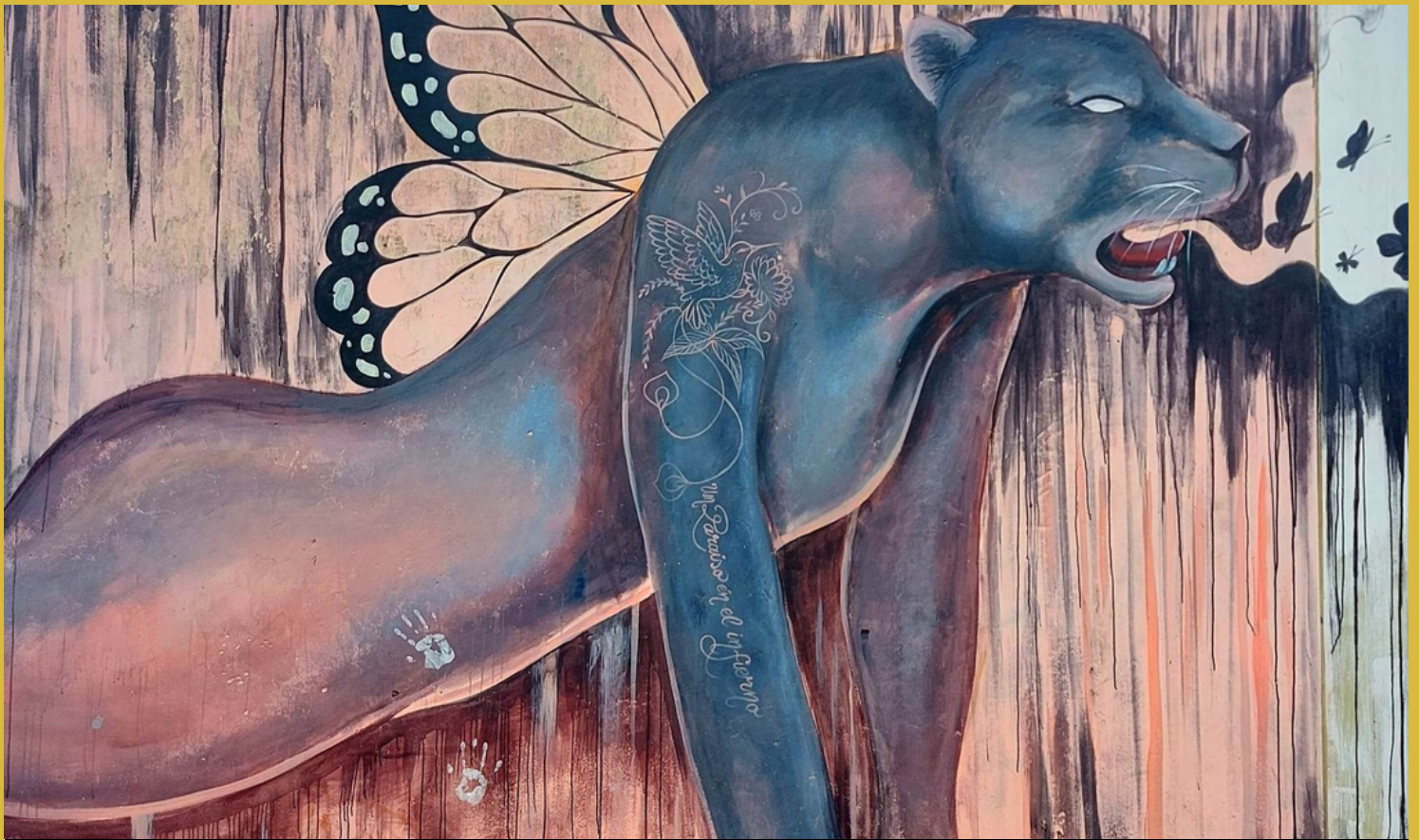


**JOGA ŻYCIA**



**WYPRAWA  
DO PERU**

**LISTOPAD 2024**



## UZDRAWIAJĄCA WYPRAWA DO PERU

**Zabieram Cię na uzdrawiającą, pełną mocy i duchowych przeżyć wyprawę do Peru.  
Dlaczego akurat Peru?**

Chciałbym się z Tobą podzielić moim własnym doświadczeniem z podróży do Peru, które odbyłem w marcu 2020, w lutym 2023 oraz listopada 2023, kiedy to zabrałem tam grupę. Te podróże okazały się jednym z moich najważniejszych doświadczeń duchowych, odkąd znalazłem się na własnej ścieżce rozwoju. Mam wrażenie, że tutaj odblokowała się energia, która mnie ścisnęła przez ostatnie 3 lata. To tutaj, w gęszy Amazońskiej dżungli, pod okiem Don Pedra uzdrawiałem własne ciało i duszę, by otrzymać mnóstwo wglądów i informacji dotyczących siebie i swojej własnej ścieżki rozwoju; to tutaj mogłem się spotkać z własnym cieniem i go uzdrowić.

Na trzeciej wyprawie z grupą pogłębiałem swoje wglądy z drugiej diety oraz mocno rezonowałem z tym, co się wydarzało u poszczególnych członków naszej ekipy. Miałem wrażenie, że wszystko się zwielokrotniało i miało swoje odbicia w każdym z nas.

WYPRAWA DO PERU

Tym wszystkim chciałbym się podzielić z Tobą i to mnie motywuje, by zorganizować kolejną - czwartą wyprawę do Peru do Świętej Doliny i na Macchu Picchu, oraz do serca Amazońskiej dżungli do pięknego uzdrowiciela - Curandero, z plemienia Szipibo - Don Pedra. Jest to oferta dla mężczyzn i kobiet gotowych na proces transformacji swojego życia. Szczególnie zachęcam kobiety do wzięcia udziału w wyprawie, gdyż na mojej drugiej wyprawie była też moja znajoma, która pięknie pracowała ze swoimi wyzwaniem i wróciła odmieniona, a z kolei na wyprawie z grupą mieliśmy 9 kobiet i 4 mężczyzn, i każda osoba wróciła odmieniona.

Zabieram na kolejną, trzecią wyprawę maksymalnie 15 osób, a ze mną opiekować się grupą będzie Wiso Ino - Czarny Jaguar - Ruben, mój przyjaciel, również Curandero, który od 10 lat uczy się pod okiem Don Pedra. Ruben włada biegle językami: hiszpańskim, szipibo, angielskim i polskim, gdyż urodził się w Polsce, jednak większość życia spędził w Peru - tam mieszka i rozwija sztukę uzdrawiania.

Nasza wyprawa będzie trwać około 21 dni, choć jeśli poczujesz, że chcesz zostać dłużej w Peru, to będziesz mógł już dalej sam kontynuować swoją podróż.

Pierwsza część naszej wyprawy czyli około 9 dni to część, w której pojedziemy do Świętej Doliny. Zaczniemy od Limy, gdzie się spotkamy i zbierzemy grupę po różnych lotach, następnego dnia polecimy do Cusco, by prosto z lotniska pojechać do Ollantaytambo, by uniknąć mocnych efektów choroby wysokogórskiej. Tam spędzimy noc, a stamtąd pojedziemy dalej w okolice Macchu Picchu. Zatrzymamy się w hotelu Mandor na 3 noce i sami się przekonacie, że warto, gdyż będziemy spać w górskiej jungli w klimatycznym miejscu. W czasie tych dni zobaczymy Macchu Picchu i Huayna Picchu (młoda góra), a w drodze powrotnej wypoczniemy w gorących źródłach Santa Teresa. Potem pojedziemy do Cusco na 3300 m.n.p.m. - pierwszej stolicy Imperium Inków, czyli Imperium całej południowej Ameryki tamtych czasów - Tawantinsuyu.

Cusco było stolicą tego imperium i Inkowie nazwali je pępkiem Świata. Z Cusco wybierzemy się do Sacsayhuaman, to są ruiny, które nie do końca zostały zbadane, jednak jest tam mocna energia. W Cusco jest rzeka Urubamba, święta rzeka Inków, która łączy plemię Szipibo z Inkami, Plemię Szipibo, z którego pochodzi Don Pedro, to dzięki niej lud Szipibo wymieniał się wiedzą z Inkami. Po części wyprawy związanej ze zwiedzaniem i aklimatyzacją w Peru polecimy do Pucallpy i stamtąd popłyniemy do dżungli do wioski Betania, gdzie przez 7 dni odbędziemy dietę z roślinami uzdrawiającymi pod opieką Don Pedra.

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## TERMIN

1-21.11.2024

liczba dni: 21 lub parę dni więcej, koszty obliczone są na 21 dni

## KOSZTY I PRZYKŁADOWE CENY

**Koszty lotów** - 6800 zł (sprawdzone ceny z wyprawy z 11.2023 roku)

loty z Polski i z powrotem, i 2 loty w Peru: Cusco i Pucallpa.

Każdy kupuje sam/a bilety lotnicze na wskazane przez nas loty lub a pośrednictwem wybranego przez nas biura

- około 5200 zł - samolot do Limy i z powrotem do Polski, bagaż rejestrowany 23 kg i podręczny 10 kg
- około 800 zł - samolot z Limy do Cusco i z powrotem, bagaż rejestrowany 23 kg i podręczny 10 kg
- około 800 zł - samolot z Limy do Pucallpy i z powrotem, bagaż rejestrowany 23 kg i podręczny 10 kg

**Koszty organizacyjne** - 7400 zł (hotele, transfery, opieka, noclegi, dieta) - płatne w złotówkach i dolarach w następującej kolejności:

- 1000 zł - pierwszy zadek przy zapisie (Gerard)
- 1800 zł - drugi zadek płatny do 05.2024 (Ruben)
- 4600 zł - płatne gotówką na miejscu w Peru (około 1200 dolarów)

**Wyżywienie i inne koszty, każdy pokrywa indywidualnie:**

Przykładowe koszty, 1 sol = 1,2 zł

- 100 soli - zakupy w Pucallpie na dietę
- 10 soli tuk tuk po Pucallpie - w zależności gdzie się udajesz
- 40 sole - śniadanie w Pucallpie np pyszne bowle typu europejskiego
- 10 soli śniadanie typu lokalnego w Cusco i w Pucallpie
- 20-30 soli obiad w lokalnej restauracji w Cusco
- 30-60 soli obiad w restauracji typu europejskiego w Cusco
- 23 sole - szejek energetyczny w cafe typu europejskiego
- 15 soli - kakao w cafe typu europejskiego
- 20 - 40 soli - ryba z grila z ryżem, danie obiadowe
- 2-4 sole - kokos
- 70 soli - bilet wstępu do Sacsayhuaman

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## Przykładowe wydatki uczestników wyprawy z 11.2023

na wyżywienie, zakupy i osobno na pamiątki/prezenty:

- 2000 soli i 1500 soli na rzeczy do sprzedaży
- 2000 soli i 600 soli na prezenty
- 3500 soli w tym też pamiątki i prezenty
- 3500 soli i 7500 soli na pamiątki i rzeczy do pracy ale ta osoba była 4 tygodnie w Peru w różnych miejscach
- 6 osoba - 4000 soli w tym prezenty

## NOCLEGI

- w Limie spotkamy się w hotelu (B&B/airbnb) z apartamentami, blisko lotniska, gdzie przenocujemy 1 noc
- w Ollantaytambo zatrzymamy się w przytulnym hotelu na jedną noc, pokoje dwuosobowe z łazienkami
- w okolicach Macchu Picchu zatrzymamy się na 3 noce w klimatycznym pensjonacie w dżungli, pokoje dwu- i trzyosobowe z łazienkami
- w Cusco zatrzymamy się na 3 noce w wygodnym hotelu, pokoje dwuosobowe z łazienkami
- w Pucallpie zatrzymamy się na dwie noce przed dietą i dwie noce po diecie w prostym pensjonacie, pokoje dwu- i trzyosobowe z łazienkami
- Betania - na diecie każda osoba będzie mieszkała w swoim osobistym, małym i bardzo prostym domku, wyposażonym w materac lub łóżko z moskitierą. Na miejscu nie ma zasięgu i internetu :).

Nazwy i adresy wszystkich hoteli zostaną podane uczestnikom wyprawy

## PRZELOTY

Jak zbierze się minimalna liczba osób - 10, to dam sygnał do kupienia biletów na określony samolot z Polski do Peru, z Limy do Cusco i do Pucallpy. Jeśli nie masz doświadczenia w kupowaniu biletów lotniczych, to wrzucę na grupie Whatsapp poleconą agencję, która za opłatą pomoże Ci kupić bilet lotniczy.

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## HARMONOGRAM WYPRAWY (RAMOWY)

- 1.11 przylot do Limy, spotkanie grupy, noc w hotelu
- 2.11 lot do Cusco i transfer oraz nocleg w Ollantaytambo
- 3.11 rano wolny czas w Ollantaytambo i transfer w okolice Macchu Picchu i nocleg w hotelu w dżungli
- 4.11 wejście na Macchu Picchu
- 5.11 eksplorowanie okolic Macchu Picchu
- 6.11 wyjazd do Santa Teresa, kąpiel w gorących termach, a następnie transfer i nocleg w Cusco
- 7.11 Saqsaywaman i nocleg w Cusco
- 8.11 Cusco zakupy + wycieczka do PISAQ i nocleg w Cusco
- 9.11 transfer z Cusco do Pucallpy
- 10.11 Pucallpa zakupy na dietę i chill
- 11.11 Betania - aklimatyzacja w Betanii (1 dzień)
- 12.12 Betania (2 dzień) - chill w dzień i ceremonia otwarcia
- 13.11-17.11 Betania (3-7 dzień) - dieta
- 18.11 Betania (8 dzień) - dieta i w nocy Arkana
- 19.11 powrót do Pucallpa i chill
- 20.11 dzień na zakupy w Pucallpa
- 21.11 powrót z Pucallpy do Limy i powrót do Europy

## PRZECIWSKAZANIA DO WYJAZDU

Osoby, które się leczą środkami antydepresyjnymi.

Osoby uzależnione od ciężkich narkotyków.

## DIETA

Dieta to potężny proces uzdrawiania i oczyszczania ciała fizycznego, ciała emocjonalnego i mentalnego, to kontakt ze swoją duszą, to proces wsłuchiwania się w siebie i bycia ze sobą, to proces w którym zapisuje się swoje sny i odkrywa się ich znaczenie. To proces, w którym Ty się uczysz od dietowanej rośliny (niehalucynogennej), podawanej przez Don Pedra, tak jak robili to curandero (uzdrowiciel) przez przez setki lat. Tylko wsłuchuj się uważnie.

Każda osoba będzie miała swój własny domek z bardzo prostą toaletą, domki są w otoczeniu dzikiej przyrody z mnóstwem ptaków i zwierząt, tutaj przyroda jest tak intensywna, jak nigdzie na świecie. Świerszcze, ptaki, jaszczurki, żaby, małpki, mrówki, legwany i mnóstwo innych stworzeń.

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## TWÓJ CZAS NA DIECIE

To jak zagospodarujesz swój dzień na diecie zależy od Ciebie. Najważniejsze punkty dnia to:

- o 18 kąpiel w ziołach, dająca ochronę diety,
- o 18:30 pije się zioło lecznicze - Tanti Rao, które będzie Ciebie uzdrawiać na wielu poziomach energetycznych, zioła przygotowuje Don Pedro, po wypiciu zioła wchodzi się w stan koncentracji i obserwacji.

Tanti Rao jest to pierwsza roślina, którą się dietuje, bo ona tworzy pokój w głowie, wycina chaos myśli i zmienia zachowania człowieka na pokojowe.

Na diecie osoba z rodziny Pedra będzie czuwała nad Waszymi potrzebami, przynosiła wam zioła i wodę na kąpiel.

Na diecie nie używa się żadnych kosmetyków, pasty do zębów, zamiast tego można myć zęby węglem, nie goli się, nie obcina włosów, bo na czas diety stajesz się małą rośliną, która dopiero zaczyna kiełkować, więc stwarza się odpowiednie warunki dla zmiany i transformacji.

## PROGRAM DIETY

7 dni - prowadzi Don Pedro

1 dzień - adaptacja w Betanii i zakwaterowanie

2 dzień - przygotowanie i ceremonia otwarcia z medycyną dżungli i jeden posiłek - ryż z soczewicą

Jeśli nie chcesz pić medycyny dżungli, nie musisz tego robić

3 dzień-7 dzień - dieta i czas odosobnienia w domkach

7 noc - ceremonia z medycyną dżungli i Arkana (ochrona diety)

8 dzień - wyjazd z Betanii.

Na wyprawie w listopadzie 2023 uczestnicy mieli 3 dni ścisłego postu tylko na wodzie, a w kolejne dni, otrzymywali jeden talerz dziennie ryżu z soczewicą.

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## POSIŁKI

W czasie lotów dobrze mieć coś swojego do przekąszenia. W Ollantaytambo i Cusco jest mnóstwo knajpek, restauracji i miejsc, gdzie można skosztować lokalnej kuchni, od tańszych po droższe, na pewno każdy znajdzie dla siebie coś odpowiedniego, a Ruben będzie nam polecał lokalne dania.

W okolicach Macchu Picchu w naszym hotelu serwują pyszne śniadania i obiady za przystępną cenę.

W Pucallpie mamy mnóstwo możliwości skosztowania lokalnej kuchni - przepysznej, od pysznych śniadań, typu jogurt z owocami lokalnymi, szejki owocowe i proteinowe, po miks kuchni chińskiej i peruwiańskiej. I osobiście dla mnie top to grillowane ryby z rzeki Ukajali z ryżem na obiad.

Na diecie - ryż z soczewicą

Za wyżywienie każdy płaci osobiście.

## ZAKUPY W PUCALLPIE NA DIETĘ (KAŻDY KUPUJE INDYWIDUALNIE)

- walutę wymieniamy (mała) na lotnisku w Limie oraz większość w Cusco, Ollantaytambo i w Pucallpie (kantor), tam też można wypłacić kasę z bankomatu (prowizja 6%) lub płacić kartą
- spirale na komary (3 opakowania na os.)
- mapacito koszt 25 soli za opakowanie 100 szt.
- woda San Mateo po butelce 7 l na os.
- papier toaletowy po 2 rolki na os.
- 3 zapalniczki na os.
- Mała butelka Aqua de Florida lub mała butelka Colonia de Ruda lub mała butelka Colonia de Rosas
- Warto rozmiąć trochę soli na drobne bo przydadzą się w Betanii na kokoski.



# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## ZAKUPY - CO WARTO PRZYWIEŹĆ Z PERU

W Cusco i Ollantaytambo znajdziecie mnóstwo pięknych rzeczy wykonanych ręcznie, zasobność portfela i plecaka będą jedynie Twoim ograniczeniem.

W Betanii i w Pucallpie to, co mnie przyciąga i to, co ja kupuję to rękodzieło Szipibo - przepięknie haftowane serwetki, obrusy, torebki itd., grzechotki, rzeźbione fajki, rytualny tytoń mapacho.

## WYZWANIA

Na jakie trudności możesz natrafić podczas wyprawy:

Sama dieta jest dla naprawdę odważnych, gdyż pijąc medycynę dżungli możesz się spotkać ze swoim cieniem i jeśli się go przestraszysz lub posłuchasz, głowa może Ci wówczas zgotować małe piekiełko. Jednak, jeśli tylko zaufasz sobie, z naszą pomocą przejdiesz przez ten proces transformacji, co jest kluczowe w uzdrawianiu na każdym poziomie.

Będziesz sam na sam ze sobą przez okres diety, a to prawdziwe wyzwanie dla niektórych :).

Post - jeśli twoje ciało jest zanieczyszczone, możesz odczuwać ból głowy i problemy z wydalaniem, choć to normalne objawy oczyszczania :).

Bardzo proste warunki zamieszkania i warunki higieniczne wg standardów europejskich, choć jeśli przełamięs pierwsze wrażenia, możesz docenić, jak życie może być proste i niewymagające luksusów, i doświadczyć jak tutaj potrafią żyć i są szczęśliwi mieszkańcy dżungli.

Mnóstwo małych żyjątek w domku będzie Ci towarzyszyć, takich jak mrówki, jaszczurki, pająki itd., jednak jak się z nimi zaprzyjaźnisz, będą Ci towarzyszami i będziesz mieć prawdziwą radość z obserwowania ich zwyczajów.

Komary i meszki tutaj to koszmar, jednak jeśli spojrzysz na to wyzwanie od pozytywnej strony, to możesz się uodpornić na ich ukąszenia po jakimś czasie, możesz też dzięki ich ukąszeniu uwalniać z ciała toksyny, możesz nauczyć się znosić małe, ale jakże upierdliwe cierpienia skóry - to Cię uodporni. Dodatkowo w listopadzie 2023 komarów było bardzo mało, gdyż pora deszczowa zaczyna się dopiero w grudniu i wówczas dopiero robi one się namnażają.

Nie ma żadnych obowiązkowych szczepień. Będziemy pod opieką dwóch mocnych uzdrowicieli.

# PROWADZĄCY

## DON PEDRO

Pochodzi z klanu, który od pokoleń zajmował się uzdrawianiem ludzi - curandero. Był wybrany przez dziadka od urodzenia, że zostanie jego następcą. Jego dziadek był uznawany za mistrza wśród uzdrowicieli tzw. Mrayia posiadający różne moce duchowe, np. Mrayia mieli umiejętność zamiany w jaguary, orła, mogli podróżować wykorzystując żywioły. Don Pedro to jeden z wielkich uzdrowicieli Szipibo - curandero, którzy obecnie dzielą się swoją wiedzą i kosmologią Sziiibo z całym Światem.

Żona Doñ Pedra - Anita sama jest uzdrowicielką - curandera i która również pochodzi od mocnej linii uzdrowicieli Szipibo.

Don Pedro i Anita mają 7 dzieci - 5 synów i 2 córki. Obecnie dwóch ich synów jest również curandero. Don Pedro to wiecznie uśmiechnięty, na luzie człowiek, który do każdego podchodzi jak do swojego ucznia - zachęca uczyć się, śpiewać.

Do niczego nie zmusza i nie popycha. Jest chodzącą encyklopedią wiedzy na temat roślin z dżungli i ich właściwości.

## WISIO INO - RUBEN

Urodził się w Polsce i jest Polakiem ale wychowywał się i mieszka w Peru od 4 roku życia więc energetycznie jest bardziej latynoski:). Ruben będzie naszym przewodnikiem po Peru, zna język Szipibo, hiszpański, angielski i polski. W Peru się wychował i spędził 10 lat ucząc się sztuki curandero od Don Pedra to jego mistrz. Jego misją jest przekazywanie i szerzenie wiedzy i sztuki curandero plemienia Szipibo w czystej postaci bez mieszania z innymi kulturami i wpływami.

## GERARD SZYMAŃSKI

Jogin, nauczyciel jogi, prowadzę dużą szkołę jogi na Śląsku - Jogę Życia, mam doświadczenie w organizacji i prowadzeniu warsztatów zagranicznych m.in.: w Maroku, Włoszech, Egipcie, Portugalii, Wyspach Kanaryjskich, Peru. Pracuję od ponad 10 lat z medycynami z obu Ameryk, rozwijam i zgłębiam pracę związaną z wiedzą rdzennych plemion z Południowej Ameryki. Nauczam jogi, pranajamy, tańca, ruchu, i wiele jeszcze innych technik.



## CHCESZ JECHAĆ?

**Zapraszamy do kontaktu!**

Jeśli jesteś zainteresowany\_a wyprawą zadzwoń do mnie:

**Gerard Szymański, tel. 501019170**

Osoby, które się wycofają z jakiejś części naszej wyprawy biorą odpowiedzialność już na własną rękę by kontynuować swoją podróż, w takim wypadku pieniądze, które będą wpłacone na wyprawę wcześniej, nie podlegają zwrotowi

**NA NASTĘPNYCH STRONACH ZNAJDZIESZ OPINIE UCZESTNIKÓW WYPRAWY  
Z LISTOPADA 2023 ROKU, LISTĘ RZECZY DO ZABRANIA,  
A TAKŻE ZDJĘCIA Z MOJEJ WYPRAWY:**

# OPINIE O WYRPAWIE 2023

## VIKTORIA

Zdecydowanie najbardziej wyjątkowa podróż w moim życiu. Wyprawa pełna wyzwań, trudności, "testów", ale też niesamowitych odkryć, inspiracji i ciepła. Co najmniej 10 razy zapytałam siebie: "co ty tu robisz, Viktorio?", ale dwa razy więcej podziękowałam losowi za to, że mnie tam sprowadził. Ten los to ja, Gerard, Gosia oraz wszyscy inni, którzy mi towarzyszyli w tej przygodzie życia. Pojechałam do Peru samotna i pusta, a wróciłam z pełnym sercem i bogatsza o nowe wyjątkowe znajomości i nawet przyjaźnie. Dziękuję!

## MARCIN

Podróż do Peru z Gerardem i Gosią może odmienić Twoje życie. Moje odmieniło. Nie jest to łatwa podróż. Jest to wyprawa wymagająca momentami dużego wysiłku, zarówno fizycznego, jak i mentalnego. Ale może doprowadzić Cię do Źródła, tak jak mnie się to zdarzyło.

## MAGDA

Moja wyprawa do Peru, a bardziej doświadczenie dzikości dżungli było moim marzeniem, które w kilka miesięcy się zmaterializowało! Ta podróż była to wyprawa SERCA, wyprawa, która była niezwykłą wędrówką wewnątrz siebie, dostrzeżeniem swojej siły, mocy i potencjału, jakiego dotąd nie znałam i nie czułam. Teraz pozostała piękną inspiracją na nowe, dzięki doświadczeniom, które otrzymałam. Wdzięczność za ten czas i ludzi, których poznałam jest ogromny!

## JOLA

Ten czas w Peru to magia, która towarzyszy z każdym krokiem w poznawaniu zewnętrznego świata i wewnętrznego - siebie. Turystycznie i Duchowo, próbowanie, dotykanie macanie i sprawdzanie. To COŚ, co zostanie ze mną na ZAWSZE! Dziękuję Gerard, dziękuję WSZYSTKIM, którzy stanęli na TEJ drodze, mojej drodze doświadczania Boskości.

# OPINIE O WYRPAWIE 2023

## NORBERT

*Dla mnie na wyjeździe, a mówiąc precyzyjnie - na diecie, podziła się prawdziwa magia. Po tygodniu zaskoczył mnie głęboko jakiś zepchnięty we mnie wiele lat temu element i poczułem jakbym w końcu, po latach, wrócił do siebie. W drugim tygodniu napisałem, po raz pierwszy, dziewięć tekstów do swoich utworów, gdzie przez ostatnie dwa lata nie mogłem w tym temacie kompletnie ruszyć z miejsca. W trzecim tygodniu natomiast udało mi się uwolnić ogromną ilość uwięzionego we mnie gniewu. Część pierwsza wyprawy, poza zwiedzaniem pięknych przyrodniczo i historycznie miejsc, okazała się także momentami dość wymagająca fizycznie, a podczas diety było natomiast czasami trudno i „niewygodnie”, niemniej jednak zdecydowanie warto było przez to przejść. Czuję, że w moim życiu jest to zakończenie i rozpoczęcie nowego etapu.*

## JUDYTA

*Wyprawa do Peru okazała się być przede wszystkim introspektywną wyprawą w głąb siebie. Szczególnie w dżungli miałam okazję obserwować siebie w różnych budujących doświadczeniach. Poznałam inspirujących ludzi i zobaczyłam wspaniałe miejsca. Wróciłam mocniejsza i pełna miłości. Ta wyprawa na długo zostanie w moim sercu.*

## KAROLINA

*Piękna, wielowymiarowa podróż - byłam z Gerardem i Rubenem w Peru już drugi raz i sądzę, że nie ostatni :). Odwiedziliśmy super ciekawe miejsca w Świętej Dolinie, spełniłam swoje marzenie o zobaczeniu Machu Picchu. Do dziś wspominam trekkingi wzdłuż rzeki Urubamby, pośród bujnej górskiej roślinności i magicznego śpiewu ptaków - dla mnie był to raj. Kolejna część wyprawy, czyli Dieta w Betanii to niezwykła podróż w głąb siebie. Bywały momenty, że nie było lekko - warunki w dżungli są tak odmienne od życia w komforcie, do którego przywykłam. Ale to właśnie te trudniejsze chwile, a do tego możliwość pracy z mistrzem i curandero Don Pedro, sprawiają że pobyt w Betanii jest dla mnie najbardziej transformującym doświadczeniem życia. Do tego moje sny weszły na taki poziom intensywności i wielobarwności, że każda noc to kolejna wspaniała podróż. Dziękuję Gosi, Gerardowi i Rubenowi za organizację wyprawy, ale przede wszystkim za megaciekawe i inspirujące rozmowy. Gracias Amigos!*

# OPINIE O WYRPAWIE 2023

## ANIA

*To nie była zwykła podróż. To była prawdziwa wyprawa. Daleko – do Peru. Na inny kontynent. Ta odległość potrzebna była nie tylko po to, aby poznać odległe światy i kultury. Ona była potrzebna, aby złapać dystans, oderwać się od własnej codzienności. Aby zmierzyć się z wyzwaniami. Aby sprawdzić, jaka jestem naprawdę? Co jest ważne? Jak się zachowam w trudnych sytuacjach? Jak przetrwam tydzień w odosobnieniu, w dżungli, bez jedzenia, pod opieką Curranderos (uzdrowicieli), którzy stosują medycynę dżungli, przekazywaną od 5 tys. lat z pokolenia na pokolenie. Wróciłam ta sama, ale nie taka sama! Czuję, jak wiele się we mnie zmieniło, jak dzieją się procesy wewnątrz mnie, uruchomione podczas wyprawy. Porzuciłam stare ograniczenia. Codziennie witam nową JA! To była podróż, która zmieniła moje życie.*

## EWELINA

*Nazwanie tej podróży "wyprawą po siebie" chyba najlepiej oddaje to, czego doświadczyłam podczas tych wspaniałych 3 tygodni w grupie cudownych ludzi pod opieką Gerarda, Rubena i Gosi, wśród malowniczych i różnorodnych krajobrazów Peru. Każdy dzień przynosił nowe zachwyty (wąskie uliczki położonego w górach Cuzco, gdzie spacer dosłownie zapierał dech w piersiach, podróż busem krętymi górskimi drogami, gdzie zachwyty nad potęgą natury mieszały się ze strachem, widok na Machu Picchu z Huayna Picchu po pokonaniu "milionów" wąskich i stromych schodów, kąpiel pod wodospadem w okolicy Madragory, gdzie nocowaliśmy podczas wyprawy na Machu Piccu, wiatr we włosach podczas jazdy tuk tukiem w Pucallpie, smak kakao po 7 dniowej diecie i wiele innych), zmagania ze swoimi słabościami i lękami, poznawanie swoich granic, a także odkrywanie swojej odwagi i mocy. Po dwóch intensywnych tygodniach podróżowania po Peru od Limy przez Cuzco do Machu Picchu i Pucallpy, w końcu osiedliśmy w dżungli, gdzie tylko z pozoru było spokojniej :). Pobyt w dżungli to serce tej wyprawy, to czas, na który czekałam, czas poznawania siebie pod opieką precudownego, troskliwego Furrandero Don Pedro i jego rodziny. Dziękuję z całego serca Gerardowi, Rubenowi i Gosi za organizację, obecność, opiekę i wspaniałą atmosferę oraz wszystkim pięknym duszom za bycie tam razem ze mną, za wsparcie, rozmowy, żarty, śmiech i cudowne wspomnienia.*

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## LISTA RZECZY DO ZABRANIA

- ważny PASZPORT
- karta Revolut lub inna
- kasa na wydatki, najlepiej dolary gotówka bo bankomaty mają swoje ograniczenia w wypłacaniu kasy
- telefon i ładowarka do telefonu:)
- ładowarka z możliwością ładowania na słońce bo nie ma prądu
- jedzenie na cały pierwszy dzień do samolotu, batony energetyczne
- ubezpieczenie zdrowotne polecam Wartę lub Twoja sprawdzona Agencja
- trzeba się przygotować na dwie różne strefy klimatyczne: Święta Dolina i wysokość ponad 3000 m.n.p.m. - czyli chłodne wieczory i noce, ciepłe rzeczy również do kupienia na miejscu oraz dżungla lato i upał i duża wilgotność:)
- kurtka ciepła ale lekka
- ciepła czapka (można super kupić w Cusco, a na dżunglę możecie wybrać kapelusz jak na safari chroniący też szyję od ukąszeń komarów lub zwykła czapkę)
- strój kąpielowy
- japonki lub lekkie klapki pod prysznic
- okulary słoneczne
- swoją mini apteczkę
- węgiel do mycia zębów bo na diecie nie korzystamy z kosmetyków (taki jak na rozwolnienie)
- czołówkę z czerwonym światłem! coś do poczytania w samolocie:)
- mały plecak
- mały śpiwór - letni na noc w dżungli, lekki, bo noce są ciepłe i otrzymacie na diecie jakiś kocyk
- ręcznik kąpielowy podróżnika
- poduszka do samolotu potem się przyda na diecie
- podróżne prześcieradło (opcjonalnie bo będzie Wam przyjemniej) na miejscu są prześcieradła różnej jakości:)
- do chodzenia sandały typu- Teva lub buty trekkingowe raczej lekkie,
- trekkingowe spodnie w góry do chodzenia lub takie aby nie gryzły komary
- spodenki bawełniane lub spodenki w których będzie można wchodzić do wody
- ciepła bluza i koszula z długim rękawem też chroniąca przed komarami
- majtki i T-shirty (zapas tylko na tydzień, później pranie)

# SZCZEGÓŁY ORGANIZACYJNE

## LISTA RZECZY DO ZABRANIA

- kosmetyczka
- grzebień
- wydruki dokumentów
- woda utleniona
- bandaże i plastry
- płaszcz przeciwdeszczowy
- coś przeciwdeszczowego na plecak
- zeszyt do zapisywania i długopis
- blok do rysowania, kredki jeśli chcecie rysować
- prezenty dla rodziny Don Pedra, raczej coś małego i praktycznego np. Żubrówka, miód pitny, proste narzędzia przydatne do budowy prostych drewnianych domów lub narzędzia do ogrodu
- zapalniczka
- butelka na wodę z węglem
- nóż podróżnika
- opcjonalnie mały instrument na którym chcecie grać
- sznurek do powieszenia prania,
- jakieś mocne linki na wszelki wypadek np aby powiesić worki z rzeczami
- żabki,
- moskitiery są na miejscu jednak jeśli chcecie zadbać o komfort weźcie swoją moskitierę, najlepiej białą lub w jasnym kolorze
- hamak z moskitierą (nie wybierajcie w czarnym kolorze moskitiery),
- małe nożyczki
- taśma typu srebrna do drobnych napraw
- pinezki
- kubek
- sztucce podróżnika
- coś na komary i mrówki najlepiej ekologiczne np Hebda
- generalnie i tak nic nie działa na te komary (to dla umysłu) ale będą spirale
- zatyczki do uszu
- worki na rzeczy jak na kajak lub zwykłe worki na śmieci wodoodporne by chronić rzeczy od wilgoci i mrówek zawieszane na linkach w domku
- trochę proszku do prania
- aloes lub balsam do smarowania po ugryzieniach komarów i meszek
- wszystko wpakujcie w worki by chronić rzeczy przed wilgocią i deszczem





**PEDRO I JEGO RODZINA**



**WYPRAWA DO PERU**



## DIETA I DOMKI W BETANII





## DIETA W BETANII



## WYPRAWA DO PERU



DIETA W BETANII



WYPRAWA DO PERU



## DIETA I DOMKI W BETANII



WYPRAWA DO PERU



## DIETA I DOMKI W BETANII





**DŹUNGLA**



**WYPRAWA DO PERU**



**D Ż U N G L A**



**W Y P R A W A   D O   P E R U**





**DŹUNGLA**



**WYPRAWA DO PERU**



## POSIŁKI I OWOCE



## WYPRAWA DO PERU



## POSIŁKI I OWOCE



WYPRAWA DO PERU



## POSIŁKI I OWOCE



WYPRAWA DO PERU



## PUCALLPA





**RUBEN**



**WYPRAWA DO PERU**



## SZTUKA I RĘKODZIEŁO SZIPIBO



WYPRAWA DO PERU



## ŚWIĘTA DOLINA







## ŚWIĘTA DOLINA



WYPRAWA DO PERU



## WYPRAWA



## WYPRAWA DO PERU



## WYPRAWA



## WYPRAWA DO PERU



WYPRAWA DO PERU



## BETANIA

