

Absolute

DESTINATIONS

Таиланд | о. Самуи

СТИЛЬ ЖИЗНИ

**ВОКРУГ
САМУИ
ЗА СЕМЬ
ДНЕЙ**

Подробный план
на каждый день

Топ **10**
БЛЮД
ТАЙСКОЙ
КУХНИ

Райский остров

**ПЯТЬ
ВЕЩЕЙ,
КОТОРЫЕ
НУЖНО
СДЕЛАТЬ
НА САМУИ**

*Ang
Thong*

Изумрудное
чудо природы



4



10



48



В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

- 4 **ТЕМА ВЫПУСКА**
▶ Райский остров
- 10 **СОБЫТИЯ**
- 14 **ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА**
▶ Буддийский феномен
- 20 **АКТУАЛЬНЫЙ ВОПРОС**
▶ Наличные или карта?
- 22 **ДЕТСКИЙ КЛУБ**
▶ Как вкусно!
- 26 **WELLNESS**
▶ Райская терапия на острове Самуи
- 32 **ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**
▶ Есть контакт!
- 34 **ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ**
▶ Вокруг Самуи за 7 дней!
- 40 **СТИЛЬ ЖИЗНИ**
▶ Топ-10 причин, по которым стоит выбрать экскурсии с Клубом Absolute
- 44 **ИНТЕРЕСНЫЙ МИР**
▶ Ангтхонг. Изумрудное чудо!
- 48 **ДРУГАЯ КУЛЬТУРА**
▶ Буйство цвета
- 52 **ИДЕИ ДЛЯ ОТДЫХА**
▶ Пять вещей, которые нужно сделать на Самуи
- 58 **ВКУСЫ МИРА**
▶ Топ-10 блюд тайской кухни
- 62 **ABSOLUTE РЕКОМЕНДУЕТ**
▶ «Холидей энд Тревел Сервис»



14

ЖУРНАЛ «СТИЛЬ ЖИЗНИ
ABSOLUTE. НАПРАВЛЕНИЯ»
ТАИЛАНД, О. САМУИ

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

Ответственный редактор:
Лилия Черная

Координатор:
Лариса Шумилова

Руководители проекта:
Светлана Костромитина
Владимир Сучеван

Авторы:
Ганна Ролинска
Алена Раковская
Лилия Черная
Марина Богатырева
Александр Груздев
Евгения Скурлатова
Татьяна Касимова

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

Издатель:
Absolute World Group
Распространяется бесплатно.

26



44



Дорогие друзья!

В наше время многие мечтают вырваться из плотных пут мегаполисов и погрузиться в абсолютную атмосферу релакса и внутреннего спокойствия. Дать себе передышку, сделать паузу, выйти в офлайн. Кто-то для этого уезжает за город, кто-то отправляется в йога-ретриты, а кто-то покупает билет в Таиланд.

Самуи — особая точка на карте мира. Это место, удивительным образом сохранившее безмятежность первозданной природы и в то же время успевшее вкушать плоды цивилизации. Остров-релакс, остров-спа, «жемчужина Андаманского моря» — все это о Самуи.

У Absolute с ним давние отношения, завязанные на многолетней дружбе, деликатном партнерстве и безусловной любви. Эти отношения насчитывают второй десяток лет, и как бы ни менялись ветра, приносящие перемены, Самуи всегда оставался одним из самых любимых направлений Клуба.

В этом выпуске мы хотим поделиться тем, что узнали за годы работы на райском острове. Рассказать о местах, поражающих воображение, событиях, людях, традициях, философии... Вооружившись нашим «гидом», вы поймете о Самуи главное и полюбите остров так, как любят его в Absolute. Абсолютной любовью.

Отдел обслуживания Владельцев Absolute

Райский остров

Текст: Татьяна Касимова

*Самуи — один из самых великолепных островов Таиланда.
Пляжи Самуи — белоснежное покрывало, а вода
Сиамского залива — лазурная гладь...*



Размер острова идеален: за какую-то неделю его можно обследовать вдоль и поперек, неоднократно объехать по кругу, заглянуть в самые потайные места, ни на миг не ощущая себя запертым в тесном пространстве.

Большую часть острова опоясывает главная кольцевая дорога — Ring Road. Она соединяет между собой основные районы: Натон (Nathon), Маенам (Maenam), Бопхут (Bophut), Чавенг (Chaweng), Ламай (Lamai) и другие.

Путешествие по Ring Road позволит открыть множество удивительно красивых мест и насладиться зрелищем бескрайней морской глади, ведь часть пути простирается вдоль моря, постоянно меняющего свои оттенки. ►

Самуи (или Самуй) — второй по величине остров Таиланда после Пхукета, и первый в архипелаге Чампон. Вплоть до XX века Самуи был изолирован от мира, благодаря чему его природа сохранилась практически в первозданном виде.





Если посмотреть на Самуи с высоты птичьего полета, то можно увидеть, что остров опутан сетью крошечных улочек, которые могут неожиданно прерываться, образуя тупик. Для тех, кто собрался изучать остров самостоятельно, такие улочки могут стать подлинным испытанием, во время которого можно растратить годовой запас выдержки и терпения. Поэтому тем, кто не уверен в том, что успешно пройдет «экзамен» по ориентированию на местности, лучше довериться опытным сотрудникам Клуба, которые знают остров, как свои пять пальцев.

Притягательность Самуи для отдыхающих кроется не только в его фантастической природе. Остров сочетает в себе необходимый уровень экзотики, за которой едут туристы, атмосферу умиротворенности, а главное, привычный уровень комфорта и цивилизации.

Феерический микс, состоящий из тропических садов с благоухающей растительностью, торговых центров с культовыми брендами, экзотических базарчиков с товарами местных мастеров, обжигающей тайской кухни и роскоши европейских ресторанов превращает Самуи в уникальный объект, к которому хочется не только прикоснуться, но и всесторонне его исследовать.

Каждый день остров меняется: строятся новые отели, прокладываются дороги, открываются магазины, но кое-что остается неизменным — холмы, покрытые непроходимыми джунглями, прохладные искристые водопады, белоснежные пляжи, теплое море, буддийские пагоды и храмы.

Ценители культурного отдыха получают массу эстетического и духовного удовольствия, посе-

тив знаменитые религиозные центры острова. Помимо буддийских храмов (тайских и китайских), на Самуи находится православная церковь и мечеть, что свидетельствует о населенности острова жителями разных национальностей и конфессий. Осмотреть все храмы в течение одной поездки не получится, да и нужно ли это? Достаточно посетить культовые сооружения: храм Ват Кхунарам (Wat Khun Aram) с хранящейся там мумией монаха, храм Ват Плай Лаем (Wat Plai Laem), храм Ват Пра Йи Будды (Wat Phra Yai) и статую Большого Будды, храм и золотую пагоду Лаем Сор (Laem sor), храм Ват Прадерм (Wat Praderm) и др.

Некоторые святые необычайно популярны у туристической аудитории, другие пустуют даже в разгар сезона. Самым популярным храмом на острове, без преувеличения, является Ват Кхунарам (Wat Khunaram). В нем хранится мумия бывшего настоятеля, монаха Луанг Пхо Дэнг (Luang Pho Daeng). История гласит, что он знал дату своей смерти, успел попроситься со всеми своими учениками и умер прямо во время медитации, 6 мая 1976 года. Его тело осталось нетленным и выставлено на всеобщее обозрение, как доказательство великой силы буддизма. В этом же храме можно погадать и узнать свою судьбу на ближайший год. Для этого нужно встать на колени перед монахом, поклониться и встряхнуть специальную коробочку с палочками, на каждой из которых написана определенная цифра. Чтобы понять выпавшее предсказание, нужно подойти к стенду, где на нескольких языках дана расшифровка каждого числа. ►

Знаменитый храм Ват Кхунарам (Wat Khunaram)



В числе достопримечательностей храма Ват Кхунарам можно назвать поющий гонг. Дотронувшись до него определенным образом, гонг начинает издавать звук, причем у каждого человека звук получается разным. Если гонг и вовсе «запел», то человек, потеревший его, считается очень везучим.

КСТАТИ!

Составить общее впечатление о Самуи поможет **ОБЗОРНАЯ ЭКСКУРСИЯ С КЛУБОМ ABSOLUTE**, во время которой можно увидеть все главные достопримечательности острова: статую Большого Будды, Магический сад, потрясающей красоты водопады, храм Ват Кхунарам, камни «Бабушка» и «Дедушка» и многое другое.

СПРАШИВАЙТЕ У СВОИХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ НА КУРОРТЕ!



Статуя Большого Будды (Big Buddha)



Другим примечательным местом на острове является Магический сад Будды (Magic Garden) — уникальный парк скульптур, созданный талантливым фермером по имени Ним Тхонгсук.



Храм Ват Плай Лаем (Wat Plai Laem)

Камни «Бабушка» и «Дедушка» (Hin Ta & Hin Yai)

Статуя Большого Будды обладает интересным эффектом: поднимаясь по крутой лестнице, создается полное ощущение того, что Будда смотрит именно на тебя. Поднявшись наверх, нужно посмотреть на него и загадать желание.



Ват Кхунарам пользуется невероятной популярностью у туристов и входит в программу любой обзорной экскурсии. Но подлинным сердцем и душой Самуи является статуя Большого Будды (Big Buddha), установленная на вершине одного из холмов на севере острова. Это поистине исполинское сооружение призвано отразить всю степень благоговения тайцев перед верховным божеством. Величественная статуя Будды, восседающего в позе лотоса, устремляется вверх на 12 метров и вся покрыта слоем сусального золота. Эта статуя — вторая по величине в Сиамском заливе — была создана в 1972 году, чтобы оградить солнечный остров от напастей. Его жители свято верят, что пока стоит статуя, они находятся под защитой и покровительством Будды.

Площадка, где водружена статуя, окружена по периметру оградой, которая не только защищает от случайного падения, но и является сакральным сооружением. На ее столбах висят колокольчики, заставив звучать которые, можно избавиться от грехов и привлечь удачу.

Недалеко от Большого Будды раскинут храмовый комплекс Wat Plai Laem (Ват Плай Лаем) — он будет интересен любителям необычной архитектуры, ведь в нем смешались индийский, китайский и тайский стили. Центральная фигура комплекса — многорукая богиня Гуаньинь (Guanyin) — глубоко почитаемое божество Китая, богиня милосердия, защитница слабых, покровительница женской половины дома и женского начала. Величественная скульптура находится на островке посреди живописного озера, где плещется рыба и неспешно гребут черепахи.

Помимо храмов на карте острова довольно много других интересных мест: камни «Бабушка» и «Дедушка» (Hin Ta & Hin Yai), Магический сад Будды (Magic Garden), Парадиз парк (Paradise Park), рыбацкие деревушки — туристические и аутентичные... А еще есть прекрасные водопады, заброшенные отели, смотровые площадки, атмосферные кафе и рестораны с вкуснейшей едой, национальные парки невозможной красоты и неожиданные находки вроде ромоварни на юге острова.



Главное сокровище Самуи — роскошные пляжи и бирюзовое море



Маленькая, но уютная рыбацкая деревня, известная как Fisherman's Village, расположена возле пляжа Бопхут. Именно здесь находятся самые старые постройки острова, сохранившиеся со времен, когда Самуи еще не настиг туристический бум.

Ромоварней, к слову, владеют французы, которые привезли сюда необходимое оборудование из Франции и начали производство рома. Интересно, что напиток изготавливается из местного сахарного тростника по традиционным (и оригинальным) рецептам на французском аппарате. Приятно удивляет разнообразие ассортимента: классический, ананасовый, лимонный, кокосовый, банановый и др. Помимо того, что напитки можно продегустировать (осторожнее с алкоголем на жаре!) и купить в качестве сувенира, здесь демонстрируется кропотливый процесс производства рома.

Самуи привлекателен тем, что это райский уголок, сохранивший природные богатства, и вместе с тем предлагающий цивилизованный отдых. Наряду с дарами природы, продающимися прямо на улице — свежайшими фруктами, овощами, соками, морепродуктами — здесь и крупнейшие сети фаст-фуда вроде «Старбакса» и «Бургер-кинга», и торговые центры, и прекрасные супермаркеты с резонными ценами на все товары.

Но главное сокровище Самуи — это, конечно, пляжи. Они же — самое популярное развлечение у туристов: дискотеки на пляже, кафе на пляже, массаж на пляже... Самые популярные пляжи расположены на восточной стороне острова, а самые живописные — на западной. Есть пляжи с белоснежным мягким песком, а есть такие, где песок крупный, желто-коричневого оттенка. Есть пляжи малолюдные, дикие, а есть многолюдные, шумные — выбирайте те, что ближе по духу. Но главное, что дают пляжи после купания — возможность наблюдать за закатами невиданной красоты!..

Когда представляешь Самуи, воображение рисует уютные пляжи с белым песком, парящий над землей гамак, шелестящие пальмы и бирюзовое чистое море. Все это так, но это лишь малая часть того, что скрывает в себе этот остров. Чтобы открыть все его тайны, нужно приехать сюда полным детского любопытства, жадной отдыха, искренней симпатией к острову и его жителям, вот тогда он непременно ответит взаимностью, подарив сказочные впечатления на всю жизнь! //

Лой Кратонг

Где: по всему Таиланду
Когда: дата плавающая, приходится на ноябрьское полнолуние

В ноябре по всему Таиланду проходит удивительно красивый, добрый и романтичный праздник — Лой Кратонг. Это фестиваль, посвященный духу воды и света. «Лой» в переводе означает «плавать», а «кратонг» — «лодочка в форме лотоса».

Традиционно, для изготовления такой лодочки используются листья бананового дерева. Из них изготавливаются кратонги совершенно различных размеров и типов, порой больше напоминающие своим видом миниатюрные дворцы, настоящие произведения искусства тайского рукоделия. Внутри лодочки кладут монетки, цветы, локоны волос, ставят и зажигают свечи.

Наиболее роскошные кратонги выставляются на всеобщее обозрение в людных местах города, а те, что попроще, терпеливо ожидают своего часа дома.

Как и любой праздник, Лой Кратонг сопровождается весельем, вкусной едой и зрелищами. Около водоемов раскладываются яства, проводятся конкурсы красоты, устраиваются выставки самых красивых «лодочек».

Апогеем праздника становится спуск кратонгов на воду и запуск в небо фонариков «кхом лой». Миллионы огней освещают ночное пространство, создавая романтическую светлую атмосферу!



Вечеринка полнолуния (Full Moon Party)

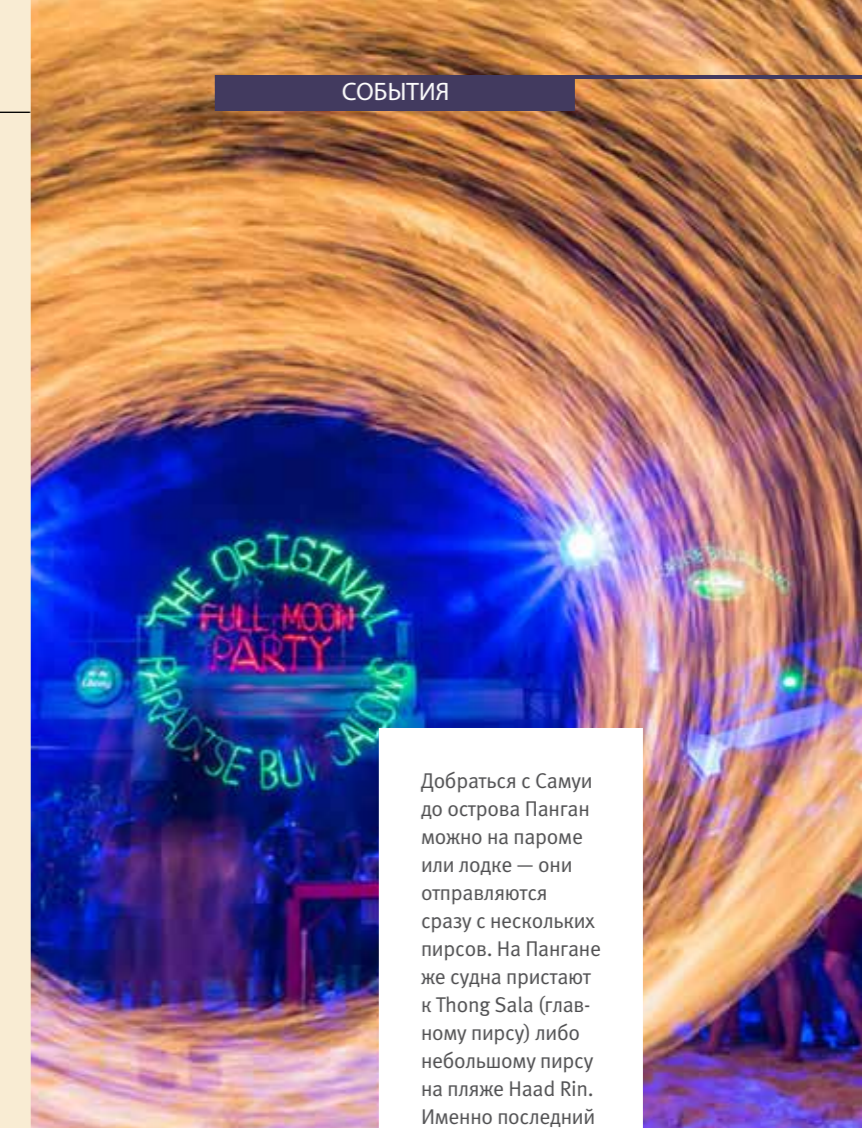
Где: остров Панган (Самуи)
Когда: каждый месяц в полнолуние

Остров Панган находится рядом с Самуи, поэтому дорога на пароме займет не больше 15 минут. Среди достопримечательностей острова — небольшие пляжи с белоснежным песком, уютные барчики, головокружительные пейзажи и, самое главное, луна, которая раз в месяц становится поводом для проведения сногшибательной вечеринки! Считается, что именно здесь она особенно красива.

На километровой полосе пляжа Хаад Рин собирается до 30 000 любителей веселья, встречающих восход полной луны. Они раскрашивают себя краской и с головой окунаются в «отрыв» под ритмы местных и международных ди-джеев, играющих все виды музыкальных направлений.

Кроме ди-джеев отдыхающих развлекают жонглеры и пожиратели огня, а импровизированные фейерверки усиливают атмосферу веселья и праздника.

После нескольких часов танца приятно отдохнуть, окунувшись в теплые воды Сиамского залива, посидеть с друзьями за столиками на пляже, заказать еду на вынос из ближайших ресторанчиков, а после продолжить веселье до самого рассвета!



Добраться с Самуи до острова Панган можно на пароме или лодке — они отправляются сразу с нескольких пирсов. На Пангане же судна пристают к Thong Sala (главному пирсу) либо небольшому пирсу на пляже Haad Rin. Именно последний подходит тем, кто планирует попасть на Full Moon Party.

Китайский Новый год

Где: по всему Таиланду
Когда: дата плавающая, приходится на конец января — начало февраля



В Таиланде и на Самуи, в частности, проживает очень много этнических китайцев, которые хоть и считают себя тайцами, но придерживаются китайских традиций. Одним из самых главных праздников в году для них является китайский Новый год, который широко отмечается по всей Азии.

Ежегодно китайский Новый год выпадает на разные даты и зависит от лунного календаря. Гуляния начинаются в первый день первого месяца по лунному календарю, а заканчиваются на 15-й день Праздником Фонарей.

На весь период празднования остров «одевается» в красный и оранжевый: повсеместно встречаются красные фонари, одежда, декор... Все дело в том, что этот цвет считается счастливым, приносящим богатство, счастье и долголетие. Повсюду взрываются петарды, гремит музыка, устраиваются шоу с шествием дракона, танцами льва, акробатическими номерами на ходулях и другими традиционными для Китая развлечениями. А с наступлением темноты, небо раскрашивается красочными фейерверками!

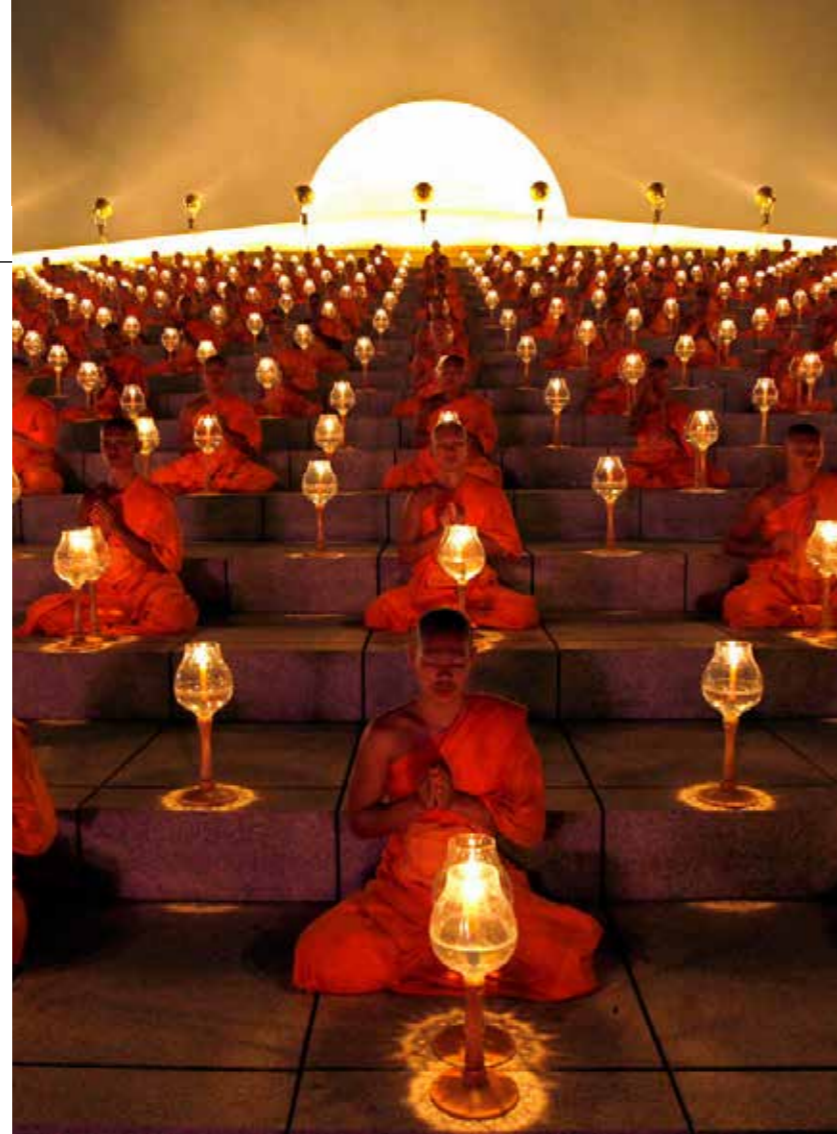


ФЕВРАЛЬ — МАРТ

Макха Буча

Где: по всему Таиланду
Когда: дата плавающая, приходится на полнолуние третьего лунного месяца

Макха Буча — один из важнейших праздников в буддизме и национальный праздник Таиланда, отмечаемый по всей стране. Это день признательности Будде за учение, данное людям. Праздник отмечается в честь события, когда 1250 учеников Будды без предварительной договоренности собрались вместе, чтобы почтить Будду. В тот день Будда произнес великую проповедь перед людьми, в числе которых был и правитель страны. В знак благодарности Будде он подарил братству буддийских монахов бамбуковую рощу, в которой позднее был основан первый буддийский монастырь. В этот день по всей стране проходят ритуалы, полные одухотворенности и красоты. Вечером люди собираются в главный храм на общую молитву. По ее окончании, статую Будды, специально украшенную к празднику, помещают на носилки и обходят с ней вокруг храма трижды. Шествующие держат в руках свечи, цветы лотоса и палочки с благовониями. Этот ритуал символизирует три основных принципа буддийской философии: непротивление злу насилием, культивирование добра и очищение разума.



День национального бокса Муай Тай

Где: по всему Таиланду
Когда: 17 марта

Боевое искусство Муай Тай, более известное в мире, как тайский бокс, для жителей королевства Таиланд — не просто спорт, а часть национальной культуры, с которой связано множество самых разнообразных национальных легенд и традиций. Название этого вида спорта в переводе означает «искусство восьми конечностей», что связано с тем, что удары наносятся с использованием восьми точек контакта, в отличие от двухконтактного западного бокса и четырехконтактных восточных боевых искусств. Изначально существовавший как своего рода «гладиаторский» спорт для элиты и правителей страны, тайский бокс дошел до наших дней почти без изменений.

В городах и деревнях, в «Ночь Муай Тай» можно увидеть бои на ринге, как среди любителей, так и среди профессионалов. Это не только шоу, но и действительно серьезные соревнования с денежными призами. Азартные тайцы участвуют в нелегальном тотализаторе, делают ставки на боксеров, на трибунах страсти кипят не меньше, чем на ринге. На радость тайцам иностранцы тоже принимают участие в схватках, и порой успешно.



АПРЕЛЬ

Сонгкран

Где: по всему Таиланду
Когда: 13-15 апреля

Сонгкран или Тайский Новый год — один из главных праздников Востока. Помимо Таиланда он широко празднуется в Бирме, Лаосе и Камбодже. Слово «Сонгкран» на санскрите дословно означает смену времен года.

Сонгкран — глубоко семейный праздник. Традиции его празднования отличаются от местности к местности, но объединяющим ритуалом является омовение водой. Местные жители верят, что с водой с человека смывается все плохое, что случилось с ним в прошлом году. Вода приносит благословение и удачу, которая будет сопутствовать весь будущий год. В дни празднования на улицы высыпает сотни местных жителей, которые с улыбками и смехом окатывают водой друг друга и случайных прохожих.

Не стоит негодовать, если в этот день на вас выльют ушат воды, таким образом, местные жители поздравляют вас с Новым годом и желают вам счастья! Если вы решите присоединиться к всеобщему веселью, нужно заранее позаботиться о сохранности чувствительной к воде техники, а то и вовсе оставить ее дома. Ну и главное, вооружитесь водными пистолетами, чтобы быть полноценным участником этого веселого торжества! Для тех, кто сторонится шумной толпы и уличных мероприятий, идеальным местом станет любая из многочисленных буддийских храмов. В эти дни там проходят невероятные по своей красоте ритуалы с омовением статуй Будды и подношениями верующих.



Буддийский феномен

Текст: Лилия Черная

Буддизм является одной из самых древних и влиятельных мировых религий. За две с половиной тысячи лет буддизм впитал в себя обряды и традиции различных народов. В настоящее время буддизм распространен в странах Южной, Юго-Восточной, Центральной Азии и Дальнего Востока и насчитывает сотни миллионов последователей. Давайте попытаемся рассмотреть природу и суть буддийского феномена и его культурно-психологический аспект.

Психология буддизма позволяет понять сущность гостеприимства и радушия тайцев, балинезийцев, китайцев и других народов, исповедующих буддизм, их неиссякаемый оптимизм и жизнелюбие, их счастливые улыбки и кротость, любовь ко всему живому и институт монашества...





Происхождение буддизма

Буддизм возник в середине первого тысячелетия до н.э. на территории Индии. Основателем учения считается Сиддхартха Гаутама, впоследствии ставший Буддой, что означает «просветленный». Сиддхартха Гаутама был принцем, и с детства отец оберегал его от всех негативных проявлений этого мира, построил для него три дворца, которые принцу запрещено было покидать. Принц имел все возможные богатства материального мира, жену и сына. Несмотря на это, он чувствовал, что конечной целью его жизни является что-то еще. В 29 лет он выбрался за пределы дворца и увидел четыре зрелища, которые потрясли его и изменили всю жизнь. Вначале он увидел дряхлого старика, затем человека, страдающего проказой, а следом и похоронную процессию. Так Гаутама узнал старость, болезнь и смерть — удел всех людей. Потом он увидел счастливого нищего странника, которому ничего не было нужно от жизни. Всё это потрясло царевича, заставило его задуматься о судьбах людей и осознать суровую реальность жизни: болезни, мучения, старение и смерть неизбежны, и ни богатства, ни знатное происхождение не могут защитить от них, и что путь самопознания — единственный путь для постижения причин страданий. Он тайно покинул дворец и семью, в 29 лет стал отшельни-

ком и попытался найти смысл жизни, отправившись на поиски путей избавления от страданий.

В результате глубоких размышлений, медитации и аскезы в 35 лет он стал Буддой — просветленным, пробужденным. После долгой практики он достиг Наивысшего Пробуждения (нирваны), осознав истинную природу и причину человеческих страданий и шаги, которые нужно предпринять для освобождения от них.

45 лет Будда проповедовал своё учение, которое кратко может быть сведено к учению о четырёх благородных истинах.

Учение Будды

Будда никогда не записывал свои мысли. Все его учение было систематизировано и записано на пальмовых листьях его учениками через 400 лет после его смерти, предположительно в 543 году до н.э. Буддийское учение называется Типитака или Три корзины, так как поучения складывались в три корзины в зависимости от темы. Типитака состоит из трех частей: Сутта-питака: Книга поучений, Виная-питака: Книга нравственных предписаний, Абхидхамма-питака: Книга психологии и философии.

Интересно, что книга была записана монахами в сезон дождей. Яркость учения Будды и его сила заключается в простых выражениях.

Первые последователи Будды собирались в период дождей в каком-нибудь уединенном месте и образовывали общину. Вступившие в нее обычно отказывались от какой-либо собственности, обривали голову, облачались в самую простую одежду, преимущественно желтого цвета, и имели при себе только необходимый минимум: три предмета одежды, бритву, иглу, пояс, сито для процеживания воды, зубочистку, чашку для подаяний. Переживая сезон дождей в пещере или заброшенном строении, они практиковались в самосовершенствовании и беседовали на благочестивые темы.



Он не применял стихов, призывая своих учеников излагать учение на разговорном языке. Имеются данные о путешествии Будды за пределы Индии, в Тибет и на Алтай. Сутью буддизма является духовный рост человека и избавление от страданий при достижении нирваны. «Существует страдание; существует причина страдания — желание; существует прекращение страдания — нирвана; существует путь, ведущий к прекращению страдания, — Восьмеричный Путь».

Буддийские учения (Дхарма) базируются на четырех основных истинах: Дуккха, или страдание, Самудая, или причина страдания, Ниродха, или прекращение страдания, Магга, или дорога к прекращению страдания. Все истины — это четыре этапа, проходимые на пути к нирване.

С точки зрения буддизма, страдание — это неудовлетворенность тем, что имеешь, невозможность достичь идеала. В этом плане страдание наполняет жизнь, то есть «все есть Дуккха». Человек не в силах изменить законы природы, но он может достичь согласия с самим собой. В буддизме страдание может быть не только физическое (рождение, болезни, старость, смерть), но и духовное, связанное с несовершенством человеческого бытия. У людей всегда существует дисгармония между желаемым и действительным. Человек может быть богатым, но больным, получать близких, здоровье не означает финансовое благополучие и так далее до бесконечности.



Причина страдания состоит в неудовлетворенности, то есть, неспособности получить желаемое. Мы жаждем богатства, получаем его, но понимаем, что достигнув своей цели, начинаем страстно желать чего-либо еще. Чем больше хочешь, тем больше разочаровываешься или пресыщаешься достигнутым. Родители счастливы родившемуся ребенку, но сразу же испытывают духовные муки от страха за будущее своего малыша.

В жизни нет ничего постоянного. То, к чему мы стремились всей душой, оказывается ненужным на следующем этапе. В результате мы испытываем разочарование — одну из разновидностей страдания с точки зрения буддизма. В этом смысле причина страдания — наши страсти, желания, стремления и мечты.

Чтобы избавиться от страданий, надо научиться наслаждаться тем, что имеешь и получать удовольствие просто от бытия. Прекращение страдания путем контроля над своими страстями и желаниями освобождает буддистов от пут и погружает в особое состояние, которое называется «нирваной». Это высшее блаженство, свободное от Дуккхи (страдания), слияние с божественным духом и всемирным «я». Человек перестает ощущать себя конкретной личностью и становится частью духовной и материальной Вселенной. К нирване можно прийти, если только проповедовать нравственность, дисциплину и мудрость, которые и составляют Восьмеричный путь. ►

Особого расцвета буддизм достиг во времена правления императора Ашоки (III в. до н.э.). Благодаря его стараниям буддизм стал официальной государственной идеологией и вышел за пределы Индии. Ашока много сделал для буддийской веры: воздвиг 84 тыс. ступ, отослал своего сына на Цейлон, где тот стал апостолом, обратив в буддизм многие тысячи людей и соорудив множество монастырей. При правлении Ашоки прошел третий собор в городе Паталипутра и был утвержден текст священных книг буддизма, а также принято решение о рассылке миссионеров во все концы страны.

Большое значение буддизм придает мысли, которая тесно связана с кармой, одним из центральных понятий.

Будда говорил: «Я не учу ничему другому, как только карме». Карма — следствие всего, совершенного человеком. Ответственность перед всем сущим и, прежде всего, перед самим собой. Будда утверждал, что из трех видов действий наиболее губительно не слово, не поступок, но мысль. Как только человек решает совершить зло, он уже виновен, даже если он это зло не совершал. «Главный элемент во всем есть мысль. Превыше всего — мысль, она есть энергия. Все совершается мыслью. Если человек говорит или действует со злобной мыслью, страдание сопутствует ему... Если человек говорит или действует с благою мыслью, счастье следует за ним...». Поэтому превыше всего — любовь ко всему живому, беспредельное сострадание, которыми должны быть наполнены мысли и поступки человека. Будда учил воспитывать в себе любовь, как поток доброты, излучаемый на все четыре стороны света.



Воспитание и семья в буддизме

Чтобы понять ментальность людей, живущих в буддийских странах, надо понять истоки воспитания детей в семьях, отношения между родителями и детьми.

Будда выделяет пять принципов воспитания детей: оберегать их от зла, обучать их творить добро, дать им образование, помочь им создать семью, передать им наследство, когда придет время. В этом смысле буддизм схож с основными постулатами других мировых учений. Согласно буддизму, в детях надо воспитать любовь и почтение к родителям, хранение семейных традиций, любовь и уважение ко всему живому, трудолюбие, достоинство. Также дети отдают долг своим родителям, когда рожают и воспитывают своих детей.

На сегодняшний момент в буддийских семьях, как и в большинстве других религий, дети воспитываются на примере поведения своих родителей. Мать и отец формируют в ребенке любовь ко всему живому и учат закону кармы, причины и следствия. Наши поступки определяют наше будущее. По закону кармы ребенок понимает, что любой его поступок вернется к нему в дальнейшем. Буддийское воспитание выделяется большим миролюбием, так что пойманных насекомых не убивают, а выпускают на волю. Дети отвечают за свои поступки и осознают их.

Главным методом самосовершенствования в буддизме является медитация. Буддисты очень уравновешены и спокойны и передают эти качества своим детям.

Будда говорил, что дети никогда не смогут отплатить своим родителям за то, что те дали им жизнь, за всю любовь и доброту, которые те подарили им. Поэтому всю свою жизнь дети должны безмерно уважать и почитать родителей, даже если их личные качества не идеальны и они не исполняют свои родительские обязанности, как следует.

Особого расцвета буддизм достиг во времена правления императора Ашоки (III в. до н.э.). Благодаря его стараниям буддизм стал официальной государственной идеологией и вышел за пределы Индии. Ашока много сделал для буддийской веры: воздвиг 84 тыс. ступ, отослал своего сына на Цейлон, где тот стал апостолом, обратив в буддизм многие тысячи людей и соорудив множество монастырей. При правлении Ашоки прошел третий собор в городе Паталипутра и был утвержден текст священных книг буддизма, а также принято решение о рассылке миссионеров во все концы страны.

Институт монашества

В отличие от других мировых религий, буддизм развивался, прежде всего, как монашеская традиция. По сегодняшний день монашество является центральным институтом и идеалом буддийской культуры. Жизнь монаха представляет собой повторение жизни самого Будды с отказом от удовольствий мирской жизни и принятием обета безбрачия. В монахи принимают даже детей с раннего детства. Будда дает много наставлений о жизни монаха и учит медитации, избавлению от страданий, любви ко всему живому.

Начало буддийскому монашеству было положено самим основателем буддизма — Буддой, жившим в V-IV веках до нашей эры. Многие в образе жизни буддийских монахов заимствовано у странствующих аскетов более ранних религий, некоторые из которых были учителями Будды.

Большинство буддийских монахов не являются отшельниками и селятся неподалёку от поселений мирян. Простые жители дарят монахам еду, одежду и другие необходимые вещи, а взамен получают наставление. Буддийские монахи и монахини обычно живут небольшими группами: например, учитель и его ученики или несколько монахов-друзей, путешествующих вместе. Они стараются обходиться необходимым минимумом вещей, пожертвованных им мирянами. Мирские буддисты кормят монахов и предоставляют им

укрытие, когда те в нём нуждаются.

Жизнь буддийских монахов подчинена сотням строгих правил, набор которых может отличаться в разных буддийских школах. При этом в буддизме нет всемирного управляющего центра религиозной власти, поэтому существует большое разнообразие и в понимании его философии, и в монашеской практике.

Распространение буддизма в современном мире

Буддизм с каждым годом становится все популярнее и завоевывает новые сердца. В сознании человека происходит радикальная перемена, так как буддизм иначе смотрит на жизнь и ее проявления. Он предусматривает духовные искания истины и единения с духовным началом, общим для всего сущего. Неудивительно, что многие актеры и писатели приходили к буддизму, пытались отыскать смысл бытия.

Будда говорил о том, что его учение не является догмой. Он пришел к своим умозаключениям самостоятельно, анализируя себя и свой жизненный путь, и предлагал подвергать сомнению и проверке все его слова. Именно это и делает буддийские учения такими притягательными в глазах последователей — свобода выбора и воли. На сегодняшний день численность буддистов в мире составляет примерно 500 миллионов человек. //



1. Самый большой враг в жизни человека: **ОН САМ.**
2. Самая большая глупость в жизни человека: **ЛОЖЬ.**
3. Самое большое поражение в жизни человека: **НАДМЕННОСТЬ.**
4. Самая большая печаль в жизни человека: **ЗАВИСТЬ.**
5. Самая большая ошибка в жизни человека: **ПОТЕРЯТЬ САМОГО СЕБЯ.**
6. Самая большая вина в жизни человека: **НЕБЛАГОДАРНОСТЬ.**
7. Самое достойное сожаления в жизни человека: **УМАЛЕНИЕ СВОЕГО ДОСТОИНСТВА.**
8. Самое достойное восхищения в жизни человека: **ПОДНЯТЬСЯ ПОСЛЕ ПАДЕНИЯ.**
9. Самая большая утрата в жизни человека: **ПОТЕРЯ НАДЕЖДЫ.**
10. Самое большое достояние в жизни человека: **ЗДОРОВЬЕ И РАЗУМ.**
11. Самый большой долг в жизни человека: **ИСКРЕННИЕ ЧУВСТВА.**
12. Самый большой дар в жизни человека: **ВЕЛИКОДУШИЕ.**
13. Самый большой недостаток в жизни человека: **НЕПОНИМАНИЕ.**
14. Самое большое утешение в жизни человека: **ДОБРЫЕ ДЕЛА.**

Наличные или карта?

Текст: Алена Раковская

Отдых — вещь затратная, ведь поездка на море или за границу требует значительных финансовых расходов. Для каждого отдыхающего сумма отпускных рассчитывается в индивидуальном порядке, но у всех возникает один и тот же вопрос: в каком виде их лучше брать — на банковской карте или наличными? Особенно остро встает он при подготовке к заграничной поездке, когда появляется дополнительная проблема с конвертацией валюты.



Банковские карты имеют ряд важных преимуществ по сравнению с наличными. **Во-первых, это безопасно.** В поездке вам понадобится приличная сумма денег, а значит, существует риск потери или кражи. Если это произойдет с наличными, то шансы вернуть их невелики, в то время как банковскую карту можно в любой момент заблокировать.

Во-вторых, это удобно. Можно провозить неограниченную сумму без необходимости декларировать ее на таможне; не нужно беспокоиться о сохранности денег и искать обменные пункты с выгодным курсом. При оплате покупок картой

Системы Visa, MasterCard и др. часто размещают на своих сайтах информацию о промоакциях и скидках. Не поленитесь зарегистрироваться на них заранее, и вы сможете отдохнуть с большей выгодой!

вы потратите сумму, равную стоимости товара. Дополнительные расходы могут возникнуть разве что при конвертации валюты.

В-третьих, банковские карты позволяют покупать товары или оплачивать услуги на расстоянии. Например, приобрести билеты онлайн на самолет или поезд, арендовать машину.

В-четвертых, платить картой зачастую выгоднее, чем наличными. Многие банки имеют партнерские программы, по которым можно получать дополнительные скидки и бонусы в торговых сетях России и за рубежом. А при оплате кредитной картой с функцией «кэшбэк», вам будет возвращаться часть денег от покупки обратно на счет.

Если вы планируете посетить несколько стран с разными национальными валютами, то имеет смысл оформить мультивалютную кредитную карту, позволяющую сэкономить на конвертации. Не забывайте, что при снятии наличных через иностранный банкомат с вас будут взиматься комиссионные сборы, которые в итоге отразятся на общих расходах.

Банковской картой выгодно оплачивать крупные траты, но полностью отказываться от наличности тоже не стоит — только ее принимают везде и всегда. Она может понадобиться в любой момент для оплаты чаевых, такси, экскурсий, дискотек, покупок в сувенирных магазинчиках и на рынках. А если вы решите отправиться в путешествие по отдаленным уголкам страны, то без купюр в кошельке точно не обойтись! В небольших деревушках отыскать банкомат — задача, достойная супергероя.

Некоторую сумму денег обменяйте еще накануне поездки. Если валюта страны прибытия не пользуется популярностью в российских банках, то захватите с собой доллары или евро. Вы сможете легко обменять их на местные деньги практически в любой стране мира. А вот в страны ближнего зарубежья смело отправляйтесь с российскими рублями, обменять на месте отдыха — не проблема.

Будьте осторожны при обмене денег в обменных пунктах и у «менял». Кроме высокой комиссии, которую с вас возьмут за обмен, есть шанс попасться на удочку мошенников. Самый выгодный вариант — конвертировать деньги в обычном местном банке или обменном пункте подальше от мест скопления туристов. Если вы собираетесь потратить большую сумму наличных денег, то помните, что без декларирования можно вывезти из России не более \$10 000 наличными на человека, согласно действующему законодательству.

Еще один вариант перевозки денег — дорожный чек. Его можно считать самым надежным с точки зрения сохранности средств. Для того чтобы его обналичить, требуется воспроизвести подпись на глазах у сотрудников банка и предъ-



явить удостоверение личности, что усложняет его использование злоумышленниками. Утерянный или украденный чек легко поддается восстановлению. Минусом такого чека является некоторое неудобство в использовании. Сначала его нужно купить на родине в банке, потом озадачиться поиском места для обналичивания, с чем иногда возникают проблемы. Поэтому чеки рекомендуются использовать в качестве запасного варианта на случай непредвиденных обстоятельств либо на случай крупного приобретения. При обналичивании чека возможно удержание комиссии.

Эксперты утверждают, что за границу выгоднее взять наличные доллары или евро, а безопаснее — дорожные чеки, или пользоваться кредитной картой. Но выбор в пользу одного или другого способа остается за вами. Приятного отдыха и удачных покупок! //

Если вы планируете посетить несколько стран с разными национальными валютами, то имеет смысл оформить мультивалютную кредитную карту, позволяющую сэкономить на конвертации.

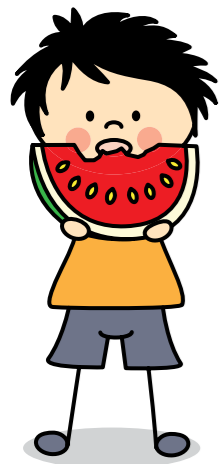


KIDS
menu

Как ВКУСН!

Текст: Лилия Вилитт

Планируя совместный отпуск с детьми, у родителей непременно возникнет вопрос, чем кормить их во время поездки. Вопрос еды для маленьких путешественников куда более серьезный, чем может показаться на первый взгляд.



По своей сути, дети — великие консерваторы, поэтому заставить их проглотить хоть кусочек чего-то нового, странно выглядящего, экзотического или сильно пахнущего — задача не из простых!

Для любого родителя не секрет, что голодный ребенок — это капризный ребенок, а капризный ребенок — это испорченный отдых. Поэтому мы дадим несколько простых советов, которые помогут предотвратить возможные неудобства, связанные с поведением маленьких приверед.

Не старайтесь в первый же день познакомить ребенка со всем разнообразием экзотических

блюд или фруктов. Дети гораздо медленнее привыкают к новому климату и питанию. Если вам не терпится предложить своему малышу что-то новое, диковинный фрукт, например, давайте его маленькими порциями и внимательно следите за реакцией организма.

Если же малыш, напротив, отказывается от любых местных блюд, потому что они кажутся ему странными и непривлекательными, закажите типичное «Детское меню» (Kids Menu), доступное практически в любом ресторане. При желании, можно найти аналоги еды, похожей на ту, к которой он привык. Гречневую или овсяную



Убедить попробовать что-то новое помогут веселые названия блюд, например, «Бургер Будда» (Buddha Burger) куда быстрее придется по вкусу маленьким путешественникам, чем что-то более замысловатое.



кашу вполне можно заменить на рисовую или кукурузную. Рисовая каша, которую варят в Азии на кокосовом молоке, по вкусу напоминает десерт. Однажды распробовав, ребенок больше не станет отказываться от этого вкусного лакомства. Куриные супы с вермишелью, супы с фрикадельками тоже довольно сильно распространены в азиатской кухне. Их единственным серьезным отличием является то, что в Азии эти супы готовят с огромным количеством приправ (имбирем, чесноком, карри, а также хлопьями перца чили). Чтобы не испортить обед, попросите не класть пряности, обычно местные повара понимают культурные различия и стараются угодить своим клиентам.

Практически с первого дня путешествия начните внушать ребенку мысль, что невозможно познакомиться с культурой другой страны, не попробовав блюд местной кухни. Отдайте предпочтение еде, которая выглядит красиво и просто.



Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок воспринял прием новой пищи, как забавную игру.



Совместное приготовление еды не только укрепляет семейные отношения и формирует положительное отношение к процессу готовки, но и позволяет детям увидеть, из чего создаются блюда.



Ребенок должен видеть, из чего она приготовлена. Многие родители знают: если приготовить салат из овощей, зелени, смеси масел и приправ, то ребенок откажется от него в 100% случаев, но если порезать огурец и помидор, выложить рядом сметану или соус, то хороший аппетит ребенку практически гарантирован! Поэтому избегайте сложных блюд — так вы избавите себя от лишних хлопот, да и ребенок будет доволен.

Какие еще существуют уловки? Мы спросили об этом путешественников со стажем и вот что они ответили. Разрежьте все на маленькие кусочки. Бутерброды, тосты, блинчики, сыр, фрукты смело режьте на треугольники, квадратики, кружочки, сердечки, звездочки и другие интересные формы. Затем стоит аппетитно разложить еду на тарелке, чтобы кусочки не касались друг друга (некоторым детям это очень не нравится), и **попросить у ребенка экспертную оценку от 1 до 10**, предварительно поставив свою. Так он воспримет прием пищи как забавный спор или игру. Причем, необязательно ставить 10 баллов (очень вкусно), можно поставить и оценку 1 (отвратительно), от чего ребенок может проявить еще большее любопытство к еде.

Также можно использовать **прием дефицита**. Ни для кого не секрет, что этот прием работает, когда вы ходите за покупками, вполне возможно, что он сработает и за обедом. Закажите какое-ни-

будь блюдо, отведав, расхвалите его, как следует, а когда ребенок заинтересуется и тоже захочет попробовать, произнесите фразу вроде: «извини, но здесь хватит только мне и папе!». Если тактика оказалась верной, у ребенка вспыхнет спортивный интерес, и он с энтузиазмом возьмется за ложку.

Не факт, что эти приемы будут всегда исправно работать. Комбинируйте их, придумывайте что-то свое. Главное, сформируйте правильное отношение к новой пище. Покажите своему ребенку положительный пример, учите его кушать красиво и не бояться пробовать новое. Попробуйте не раздражаться, когда ребенок упорствует в своем нежелании; не заставляйте его есть насильно, тем самым вы привьете ему негативные ассоциации, связанные с приемом пищи.

В качестве вкусного и полезного перекуса на помощь придут фруктовые соки и молочные смузи. Коктейли на основе молока, мороженого и фруктов можно приготовить самим или купить в специальных киосках, расположенных почти в любом торговом центре. Манго и папайя, гуава и маракуйя — такой фреш будет освежающим и полезным. Витамины обеспечивают здоровое течение всех процессов в организме, регулируют обмен веществ, помогают бороться с заболеваниями... Список выполняемых ими функций бесконечен. Приготовленный по всем правилам, напиток усвоится уже через 10-15 минут.

Следует учесть, что свежевыжатые соки для детей диетологи рекомендуют разводить водой, так как концентрированный сок может повлиять на слизистую желудка и зубную эмаль ввиду высокого содержания фруктовых кислот. Пить их нужно через соломинку небольшими глотками.

Делая коктейли самостоятельно, обязательно украшайте их: трубочки с гофрированными фруктами, зонтики, ягодки, листочки мяты, дольки фруктов... Красиво выглядит ободок стакана, украшенный сахаром или кокосовой стружкой. Для этого нужно смочить в соке или воде край стакана и обмакнуть его в сахар или кокосовую стружку, насыпанную на тарелку. Можно украсить коктейль шапкой из взбитых сливок, тертым шоколадом, какао, корицей и пр.

Вообще, замечательно, когда у семьи есть выбор — готовить во время отпуска самим или отправиться в ресторан. Преимущество Клубного Отдыха заключается именно в этом — вы можете проживать в апартаментах с кухней, готовить и подавать любимые блюда, не зная детских капризов. А можете отправиться в ближайшее кафе на пляже и под рокот волн насладиться деликатесами, которые так сложно отыскать на родине. //



А сейчас мы приведем несколько простых рецептов вкусных и полезных коктейлей, которые вы сможете приготовить самостоятельно. Надеемся, вашим детям понравится!

Коктейль «Банановая сказка»



Ингредиенты:

- 1 банан
- 0,5 стакана мультифруктового сока
- 1 столовая ложка малинового сиропа
- 100 гр. мороженого

Способ приготовления:

Растолочь банан или измельчить его в блендере. Затем вместе с бананом взбить сок и сироп. Мороженое выложить в бокал шариками и залить банановой смесью. Можно украсить взбитыми сливками.

Коктейль «Клубничный кот»



Ингредиенты:

- 1 стакан молока
- 100 гр. мороженого
- 2 столовых ложки какао
- 100 гр. клубники
- 1 столовая ложка сахарной пудры

Способ приготовления:

Все ингредиенты взбить в блендере. Можно украсить сверху порошком какао.

Коктейль «Солнышко»



Ингредиенты:

- 60 мл. ананасового сока
- 30 мл. бананового сока
- 0,5 банана

Способ приготовления:

В размятый вилкой банан добавить ананасовый и банановый соки. Хорошенько перемешать, перелить в бокал или стакан.



Райская терапия на острове Самуи

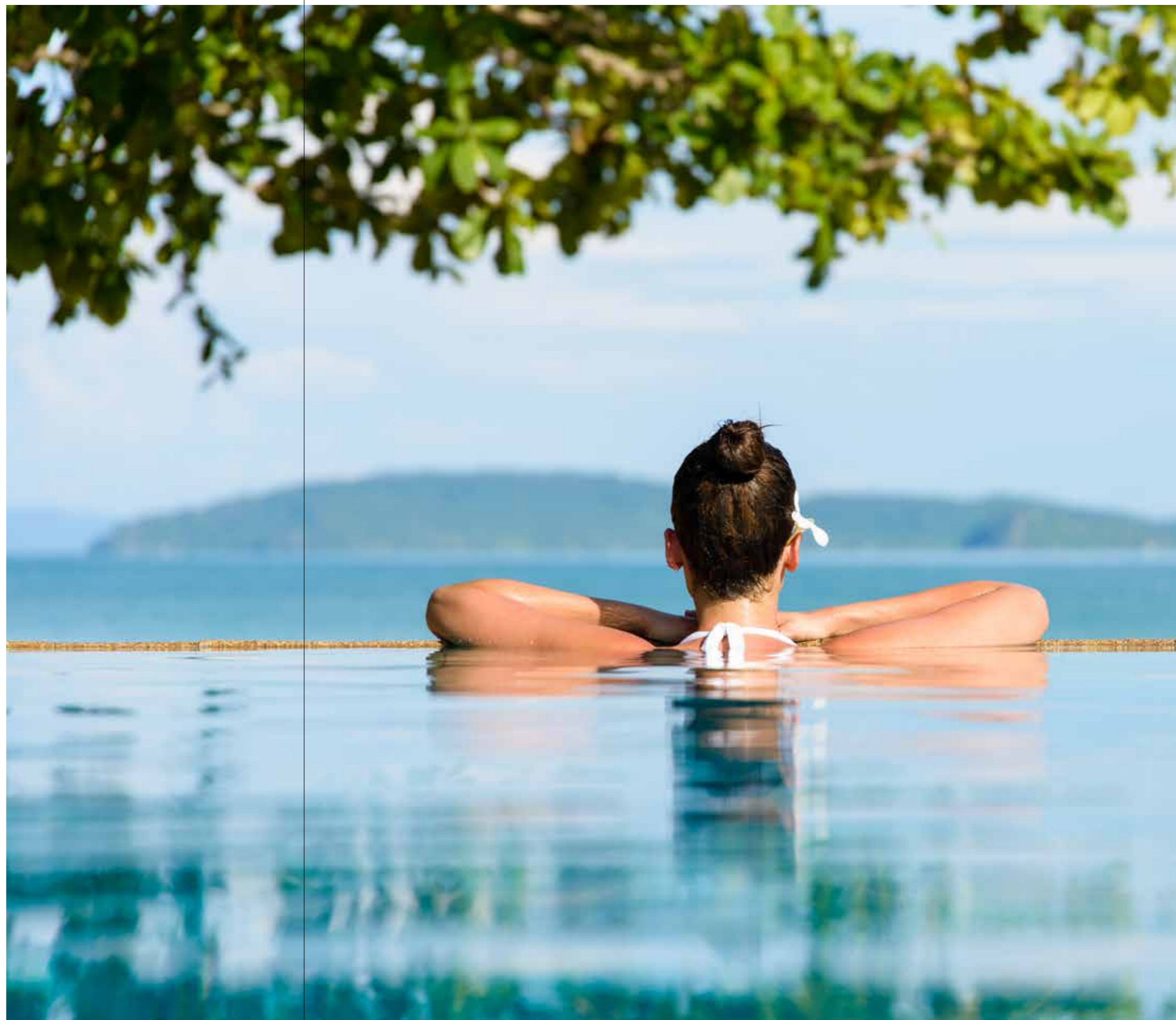
Текст: Лилия Черная

За последние тридцать лет Самуи, третий по размеру после Пхукета и Чанга остров, из отдалённого места, где когда-то проживали рыбаки и шумели кокосовые пальмы, превратился в пляжный курорт мирового класса. Комплексные лечебные спа-центры разбросаны по всему острову. Эти храмы оздоровления и релаксации специализируются на глубоком очищении, омолаживающей терапии, программах похудения и уникальных спа-процедурах.

Терапия массажем нацелена на полное оздоровление человека, изменение его физического, умственного, эмоционального состояния. В местных спа-салонах тайский массаж соседствует с продвинутыми западными техниками. Именно такое сочетание позволяет добиваться отличных результатов за короткие сроки.

Очистите и омолодите ваше тело и душу, посетив один из центров оздоровления на Самуи! Откройте для себя идеальное место на острове, где можно скрыться от безумного темпа современной жизни и расслабиться. Звуки умиротворяющей музыки, облако экзотических ароматов, мерцание свечей и удивительные ритуалы красоты и здоровья подарят вам минуты волшебства...

В Таиланде в течение последних пятнадцати лет наблюдается бум популярности спа-процедур. Но обратимся к истории. Самое раннее упоминание идет еще из Древней Греции: 4000 лет назад массаж был известен как лечебное средство в античных римских и греческих банях. Таиланд также имеет свою историю традиционного массажа. «Ват Пхо» в Бангкоке — наиболее уважаемая школа тайского массажа, которая известна во всем мире. Чтобы преподнести что-то особенное, специалисты спа-индустрии разрабатывают новые виды процедур с комбинацией высококачественных ингредиентов. В одних из них вас заворачивают в шоколад, в других вы принимаете ванну из молока, а в третьих вас «маринуют» в глине и растирают горячими камнями. Все эти знания, накопленные людьми за многовековую историю, являются культурной ценностью тайской культуры. ►





Программы очищения травами являются ключевыми в спа-центрах. Они базируются на безопасном восстановлении тела и сознания до естественного здорового состояния. Это достигается с помощью комбинаций лечения травами, гидроклонолтерапии, массажа, йоги, медитации, диетических вегетарианских программ на основе «живой еды», предлагающей вкусные блюда из свежих ингредиентов.

Побалуйте себя расслабляющими процедурами. Спа-центры предлагают пройти сеансы оздоровления, основанные на соединении восточных и западных методов лечения. Доступны простые процедуры или полный курс спа-терапии. Здесь представлены все виды традиционного тайского массажа, но также можно выбрать процедуры из широкого спектра других оздоровительных программ, включая рефлексотерапию, обертывания, массаж лица и аюрведический массаж.

Аюрведический массаж

Аюрведа, традиционная система древней индийской медицины, считалась универсальным источником всей жизни. Прана — одно из центральных понятий йоги, называемое «жизненной энергией» или «дыханием жизни», проходит через все живые формы. Йоги используют этот вид энергии в медитациях, физических упраж-

нениях и в массаже для достижения изменения сознания, исцеления и долголетия. На сегодняшний день аюрведа является древнейшей и наиболее глобальной медицинской системой на планете. Аюрведический массаж или «абхьянга» — это массаж всего тела с использованием лекарственных масел для достижения баланса и гармонизации организма. Аюрведический массаж в короткие сроки помогает телу избавиться от токсинов. В конце процедуры на лоб, в месте расположения «третьего глаза», льют теплое масло.

Эта система была разработана практиками аюрведы в индийской Керале для использования в «сукхачикитсе» — восстановительной терапии. Название помазания третьего глаза происходит от анскритского слова «ширас» («голова») и «дхара» («поток»). Ингредиенты и масла в широдхаре зависят от процедуры, обычно в состав входят масло, молоко, сыворотка, кокосовое молоко или вода. Способ широдхара применяют для лечения нервно-мышечных заболеваний, гипертонии, бессонницы, депрессии, тревоги и головных болей.

Обертывание из водорослей

С давних времен водоросли были одним из наилучших источников витаминов и минералов для человека. Хотя свежими они выглядят неаппетитно и имеют своеобразный запах, при пра-

ароматические масла выбирают в зависимости от «доши» — сложения тела человека и типа характера. Они содержат экстракты трав и другие ингредиенты для умиротворения несбалансированных энергий, которые на санскрите называются «вата», «питта» и «капха».



вильной обработке и приготовлении получаются довольно вкусные блюда, подтвержденные знатоками японской кухни. Морские водоросли богаты белками, витаминами, минералами и микроэлементами. Если сравнивать с наземными растениями, водоросли содержат в 10-20 раз больше вышеперечисленных компонентов. Эти преимущества делают их полезными не только в кулинарии, но и в спа-индустрии. На все тело наносят пасту из водорослей, так как они содержат фермент, выделяющий тепло. Этот эффект уменьшает целлюлит и подтягивает кожу. Чтобы достичь удачного результата, эту процедуру нужно повторять в течение нескольких недель в сочетании с диетой и физическими упражнениями.

Массаж горячими камнями

Этот вид терапии наряду с аюрведическим массажем стал известен человечеству еще тысячи лет назад. Древние целители в своих процедурах использовали не только руки, но и силу земли — травы, кристаллы и камни дополняли лечебный процесс. Камни из реки нагревались на углях либо в горячей воде, их размещали по центру вдоль всего тела. Горячие камни расслабляют мышцы, избавляют от боли и дискомфорта. Камни подогревают до температуры +50°C в горячей воде и затем применяют для лечения двумя способами.



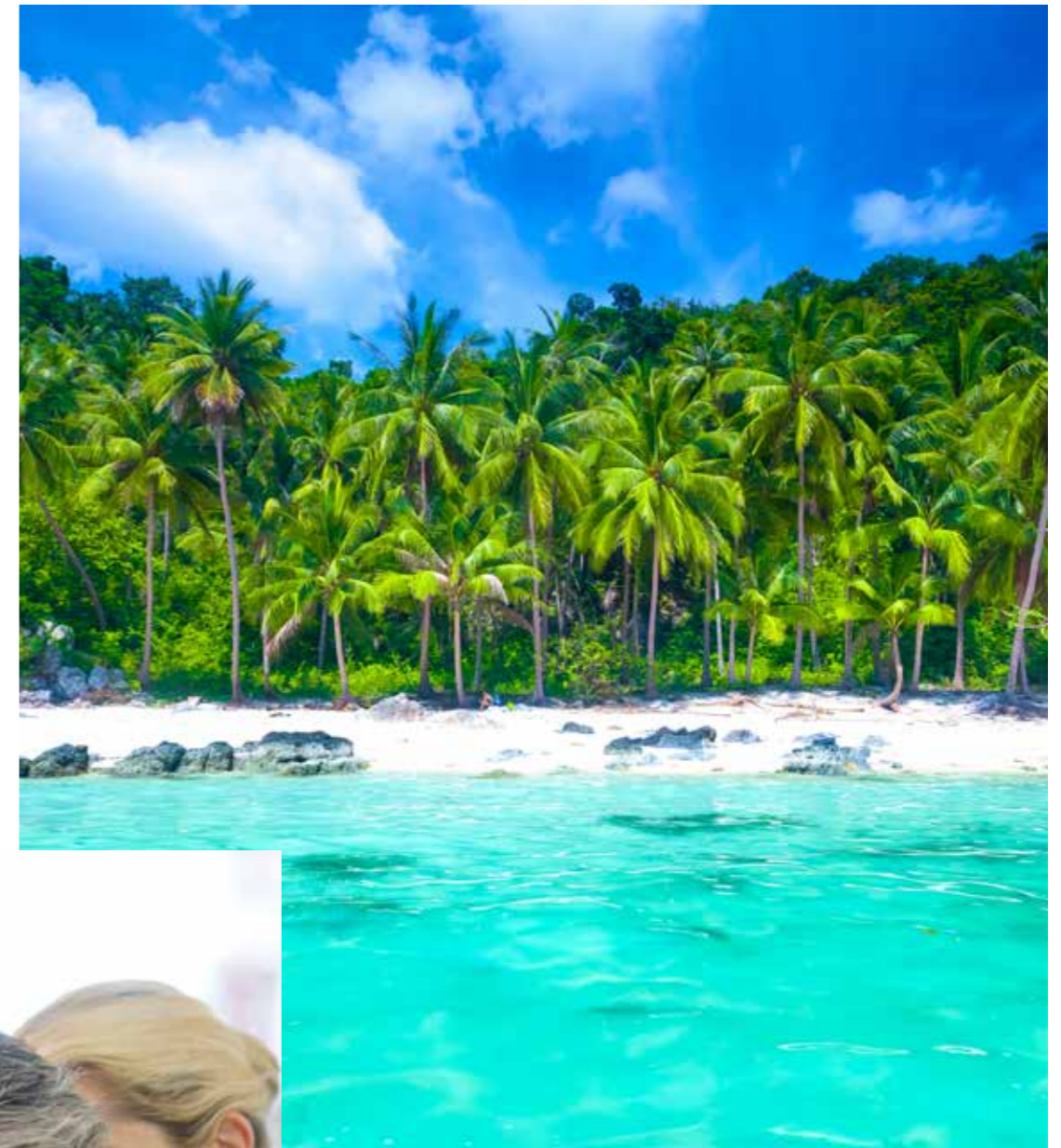
Одни камни размещают на верхней части спины, другие используют для массажа. С помощью массажа терапевт разминает мышцы, следит за температурой камней, заменяя остывшие горячими. Такая процедура подходит людям, которые страдают нарушением кровообращения, ознобами и мышечным перенапряжением. Жар горячих камней расслабляет мышцы, что позволяет делать массаж без дополнительных усилий.

Тайское обертывание с белой глиной

Тайская белая глина «Дин Со Понг» веками используется тайскими девушками для очищения и отбеливания кожи. Это не столько глина, сколько тонкий белый мелок, помогающий очистить кожу и поры, снять раздражение и воспаление. Свойства глины способствуют лечению сухости кожи и солнечных ожогов. Процедура начинается обтиранием горячим полотенцем, после чего на кожу наносится белая глина, тело оборачивается полотенцем и пленкой. Высыхая, глина питает, очищает кожу и восстанавливает ее эластичность. Обертывание длится 20-30 минут. По окончании процедуры для достижения наилучшего эффекта рекомендуется пройти массаж с ароматическими маслами. ►



Приготовление пасты — очень тщательная процедура. Глина просеивается вручную и высушивается на солнце. Полученный порошок смешивают с чистой водой или экстрактами трав и наносят на проблемные участки кожи.



Грязевые ванны

Целебные свойства грязи люди открыли для себя много лет назад. Еще древние римляне оценили по достоинству лечебную силу грязи, а в эпоху Ренессанса терапевты восхваляли ее преимущества. Научные исследования доказали, что грязь имеет эффективные противовоспалительные, абсорбирующие, восстанавливающие свойства. Полчаса в роскошной теплой ванне с лечебной грязью, благоухающей ароматами цветов, принесут телу пользу.

Процедуры с тайским рисом сорта «Жасмин»

Во многих странах мира рис сорта «Жасмин» или «Тхай Хом Мали» известен как «благоухающий» или «ароматный». Для выращивания этого сорта риса необходим жаркий и влажный климат, поэтому его выращивают в основном в Юго-Восточной Азии. Такой рис богат витаминами B1 и B2, никотиновой кислотой, железом, кальцием, фосфором, углеводами и белками. Современная наука подтверждает, что нанесенная на лицо и тело смесь из растертого риса очищает и восстанавливает кожу, выводя токсины. Процедура длится три часа и включает в себя очищение рисовым скрабом и освежающий массаж с ароматиче-

ским маслом. Опытный специалист посредством этих процедур избавляет от стресса и напряжения. Удивительно, но тропический аромат этого риса сохраняется в течение всего дня! Процедура заканчивается восстанавливающей маской для лица с экстрактами риса, жемчуга и женьшеня.

Шоколадное обертывание

Шоколад имеет сложную историю. Появившись в Центральной Америке, он играл важную роль в жизни и традициях цивилизаций майя и ацтеков, а какао-бобы использовали в качестве денег. После открытия Америки Христофором Колумбом в 1492 году, шоколад не произвел особого впечатления на европейцев. В 1579 году английские пираты сожгли бочку, полную ценных какао-бобов, думая, что это овечий помет. Прошло совсем немного времени, прежде чем шоколад начали ценить. В 1615 году он вошел в моду, когда Анна Австрийская, дочь Филиппа II из Испании, представила напиток своему новому мужу Луису XIII Французскому и его двору, как часть своего приданого. К середине века в Европе началась повальная шоколадомания, а все благодаря репутации афродизиака, которую сумело завоевать лакомство. С тех пор шоколад захватил весь мир и стал популярнейшим кондитерским изделием на планете. Для тех, кто любит шоколад, процедура шоколадного обертывания точно придется по вкусу!



Все начинается с обтирания горячим полотенцем, чтобы открыть поры, затем шоколад наносится толстым слоем и оборачивается полиэтиленом. После двадцати минут такой процедуры кожа становится гладкой, шелковистой и сияющей, т. к. шоколад обладает свойствами отшелушивания и увлажнения. В качестве бонуса — характерный аромат, который не пропадает в течение нескольких дней. Шоколадное обертывание спасает кожу и при солнечных ожогах.

Наслаждайтесь в течение дня солнечными ваннами на белоснежном песке и купанием в чистейших водах Сиамского залива, спа-процедурами или игрой в гольф. Пробуйте разнообразные шедевры аутентичной тайской кухни и тропические фрукты... Остров Самуи готов предоставить всевозможные развлечения для разнообразного отдыха своих гостей! //

Для терапии иного плана Самуи предлагает фантастические возможности: умиротворяющие пейзажи, кристально чистое море, райские пляжи, активный отдых, шопинг, насыщенную экскурсионную программу, бурную ночную жизнь...

Есть контакт!

Текст: Алена Раковская

Билеты куплены, чемоданы собраны и, наконец, вы отправляетесь в долгожданное путешествие. Но что вас ждет в незнакомой стране, если вы не имеете представления, как общаться с ее жителями? Можно ли путешествовать, не зная иностранного языка?



Далеко не все туристы говорят на языке страны назначения или на английском, но это не должно стать причиной отказа от увлекательной поездки.

Основную заботу о туристах берут на себя туроператоры или принимающая сторона, внедряя русскоговорящий персонал на популярных курортах. Они всегда помогут решить вопросы, требующие знания иностранного языка. А в критических ситуациях на русском языке вам смогут оказать помощь в посольстве вашей страны либо по телефону горячей линии для туристов.

Во многих ресторанах, отелях и музеях сейчас не редкость найти информацию на русском языке или персонал, который знает несколько

распространенных фраз на русском. Но удаляясь от исхоженных русскими туристами мест и отправляясь в самостоятельное путешествие, вы можете столкнуться с определенными трудностями общения. Планируя такую поездку, лучше подготовиться к ней заранее, чтобы не испытывать неудобств из-за незнания языка.

Лучшим вариантом будет записаться на разговорные языковые курсы либо найти репетитора, который в индивидуальном порядке сможет научить вас основам разговорного иностранного языка или хотя бы ряду элементарных фраз. Сегодня английский язык — это язык международного общения. Если вы им владеете, пусть даже не в совершенстве — замечательно!

Чтобы совместить приятное с полезным, можно взять с собой в поездку попутчика, который владеет английским языком или языком страны пребывания. Так вы приобретете не только переводчика, но и хорошую компанию, что сделает вашу поездку более насыщенной.



Не бойтесь и не стесняйтесь обращаться за помощью к прохожим, служащим в магазинах, полицейским, если это необходимо. Ищите в окружении тех, кто смог бы вам перевести. Как правило, люди охотно придут на помощь иностранцам.

По крайней мере, в отелях и на популярных курортах вас обязательно поймут.

Если нет времени или дополнительных денежных средств для изучения языка на курсах, то можно приобрести разговорник, найти нужные темы и выучить несколько несложных фраз. Так вам будет легче завоевать расположение местных жителей. Они оценят ваши усилия и охотнее попытаются вас понять. Запомните, как с вами здороваются, и повторите при случае. Разговорник или словарь лучше взять с собой. Если вы забудете нужную фразу или засомневаетесь в произношении, то сможете показать ее в книге, и ваш собеседник сам ее прочтет.

Также в поездке может пригодиться электронный переводчик, например, для перевода аннотаций, надписей, вывесок. Весьма полезными могут оказаться современные приложения для смартфонов с функцией синхронного перевода устной речи. Проблема с их использованием может возникнуть только в том случае, если для работы приложения необходим интернет, а доступа к нему у вас нет.

Даже в том случае, если у вас нет ни одного из вышеупомянутых «помощников», не стоит отчаиваться. Каждый современный человек обладает минимальным запасом слов, таких как: «банк», «кредит», «туалет», «аэропорт», «кофе», «меню», «отель», «ресторан» и т. д. Даже если вы будете произносить их фонетически неверно, иностранец уловит суть и поймет то, что вы хотите сказать.

Добиться понимания помогут мимика и жесты. С их помощью можно объяснить даже довольно сложные вещи. Главное, быть располагающим к общению. Не теряйте духа, даже если вас не понимают с первого раза. Попробуйте объяснить всеми доступными средствами, представляя на некоторое время, что вы играете в пантомиму. При использовании этого варианта главное, чтобы хорошо работала фантазия. Продумайте в голове ассоциации, чтобы лучше показать «на руках» то, что хотите сказать собеседнику. Если ничего не приходит в голову из слов, можно попытаться нарисовать это на бумаге. Также удобно на бумаге изображать цифровые значения. Чтобы торговаться на рынке используйте калькулятор или встроенную функцию в телефоне.

Язык мимики позволяет выразить практически все эмоции. Улыбка выражает радость, сдвинутые брови — серьезность, опущенные уголки губ — грусть, сморщенный нос — недоверие и пренебрежение и так далее. Но прежде, чем выражать свои эмоции жестами, необходимо ознакомиться с правилами этикета зарубежной страны. Следует помнить, что язык жестов — тот же язык, и он тоже может быть иностранным! Иногда привычные для нас жесты имеют противоположное значение в других уголках мира. Например, кивок головы может означать отрицание, а покачивание из стороны в сторону — согласие.

Некоторые жесты могут быть оскорбительными и вызывающими. V-образный знак пальцами во многих странах означает «победа» или цифру «2», но этот же жест в Великобритании, например, приобретает оскорбительное значение: «заткнись».

Сжатый кулак с поднятым вверх большим пальцем означает одобрение, любители путешествовать автостопом часто голосуют им на дороге. Однако в Таиланде он является знаком осуждения, а на Ближнем Востоке и в Западной Африке считается крайне оскорбительным жестом.

Кольцо, сложенное из большого и указательного пальцев — «о'кей», означающее в англоязычных странах «все в порядке!» или «правильно», во Франции и Германии означает «ноль» или «никчемный», а в Японии — «деньги». В некоторых странах Средиземноморья этот жест является намеком на гомосексуальность, а в Бразилии расценивается как оскорбление собеседника.

В мусульманских странах левая рука считается «нечистой», поэтому не стоит подавать ее для рукопожатия или вручать ею подарки, тем самым, вы можете серьезно оскорбить собеседника. В Азии вежливым считается дарение обеими руками, передача одной рукой означает пренебрежение.

Единственным универсальным жестом и средством расположения к себе остается открытая улыбка. Этот жест воспринимается положительно во всех странах мира! Путешествуйте с удовольствием, наслаждайтесь всеми прелестями отдыха за рубежом, и пусть язык не будет для вас помехой. Главное, желание путешествовать и быть открытым к общению, а способ найдется! //



Вокруг Самуи за дней

Текст: Александр Груздев



Вот и остались позади все волнения и переживания, связанные с предстоящей дорогой; мы еще слышим в салоне самолета слова благодарности от пилота за то, что воспользовались услугами авиакомпании, а сами уже с нетерпением смотрим в окно и поражаемся буйству природных красок. Наблюдаем за тем, как от «игрушечного» терминала аэропорта, с причудливыми крышами, в сторону лайнера направляется маленький, ярко расписанный, трамвайчик с открытыми вагончиками, готовый помочь нам сделать последний шаг к долгожданному отдыху!

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА РАЙСКИЙ ОСТРОВ САМУИ! НА УДИВИТЕЛЬНЫЙ ОСТРОВ, КОТОРЫЙ МОЖЕТ ЩЕДРО ОТБЛАГОДАРИТЬ ТЕХ, КТО ВЫБРАЛ ЕГО ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ОТДЫХА!

Мы знаем, что отпуск пролетает, как одно мгновение, поэтому, чтобы не упустить это волшебное время и успеть познакомиться с островом, мы рады предложить вам следующий план действий:

День первый: «Здравствуй, Самуи!»

Не теряйте время и сразу отправляйтесь осматривать окрестности! Неподалеку от курорта находится главная гордость Самуи — 12-метровая статуя Большого Будды (Big Buddha), сидящего в позе лотоса. Большой Будда расположился на вершине крохотного острова Фан, соединенного с Самуи узкой дамбой и проложенной по ней грунтовой дорогой. Статуя заметна уже на подлете к острову и является своеобразной визитной карточкой Самуи.

Для местных жителей статуя Большого Будды — самое почитаемое и священное место на острове. Стоит посетить и храмовый комплекс «Плай Лаем», раскинувшийся рядом, здесь можно

познакомиться с современной буддийской архитектурой, покормить голубей и карпов. Во время экскурсии вы услышите о местном укладе жизни и поведении людей. По пути вам встретятся фруктовые рынки с экзотическими фруктами, а в ресторанах и кафе вас с радостью угостят свежайшими морепродуктами.

Каждому, кто оставил дома ненастную погоду, мечтая о ярком солнце и ласковом море — не стоит откладывать встречу! Главное, не забудьте средство защиты от солнца. Вдоволь накупавшись в прозрачных водах Сиамского залива, самое время утолить жажду, выпив стакан свежевыжатого сока в любом из пляжных баров. С наступлением темноты приходит время для прогулки по Чавенг Роуд — одной из главных улиц острова. Погрузитесь в атмосферу шумной и яркой вечерней жизни Таиланда! ►





Во время поездки вам будет предложен легкий обед в тайском стиле, накрытый в уютном ресторанчике среди тропических джунглей.

День второй: «Знакомство с островом»

Убедиться в том, что Самуи — это действительно остров, поможет обзорная экскурсия! Красивейший остров со своими традициями, нравом, богатой историей, незабываемыми достопримечательностями и пляжами... Сказка, да и только. Если вы относите себя к людям «третьего возраста» или приехали на остров с грудным ребенком, рекомендуем выбрать поездку на небольшом автобусе с кондиционером. А если физически вас ничто не обременяет, то совершите ее на мощном открытом джипе, который позволит полностью слиться с атмосферой острова и ощутить восхити-

тельный драйв!

Приключения начнутся сразу! Вам предстоит увидеть много разных животных: совершить прогулку на слонах, покормить их бананами, поприсутствовать на шоу маленьких слонят, крокодилов и птиц. Вы увидите живописнейший водопад «Намуанг» и при желании искупаетесь в его прохладных водах.

На острове Самуи кокосы собирают обезьяны; вы познакомитесь с выпускниками «обезьяньей школы», которые продемонстрируют вам свое мастерство в сборе урожая. И обязательно попробуйте кокосовое молоко из свежесорванного плода, который вам протянет очаровательная обезьянка — вам понравится! По пути перед вашим взором проплывут плантации бананов, папайи, дуриана и других экзотических фруктов.

Смотровая площадка на одной из вершин острова откроет перед вами великолепные пейзажи. Углубившись в джунгли, вы попадете в магический сад Будды, в котором укрыты от постороннего взгляда каменные статуи. Попадая в это место, понимаешь, что на Самуи существует какая-то древняя магия, загадку которой разгадать не под силу.

После непродолжительного отдыха вы продолжите свое путешествие: посетите знаменитые камни «Бабушка» и «Дедушка», храм Ват Кхунарам — поистине волшебное место, известное тем, что все загаданное там всегда (или почти всегда) сбывается! Вы можете пообщаться с монахами-предсказателями и загадать свое заветное желание. Воспоминания об этой экскурсии останутся в ваших сердцах на долгие годы!!!



День третий: «Познай красоту водного мира и дикой природы»

В этот день совершите экскурсию в национальный морской заповедник Ангтонг (Ang Thong National Marine Park) — природное достояние Таиланда! После легкого завтрака на пирсе, вы удобно расположитесь на трехмоторном скоростном катере, поездка на котором поможет открыть очаровательный и богатый мир девственной природы. Первая остановка — остров Ко-Вай, где вам предстоит познакомиться с подводным миром Сиамского залива. Плавая с маской и трубкой (снорклинг), вы увидите разноцветных причудливых рыбок, которых можно покормить прямо с рук. Следующая остановка — остров Ко-Ватталап. Там, на прекрасном белоснежном пляже, вы проведете пару часов, в течение которых вас ждет незабываемое приключение — плавание на каяках вокруг острова с красивыми бухтами и гротами.

После обеда, состоящего из блюд тайской кухни, вам будет предоставлено свободное время. Проведите его, купаясь в бирюзовой воде и загорая на белоснежном песке под жарким солнцем.

Третья и последняя остановка ждет на острове Ко-Маеко. Там вы подниметесь на смотровую площадку, открывающую изумительный вид на весь Морской парк и священное Изумрудное озеро, окутанное завесой легенд и тайн. Поездка в Ангтонг — это незабываемые впечатления и масса положительных эмоций!

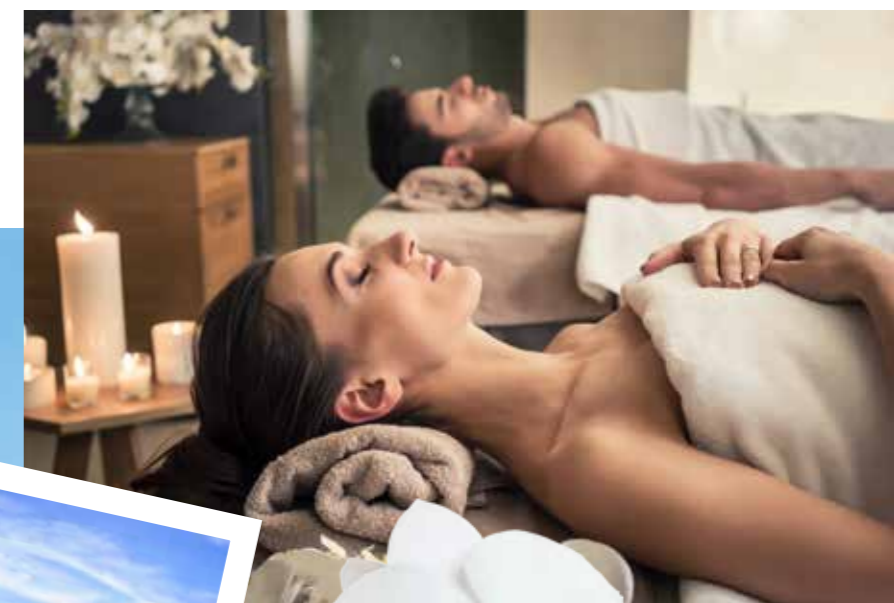
День четвертый: «Волшебный релакс»

Получив массу впечатлений в предыдущие дни, вам, скорее всего, захочется хорошенько расслабиться и обрести душевное спокойствие. Остров Самуи обладает репутацией прекрасного спа-курорта, известного далеко за пределами Таиланда своими спа-центрами и массажными салонами.

Местные спа-салоны предлагают отдых, сочетающий утонченный интерьер, красоту окружающей природы и широкий выбор спа-процедур: скрабы (из тамаринда, кофе, имбиря, красного вина, йогурта и ананаса, смеси экзотических фруктов, черного кунжута, лимонной травы); обертывания (из зеленого чая, тамаринда, тайских трав, марокканской красной глины и розеля, алое и огурца, пандануса); различные виды массажей (расслабляющий, традиционный тайский, горячими камнями, антицеллюлитный и т. д.); маски и массаж лица. Вы всегда можете выбрать для себя ряд комплексных оздоровительных программ, которые включают в себя посещение травяной сауны, джакузи, пилинги, массаж и очищающие маски. ►



Остров Самуи обладает репутацией прекрасного спа-курорта, известного далеко за пределами Таиланда своими спа-центрами и массажными салонами.





День пятый: «Джунгли зовут!»

Давайте соприкоснемся с природой и снова отправимся в джунгли. Нас ожидает зиплайн! Может быть, это не так страшно, как прыжок с парашютом, и не так познавательно, как погружение с аквалангом. Но! Где и когда еще будет возможность прокатиться с ветерком по натянутому канату над простирающимся под ногами тропическим лесом?! (Дыхание захватывает, безопасно, не требует специальной физической подготовки!).

Получив порцию адреналина и массу впечатлений, вы отправитесь в «Парк бабочек» и сделаете замечательные фотографии в этом прекрасном уголке тропической природы, где в цветах порхают сотни больших и маленьких бабочек. Остановка на небольшой ромовой фабрике с последующей дегустацией тайского рома добавит немного изюминки в эту экскурсию.

День шестой: «День тайских традиций»

Познаем секреты тайской кухни

Тайская кухня формировалась под постоянным влиянием китайской, португальской и индийской кухонь. Невозможно точно определить вкус тайских яств — он и острый, и сладкий, и кислый, и соленый, и горький одновременно! Этакий коктейль из пяти вкусов. Настоящее искусство и волшебство тайской кухни кроется в ее специях.

Чтобы понять и научиться разбираться в этих секретах, советуем посетить кулинарные курсы, где каждый желающий сможет усовершенствовать свои кулинарные навыки, овладеть приемами приготовления и оформления тайских блюд.

Каждому слушателю предоставляется фартук, собственная горелка на плите и посуда. В начале урока повар познакомит слушателей с основами тайской кухни и расскажет о специфике ее приготовления. Затем последует практическая часть занятия, во время которой ученикам предстоит собственноручно приготовить тайское блюдо под чутким руководством шеф-повара. После того как получившееся блюдо будет отведено, а результат беспристрастно оценен, вы сможете получить диплом и подарок на память!



Тайская кухня известна своей необычайной остротой, но мало кто знает, что перец чили, без которого не обходится почти ни одно блюдо, был завезен в Таиланд португальскими миссионерами.



Тайский бокс

На острове Самуи находится один из самых больших и популярных стадионов для тайского бокса в Таиланде — Чавенг Боксинг Стадиум (Chaweng Boxing Stadium). Здесь постоянно проводятся различные турниры, в которых участвуют бойцы из разных уголков планеты, в том числе из России, Казахстана и Украины. Не откажите себе в любопытстве, посетите бои знаменитого тайского бокса «муай-тай» в той самой стране, где он зародился, и где обладает невероятной популярностью!



Тайские танцы

Если вы не относите себя к любителям спорта, отправляйтесь на особый ужин, сопровождаемый театрализованным представлением и танцами в национальном стиле. Культура традиционного танца зародилась еще в ранних тайских государствах. Удивительно, но техника танца с тех пор практически не изменилась. Неопикуемой красоты костюмы из тайского шелка, расшитые разноцветными нитями, головные уборы, покрытые золотом с имитацией драгоценных камней, производят на зрителей неизгладимое впечатление! Посмотрев это необычное шоу, вы получите представление о культуре Таиланда.



День седьмой: «Вокруг острова под парусами»

Вот и пролетела неделя отпуска... И если у одних еще осталось время для новых экскурсий, походов на пляж и на массаж, то другие с грустью собирают чемодан. Однако перед отъездом проведите день на самом роскошном паруснике в Сиамском заливе!

Незабываемое путешествие под парусами надолго сохранит в вашей памяти всю прелесть тропического острова и восторг встречи с ним! В данной программе, рассчитанной на девять часов, вы обойдете вокруг острова Самуи, осмотрев по пути великолепные «Пять островов». Парусник сделает две остановки, во время которых вы сможете заняться снорклингом или расслабиться на прекрасных нетронутых пляжах. Во время круиза вас ждет вкусный обед и прохладительные напитки. Любители рыбалки смогут предаться своему увлечению — на паруснике имеются снасти и сидения для рыбаков.

Судно отходит и возвращается из замечательного места на острове — Рыбацкой деревни (Fisherman's Village), знаменитой своими ресторанами и еженедельными ярмарками. Вы можете вкусно поужинать, ведь в этом месте даже самый требовательный гурман найдет для себя ресторан по душе. И, конечно, купить на ярмарке что-нибудь ненужное — то, что будет напоминать вам об этом дне и незабываемом отдыхе на Самуи! //

Необычное парусное судно носит красноречивое название «Красный барон» (Red Baron) и является самым крупным парусником в Сиамском заливе. Судно располагает солнечной палубой с шезлонгами и столиками для коктейлей, обеденный зал под открытым небом, внутреннее помещение с красивыми деревянными столиками и удобными скамейками. В стоимость тура входит обед, свежие фрукты, прохладительные напитки, кофе и чай.



Топ-10 причин, по которым стоит выбрать экскурсии с Клубом Absolute

Текст: Марина Богатырева

ПРИЧИНА ПЕРВАЯ: ЭКСКУРСИИ ПРОВОДЯТСЯ НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ



Экскурсии стандартно проходят на европейских языках: английском, французском, испанском, немецком. Если в рекламе указан русский язык, то экскурсия априори будет стоить намного дороже. С чем это свя-

зано? Вероятно, с общепринятым шаблоном, суть которого сводится к следующему: русские готовы платить, а, кроме того, редко владеют каким-либо другим языком помимо родного. Так почему бы не воспользоваться этим?

В Клубе Absolute экскурсии по умолчанию проводятся на русском языке. Гиды, работающие в компании, отличаются высокой квалификацией и, как правило, годами живут за границей, зная о направлении абсолютно все. Качество подаваемой информации соответствует высоким ожиданиям отдыхающих, при этом, стоимость является средней по рынку.

ПРИЧИНА ВТОРАЯ: ТОЛЬКО ЛУЧШЕЕ!

Для того чтобы отдыхающие не теряли драгоценное время отдыха, Клуб аккумулировал в своей экскурсионной программе все самое лучшее, что только может предложить направление! Для выведения идеальной «формулы» потребовались годы работы, однако, результат того стоит! В процессе отладки, от одних маршрутов пришлось отказаться, другие, напротив, добавить. Зато сейчас, «откатав» полный пакет

Лучший способ провести время и поближе познакомиться с местом отдыха — отправиться на экскурсию, ведь все самое интересное начинается за пределами отеля! Прежде чем покупать туры в каком-либо другом месте, настоятельно рекомендуем ознакомиться с нашим материалом!



Общую информацию о направлении можно получить, отправившись на обзорную экскурсию. Во время нее экскурсанты посещают самые известные достопримечательности и совершают первое знакомство с местом отдыха.

экскурсий, Владельцы с уверенностью могут сказать: мы знаем об этом месте все самое интересное!



ПРИЧИНА ТРЕТЬЯ: РЕГУЛЯРНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ ЭКСКУРСИОННОЙ ПРОГРАММЫ

Этот момент важен для тех, кто любит приезжать из года в год на один и тот же курорт. Как ни удивительно, таких людей много! Специально для них Клуб старается регулярно добавлять в экскурсионную программу новые опции, поддерживая интерес к направлению и открывая его с новой стороны.



ПРИЧИНА ЧЕТВЕРТАЯ: ЭКСКЛЮЗИВНОСТЬ



Во время экскурсий отдыхающих сопровождают заботливые представители. Гид, в свою очередь, не просто дает полный объем информации о месте пребывания, а пропускает ее через призму личного восприятия: рассказывает о своем опыте, впечатлениях, делится уникальным взглядом на исторические события. Все это в сумме создает атмосферу эксклюзивности и комфорта.

ПРИЧИНА ПЯТАЯ: УДОБНЫЙ ТРАНСПОРТ

В отличие от экскурсионных бюро Клуб Absolute использует не автобусы, а минивэны. Это на порядок повышает комфортабельность поездки и добавляет экскурсии VIP-оттенок — за счет ограниченного количества мест в поездке одновременно могут принять участие не больше двух-трех семей. Это гарантирует ощущение приватности и внимательного отношения гида к каждому экскурсанту.



ПРИЧИНА ШЕСТАЯ: ЭКОНОМИЯ ВРЕМЕНИ

Поскольку экскурсии организуются исключительно для гостей и Владельцев Клуба, отдыхаю-

щим не придется тратить несколько часов на то, чтобы сначала забрать туристов из других отелей по пути, а затем дожидаться, пока их развезут обратно. Экскурсии стартуют прямо от курортов Absolute и заканчиваются там же. И никаких дополнительных задержек в дороге!

ПРИЧИНА СЕДЬМАЯ: СКИДКИ ДЛЯ ВЛАДЕЛЬЦЕВ КЛУБА

Известно, что наши соотечественники отличаются от граждан других стран искренним любопытством и жадой познания. Этот факт признается всеми, кто хоть раз сталкивался с отдыхающими из стран бывшего Союза. За время отпуска им хочется успеть объять необъятное: услышать, увидеть, попробовать и почувствовать как можно больше!



Принимая эту особенность во внимание, Клуб разработал на всех своих линиях систему скидок при покупке пакета всех экскурсий. В зависимости от направления, скидки Владельцам варьируются от 10 до 15%, что, в итоге, делает поездки более выгодными по стоимости.



Экскурсии от Клуба Absolute для тех, кто знает толк в путешествиях, любит комфорт, частную атмосферу и необычные впечатления!



Отдых не будет завершённым, если во время экскурсий отдыхающие не прикоснутся к местной культуре и гастрономии. Во время экскурсий с Клубом совершается остановка, для того чтобы отдыхающие могли передохнуть и пообедать. В ресторанах традиционно предлагается меню, включающее самые известные блюда местной кухни.

**ПРИЧИНА ВОСЬМАЯ:
ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
«ДИСКОНТНОЙ ПРОГРАММЫ»**



Владельцы и гости Клуба Absolute имеют уникальную возможность воспользоваться «Дисконтной программой» и получить дополнительные скидки и бонусы во время экскурсий. Например, бесплатный вход на концерт фламенко или посещение средневекового замка. Ни одно экскурсионное бюро не предлагает своим клиентам подобную услугу на безвозмездной основе! Оценить все возможности программы можно на сайте www.absolute-discount.com

**ПРИЧИНА ДЕВЯТАЯ:
ПОМОЩЬ В РЕШЕНИИ
ЧАСТНЫХ ВОПРОСОВ**

Бывает, что во время экскурсии случаются непредвиденные обстоятельства: потеря вещей, мелкие кражи, травмы — с каждым из них сотрудники Клуба детально разбираются и оказывают всестороннюю помощь. В подобных случаях с экскурсионным бюро пострадавшего в лучшем случае перенаправят либо в полицейский участок, либо в медпункт и на этом свою работу будут считать выполненной.



В экскурсии Клуба (в зависимости от направления) входит обед в ресторане, посещение музеев, храмовых комплексов, катание на слонах, квадроциклах, парусных катамаранах; прогулки на каноэ, снорклинг, рафтинг и т.д.



**ПРИЧИНА ДЕСЯТАЯ:
В КЛУБЕ ТУРИСТОВ ВСЕГДА
ДОЖИДАЮТСЯ!**



Известно, что «семеро одного не ждут». Пятиминутное опоздание — и автобус скрывается за поворотом, оставляя непунктуальных отдыхающих в полной растерянности. Понять ситуацию можно: автобус с несколькими десятками экскурсантов на борту не может бесконечно дожидаться на жаре пропадающую где-то парочку туристов.

В отличие от экскурсионных агентств, сотрудники Клуба не допускают того, чтобы отдыхающие заблудились, а значит, последние не опоздают. //



*Ваше самое
счастливое
время!*

**ЗАБРОНИРУЙТЕ
СВОЙ ОТДЫХ
СЕГОДНЯ!**



**БРОНИРОВАНИЕ
НА КУОРТЫ
КЛУБА ABSOLUTE
ВЛАДЕЛЬЦЕВ,
ПРОЖИВАЮЩИХ
НА ДАЛЬНЕМ ВОСТОКЕ**



**ПОМОЩЬ
В ПРИОБРЕТЕНИИ
ТРАНСПОРТНОГО ПАКЕТА
И ОФОРМЛЕНИИ ВИЗ**



**КОНСУЛЬТАТИВНЫЕ
УСЛУГИ И СПЕЦИАЛЬНЫЕ
ПРЕДЛОЖЕНИЯ
ДЛЯ ВЛАДЕЛЬЦЕВ
КЛУБА ABSOLUTE**



Дрим Холидейс
Приморье

«ДРИМ ХОЛИДЕЙС ПРИМОРЬЕ»
ул. Алеутская 11, офис 801/4, Владивосток
Тел.: +7 902 482 10 80, 8 (423) 249 63 94, 8 (423) 252 61 97
dreamholidays_book@clubabsolute.com

www.dreamholidays.ru

Если вы прилетели на Самуи, чтобы отыскать уголок нетронутой первозданной природы, место, которого не коснулась тяжелая поступь цивилизации, и найти то, что называется словом «рай», вам стоит посетить невероятное по красоте и впечатляемости место — Национальный морской парк Ангтонг (Ang Thong National Marine Park).

Ангтонг

ИЗУМРУДНОЕ ЧУДО ПРИРОДЫ

Текст: Татьяна Касимова

«Ангтонг» в переводе с тайского звучит как «золотая чаша». Статус национального парка он получил в 1980 году с тем, чтобы сохранить уникальную природу островов и великолепные коралловые рифы.



Изумрудная лагуна

Парк Ангтонг состоит из 42 экзотических островов разной величины — горных массивов известняка, с тропическими лесами, белоснежными пляжами и дикой природой. Некоторые из островов совсем крошечные, всего 15 метров в диаметре, другие достаточно массивны. На них можно высадиться и даже прогуляться по берегу или джунглям.

Во время плавания на каяках, открывается пейзаж, словно служащий декорацией к приключенческому фильму: огромные скалы, поднимающиеся из воды цвета аквамарина, маленькие живописные бухты, таинственные пещеры и тропические джунгли.

На одном из островов вы попадете в место, которое заставит вас поверить, что рай на земле существует — знаменитую «Изумрудную лагуну» — соленое озеро в самом центре острова. Глубиной до семи метров, оно отличается кристальной прозрачностью, богатым животным миром и изумительным цветом. Окруженное скалами, озеро кажется громадным драгоценным изумрудом, до которого так и хочется дотронуться. Считается, что именно оно было прародителем всех озер на земле, оттого и само место называется «Остров Мама».

Добраться до него — это целое приключение, ведь придется пробираться к проходу между скалами, проникать вслед за гидом в узкие расще-



лины, подниматься вверх, к обзорной площадке, и спускаться вниз, к небольшой деревянной платформе, откуда до озера всего два метра. С нее отлично видны и пещеры, и крупная рыба, то и дело гонящая мальков на мелководье. Побывав у «Изумрудной лагуны», отчетливо проскальзывает мысль: чудеса на Земле еще существуют!

На другом острове — Вуа-Талап вы посетите смотровую площадку с фантастическим видом на девственную природу необитаемых островов. Далее, в северной части парка проследуете на остров Вао-Яи, «остров драконов», удивительный по красоте островок, который очаровывает пляжами с неправдоподобно белым песком и

Того, кто решит заняться снорклингом (купанием с маской и ластами), ждут невероятные красоты подводного мира! Коралловые сады, пестрые экзотические рыбки, тунцы, морские черепахи — далеко не полный перечень того, что можно увидеть в местных водах.



Вид на пляж острова Вуа-Талап

водой цвета лазури. Здесь можно полюбоваться уникальным природным ландшафтом — живописными лагунами и каменными ущельями причудливой формы. Нырание с масками откроет секреты подводной флоры и фауны Сиамского залива.

На островах парка Ангтонг в изобилии водятся дикие животные: длиннохвостые обезьяны, выдры, морские орлы, пепельные дронги, черепахи, морские черепахи, ящерицы. В водах морского парка разводят короткотелую макрель, которая считается в Таиланде деликатесом.

Все острова парка необитаемы за исключением одного. На острове Пхалуай живут «морские цыгане», которые зарабатывают себе на жизнь рыбной ловлей. Остров Пхалуай выглядит как Самуи лет 30 назад, до первых туристов и застройщиков.

Ангтонг — одна из самых известных достопримечательностей юга Таиланда. Говорят, если вы не побывали здесь, значит, вы не видели ничего!

Мы приглашаем вас в незабываемое путешествие по островам Таиланда, которое даст вам некоторое представление о том, как выглядела планета до прихода цивилизации. Быть может, обзревая красивейшие острова и обворожительные виды с व्यюпоинтов, катаясь на каноэ и обедая на берегу чистейшего моря, вы скажете после: я побывал в раю! //



Очаровательные представители местной фауны — длиннохвостые обезьяны



Вид с самой высокой смотровой площадки острова Вуа-Талап

Буйство цвета

Текст: Евгения Скурлатова

Каждый раз, приезжая в сказочное королевство волнующих ароматов тропических цветов, морского бриза, фруктов, кухни и красочных пейзажей — Таиланд, можно бесконечно открывать что-то новое и совершенно непривычное для европейского жителя.





Если вы считаете, что тропические острова Пхукет и Самуи подходят исключительно для пляжного отдыха, со всей уверенностью заверим, что это не так! Здесь, в Таиланде, можно открыть обратную сторону путешествия — познание местной культуры, довольно странных, а от того притягательных традиций, суеверий и сокровенных знаний о буддизме и мироздании.

Если мы воспринимаем Европу как сокровищницу уникальных достопримечательностей, Мекку культуры и искусства; столп, на котором держится вся мировая цивилизация, то Азия остается нами по-прежнему недооцененной.

Взглянув на Таиланд глазами исследователя и первооткрывателя паназиатской культуры, можно сделать интересные, а порой и шокирующие открытия! Побродив по древним, как мир, буддийским храмам, вы ощутите глубокое спокойствие, умиротворение, отстраненность от мирской суеты. Непривычные ароматы, цвета и сама атмосфера буквально внушают мысль о том, что внешнее — преходящее и ничто по сравнению с великой Вселенной, гармонией природы и духа.

Таиланд — страна разнообразнейших оттенков, сливающихся в один пестрый ковер впечатлений. Грандиозная игра красок — лазурного неба, бирюзового моря, всех оттенков зеленого, синего, желтого, красного — создает ощущение бесконечной феерии! Такая богатая палитра не могла не сказаться на психологии тайцев, привив им деликатное и даже суеверное отношение к цвету.

Стоит сказать и несколько слов о цветах тайского флага — красном, белом, синем. Красный символизирует народ и землю, белый — религию Таиланда, а синий — монархию.

До недавнего времени в Таиланде никто и никогда не облачался в черный цвет, ведь он считался цветом горя и траура. Сегодня эта традиция порядком устарела. Черный стал модным среди молодежи, девушки с удовольствием стали носить короткие черные платья, а юноши — джинсы и футболки. В тайских барах, кафе, отелях можно повсеместно увидеть униформу черного цвета с логотипами заведений. Однако старое поколение по-прежнему придерживается традиций и не надевает одежду этого цвета без надобности.

Люди, долгое время проживающие в Таиланде, могут отметить особенность тайцев надевать по понедельникам одежду желтого цвета, а по пятницам — голубого. Удивительно, но в Королев-



стве Улыбок каждому дню недели присвоен свой собственный цвет. Понедельнику — желтый, вторнику — розовый, среде — зеленый, четвергу — оранжевый, пятнице — голубой, субботе — фиолетовый, а воскресенью — красный.

Тайцы верят, что если надеть одежду «правильного» цвета в определенный день недели, то это непременно принесет удачу. При случае обратите внимание: у многих служащих в Королевстве Улыбок к униформе корпоративного цвета прикреплена небольшая деталь — платок, галстук или другой аксессуар цвета удачи.

В каждой культуре существуют свои ассоциации, связанные с тем или иным с цветом. Если в Китае, например, красный цвет символизирует удачу, счастье, благополучие, то в Южной Африке это цвет траура, а в Таиланде — цвет воскресенья.

Желтый — цвет любви и духовности, цвет понедельника, цвет Его Величества Короля и цветков Кассии (Cassia Fistula) — символа Таиланда. Примечательно, что во многих скульптурных и живописных изображениях Будда предстает золотым. Золотой — это цвет нирваны и богатства, власти и бессмертия, истины и света.

Розовый — это символ свободы и цвет вторника, а также цвет принцессы, родившейся в этот день.

Зеленый — цвет среды, символ жизни, мира и надежды. А для тайцев китайского происхождения зеленый — это еще и символ богатства. Если вы когда-нибудь обращали внимание на местные амулеты — веревочки «сай син» (в переводе «святая нить»), повязанные на запястьях тайцев и фарангов, то наверняка заметили, что некоторые из них зеленого цвета. Говорят, они помогают привлечь удачу и деньги, а потому популярны в среде предпринимателей. Зеленая одежда, наде-

тая в среду, — к здоровью и долголетию.

Оранжевый — цвет четверга, а также официальный цвет буддизма. Это цвет смирения, отречения от всего мирского: похоти, тщеславия, ревности и других человеческих пороков. Одежду этого цвета традиционно носят буддийские монахи, удалившиеся от житейской суеты. В свое время в одежду этого цвета был облачен и Будда.

Голубой цвет — цвет матери, Ее Величества Королевы Таиланда. Символ неба и воды. Наравне с желтым, голубой считается официальным цветом страны.

Цвет субботы — фиолетовый. По традиции феншуй — это цвет богатства и защиты, сочувствия и сострадания, мистики и вдохновения.

Символика цвета — малая, но значительная часть тайской культуры. Символизм, религиозность, эзотерические знания, талисманы и приметы Таиланда до сих пор остаются загадкой для европейцев. Для того чтобы постичь закономерность и природу тайских традиций, необходимо научиться созерцать, искренне интересоваться происходящим и находить то, что привлекает в Таиланд исследователей со всего мира.

На сегодняшний день 94% населения Таиланда являются буддистами, неудивительно, что эту страну называют «Землей оранжевых одежд», ведь с первыми лучами солнца многочисленные буддийские монахи и послушники, облаченные в одежду оранжевого цвета, ручейками растекаются по улицам поселений. Это неизбежно напоминает о том, что буддизм является доминирующей силой в жизни тайских жителей. Из буддизма берет свои истоки культура, философия, искусство, мораль и нравы тайцев. Из буддизма происходит и самая загадочная история жизни — магия. Но это уже совсем другая история... //

Это нужно увидеть!

5 ВЕЩЕЙ, которые нужно сделать на Самуи

Текст: Татьяна Касимова

Пять чувств — это то, что дано природой человеку для познания мира: зрение, слух, обоняние, вкус, осязание... За зрение отвечают глаза, за слух — уши, за обоняние — нос, за вкус — язык, за осязание — кожа. Ежедневно напрягая органы чувств, мы не задумываемся об их исключительной важности. Может быть, это происходит от того, что в обычной жизни мы видим, слышим, чувствуем, осязаем и пробуем одно и то же?

Наши глаза привыкли к изображению, ежедневно транслируемому вокруг, наш слух адаптировался к шуму машин, включающемуся в 7.30, а вкусовые рецепторы давно забыли о том, что значит пробовать нечто новое. Но стоит покинуть пределы привычной картины мира и оказаться в невиданном прежде месте, как все меняется!.. Не удивительно, что после некоторых путешествий и пережитого опыта человек уже никогда не сможет быть прежним.

Посещение Таиланда в этом смысле похоже на шоковую терапию: по всем «каналам связи» человек, впервые попавший в Королевство Улыбок, получает заряд такой силы, что приходит в себя

затем очень долго. Его органы чувств работают на полную катушку, ежеминутно направляя в мозг все новые и новые «сводки». Изумляет все: ярчайшие краски невиданных доселе пейзажей, непривычные запахи, остро-пряная кухня, нежное прикосновение рук во время массажа...

Тех, кто не хочет свести посещение Таиланда сугубо к посещению достопримечательностей и пляжей, а планирует дать полноценную нагрузку своим давно нетренированным органам чувств, мы приглашаем в увлекательное путешествие по острову Самуи, после которого они смогут уверенно сказать, что впитали и поняли о нём главное.

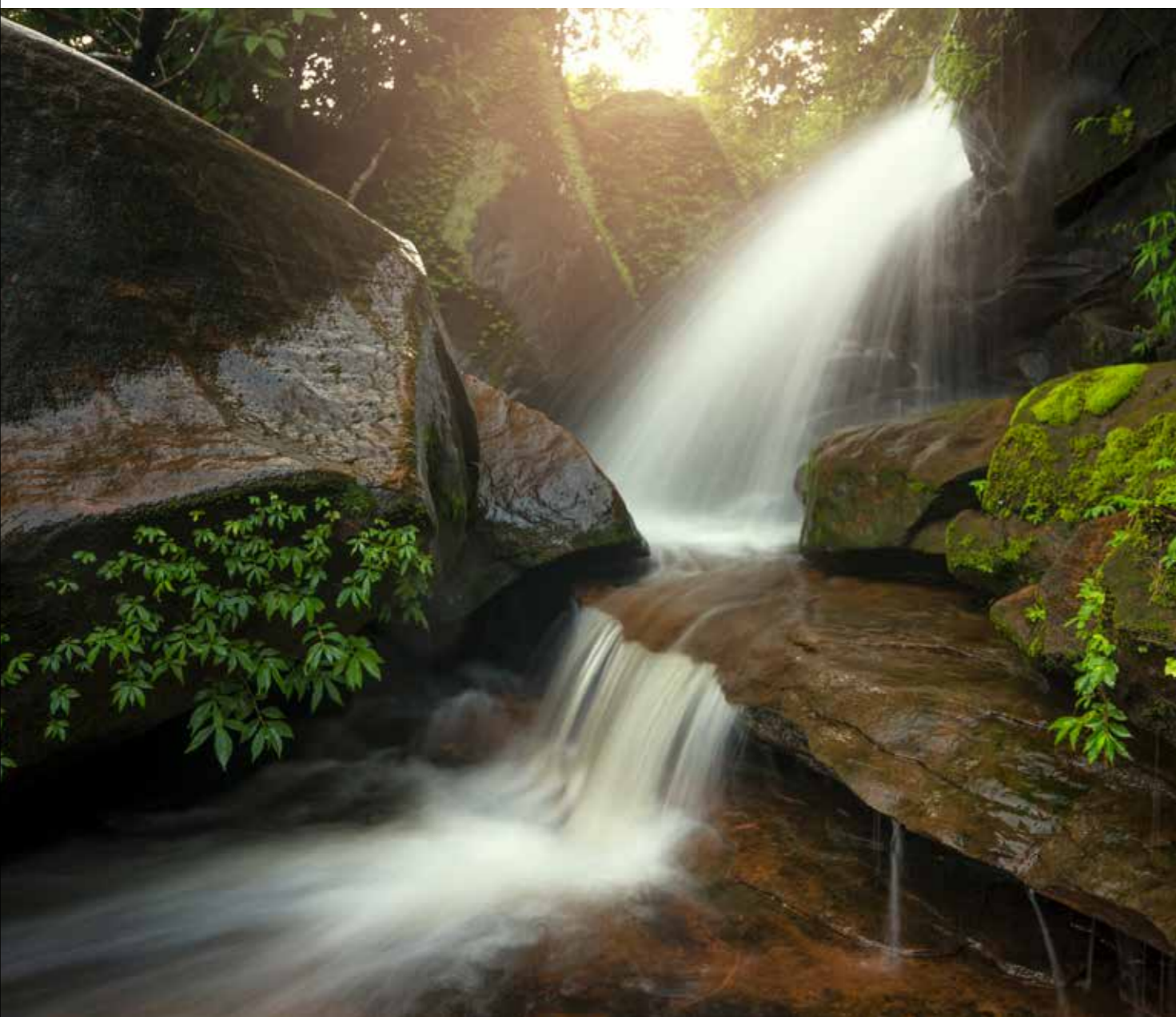


Зрение — одно из основных чувств, с помощью которого человек получает до 90% информации об окружающем мире. Оказавшись на Самуи, непременно стоит отправиться в национальный морской парк Анг Тонг, находящийся всего в часе езды от острова. Путешественников ждет наслаждение от лицезрения прекрасных пляжей, нетронутой природы, причудливой формы скал и таинственных пещер. Самым большим из 42 островов архипелага является остров Мае Ко. Его

Подводная жизнь парка способна поразить до глубины души: тут и кораллы, и стаи тропических рыбок, морские ежи, рыбы-попугаи, бабочки и другие обитатели глубин.

главная достопримечательность — горное озеро, называемое местными жителями «изумрудным внутренним морем» из-за насыщенного зеленого цвета и соленой воды, наполняющей его. Соленая вода в озере появляется от подводного сообщения с Сиамским заливом. Спрятанное в глубине пышных джунглей, озеро открывается путешественнику как сияющий в солнечных лучах драгоценный камень, от вида которого перехватывает дыхание. Ни с чем несравнимый опыт! ►

Это нужно услышать!



Слух можно назвать одним из самых первых сенсорных чувств, которое развивается и начинает функционировать задолго до рождения человека. Уже в утробе матери малыш ощущает вибрации голосов близких людей, воспринимает музыку, шум, ласковые тональности в голосе мамы. Рождаясь, маленький человечек содержит в памяти определенную систему звуков, на которые реагирует.

Как же звучит Самуи? Шумом прибоя, шелестом водопадов, счастливым смехом, голосами людей, назойливыми призывами посетить бои муай-тай,

Свое название — Bullfrog (лягушка-бык) земноводные получили благодаря гигантскому размеру и издаваемым позывным, напоминающим бычье мычание.

щебетом птиц? А может быть, всем сразу? Безусловно, самыми характерными звуками на острове являются звуки природы. Порой отдыхающие могут услышать звучание, похожее то ли на низкий скрип ворот, то ли на слабое мычание коров. Объяснение этим звукам простое — так голоса представители семейства лягушек Bullfrog (лягушка-бык). Иногда песнопения лягушек настолько настойчивы и занудны, что персоналу отелей приходится прибегать к негуманным методам для их устранения. Тем не менее, услышать мычание лягушек стоит, поскольку этот звук по-настоящему уникален.

Это нужно попробовать!



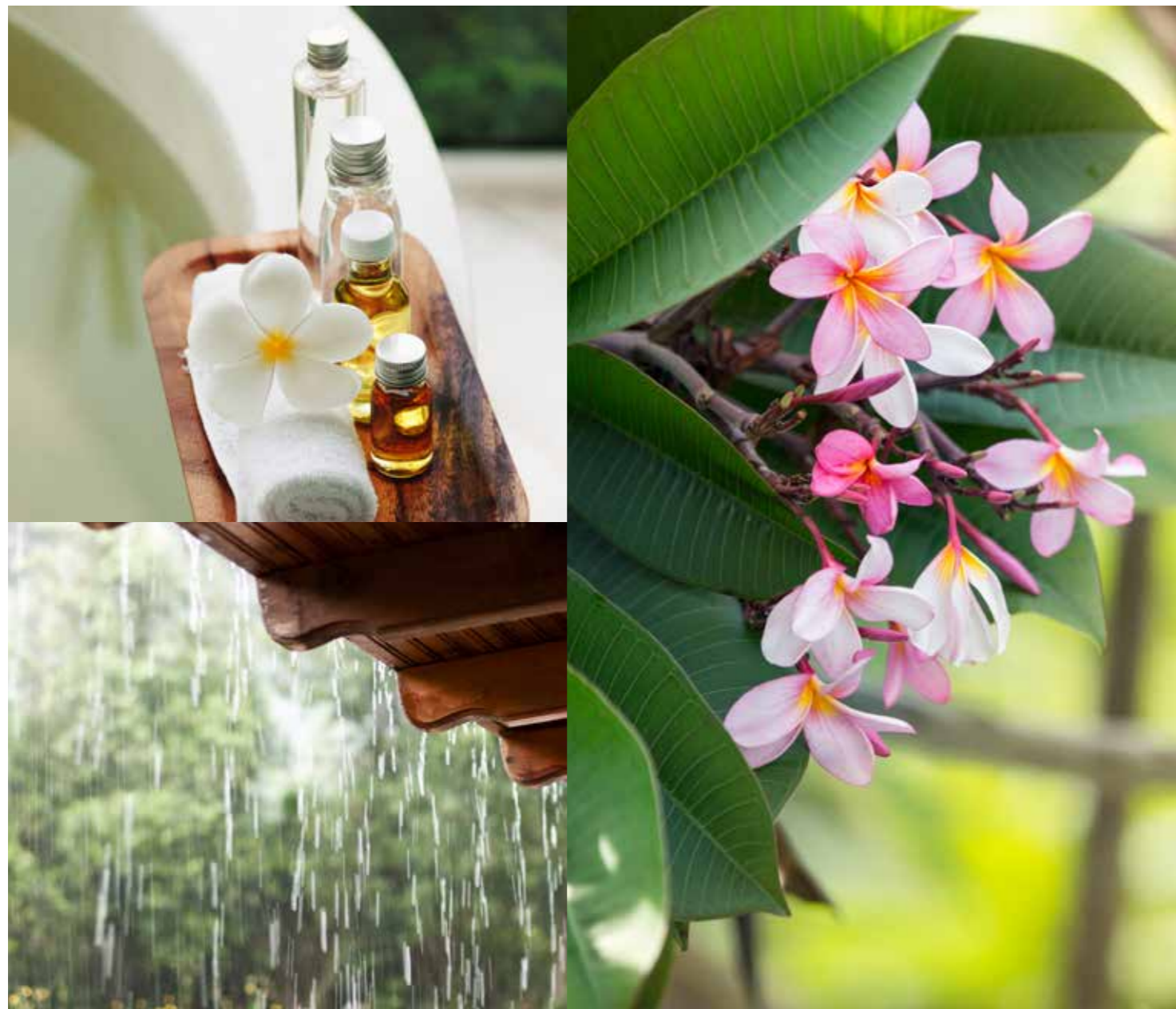
Вкусовые ощущения имеют заметное влияние на эмоциональное состояние человека, способны поднимать настроение или, напротив, портить его. Примечательно, что отношение к еде сытого и голодного сильно отличается — голодному обычная еда может показаться несказанно вкусной, в то время как сытый воспримет изысканные деликатесы как весьма посредственную пищу.

Тайская кухня, пожалуй, лучшее из того, что смогли придумать тайцы. А остров Самуи — один из главных гастрономических центров страны. Еда здесь — повальное увлечение! К тому же, на Самуи можно попробовать любые варианты локальной кухни: от северных регионов до южных. Диковинное сочетание сладкого, соленого, острого и кислого — основа тайской еды. Главное правило: все блюда

Другим фаворитом тайской кухни является Пад Тай, представляющий собой обжаренную рисовую лапшу с множеством дополнительных ингредиентов: креветками или курицей, ростками фасоли, зеленым луком, чесноком, перцем, рыбным соусом и др. На готовый Пад Тай выдавливают сок лайма и посыпают размельченным арахисом.

готовятся исключительно из свежих продуктов. Из огромного разнообразия блюд в Таиланде есть те, которые должен попробовать каждый! Главный хит тайского кулинарного искусства — суп Том Ям Кунг, приготовленный из креветок, грибов, помидоров и специй на кокосовом молоке.

Аксиома, которую стоит запомнить при посещении Самуи: самые вкусные аутентичные блюда часто подаются не в дорогих ресторанах, а в небольших кафешках, весьма непритязательных с виду. Распознать их очень просто — в таких местах наибольшее скопление людей из числа местного населения. Меню в таких местах либо нет совсем, либо оно состоит максимум из нескольких позиций. Зато каждая — шедевр! Помимо тайских забегаловок, на Самуи есть шикарные рестораны с великолепным выбором блюд, где можно усладить не только свои вкусовые, но и зрительные рецепторы. ►



Это нужно вдохнуть!

Обоняние не причисляют к важнейшим органам чувств, поскольку информация, получаемая в процессе обоняния, по сравнению с другими органами, представлена в небольшом объеме. Тем не менее, обоняние плотно связано с психологическим восприятием окружающей среды и считается самым загадочным и непредсказуемым органом чувств человека. Обоняние часто называют «чувством памяти», и, действительно, у каждого в тайничке памяти спрятана целая коллекция ароматов, способных в считанные секунды перенести к воспоминаниям о давно

Аромат плюмерии — самого популярного цветка Таиланда — невообразимо сладкий и чарующе свежий. Каждый сорт пахнет по-разному, объединяет их одно: аромат является натуральным афродизиак.

минувших днях. Какой же запах будет всегда напоминать о Самуи?

Выделить какой-то один невозможно, скорее, это целый коктейль, в котором удивительным образом смешались ароматы зелени, моря, влажной земли после тропического ливня, благоухание лемонграссы, ароматических масел и свеч... Одним словом, все то, что вызывает ассоциации с релаксом и безмятежным отдыхом. Что может быть романтичнее, чем стоять на террасе ночью, вдыхая ароматы тропического леса и моря, доносящиеся теплым ветром?..

Это нужно почувствовать!



Осязание складывается из целого комплекса сигналов, поступающих в головной мозг от нервных окончаний — рецепторов, расположенных по всему телу. Они воспринимают прикосновение и давление, температуру и боль, помогает определить форму предмета и характер поверхности. Рецепторы расположены на теле человека неравномерно — их наибольшее число сконцентрировано там, где чаще всего происходит соприкосновение с внешней средой: на кончиках пальцев и в области рта.

Расширить представление о разнообразии тактильных ощущений можно, если приобрести опыт в спа-центрах Самуи, известных разнообразными экзотическими процедурами. Классический тайский и аюрведический массаж, массаж горячими камнями и травяными мешочками, обертывание из водорослей и грязевые ванны, очищение рисо-

Каждая процедура подарит совершенно новый букет ощущений: давление, сжимание, поглаживание, вытягивание, закручивание, втирание, обливание, постукивание, сгибание, касание...

вым скрабом и травяные компрессы — перечислять их можно бесконечно! Большинство процедур можно попробовать исключительно в Таиланде, поскольку спа-центры используют местные продукты, прекрасно зарекомендовавшие себя в индустрии красоты: сандаловое масло, мангостин, лемонграсс, ароматическую морскую соль.

Одним словом, Самуи прекрасно подходит людям, заскучавшим по новым впечатлениям; людям, уставшим и обеспокоенным, уверенным, что ничто не сможет их больше удивить. Сюда не попадают случайно, а приезжают осознанно, с полным пониманием того, что может предложить этот уютный тропический оазис, укрывшийся в Сиамском заливе. //

Топ 10 блюд тайской кухни

Текст: Марина Богатырева

Том Ям Кунг

Суп Том Ям — это одно из самых популярных блюд в Таиланде, его любят как местные, так и приезжие. Это блюдо — не дешевая ловушка для туристов, а на самом деле часть тайской жизни. Том Ям значит «горячий кисло-острый суп», а кунг переводится как «креветки». Другие известные разновидности супа — это Том Ям Тхале (с морепродуктами), Том Ям Кай (с курицей), Том Ям Ка Му (на основе свиной рульки). Кислый вкус супу придает сок лайма, а сильнейшую остроту — тайская паста чили. Помимо чили, эта паста имеет в своем составе сушеные креветки, рыбный соус, чеснок, лук-шалот. Характерный насыщенный вкус, оранжевый цвет и аромат морепродуктов — все это заслуга пасты. Суп готовится как с использованием кокосового молока, так и без него. Европейцам полюбился именно первый вариант, поскольку кокосовое молоко делает суп более «мягким».

Сом Там

Сом Там — это, по всей видимости, один из краеугольных камней тайской кухни. Он представлен разными вариантами, но главными ингредиентами почти всегда будут тертая зеленая папайя с



Том Ям Кунг



Сом Там

Тхам Суа

Тхам Суа — это сложная вариация известного салата Сом Там, даже само слово «тхам суа» означает «салат из всего». Из чего же оно сделано? Итак, чтобы получился Тхам Суа, нужно взять папайю, бобы, мясо краба, ферментированную рыбу, огромное количество чили, лайм, рыбный соус и чеснок. Подается салат с рисовой лапшой.



Тхам Суа

Каном Джин

Это блюдо состоит из мягкой рисовой лапши, которую пропускают через кипяток, затем, на выбор клиента, к ней добавляют рыбные шарики с красным карри, пасту чили или курицу, приправленную зеленым карри. И обязательная составляющая — свежие овощи! Это хрустящее освежающее блюдо очень любимо тайцами.



Каном Джин

Хор Мок Талай

Хор Мок нельзя назвать оригинальным блюдом южного Таиланда. Его можно встретить и в центральном Таиланде, но аромат блюда, приготовленного на юге, будет гораздо сильнее, а вкус и текстура более мягкими. Хор Мок готовится из морепродуктов, кокосового молока, пасты чили, рыбы и некоторых других секретных ингредиентов, уложенных на листе банана и обработанных на пару или гриле.



Хор Мок Талай

Хао Сон

Этот суп с лапшой и карри появился в Таиланде благодаря влиянию мусульманской общины «Ланна», которая переехала из Китая в северные провинции Таиланда. Так как это мусульманская кухня, мясо в супе может быть любым, кроме свинины. В наши дни иногда встречаются и более оригинальные продукты, такие как рыба или тофу. ▶



Хао Сон

Као Мок Гай

Еще одно мусульманское блюдо в тайской кухне, представляющее собой рис, сваренный в курином бульоне с шафраном, куркумой, кардамоном и лавровым листом. Курица и рис имеют узнаваемый желтый цвет. Блюдо посыпают кинзой и жареным луком.



Као Мок Гай



Нам Прик

Дословный перевод нам прик — это вода (нам) и чили (прик). Как и предполагает название, главный ингредиент этого очень тайского блюда — чили, а также вареные или сырые овощи. Следующий важный компонент этого блюда — креветочная паста Ка-Пи, она обладает сильным запахом и является отличительной чертой всего блюда. Обычно сервируется с рисом, большим количеством овощей и иногда с вареным яйцом. Нам прик может показаться слишком пахучим для начинающих знакомиться с тайской кухней.



Нам Прик

Кай Манг Да Талай

Кай Манг Да Талай — это аутентичное тайское блюдо не для слабонервных, оно выглядит пугающе, обладает рыбным вкусом и немного жесткой консистенцией. Но подождите, это еще не все! Мечехвост — основа блюда — это членистоногое, которое обитает обычно на мягких песчаных грунтах океана, и в период нереста выходят на берега для спаривания. Мечехвосты имеют больше сходства с ракообразными, но принадлежат к подтипу хелицерных, а потому являются более близкими родственниками паукам и скорпионам!



Кай Манг Да Талай

Пох Таек

Дословно Пох Таек переводится как «сломанная корзина рыбака». Этот прозрачный суп может быть очень острым, так как в него добавляется свежий чили. Вкус чем-то похож на Том Ям, но добавление некоторых ароматных трав и ингредиентов добавляет этому блюду очень приятный и неповторимый запах. Вам не встретится это блюдо в большинстве туристических мест, поэтому если вы желаете его попробовать, придется поинтересоваться у местных жителей о локальных ресторанах, специализирующихся на морепродуктах. //



Пох Таек



Отдых
Со вкусом!

Добро пожаловать в мир отдыха и путешествий с компанией «Арго Тревел»!
С нами Вы откроете удивительные места и курорты, познакомитесь с новыми людьми и культурой, получите потрясающий опыт и расслабитесь на великолепных пляжах! Просто свяжитесь с нами и отправляйтесь в поездку! Приятного отдыха!



Хабаровск, ул. Ленина, 57 офис 436
тел. +7 (4212) 22 30 40, +7 914 196 84 01
Эл. почта: argo_booking@clubabsolute.com
www.argotravel.info

«Холидей энд Тревел Сервис»

В 2015 году Клуб Absolute заключил партнерское соглашение с туристической компанией «Холидей энд Тревел Сервис», присвоив ей статус Рекомендованного офиса.



Команда сотрудников «Холидей энд Тревел Сервис»

Несмотря на то, что «Холидей энд Тревел Сервис» является новым игроком на рынке туристических услуг, его сотрудники отлично знакомы Владельцам Клуба. По специальному предложению Absolute сотрудники «Роял Холидей» прошли аттестацию на соответствие квалификационным требованиям и практически в полном составе перешли в новую организацию — «Холидей энд Тревел Сервис».

Сегодня сотрудники «Холидей энд Тревел Сервис» продолжают обслуживать Владельцев

Absolute: помогают разместить на курортах Клуба, координируют, консультируют и предлагают все виды туристических услуг (визовую поддержку, страхование, приобретение транспортного пакета и т. д.).

Благодаря договорным обязательствам с одной из ведущих страховых фирм, «Альянсом» (бывшее «РОСНО»), операторами туристических услуг, состоящими в Едином Федеральном Реестре Туроператоров и юридической консультацией, «Холидей энд Тревел Сервис» предлагает



При планировании поездки очень важно обращаться к проверенным каналам с надежной репутацией, не гнаться за дешевизной и не скупиться на страховку, ведь от этого зависит не только будущий отдых, но и сохранность вложенных в него средств. С «Холидей энд Тревел Сервис» можно чувствовать себя в надежных руках профессионалов!



своим клиентам услуги самого высокого качества и полностью защищает их интересы. На все виды услуг с Владельцами Клуба заключаются Договора и подписываются акты о выполнении работ. Имеется возможность наличного и безналичного расчета.

Работа сотрудников «Холидей энд Тревел Сервис» строится на принципах уважения и индивидуального подхода к клиентам. Вне зависимости от того, где Владелец Absolute приобрел билеты — в офисе компании, на специализированном сайте или в кассе «Аэрофлота» — ему с радостью разъяснят все тонкости будущей поездки: как сориентироваться в аэропортах Пекина или Шанхая, следует ли забирать багаж в случае пересадки, сколько будет стоить трансфер до курорта и т.д.

«Мы всегда готовы подставить плечо, — говорит руководитель транспортного отдела «Холидей энд Тревел Сервис» Инна Билык, — нам нужно, чтобы клиенты благополучно доехали до курорта, а наша работа оставила у них самые теплые впечатления».

Что касается визовой поддержки, то ей занимается специалист транспортного отдела Татьяна Просветова, за годы работы которой Владельцы Absolute получили тысячи виз!

Во время поездки особенно важно ощущение безопасности, поэтому «Холидей энд Тревел Сервис» предлагает все виды туристического страхования: медицинское, от несчастного случая, страхование финансовых рисков, страхование багажа и др. Главная задача туристического страхования — сделать всё, чтобы пребывание



за рубежом было спокойным и комфортным. Помимо того что страхование обеспечивает личную и имущественную защиту, оно является одним из документов, необходимых для получения визы за рубеж.

Ценовая политика компании «Холидей энд Тревел Сервис» практически не отличается от аналогичного сервиса в других туристических фирмах. Однако ее удобство и преимущество перед конкурентами заключается не в стоимости услуг, а в комплексном подходе к обслуживанию Владельцев Absolute. Ведь здесь можно не только забронировать размещение, узнать об акциях и специальных предложениях Клуба, но и решить все вопросы, связанные с организацией поездки. Все это в сумме выгодно отличает «Холидей энд Тревел Сервис» и делает его незаменимым помощником для Владельцев Клуба.

И напоследок хотим напомнить: Absolute не имеет дочерних предприятий на территории стран СНГ. Обо всех подразделениях компании можно узнать на сайте www.absoluteworld.com. Главным партнером Клуба Absolute в странах СНГ является компания «Холидей энд тревел сервис», офис которой расположен по адресу: **Москва, ул. Садовая Кудринская, д. 11, офис 602.**

КОНТАКТЫ:

Телефон: +7 495 215 25 69

Факс: +7 499 795 71 33

Электронная почта: info@hts-info.com

www.hts-info.com

Holiday

& Travel Service



Полный пакет услуг для Владельцев Клуба Absolute!

01



Помощь в
планировании
поездки

02



Бронирование
на курорты
Absolute

03



Помощь в
оформлении
виз

04



Приобретение
транспортного
пакета

05



Консультации
по Владению
Absolute

ООО «ХОЛИДЕЙ ЭНД ТРЕВЕЛ СЕРВИС»

Москва, ул. Садовая Кудринская, д. 11, офис 602, телефон: +7 495 215 25 69,
факс: +7 499 795 71 33, info@holidaytravelservice.ru