! без сожалений, сомнений – вот НАДО! – и всё! Если Родовой Камень – и впрямь я нужна сейчас сыну (маме, дочке) – это не ослабит их, моя поддержка СЕЙЧАС – уместна и необходима! Жива мне подсказывает включить интуицию, Лунный Дольмен – активизировать логику; Страж – напоминает, что возможно и должно охранять своё пространство без агрессии, а Дух – советует напрячь силы и волю, отдых отложив. И когда я вне-млю их советам – всё складывается лучшим образом! Я не сразу отследила, чаще всего – картинка перед глазами того или иного дольмена – мелькнёт лишь на мгновение, сознание – не всегда успевает фиксировать, а вот подсознание – быстро подталкивает интуицию к соответственному выбору. А когда уловила эту связь – прониклась благодарностью и более внимательно теперь к этим «картинкам».

Вот Храм Вселенской Любви практически не посещает меня... Может – потому что за мной – «должок» – стихи так и не написаны... А может – и серьёзнее моя вина: напряжение пока не хочет меня отпускать, или – я – его не отпускаю, возмнив, что это – моя надёжная защита... Да и перед Кристаллами я пока в долгу – тоже редко навещают... Стало быть – есть над чем работать! Нет предела совершенствованию!!!

Ну, а в заключение, – радостным финальным аккордом – самый реальный результат: неделю назад моя доченька вышла замуж, по огромной любви! Счастливая, радостная, – она встретила-таки мужчину своей мечты, и вот в свои 35 лет – впервые замужем! Я ничуть не сомневаюсь – Благословение Сердца Матери – не даром были посланы во вселенную в Пространстве Дольменов! А встретила она своего избранника – через полгода после моего посещения Дольменов.

Низкий поклон этому Пространству!!!

Екатерина Сергеева, г. Санкт-Петербург
контакты: e-mail: rina57@bk.ru
30-01-2010 г.

О том что происходит со мной внутри меня, думаю писать не стоит. Всё равно у тех, кто побывал на дольменах, происходит у каждого своё. Но кое-что могу рассказать. Например, о чуде, какое произошло со мной тогда. За день до моего отъезда, вечером я споткнулась, неловко ступила ногой, но в тот момент не обратила на ногу внимание. А ночью проснулась от жара в ноге, глянула, а нога красная, вспухшая в районе горячей косточки. Проснулась подруга, увидела, и предложила примочку сделать с водичкой, набранной в родничке с мёртвой водой. Есть такой родничок в районе посёлка Возрождение. Сделали повязку, снова легли спать. Ночью мне приснился сон: Голос мне говорит, что же ты тут сидишь, иди на дольмены лечись. Пошла я за этим голосом. Легла на плиту каменную, где мне указали, и во сне снова уснула. Проснулась я, конечно, в номере. Открыла одеяло, сняла повязку и ахнула. На ноге никакого покраснения, никакой опухоли. Соседка посмотрела и говорит: «Если бы я сама ночью не видела твою ногу, не поверила бы что так может быть». Я встала, нога не болела, прошла, всё нормально. В тот день мы ещё ходили в горы и все было хорошо. Домой уехала с ощущением того, что приехала я одна, а уехала совсем другая. И мне нравится моё теперешнее состояние души и тела. А дольмены мне теперь помогают и в повседневной жизни. Но это уже другая история...

Екатерина Сергеева. Санкт-Петербург. Год спустя. Ноябрь 2010 г.

О дольменах я знала давно. Вначале это была официальная версия экскурсионных бюро, которая не привлекала внимание своей ограниченностью информации. Затем прочла книги из серии Звенящие кедры России, и моя жизнь разделилась на две части: первая до тог..., вторая – после того. Очень хотелось побывать на дольменах, но всё что-то мешало. Видно я внутренне была не готова к посещению этих мест. И вот, наконец, обстоятельства сложились так, что я туда приехала. И не с экскурсионным бюро, а именно с людьми, целенаправленно ищущими контакта с дольменами. Судьба послала нам и проводника – Лену Ронину. Лена смогла помочь, не навязывая своё ощущение дольменов, каждой из нас почувствовать то, что мы и должны были понять там, рядом с дольменами.

Описать этот процесс очень трудно. Но я попробую.

В первый день посещения дольменов я ничего физически не ощущала: камни и камни, и в самом деле, как на простой экскурсии. К вечеру очень сильно разболелась голова, я даже выпила болеутоляющую таблетку. Жили мы в посёлке, с дающим надежду названием – Возрождение.

Утро, лично у меня, начиналось с пробежки до родников Мёртвой воды и Живой. Немного поподробнее. В первый же день Лена нам показала сказочное место... Небольшая просёлочная дорога приве-

ла нас на поляну и, как в сказке, разделилась на три тропинки с мостиками через овражки: налево – родник «мёртвой воды», направо – родник «живой» воды, а прямо возвышается Родовой камень. Вот сюда я и бегала перед общей физзарядкой и завтраком. Обливалась водой из мёртвого родника, окуналась в воду живого родника, прикасалась ладошкой к Родовому камню. Мне в тот момент казалось, что каждая клеточка моего тела откликалась на ощущения идущие ко мне от камня. На второй и третий день рядом с дольменами со мной происходило что-то непонятное и необычное. Если раньше я не могла и минуты посидеть, чтоб у меня в голове не роились мысли, то здесь возле дольменов время останавливалось. Все мелочи жизни уходили куда-то, как вода в песок. Наступало удивительное умиротворение и в душе, и в теле.

В первый же день я поделилась с Леной своей тревогой: я уехала из дома, а там осталась мама, ей уже 92 года, и чувствует она себя, мягко говоря, не очень хорошо. Лена посоветовала мне, окунаясь в родник с живой водой, представлять маму рядом. Это должно повлиять на её состояние в лучшую сторону. И вот каждое утро, окунаясь в этот родник, я в мыслях была с мамой. Хотите верьте, хотите нет, но отвечая на мои звонки, сестра всё время удивлялась, рассказывая о хорошем состоянии мамы. А я сразу поверила, что это мне Родничок помогает с мамой. И не только с мамой. Забегая немного вперёд, расскажу, что за два дня перед отъездом домой, я повредила ногу в районе горячей косточки. Очень расстроилась. И день пропадёт зря, нога болит, опухла, да и домой как ехать.

А ночью мне приснился сон. Как будто голос мне говорит: «Что же ты лежишь, рядом дольмены, иди лечись». И во сне я встала, пошла, вышла на поляну. Там лежит плита, расколотая вдоль трещиной. Голос говорит дальше: «Ложись на камень, а ногу в трещину положи». Я так и сделала. Во сне я тоже уснула, уж очень мне было хорошо на этой плите. Утром просыпаюсь, а на ноге как ничего и не было. И главное не болит. Весь следующий день мы провели в горах, и нога меня не подвела. Сон, конечно, я рассказала Лене. Выяснилось, что есть такой дольмен, от которого осталась только одна плита, и, если я не ошибаюсь, называется он – ЖИВА. «Ну раз он тебя зовёт, сходим мы к нему» – сказала Лена, и я воочию увидела то, что видела ночью во сне. А от камня этого идёт такое тепло, как будто от мамы, когда она обнимает.

У Родового камня со мной происходило что-то неописуемое, непонятное, но по ощущениям хорошее и желаемое. Одно скажу: я смогла пообщаться с бабушкой. Она предстала передо мной совсем в другом свете. При жизни она мне напоминала Раневскую в роли мачехи. Доставалось мне от неё сильно, хотя я и старалась ей угодить. Когда она умерла, я даже не смогла заплакать, мне, тогда ещё ребенку, было стыдно за это. Повзрослев, я поняла, что не могла простить её за те детские обиды. И, как мне казалось, поняв это будучи взрослой, простила её. Каждый раз, приходя в церковь, я ставила свечку, чтоб помянуть её душу. Но только у Родового камня я смогла простить её по-настоящему. Это трудно объяснить, но ушла я в тот день от камня с просветлённой душой и лёгким сердцем. А вот домой я уехала не одна, а с «Дедушкой» Один из дольменов носит такое название. Когда я его увидела, он мне показался похожим на большой гриб из мультика, с лукавой улыбкой и хитрым прищуром глаз. Уходить с этой полянки мне ужас как не хотелось.

Уезжать очень не хотелось. Я поняла, что вернусь снова. И, надеюсь не одна, а с дочкой, даже, если она мне не поверит во всё, что я ей расскажу. А рассказать есть что. Считаю, что дольмены помогают человеку независимо от его отношения к ним.

Тренинг-путешествие «Дерево Рода»

июль 2009 года

Маргарита Яловий, г. Санкт-Петербург

контакты: <http://vkontakte.ru/id24383042>

Сам приезд на Кавказ был для меня экзотикой, но ехала я в основном не куда-то, а к себе, вернее к поиску себя. Отчасти это получилось! Я открыла в себе очень многое: и в плане межличностных отношений и в ощущениях себя в различных ситуациях, самых разных и неожиданных. А неожиданным было всё с первого до последнего дня! Все дни были очень насыщены и событийны, и душевны, и информативны. За эти 10-12 дней прошёл какой-то, очень значимый, сложный и интересный кусок жизни. Всё было тренингом: путешествие по дольменам, погружения в определённые состояния, которые трудно выразить и определить, рисунки, послания от В.С. через карты и определённые ситуации, что-то неуловимо меняли во мне, я даже не могу определить, что, но точно знаю, что я изменилась. Я стала другой, у меня повысилась самооценка, я стала относиться бережнее и внимательнее к своим ощущениям, я с новым пониманием стала прислушиваться к своим желаниям, я стала осмысленнее относиться к знакам, которые посылает мне Мир, и, как неизбежность, всё это проецировалось на мою жизнь после дольменов.

Ярких моментов в путешествии было очень много. Это первый выход на дольмены и крещение дождём – дикие танцы нагишом на скале под холодный дождь, это удивительный массаж прикосновений, холистический массаж, это сидения, лежания на дольменах, обучения в чувствовании поля дольме-

нов, их воздействия на себя. Дольменов было много разных, со своим особым воздействием, я многие не помню, но осталось понимание и чувство, что это сложные информационные системы с сильным энергетическим воздействием, запомнилось состояние наполненности их энергией. Думаю, что помощь тренера-психолога нашей маленькой группы в моём погружении в энергетику Кавказа была бесценной! Возможно, я не всё смогла уловить, увидеть, услышать, осознать, но эти дни оставили свой мощный след в душе.

Каждая вылазка на дольмены была примечательна своими маленькими открытиями, новыми радостями просто общением с природой. Была большая радость от красоты гор Кавказа, от встреч с морем и чудной холодной, чистой речкой, в которой мы купались по утрам.

А главное, что ушли все заботы о повседневной жизни дома, в социуме, и ты погрузился в себя, радовался быть в естественной природной среде, радовался красивым камушкам, вкусной ежевике, водопадам, горным речкам, отвесным каменистым склонам, змейкам и ящерам, которые тебя не боялись и не торопились исчезнуть с твоего пути, была возможность более ярко и внимательно увидеть окружающий мир, почувствовать свою причастность к нему!

Я очень благодарна судьбе, что в моей жизни всё это случилось!

Ольга Шахова. г. Санкт-Петербург. Психолог.
Совместный проект тренинг-путешествие «Дерево Рода»
июнь-июль 2009 года.
Контакты: e-mail: wanda2001@mail.ru

«Елена Ронина – психолог новой формации. В её профессиональной палитре счастливо сочетаются знания классической психологии, практический опыт телесно-ориентированной и трансперсональной психологии. Елена прошла специализацию в г. Санкт-Петербурге, а в последние годы живёт и работает на Северном Кавказе, проводит групповые тренинги и индивидуальные сессии. Но более всего Елена Ронина известна сегодня как проводник к дольменам. Дольмены – это каменные культовые строения глубокой древности. Глубочайшая интуиция, знание сокровенных тайн дольменов, мягкий юмор и артистизм делают общение с Еленой приятным и содержательным. С таким проводником поход в горы Кавказа к местам силы становится приключением, наполненным медитациями, ритуалами и посвящениями. При этом она всегда идёт за потребностями группы. Елена может провести арт-терапевтическую сессию, ритуальный массаж, которые повышают целостность личности, повышают уровень осознанности. Я с удовольствием и благодарностью вспоминаю месяц, проведенный с Еленой в общем проекте летом 2009 года».

Однодневное путешествие к дольмену «Сердце матери»
Евгений г. Хмельницк (Украина) лето 2009 г.

Я что-то чувствую... Не знаю,
Но так легко-легко в груди.
Мысли в облаках летают.
Лети, моя душа, лети!!!

Я чувствую своё начало,
Я чувствую его лучи.
Оно как сердце согревало,
как радость, а не свет свечи.

Хочется всем кричать «Как я вас всех люблю!» Мне просто хочется жить. Не обязательно знать как, но знать что ты в этом мире живёшь. Каждое моё движение приносит мне радость. Я чувствую любовь этого мира. Любовь, которая так очевидна, но в то же время люди от неё так далеки, закрыты в своём искусственном раю. Я чувствую... уют и любовь!!!

Путешествие на дольмены «Возрождение»
июнь 2010 год
Нина Пескова, г. Киев
контакты: <http://vkontakte.ru/id6129542>
30 июня 2010

Благодарю хозяев, проводников, тренеров, друзей за прекрасный отдых!
Отдельное спасибо Елене Рониной! Её понимание, проникновение в глубь души, её человеческая, понятная, а иногда и магическая, космическая энергия, любовь, её массаж помогли мне открыться, помогли мне принять и полюбить себя.
Спасибо тебе, Лена!

Марина Морозова, г. Москва
контакты: <http://vkontakte.ru/id34781803>
2 июля 2010

Кто я? Зачем я на нашей голубой Планете? Какое моё предназначение...
Именно эти вопросы мучили меня в последние годы. И тут вдруг появляется в моей жизни Ангел Света, которая приглашает меня в путешествие на юг нашей страны. Я без колебаний решаюсь на путешествие на моей машине, тем самым решив две задачи (как говорится, «убить двух зайцев»: показать море моей лабрадорке Ангелку и разобраться в самой себе). Да и тема тренинга «ВОЗРОЖДЕНИЕ» – говорит сама за себя!

Волшебные места, волшебные люди, волшебная атмосфера... Море тепла, сотворчества, любви... Что может быть лучше! Опять же мобильность передвижения... Серпантин... Виды из лобового стекла машины, каждый раз воспринимающиеся по-новому... Нексис... Отдельное спасибо этому месту... Жане – воистину волшебная река, и вода в ней тёплая..

Но что-то я отвлеклась на воспоминания...
Я хотела сказать ОГРОМНОЕ СПАСИБО ЛЮДЯМ, всем тем, кто организовал моё путешествие к самой себе!

Это тренеры Света и Женя, замечательная семья Боголейшиных (привет вам, дорогие Володя, Ксюша, Раинда, Женя, Илюша и Данилка!), замечательный наш повар Брюс, Рома. Спасибо нашей группе (у меня появилось много новых друзей).

Большое спасибо замечательной Леночке Рониной. Её незабываемым утренним практикам, её чутким рукам (холистический массаж, как оказалось очень интересная процедура, помогающая раскрыть себя), долгим беседам у костра со мной, что опять же помогло на пути к моей цели. Общаясь с Леной, поражаешься, насколько много она знает, многим интересуется, развивается, столько любви в ней! Кажется, что вся мудрость нашего мира заключена в ней. Всегда выслушает, обязательно поможет, мягко направив в правильное для меня русло.

А уж сколько полезных рецептов напитков лечебных и еды она знает... Леночка, с твоего разрешения, хочу воплотить несколько у себя в кафе).

Лена, спасибо тебе! Желаю тебе Удачи, Процветания! Люблю тебя!

А всем, кто читает эти строки, если посчастливится в этой жизни побывать в Геленджике, обязательно пообщаться с Еленой Рониной!

С любовью к вам. Марина

Блохина Елена, г. Челябинск
контакты: <http://vkontakte.ru/id12694041>
5 июля 2010

Путешествие «Возрождение» – одно из самых сильных впечатлений, как от тренинга, так и от путешествия к местам силы. Действительно, в этих местах сила воздействия, понимания и осознания себя, заряд энергией, позитивом, любовью как будто увеличена многократно.

Событие за событием в моей жизни сейчас происходит то, за чем я шла в это путешествие. А главное – это ощущение мудрой силы, спокойствия, равновесия с собой, принятия себя и мира. С первого дня путешествия нахожусь в состоянии радости и счастья. Удивительно, что это ощущение сохраняется до сих пор – в каждом дне. Такого результата я не ожидала.

Открытием этого путешествия стала Лена Ронина. Те техники и практики, которые давала Лена, настолько ясно и чётко корректировали те вопросы, с которыми мы пришли, при том что они легки в исполнении. Это практические инструменты, которые можно использовать каждый день. Энергетические практики, работа с телом, массаж «молодости», практики женской силы. И огромная благодарность за индивидуальную работу – холистический массаж. Мне удалось пройти несколько сессий, и эта работа мягко и я бы сказала «нежно» сдвинула такой пласт в моём сознании, высвободила то, что долго пряталось и сдерживалось. И как будто освободило мою силу. Эта работа была более глубоким знакомством

с собой и дала возможность раскрывать свои ресурсы. Всё происходило очень бережно и очень эффективно для меня. Лена – отличный проводник!!!

И ещё – это человек неиссякаемой энергии, жизнерадостности, юмора и мудрости.

С огромной любовью и благодарностью к тебе, Лена!

Благодарю наших тренеров Евгения и Свету. Всё состоялось и получилось, вы мощные и удивительные.

Татьяна Татарченко. Украина. Киев
контакты: <http://vkontakte.ru/id16972920>

О Дольменах стихок наваяла))) – это из опыта на горе Нексис. Начало кривенькое, но дальше – то, что прям из души))

Проблемы, заботы
Учёба, работа,
Косые взгляды, непониманье
Искусственных тел гламурных собрание

Пластик, компьютеры,
Пустой карман...
И вдруг вспышка света
«– Ты создал этот мир сам!

Проснись, просыпайся, время вставать
Время по-настоящему жить, СВОЙ мир создавать.
Не иди на поводу искусственных тем,
Выходи за рамки навязанных клем!»

– Но как? Я не могу, мне не хватит сил!
– Не бойся, я рядом, исполню всё, что в отчаянье ты так просил.
– А кто ты?
– Я – Ангел!
– А где же ты раньше была?
– Ты спал и я рядом тихонько спала.
Мы можем и дальше спокойно дремать,
Пассивно лежать и сон за реальность воспринимать.
А хочешь – проснёмся?! Я тебе помогу
С тобой в неизвестность беззвучно шагну.

– Но как? Что мне делать?
– Ты просто остановись.
На паузу кликни,
В средину всмотришься.
Попробуй услышать свой голос внутри,
Себя из средины ты рассмотри.
Пойми для себя – кто ты есть изначально?
Чего хочешь ТЫ? Где лично твои есть желанья?
О чём ты мечтал, когда был ребёнком?
Давай! Вспоминай! Отматывай плёнку!

Ну а сейчас я открою великий секрет:
Всё что вокруг – этого нет!
– Как нет? Не верю! Есть статус, работа,
Проблемы, истерики, серость, заботы.
– Тебе это снится, всё это неправда.
Ну хочешь, спи дальше, иду...
– Нет! Не надо!!!!
– Тогда познакомься с собой, полюби эту сущность.
– Пойми: ты не хуже других и не лучше.
И нить прекрати!.. обсуждать, возмущаться!!
Тебя это тянет на дно, а не к счастью!!!

– А дальше что будет?
— Да всё, что захочешь!!!
– Легко как-то всё!
Ты точно мне голову не морочишь?
– Тебе выбирать, что сейчас за мгновение:
Общение с Ангелом или больных мозгов наваждение.
Тебе выбирать: проблемы, заботы,
Или просто понять, что ты хочешь и кто Ты!!

– А мы ещё встретимся?
– Так и не понял?
Я рядом всегда.
Запомни и помни.

Путешествие на дольмены «Открытое сердце»

Август 2010 года.

Элеонора Аристова. Казань.

Контакты: <http://vkontakte.ru/id4069495>

Тренинг дал мне очень много. Прежде всего, это приятные воспоминания о красоте окрестностях Геленджика! Глаз радовался. Приятно было увидеть курорт не с той стороны, с которой обычно видят его люди. Прекрасные пейзажи заполняют мои воспоминания, а так как и программа у тренинга была насыщенная, то 7 дней помнятся как 2 недели.

Программа тренинга помогла мне чётко расставить свои цели и ценности в жизни, освободится от сомнений. Я в процессе тренинга на опыте поняла насколько важно слушать себя, потому что советы других людей не истина лично для меня. Всегда нужно прогонять эти советы через свой сердечный фильтр – слушать, что скажет именно сердце в ответ на совет.

Дольмены потрясающие. Чтобы общаться с ними, нужно освободить свой ум и находиться в настоящем моменте. Я спала в одном из них – очень приятные сны мне снились, хотя конкретно не помню о чём. А на Лунном дольмене захотелось при свете луны говорить ласковые слова тому духу, который был когда-то женщиной... Я даже расплакалась. А ещё в темноте я сама нашла Солнечный дольмен. Энергия очень сильная, но человеку только с чистыми помыслами и свободным умом будет подарен опыт общения с дольменом. К тому же на это необходимо чуть больше времени.

Елена Сюкшина. г. Челябинск

контакты: <http://vkontakte.ru/id95907481>

Моё Путешествие на Дольмены!

Август 2010 г.

Эти семь дней были для меня как целая жизнь. Какой она может быть, если следовать за собой, за своим сердцем, если довериться миру и перестать пытаться всё контролировать.

В первый же день, на дольменах я осознала, что те вопросы, с которыми я приехала – профессиональная реализация, увеличение материальных благ, вторичны, а главное для меня другое. То, что я задвинула далеко в уголок и столько времени не могла признаться даже себе – потребность в любви, почувствовать её и проявлять самой. Отношения с мужчинами, осознание себя как женщины, своей женской сути и женской силы, познание мужчин их сути и взаимоотношения с ними. Это то, от чего я убежала в юности, не поняв, не изучив, а спрятавшись, выйдя замуж! Но и замужем этот вопрос догнал меня, ведь муж – мужчина! И спустя 10 лет – я чего-то ищу... слава Богу, что это произошло сейчас, в 30 лет, а не в 40 или 50...

И сейчас, здесь возле мужского и женского дольменов я начинаю вспоминать, осознавать что именно это привело меня сюда, так далеко от дома, ради себя самой, семьи (настоящей или будущей), ребёнка...

Дольмены я почувствовала... это вполне реальное, сильное чувство я не забуду и теперь я больше доверяю своим чувствам... Было ощущение – я дома! Это волшебное, потрясающее ощущение, будто тучи рассеялись и выглянуло солнце и ты понимаешь, что все тревоги это всего лишь несколько часов ночи или непогоды и это временно... потому, что вот оно – солнце, жизнь! И те вопросы, на которые хочешь получить ответ, задаются легко, легко формулируются и вдруг – открытие.

Каждый день пронизан какими-то открытиями неожиданными, маленькими или большими, настоящими. Как жемчужинки, нанизанные на нитку друг за другом превращаются в ожерелье... эти открытия складываются в картину мироощущения? это происходит и до сих пор. было чувство: « Да, это моё, это так, вот оно!».

Все открытия, сделанные рядом с дольменами или после общения с ними, и даже теперь – были на уровне чувств, ощущений, образов, которые не требовали облачения в слова, разложения по полочкам и логических выводов... и от этого эти открытия проникали глубоко в душу, сердце и остаются там...

В сочетании с потрясающими видами природы это наполняет необычайным чувством радости и счастья: море... небо... горы... радуга... солнце... гроза... ветер... ливень... туман... полная луна... звёздное небо... огни городов и дорог в высоты птичьего полета... восход солнца...

Цитата: «Это Хедера – благородное растение, растёт под ногами, как сорняк!»? Ирина Шубарчик – выдающаяся личность и моя подруга.

Люди, с которыми я встретила в этом путешествии – так похожи на тех, кого я встречала в жизни в разное время. И отношения с ними развивались по тем же сценариям, схемы поведения повторились точь-в-точь. Это невероятно – увидеть проявление себя со стороны, осознать и удивиться.

Ритуал «Волшебный фофан и священный пендель» – это нечто! Потрясающе разрядил «необычайно серьёзную обстановку – общение с дольменами, знакомством с собой...» это напомнило, что жизнь это весёлое приключение и жизнь это здесь и сейчас... это можно делать серьёзно, а можно играть...

Уезжала я с чувством огромной благодарности самой себе, что позволила себе эту поездку; миру – что дал мне это путешествие; тренерам, что показали другой угол, всей группе, что обогатили собой меня.

Путешествие показало, как полезно выйти из привычной обстановки, из привычной роли которую играю и к которой так привыкла сама и окружающие, что забыла что могу быть разной, какой захочу, что это можно, разрешено...

Вернувшись, смотрю на себя, свою жизнь, будто со стороны... наблюдаю... делаю вроде то, что обычно, но внутри другое чувство... уже нет погружения в игру и понимаю, что я могу менять правила. Более того, осознаю, что существующие правила создала тоже я.

Я читала об этом в книгах... кажется даже верила, что это так... Но прочувствовать, осознать и принять помогла эта волшебная поездка!!!!!!!!!!!!

Я бесконечно благодарна!!!

Ирина Шубарчик. г. Челябинск
контакты: e-mail: shubarchik@mail.ru

Зачем я поехала на дольмены? Я много слышала о том, что после дольменов сбываются все желания. Сказка наяву, не правда ли?! И я решила проверить: а так ли это на самом деле.

Всё в этом путешествии было как-то по-особенному: не так, как планировала. Первоначально я хотела ехать на машине, но в последний день всё сорвалось, и я еле-еле успела купить билеты на поезд. Собираясь в это путешествие, я предполагала, что жить мы будем в глухом лесу, а нас поселили в курортной местности. Но несмотря на то, что всё получалось не так, как я изначально планировала, всё складывалось значительно лучше, чем я могла предположить. Объяснение происходящему было простое: мой мир заботился обо мне.

Раньше я никогда не отдыхала на море летом: как-то всё не получалось. Поэтому я думала, что мне захочется подольше понежиться на пляже, покататься в море и занятия для меня станут чуточку в тягость, но опять-таки мои предположения шли вразрез с тем, что происходило. Сейчас, по прошествии времени, я даже не представляю, как бы я могла целую неделю лежать и греться на солнышке сверху попой: это ведь так неинтересно, в этом нет никакой романтики, никакого кайфа, самопознания и развития. Короче говоря, я оказалась безумно довольной тем, что нам постоянно приходилось куда-то ехать, преодолевать километры пешком, знакомиться с новыми местами, взбираться по горам.

После первого посещения дольменов (мы были возле родового камня) многие ребята в группе стали говорить о том, что они почувствовали «эту» энергию, а я не почувствовала ничего: ни после родового камня, ни на второй, ни на третий день, когда мы посещали деревянный дольмен. От этого мне было как-то обидно, я ощущала какое-то раздражение на себя за то, что я не такая, как все и не могу прочувствовать эту мощнейшую древнюю энергию. К тому же в те дни люди как будто перестали меня замечать: если мы все вместе садились в машину, то когда садилась я, водитель уже начинал движение, не видя, что я ещё не села; если мы все вместе шли куда-то, то при «подсчёте» нас по штукам, меня почему-то никто не считал и т.д.

Но вот настал и на моей улице праздник. В один из дней мы отправились ночевать на гору Нексис, где я познакомилась с Лунным дольменом – дольменом женской силы. Сказать, что этот дольмен произ-

вёл на меня громадное впечатление, значит, ничего не сказать. В связи с тем, что я – это САМость, человек, который не принимал раньше помощи от мужчин, от мира, т.е. фактически конь с яйцами, мне очень не хватало женской энергии – энергии мягкости, лёгкости, тишины (все вокруг мне раньше говорили, что я не разговариваю, а ору). И именно возле дольмена женской силы меня накрыло. Нахлобучило в прямом смысле этого слова: я чувствовала, что в меня входит какая-то энергия, что она распирает меня, выталкивая что-то наружу. Из-за этого я чувствовала себя совершенно пьяной, причём пьяной настолько, что начинается безумное головокружение и начинаешь терять чувство реальности, земля уходит из-под ног и всё вокруг кружится с невероятной скоростью. Устоять в тот момент на ногах мне было довольно тяжело. Поэтому продолжить знакомство со вторым, Солнечным дольменом, в ту ночь мне не удалось: меня увели спать. Вообще-то я городская девчонка и не могла себе представить, как я буду ночевать в палатке в спальном мешке: без подушки, без матраца под спиной, без пухового мягкого одеяла. Но в ту ночь мне было всё равно, где спать и на чём. Даже проснувшись утром, чтобы встретить рассвет и на рассвете запустить в мир своё намерение (для меня это было намерение стать счастливой женщиной), я почувствовала тяжёлое «похмелье» после такой накачки энергией. Осознание того, что произошло той ночью, пришло ко мне не сразу, оно приходит до сих пор: я вижу это во внешних проявлениях жизни – я становлюсь более женственной, яйца того коня, которым я была всю жизнь, постепенно рассыпаются...

По приезду домой чудеса не стали происходить, но меня это несколько не огорчало. Я знаю, что мир реагирует с задержкой: и всё, что я задумала, обязательно сбудется, станет настоящим. И это происходит: меняюсь я сама и самое поразительное, что меняются люди рядом со мной. Для себя я отметила факт, что те люди, которые не «вписываются» в картину моего мира, просто стали «отпадать», уходить с моего пути, зато стали встречаться новые, с которыми я чувствую себя более комфортно, более расковано, но при этом близкие люди (те, которые нужны мне; те, которых я люблю, и те, кто любит меня) стали меняться в задуманную мной сторону.

Мне очень понравился мой отдых-учёба на дольменах. От этого путешествия у меня осталось много чудесных воспоминаний, но я живу сегодняшним днём и желания возвратиться туда (именно в те дни) нет. Я очень благодарна нашим наставникам – Лене Рониной и Лене Блохиной, нашим учителя, которые всю дорогу помогали нам раскрыться, найти ответы на те вопросы, с которыми мы приехали, найти себя. И, конечно же, я благодарна всем тем, кто был в нашей группе, кто каждый день был рядом; рассказывал о своих переживаниях, в которых отчасти я видела себя; задавал наводящие вопросы, благодаря которым складывалась определённая картинка; дарил свою любовь и поддержку.

СПАСИБО всем, СПАСИБО дольменам, СПАСИБО этому миру за чудную поездку, классных людей и за возможность познать себя!!!!!!

Татьяна. 2010 г август

Это путешествие было путешествием к себе. Оно началось, когда я села в поезд в Москве, и даже раньше – когда я прилетела из Лондона, в Москве был ливень, я промокла вся до нитки. И я решила, что это хороший знак. Я ничего не ждала от этой поездки, ничего не планировала. Я знала – будет волшебно. И всё случилось волшебным.

В первый день путешествия я поняла, что дольмены работают. Стоит только попросить. Я попросила. Это была такая проверочка. Сработало. Надо только очень чётко формулировать.

Открытие на первых дольменах (в первый день) – дольмены они внутри нас. Индия внутри нас, Тибет он внутри. И сила внутри. Но иногда нам нужно что-то, что поддержит нас на плаву. Не даст сломаться. Мне было плохо, меня колбасило, вскрывало – я имею в виду до поездки на дольмены. И я сомневалась ехать или не ехать. В моей жизни странно как-то всё было. Теперь я поняла – не надо справляться одной. Надо просто попросить помощи. Сейчас всё меняется, продолжает меняться. Я стала спокойнее на тему денег, которая меня просто прибивала. Я перестала думать о том, как я буду кредит выплачивать и оплачивать свои бесконечные поездки. И деньги приходят. Появляются новые интересные проекты, удивительные люди в моей жизни, которые мне говорят – спасибо, что ты есть, дают мне такую любовь что я просто купаюсь в ней и есть внутреннее ощущение счастья, наполненность. Я понимаю теперь – прежде чем что-то получить надо дать, и ещё надо иметь стержень, потому что вселенная не будет поддерживать сосиску, сосиску поддержать физически невозможно, она будет болтаться и падать. Стоять на своём, чётко знать чего ты хочешь, исходя из внутреннего ощущения, а не из того что мне когда-то говорили. Начали вскрываться некоторые проблемы, например, в отношениях с мамой. Пока оставила как есть. Процессы идут. Ещё до конца не переварила. Сейчас я просто позволяю себе быть собой. И проявляться так как хочется. Например – выкладываю в инет свои стихи, не боясь, что их прочитают мои студенты и родители моих детей. И кстати, студенты наоборот дают поддержку.

На дольмене намерения, когда мы делали друг другу холистический массаж – я была в паре с Элей. Мне было видение очень чёткое. Картинка из будущего. Такая поддержка вселенной, которая мне

была необходима. И я поняла в очередной раз – всё будет хорошо. Надо только вдохнуть, выдохнуть и немного подождать. Ну, доживем – увидим.

Больше всего понравились солнечный и лунный дольмены. Солнечный дольмен пахнет как мужчина, это удивительно было для меня. У него запах как у мужчины, такой тонкий аромат специй, солнца и мужских гормонов. На лунном долго сидела и была в барабан, вибрации шли по моему телу и такое чувство было, что тела как такового у меня нет и я сама одна большая вибрация.

Кажется, что сейчас нет никакой связи с дольменами. Очень много событий стало происходить. Я отслеживаю свои реакции, эмоции, смотрю не изнутри, а как бы сверху, целостно. Я могу обратиться внутрь себя, получается, что я сама себе теперь дольмен.

Основная работа как я понимаю, началась уже после, стали происходить изменения, которые на первый взгляд кажутся чудом, и я их просто принимаю. Кажется, я до сих пор перевариваю некоторые моменты. Надо время чтоб переварить и осознать в полной мере.

Путешествие это было удовольствием и наслаждением. И я наслаждалась каждой секундочкой, любой, каждым мгновением. Всё меняется и продолжает меняться, мне нравится исследовать себя в своих проявлениях, уходят постепенно страхи и я возвращаюсь к себе.

Спонтанное путешествие «Сбыча мечт»

октябрь 2010 г.

Елена Булатова. Краснодар.

Контакты: <http://vkontakte.ru/id36473290>

Написать словами сложно. В дольменах всё на чувствах происходит, и только потом понимание включается.

С ребятами разговаривала, им очень понравилась твоя работа. Такой спонтанный тренинг получился.

Совершенно удивительно ощущение себя до и после практики в дольменах.

Разобраться на составные части, а потом собраться в новом качестве. В качестве целостного и позитивно-настроенного организма! Удивительные ощущения. Состояния до поездки и после совершенно разные! Леночек, спасибо большое, за твоё мастерство! Со сбычей мечт пока ничего (уверена, что это пока время не пришло и вселенная очень серьёзно к моей просьбе отнеслась и поэтому подыскивает нужные для меня варианты), но для самоисследования и эмоциональной коррекции, просто волшебная практика! Спасибо!

Путешествие на дольмены для двоих с индивидуальным подходом

Октябрь 2010 года.

Татьяна. Санкт-Петербург. 14 октября 2010 года.



Для меня поездка в Геленджик – это удивительная сказка. Я полностью забыла свою Санкт-Петербургскую суету и погрузилась в другой мир. Подходя, к дольменам, я соприкасалась с чем-то родным, древним и современным – одновременно. Для меня время не существовало. Для меня рядом с

дольменами тепло, уютно и как-то щемяще-трепетно. Настрой у меня был – посидеть рядом и ни о чём не думать. Но мой пылкий ум хотел мысленно пообщаться с ними. И я вступила в диалог, правда не знаю с кем. Может с дольменами, а может??? Но попробовать надо было все!

Уходя от каждого дольмена, я с ним не прощалась, я говорила ему – до свидания.

Внутренне я ещё не осознала, что со мной произошло после встречи с дольменами. Думаю, что после этой поездки у меня пойдет следующий виток осознания. Я в каком-то радостном ожидании.

За эти 10 дней со мной происходило и физическое очищение (и притом очень явно и интересно), а так же, я думаю, и очищение моего сознания. Часто лезла в голову какая-то мелкая «фигня», на которую я сразу обращала внимание, общалась с этой «фигнёй», весело общалась. Так что из меня «пёрло» со всех сторон и со всех планов. Дольмены работают!!! Я им благодарна!

Леночка! Большое спасибо тебе за этот праздник! Все эти дни пролетели, как один день – на одном вдохе. Вобрала всё в себя, а приеду в Санкт-Петербург, буду переваривать. Пока я здесь, ни о чём думать не хочу. Я ещё нахожусь в празднике.

Спасибо тебе, что ты помогла мне зайти вовнутрь себя и чуть-чуть покопаться там. Глубже покопаюсь потом.

Многому у тебя научилась. Ты во мне взбудоражила творческую энергию. И притом конкретно и много. Здорово, что я открыла для себя мандалы. Мои чувства через них выходят в пространство. И я, как беременная, разрешаюсь прекрасными для себя творениями через палитру красок и рисунков.

Это восторг!!! Пишу, а меня распирает. Хочется рисовать.

Спасибо тебе за подсказки раскрыть себя. Я об этом серьёзно подумаю.

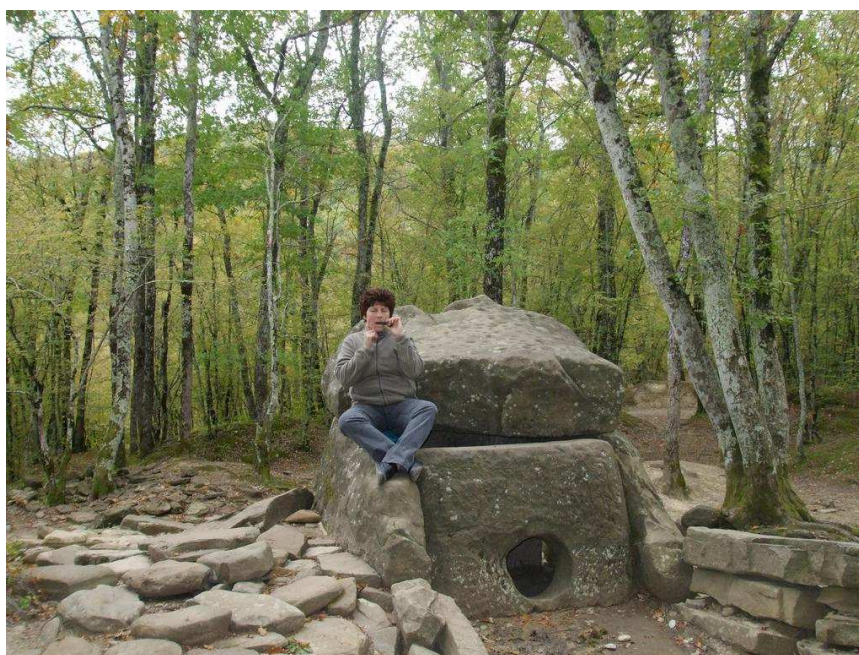
Всё было настолько прекрасно, что о своих чувствах можно писать очень долго.

Я увожу с собой в Санкт-Петербург в душе праздник, не смотря на то, что надо ещё о многом поразмышлять и помыслить. И не только мыслить, но и делать.

Мне было очень хорошо с тобой рядом. Ты удивительный и прекрасный человек. И я благодарна «жизни», что она меня свела с тобой!!!

Вера Мушина. Санкт-Петербург. 14 октября 2010 г.

Контакты: e-mail: vera.mushina@yandex.ru



Впечатления от поездки к дольменам

Это моя третья поездка на дольмены, и я могу сказать, что каждый раз это новые впечатления, новый виток общения, с новым качеством взаимодействия.

Благодаря нашему проводнику Елене Рониной, как бы «само собой» организовывались поездки, нужные и интересные встречи.

Даже, «испортившаяся» погода, казалось, давала необходимый отдых между поездками.

Всё было замечательно, несмотря на капризы погоды.

На дольменах было совсем мало народу, а на многих мы были одни. И это самое лучшее, что можно извлечь из окончания «туристического сезона». Дольмены «отдохнули» и были рады общению.

Исккупаться в море не удалось, зато погуляли по набережной (очень красивой), полюбовались штормом на Толстом мысе, покатались на понтоне по волнам – очень волнительно и впечатлительно!!!

Спасибо, Лена! Спасибо все!!!

http://dolmen-tur.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=22&Itemid=34

Светлана Алексеева
Дольмену «Солнечный» на горе Нексис посвящается:



*Пусть Душа моя проснётся!
Чтоб важный миг не упустить,
Который редко нам даётся,
Я жизнь душой хочу прожить,
И пусть душа моя проснётся!
Увидит пусть она рассвет,
Дольмен, лучами озарённый,
И Дух его, несущий Свет,
Поющий гимн для всех влюблённых!
Влюблённых в жизнь и красоту
Живой Природы первозданной,
Её цветов ковёр устланный,
Её Святую Простоту...*

Июль, 2004

http://dolmen-tur.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=66:2011-04-15-09-05-22&catid=43:stihi&Itemid=68

Дольмены – долю меняющие!

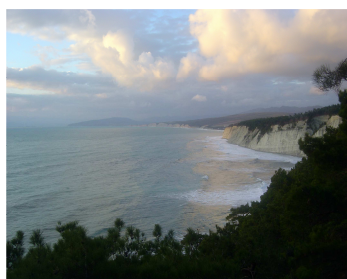
Автор: Светлана 5.04.2011



Меня зовут Алексеева Светлана Сергеевна. Мне 40 лет, живу в Геленджике. Родилась я в Забайкалье. Моё первое высшее образование – педагогическое, преподаватель немецкого и английского языков.

С 16-ти лет я стала задумываться о смысле и происхождении жизни на земле. Вокруг себя и в себе я видела много страдания, непонимания, боли, страха, и всё больше задавалась вопросом: Кто я? Зачем я здесь? Для чего я живу? Действительно ли жизнь создана только для того, чтобы выживать? Есть ли Бог, и если есть, то какой он – карающий или прощающий? Я искала ответы на свои вопросы, изучала разную духовную и психологическую литературу, встречалась с людьми, которых также интересовали эти вопросы, от них я и услышала про дольмены Кавказа.

В мае 2004 года я приехала в посёлок Возрождение под Геленджиком, в долину реки Жане. Здесь проходит туристическая тропа по очень красивой местности с водопадами, дольменами, живописными горами. Сюда стекаются многочисленные туристы и паломники на места силы, предвестниками которых и явились сами дольмены. Вот тогда-то я в первый раз влюбилась в это место! Неопишуемые ощущения радости и бесконечно льющейся энергии от всего, что окружало. Пушистые сосны, можжевельник, дубы, огромное разнообразие трав и цветов, причудливые очертания гор и запах моря... Я окунулась с головой в это блаженство природы, о котором так истосковалось моё тело.



Когда я впервые увидела дольмены, я почувствовала, как завораживают меня эти причудливые изваяния, с какой любовью и терпением они когда-то создавались, чтобы могли выстоять через все бушующие силы природы и неумолимое время, и дожить до наших дней. У меня проснулось глубокое уважение к нашим предкам за столь удивительное чудо света! Я очень им благодарна за то, что мы сейчас можем прикоснуться к дольменам и обрести часть того Духа и Силы, что были потеряны нами с развитием технократического общества.



Я поставила палатку на общей полянке, познакомилась с кучей разношерстного народа, бардов, людей в поиске своих половинок, просто духовно ищущих людей. В основном, там были сторонники движения «Звонящие кедры России», созданного по книгам Владимира Мегре, которых объединяет идея создания родовых поместий, возвращения к истокам, к природному образу жизни, вегетарианству, домашним родам, самосовершенствованию и т.д. За это лето подружилась с бардами, разучила множество песен, сама освоила гитару, стала петь (оказывается у меня неплохой голос).



Мы с ребятами сколотили небольшую команду и отправились в путешествие автостопом по дорогам России, по экопоселениям, набираться опыта, петь песни о любви и радости. Нам было хорошо вместе, и мы даже мечтали создать поселение друзей. Жаль, что эта мечта осталась невоплощённой. Но каждый должен пройти свой собственный путь. Так прошло лето, в открытии огромного количества людей, знаний, песен, выступлений и постоянно льющейся внутренней радости.

С этого момента я отдалась потоку жизни, углубилась в своё духовное развитие, т.к. понимала, что хочу разобраться в себе, своих желаниях, потребностях, хочу расти и открывать в себе способности. Есть такая духовная практика – довериться течению жизни и принимать всё, что она даёт, при этом слушать своё сердце. Жила и работала летом в горах (организовали с ребятами своё кафе), преодолевала в себе разные виды страха жизни, уходила в горы в одиночество, много медитировала, постигала йогу, читала психологическую и эзотерическую литературу, размышляла, встречалась с интересными людьми. Закончила три курса Випассаны (10 дней молчания и медитации на ощущения своего тела) в Подмосковье, курсы тайского и шведского антистресс-массажа в Москве. Всё это привело меня к пониманию своего собственного тела и его тесной взаимосвязи с психическими процессами. Постепенно стала оказывать психологическую помощь встречающимся на пути ищущим людям, и это у меня получалось и приносило мне большое удовлетворение.



Так я осознала своё предназначение – помогать людям в обретении себя. Что это значит? Я не сторонник давать советы о том, как надо жить. Как сказал немецкий психотерапевт Берт Хелингер: «Первый беспорядок помощи начинается с того, что человек хочет дать то, чего не имеет сам, а другой принимает то, в чём не нуждается». Я верю, что каждый человек – это кладёз мудрости, сил и возможностей. И в глубине души каждый сам знает, что ему нужно, и сам может решить все свои проблемы и задачи. Просто нужно помочь ему открыть доступ к этому источнику. «Прежде стать самим собой и только после стать другим – в этом заключается «парадоксальная теория изменения» (Бейсер, 1970).

Сейчас я заканчиваю Московский Институт гештальт-терапии и консультирования, по специальности гештальт-терапевт, и начала практиковать. Гештальт («Gestalt» в переводе с немецкого – фигура, образ, целостность, личность (как роль), то, что «из ничего» стало «чем-то») – это философия, «искусство жизни», которое во многом совпало с моим взглядом на мир и моими собственными открытиями о мироустройстве и человеческой психике. Гештальт ставит акцент на осознании актуального жизненного опыта «здесь и сейчас» (что, конечно же, не исключает обращения к прошлому жизненному опыту) и полностью восстанавливает в своих правах эмоции и телесные ощущения, которые всё ещё часто запрещаются нашей культурой, так жёстко регламентирующей публичное выражение не только гнева, грусти, тревоги, но и нежности, любви и радости!

Применяя гештальт-подход в психотерапии, я помогу вам:

- начать осознать те внутренние механизмы, которые слишком часто толкают вас на повторение избитых стереотипов в поведении;
- выявить телесные и психические блокировки и процессы обрыва удовлетворения ваших потребностей; – стремиться не просто к объяснению причин ваших трудностей, а к исследованию новых путей их разрешения;
- снять маски с ваших защит, страхов, запретов и иллюзий;
- лучше узнать и принять себя таким, какой вы есть на самом деле, не принуждая к изменению себя в соответствии с некоей идеальной моделью, навязанной моралью, политикой, социумом, религией или какой-либо философией;
- найти свою собственную опору, чтобы успешно и спокойно самому справляться с жизненными ситуациями; – обрести целостность: распознавать свои потребности, реализовывать их и получать от этого удовлетворение и удовольствие. Наполнять жизнь радостью и счастьем.

Я – за целостный подход к человеческому существу, ориентированный на пробуждение тела, сенсорики, работу с энергией, дыханием, телом или голосом, выражение эмоций, работу со сновидениями и воображением. Параллельно изучаю и практикую другие методы психотерапии, такие как системные расстановки Берта Хеллингера, направленные на восстановление родовых связей человека, а также различные методики работы с телом, включая массажные практики и практики глубокой релаксации. Также обладаю обширными знаниями о местах силы Геленджика, буду рада провести вас по дольменам и помочь вам почувствовать энергию этих мест.

Мой моб. тел. 8-928-282-66-10 (Геленджик)

E-mail: svetlana@mail.ru

Буду рада вашим откликам!

http://dolmen-tur.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=63:2011-04-15-07-46-45&catid=39:nashiotkroveniia&Itemid=66

Автор: Евгений Крутиков 2.04.2011

**Путешествие-тренинг
к дольменам черноморского побережья
«ВОЛНА УДАЧИ
или
КЛЮЧИ К ИСПОЛНЕНИЮ ЖЕЛАНИЙ»**

16-22 августа

Если вы считаете, что ваша жизнь уникальная и единственная. И вы хотите строить свою жизнь в согласии с душой. Присоединяйтесь к нашему путешествию-тренингу к дольменам черноморского побережья.

У Вас появится возможность оседлать «Волну Удачи» и найти «Ключи», которые откроют двери Исполнения желаний. В нашем путешествии мы познакомимся с Местами Силы – дольменами Черноморского побережья. Дольмены обладают мощной энергетикой и особенно открыты для тех людей, кто ищет ответы на свои вопросы, кто стоит на пороге перемен. Это места, на которых легко и естественно человек открывает в себе присутствие в себе новых сил и возможностей.

«Мысли и чувства в местах силы увеличиваются многократно», Клаус Джоул.



В программе:

**1 день
«Движение к Своей цели»**

У каждого человека есть Свое место в жизни. Свой Путь. Своя, единственная, уникальная Жизнь по Душе. И каждый человек приходит в этот мир, чтобы дать своей Душе реализовать всё, на что она способна... Но достаточно часто для многих из нас остаётся вопросом – как найти Свою цель? Понимаю, что то, чем занимаюсь на сегодняшний день – не моё... а что моё? Где моё Дело по Душе? Где те отношения, которые хотелось бы? А может быть, Вы точно знаете, чего хотите, к чему стремитесь, но на пути к цели сталкиваетесь с какими-то трудностями, препятствиями, борьбой, конфликтами? И снова возникает вопрос – моя ли это цель? Надо ли мне идти этим путём?

Темы первого путешествия:

– Как отличить Свою цель от чужой, навязанной другими, и как научиться не цепляться за страхи, неуверенность, сомнения и пр. на пути к своим целям;

- На что опираться при движении к Своей цели, чтобы путь к ней был максимально эффективным и лёгким;
- Как услышать голос Души, получить вдохновение и обрести состояние устойчивости в себе;
- Как обнаружить и «нейтрализовать» ограничивающие мысли по отношению к своим желаниям;
- Как развить способность определять свои истинные желания.

Совершая первое путешествие к дольменам Пшады, знакомясь с их силой и энергией, мы в то же время будем ближе знакомиться с собой и своими целями. Как найти такую цель, которая превратит твою жизнь в праздник? Как поддерживать энергичное состояние на пути к цели? Девиз этого дня – «Мне удастся всё, что я действительно хочу». И выбор дольменов Пшады для такой темы не случаен.



Дольмен Майя или Любовь

Например, дольмен Тор помогает воплощению целей, усиливает намерение на реализацию целей. Его можно рассматривать как пробуждающую силу, поддерживающую осознание своих истинных целей и поиск своего предназначения. Сила поля дольмена принесёт в вашу жизнь ясность, разрешение трудностей и освобождение, возродит вашу силу воли. Дольмен Майя (осознание и принятие себя, уверенность в себе), Дольмен Нежность (открытие личного потенциала) и дольмен Хан (сила стремления к цели) – каждый из них по своему поможет нам в этом путешествии и осознании своих истинных желаний.

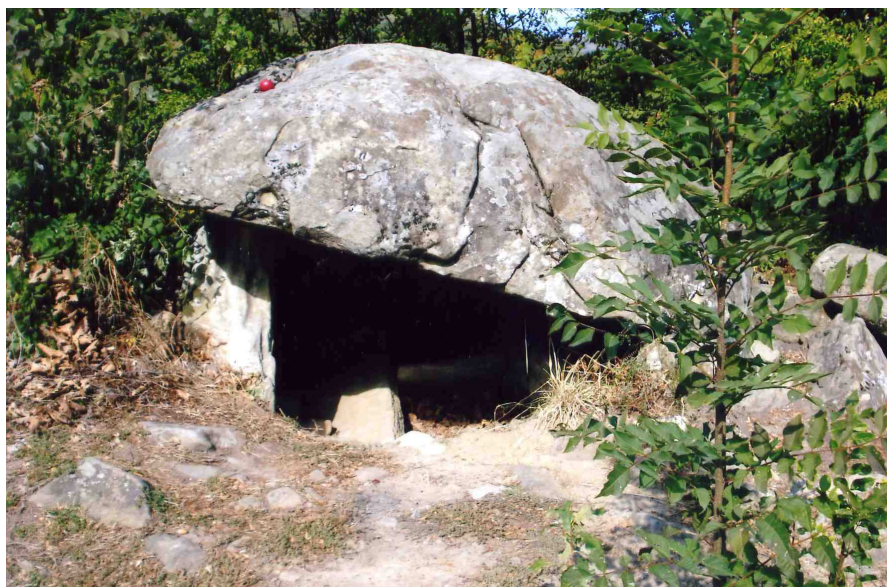
2 день

«Как приручить страхи, сомнения и тревоги»

Хотели бы Вы тратить меньше энергии и сил на страх, сомнения, беспокойство и тревогу? Страх – такое же естественное чувство, как радость или грусть. Но как нередко страхи (или тревоги, сомнения, беспокойство) делают из нашей жизни одну большую неприятность. Ведь часто мы боимся ещё не случившихся бед и тратим энергию на переживания о будущем, отравляя своё настоящее.

На занятии Вы сможете:

- Освоить «технологии» работы со страхами, которые сможете затем применять самостоятельно
- Понять, откуда берётся страх, и где он в Вас живёт?
- Выявить причины появления своих страхов, и научиться ими управлять.
- Освободить своё тело, душу и разум от страхов как «тормоза» движения вперёд, навстречу своим целям.
- Трансформировать свои страхи в позитивную, творческую энергию.



Дольмен Дажьбог

В этот день нас ждёт встреча с дольменами Дажьбог и Жива. Дажьбог – это завершение определённого этапа вашей жизни. Он приносит с собой радость осуществления, чувство облегчения. В вашу жизнь входит время положительных энергий и возможного освобождения. Он даёт расцвет сил, возможность наиболее успешного завершения всего, что было начато ранее, безболезненное и радостное расставание со всем, что сослужило службу или отжило своё и теперь уходит, чтобы расчистить место новому началу. Дольмен Жива – это дольмен интуиции, умения слышать себя и находить ответы.

3 день «Отношения с собой и другими»

Все мы взаимодействуем друг с другом, какие-то отношения нам нравятся, какие-то хотелось бы изменить. Как сделать так, чтобы с любым человеком находить общий язык? Как создавать такие отношения с людьми, которые хочется? Как перестать «притягивать» негативные сценарии отношений, конфликты и непонимание? Ответам на эти вопросы будет посвящён этот день.

На занятии Вы сможете:

- Освоить практики, которые помогут перестать раздражаться, негодовать и переживать по поводу отношений с другими людьми и нашими любимыми, а также практики, которые помогают менять отношения к лучшему.
- Осознать, как оставаться собой в отношениях.
- Увидеть, что создаёт ограничения в отношениях и любви.
- Понять, что рушит любые отношения.

Понять и освоить практики нам помогут Лунный и Солнечный дольмены горы Нексис. Эти дольмены высвобождает заблокированную энергию, необходимую для реализации перемен. Он открывает каналы самовыражения, способствует развитию творчества. А ещё эти дольмены называют «женский» (Лунный) и «мужской» (Солнечный) и работа с отношениями в поле этих дольменов помогает внести перемены в отношения с людьми.



Лунный дольмен

4 день
Энергетическое путешествие на гору Святой Нины
«Сила Намерения»

Каждый человек, взаимодействуя с Миром, с окружающей его Реальностью, может получать поддержку в любых начинаниях и в реализации целей. Для того, чтобы в Вашей жизни происходило то, что Вы задумали и пожелали для себя, нужно научиться владеть силой Намерения. Именно Намерение двигает наши цели к реализации. Судить о том, как работает наше Намерение, мы можем по результатам, которые имеем на сегодняшний день. В каких-то областях жизни мы удачливы и успешны, в каких-то, возможно, что-то не работает, не даёт получить желанный результат.



Вид с горы Святой Нины

- В этом путешествии, поднимаясь на одно из красивейших мест побережья, вы сможете:
- Освоить практику управления Намерением – силы, способной выстраивать события нашей жизни таким образом, чтобы реализовалось желаемое
 - Исследовать взаимосвязь Намерения и результата: как получаются результаты, которые нас не устраивают и какое Намерение в этом случае сработало?
 - Понять, что позволит осознанно направлять Намерение на реализацию своих истинных желаний
 - Придать силу и энергию целям для их точной и легкой реализации

5 день «Свободная энергия»

«Нет сил», «Энергия на нуле»... знакомо? Иногда эти слова достаточно точно отражают наше состояние. И кроме того, что мы чувствуем в такие моменты чисто физическую усталость, такое состояние тормозит и реализацию наших целей. Поскольку для того, чтобы получить новые результаты, перейти на новую линию жизни, нужна Свободная энергия, как топливо для реализации наших желаний.

В этом путешествии Вы сможете:

- Понять, что такое свободная энергия и как она влияет на реализацию наших целей
- Научиться энергетическим практикам, позволяющим поддерживать высокий уровень энергии
- Научиться самостоятельно освобождаться от эмоций и переживаний, которые забирают вашу энергию
- Научиться работать со своими эмоциями через движение и освобождать свое тело от энергетических «зажимов»

6 день «Свобода быть собой»

С Вами бывает так, что Вы сохраняете «лицо» в то время, когда хочется рвать и метать? Но Вы не можете себе это позволить из-за чувства долга, вины, стыда и пр. В общем, Вы не свободны быть собой в такие моменты. И если этих моментов становится всё больше и больше, жизнь превращается в клубок постоянных переживаний, который забирает Вашу энергию.

В этом путешествии Вы сможете:

- Получить способность спокойно справляться с давлением любого рода.
 - Найти потерянные части себя.
 - Перестать испытывать ощущение «со мной что-то не так...» и увидеть свой внутренний мир без осуждения и страха.
 - Увидеть, как стыд, вина и чувство долга (когда должен всем, только не самому себе!) ограничивает выбор, останавливает и «фиксирует» Вас в жизни, из-за чего определённые события повторяются снова и снова.
 - Научиться трансформировать чувства вины и стыда в позитивную энергию.
- Этот день мы проведём в долине реки Жане и встретимся с группой дольменов – Дольмен Скрытых Возможностей, Дольмен Исполнения желаний, Дольмен Гармония и Дольмен Внутренний Свет.



Дольмен Гармония

7 день На Волне Удачи или Ключи к исполнению желаний

Для того, чтобы в Вашей жизни происходило то, что Вы задумали и пожелали для себя – этот день будет посвящён ритуалу исполнения желаний, или точнее сказать, запуску ясного и мощного Намерения на реализацию Ваших желаний.

Знакомо ли вам состояние, когда всё ладится, всё получается, когда всё складывается самым благоприятным образом и как будто само идёт в руки? Если да, то вы точно знаете, что такое Волна Удачи. Находитесь ли вы на ней сейчас? Или вас периодически «заносят» на другие линии жизни, где обстоятельства складываются не в вашу пользу? Насколько реально оставаться человеком, которому всегда везёт?

На занятии Вы сможете:

- Узнать секрет, как «взбираться» на Волну Удачи и следовать на ней к исполнению своих желаний;
- Понять, почему Вы ещё не на Волне и что Вам мешает на неё «залезть»;
- Определить свои ограничения, которые Вас могут сталкивать с Волны, едва Вы на неё «сели»;
- Освоить ритуал исполнения желаний, с помощью которого можно создавать любые события в своей жизни;
- Придать силу и энергию целям для их точной и легкой реализации.

В этот день мы посетим «деревню танцующих дольменов» на реке Пшада.



Дополнительно «Женские практики – природа женской энергетики» Каждое утро, а иногда вечером женщин ждут энергетические женские практики

Холистический массаж

Когда наше тело начинает говорить с нами языком болезней, недугов и прочих физических проблем, оно хочет, чтобы мы осознали и изменили свой образ мыслей или действий. Огромное количество информации, воспоминаний и образов «записано» в теле человека. Это и напряжение в мышцах, и скованность в движениях, невыраженные эмоциональные реакции, большую часть которых мы не всегда осознаём.

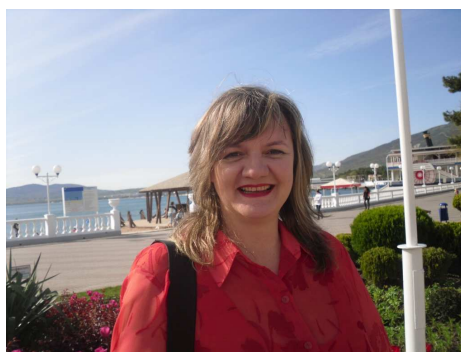
Во время сеанса холистического массажа человек часто вспоминает такую «запись», может расшифровать её. Осознав, какое влияние события прошлого оказывают на его настоящую жизнь, он может освободиться от её влияния и изменить текущую ситуацию. Холистический массаж запускает и активизирует в теле процессы естественной саморегуляции. Эффективен при переутомляемости, стрессах, бессоннице, при физической боли в суставах или позвоночнике, состояниях страха или депрессии.

Индивидуальные консультации

ВЕДУЩИЕ



ЕЛЕНА БЛОХИНА,
психолог, тренер трансформационных программ,
тренер по практике Трансерфинга



ЕЛЕНА РОНИНА,
психотерапевт, телесный терапевт,
арт-терапевт проводник к местам силы,
мастер холистического массажа

Продолжительность путешествия: 7 дней (16-22 августа)

Телефон для справок и регистрации:

8-906-863-57-18

8-928-228-26-55

Стоимость:

20 000 руб. (с проживанием и питанием) (при предоплате минимум 2500 до 1.08.2011)

21 000 руб. (с проживанием и питанием) при оплате на месте

Проживание – Геленджик, мини-гостиница, двух-трёхместные номера, душ и туалет в номере

Питание: завтрак, обед, ужин.

При желании вы можете питаться самостоятельно, в этом случае стоимость питания вычитается из общей суммы (2500 руб.)

http://dolmen-tur.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=62%3A-----|-----r&catid=37%3A2010-12-15-13-13-53&Itemid=66