



## **Ritrīts „Havisas Noslēpumi Sapņu Īstenotājiem”**

*ar Stipras dzīves kouču, treneri Ritu Ivanovu*

**24.09. – 01.10.2016.**

**(7 dienas)**

**Villa „Nelly” Spānija, Tossa de Mar**

**Grupā līdz 8 cilvēkiem**

*Jaunām iespējām atvērtiem cilvēkiem, kas ir gatavi noskaidrot, ko īsti viņi grib un likvidēt šķēršļus, lai varētu to arī saņemt*

## **Vai Esat Gatavi Atbrīvoties no Sevis-sabotēšanas, Bailēm un Šaubām?**

**Sāciet Aktīvi Tiekties Pēc Sapņa, Kas Dos Jums Tik Ilgi Kāroto Prieku un  
Pašpārliecinātību, TAGAD!**

Cienījamais Draugs,

Vai tas izklausās pazīstami?

- ? **Jūs esat neapmierināti ar savu dzīvi, taču nezināt, ko gribētu mainīt vai arī kā.** *Kas, ja Jūs varētu atrast veidu, kā gūt ĪSTU skaidrību par to, ko vēlaties (un tad iegūtu plānu, kā to īstenot)?*
- ? **Jūs neuzdrīkstaties darīt to, ko Jūs gribat, lai arī kādu iemeslu dēļ (vainas sajūta, uztraukums, bailes, vienkārša negatīva domāšana) – UN Jūs steidzami gribat atbrīvot sevi no šiem apstākļiem un virzīties uz priekšu pārliecināti.** *Kas, ja Jūs varētu padarīt savu sapni par REALITĀTI, TAGAD?*
- ? **Jūs esat neapmierināti ar sevi, jo šķiet Jūs esat iesprūduši sava sapņa īstenošanā.** Varbūt Jūs gūvat panākumus kādās citās Jūsu dzīves sfērās, tāpēc esat vēl vairāk neapmierināti, jo sapņa jomā esat iesprūduši – kas nav kārtībā ar Jums, ka nevarat gūt panākumus attiecībā uz kaut ko, ko Jūs PATIESI vēlaties? *Kas, ja Jūs varētu iegūt personīgu, solis-pēc-soļa instrukciju savu bloku atlaišanai un uzvedības mainīšanai, lai varat droši, viegli un ar pilnu sparū virzīties sava sapņa virzienā?*
- ? **Jūs konstanti jūtat šaubas un nestabilitāti, jo nezināt, kādu soli spert nākamo, lai patiesi virzītos sava sapņa virzienā.** *Kas, ja Jums būtu sistēma, kas ļautu noteikt, kurš ceļš vislabāk der tieši Jūsu sapnim – vai radītu perfekto ceļu Jums?*

**Man ir LIELISKAS ziņas tieši Jums –  
Jūs Esat Īstajā Vietā, Īstajā Laikā!**

Mani sauc Rita Ivanova. Aktīvi tiekties pēc sava sapņa sāku pirms pieciem gadiem, kad pieņēmu lēmumu atstāt diezgan labi apmaksātu darbu bankā un apdrošināšanas kompānijā, lai atrastu nodarbošanos, kas dotu to, ko tik ļoti kāroju – laika brīvību. Un šodien varu teikt – **Man izdevās!**

Ar Jūsu atļauju pastāstīšu par dažiem sapņiem, ko tik tālu esmu īstenojusi:

✓ **uzņēmējdarbība, kas ļautu apmaksāt manus rēķinus, citas vajadzības un vēlmes, taču tajā pašā laikā dotu man laika un vietas brīvību, kā arī sagādātu man prieku** – esmu sertificēts dzīves koučs, trenere, esmu radījusi vairākas on-line programmas, kas ļauj man brīvi ceļot, kad vien vēlos, jo darbam man vajag tik internetu un datoru (*un internets pašlaik ir gandrīz visur* ☺). Un man šis „darbs” ĻOTI patīk!

✓ **vismaz reizi gadā aizbraukt uz Indiju** – tik tālu esmu bijusi tur jau 20 reizi, un šogad aizbraucu tur pat divreiz!

✓ **ieskatīties Dalai Lamam tieši acīs** (jā, arī tādi „dīvaini” sapņi man gadās) – 2012.gada oktobrī devos uz Daramsalu, Indijā, kur ir Dalai Lamas rezidence. Intuīcijas un apstākļu vadīta nonācu tieši tajā laikā un tajā vietā, kur tam bija lemts notikt.

✓ **apmeklēt Zelta templi Indijā** – pēc tam, kad 2012.gada oktobrī ieskatījies acīs Dalai Lamam ☺, apmeklēju arī Zelta templi.

✓ **beidzot atbrīvoties no 15 kg liekā svara, bez diētām un uz visiem laikiem** – pirms diviem gadiem tas piepildījās un bez jebkādu diētu ievērošanas! Tā vairs nav problēma priekš manis vispār! Lieliska sajūta!

✓ **izdot manu stāstu grāmatu** – 23.01.2015. tika izdota mana pirmā stāstu grāmata angļu valodā „Seven Stories” („Septiņi Stāsti”), kas ir nopērkama Amazone.com – [http://www.amazon.com/dp/1507672632/ref=cm\\_sw\\_r\\_fa\\_dp\\_809Xub0NMB6Q6](http://www.amazon.com/dp/1507672632/ref=cm_sw_r_fa_dp_809Xub0NMB6Q6) Un es pati neizmēru ne vienu savas naudas centu. Resursi – cilvēki, nauda, ilustrācijas, tulkojums utt. – kas padarīja šo sapni par realitāti, parādījās, jo sekoju savam sapni, veicot noteiktus soļus.

✓ **uzstāties uz koncertzāles Latgales GORS skatuves** – tas notika 08.05.2015., kad kopā ar deju grupu, kurā dejuju, uzstājamies mūsu horeogrāfes autorkoncertā.

Un daudzi citi! Tas patiesi ir kļuvis viegli!

**Un es vēlos to pašu Jums – lai Jūsu sapņi sāk piepildīties! Nepārtraukti!**

Esmu šeit, lai uzaicinātu Jūs uz manis vadītu 7 dienu ritrītu „**Havisas Noslēpumi Sapņu Īstenotājiem**”, kas notiks no 24.09. – 01.10.2016. Spānijā, skaistā pilsētiņā Vidusjūras krastā Tossa de Mar, kur parādīšu Jums, KĀ to pašu – īstenot savus sapņus – varat arī Jūs, neziedojot savu garīgumu vai vērtības, lai sasniegtu panākumus.

**7 dienu laikā Jūs apgūsiet vienkāršu soļu sistēmu, kas ļaus Jums sākt apzināti, viegli un ar prieku realizēt savus sapņus.**

Kas ir Havisa? No hindi valodas „Havisa” nozīmē „Laxmi”, kas ir veiksmes, pārticības un vēlmju piepildīšanas dieviete – tā, kas piepilda sapņus.

7 dienu laikā Jūs apgūsiet **vienkāršu, pārbaudītu sistēmu**, kas aizvedīs Jūs no stāvokļa, kur esat tagad, lai arī kāds tas būtu (iesprūdis, vīlies, neapmierināts, nobijies, nelaimīgs, garlaicīgs), uz pašpārliecinātību un piepildījumu, jo Jūs iemācīsieties, kā tieši noteikt, kas ir Jūsu sapnis, un radīsiet konkrētu plānu, kā to īstenot.

Te ir ieskats tajā, ko Jūs iegūsiet, atbraucot uz ritrītu:

## 1.diena - 24.09.2016. (svētdiena)

### Rīta sesija: Sapņu radīšanas pamatprincips

#### Tas, kas ir Tevī, ir varenāks, nekā jebkas ārpus Tevis

Kad esat saskaņā ar savas sirds vēlmēm un to, kas būt un ko darīt esat nākuši šajā pasaulē, dzīve kļūst vieglāka. Tas ir aizraujošs un brīnumains veids, kā dzīvot. Atklājiet, kas patiesībā jūs gribat būt, ko darīt, ko radīt vai dot vēlaties – bez laika, izglītības un naudas ierobežojumiem, kuru važās esat pašlaik sevi iekaluši.



#### **Jūs iemācīsieties:**

- ✓ Kā viss ir radīts divreiz – un kā jūs varat izmantot šo patiesību, lai realizētu savus sapņus viegli;
- ✓ Kāpēc veids, kā dzīvo lielākā daļa cilvēku, attur jūs no tā, lai izdzīvotu savu sapni – un kā to mainīt, ja tas ir tas, ko jūs vēlaties;
- ✓ VIENA lieta, kas ir kopīga visiem cilvēkiem, kas dzīvo laimīgu, piepildītu dzīvi – un tas, iespējams, nav tas, ko tikko padomājat;
- ✓ Domāšanas veids, ko lielākā daļa cilvēku zaudē jau pēc 2 gadu vecuma sasniegšanas – un kāpēc mums vajadzētu piepūlēties, lai to atgūtu

### Vakara sesija: Tava Sapņa Radīšana

#### Nosaki, Ko Īsti Tu Gribi



Lielākā daļa cilvēku nevar atbildēt uz jautājumu „Kāds ir tavs sapnis?” Vai jūs varat? Cilvēkiem ir tendence domāt, izejot no tā, kas viņiem ir iespējams, pamatojoties uz viņu pašreizējiem apstākļiem. Viņi nevar redzēt savādāku nākotni. Pārorientējiet savu domāšanu, lai varat izpētīt arī citas iespējas – un mērķējiet uz to, ko patiesi vēlaties.

#### **Jūs iemācīsieties:**

- ✓ Kā Jūs izvēlaties vai nu „radīt ar nodomu” vai „radīt aiz sagādīšanās”;
- ✓ 2 jūsu smadzeņu daļas, un kā Jums JĀIZMANTO tās abas, lai uzdotu jautājumus, kas aizvedīs pie Jūsu īstiem sapņiem;

- ✓ Kā savas neapmierinātības un ilgu godināšana var pietuvināt Jūs savam sapnim – patiešām!
- ✓ Kā tas, ka esat finansiāli nestabili, ir zīme, ka neesat harmonija ar Visuma Likumiem;
- ✓ Kā mūsu sapņi runā ar mums (un kāpēc Jums ir jāieklausās vai arī Jūs nekad neredzēsiet savus sapņus īstenojamies Jūsu realitātē) – un kā Jūsu pašu domas un vārdi sniedz spēku Jūsu sapnim

**2.diena - 25.09.2016. (sestdiena)**

**Rīta sesija: Noskaidro, vai Tavs Sapnis ir Īstais Tieši Tev**

**Vai šis sapnis tiešām ir Tevis cienīgs?**

Jūsu dzīve ir vērtīga un neatkārtojama. Tā ir Visuma dāvana, lai to veidotu un formētu. Veids, kādā veidojat katru savu dienu, rada modeli, kas kļūst par sistēmu, kas savukārt kļūst par pieredzi, kuru mēs galu galā saucam par Jūsu dzīvi. Tik tālu Jūs jau esat noteikuši savu sapni. Nākamais solis ir noteikt, vai tas tiešām ir Jūsu vērts. Nevis to, vai Jūs esat šī sapņa vērts, bet gan, vai šis sapnis ir Jūsu laika, enerģijas un naudas vērts.

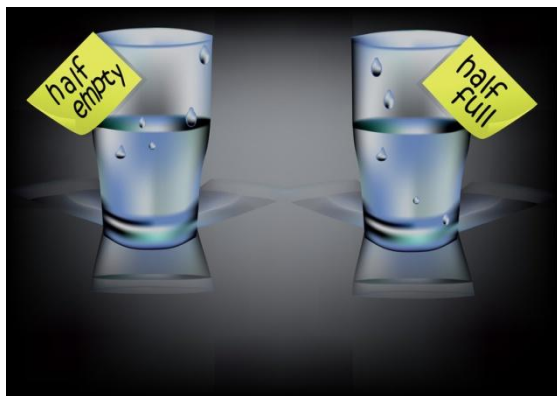


### **Jūs iemācīsieties:**

- ✓ Kā noteikt, vai Jūs apsverat īsto sapni, vai vienkārši vērtīgu mērķi – un kāda ir atšķirība starp šiem diviem;
- ✓ Kāda ir viena lieta, kuru Jūsu sapnim ir JĀPRASA no Jums – ja to tas nedara, tad tas nav JŪSU sapnis;
- ✓ Ko nozīmē „labs” un kā tas attiecas uz Jūsu sapni un citiem cilvēkiem – tā ir atslēga uz to, lai atbrīvotu Jūsu sapni no jebkura veida vērtēšanas un šaubām;
- ✓ Īpašu risinājumu, kas ļaus Jums pārlicināti virzīties pretī Jūsu sapņa realizēšanai;
- ✓ VIENA lieta, kas Jums ir jāatlaiž, kad tiecaties pēc sava sapņa;
- ✓ Viena lieta, kas var traucēt Jums sasniegt savu sapni – tas, iespējams, Jūs pārsteigs!

**Vakara sesija: Uztveres Spēks**

**Saskaņo Savas Domas Ar Savu Sapni**



Lielākai daļai no mums ir ierobežota uztvere attiecībā uz sevi, kas rada šaubas par to, kādas ir mūsu iespējas. Reiz Jūs saprotat, ka neesat Jūsu personība un neesat arī Jūsu ķermenis (protams, Jums ir abas šīs daļas) – bet, ka Jūs esat garīga būtne, kas izdzīvo cilvēka pieredzi; tad varat sākt pamanīt, kā patiesība atklājas, un sākt virzīties pretī savam sapnim. Patiesība: Jūsu radošā kapacitāte ir pilnīgi bezgalīga. Jūs ierobežojat to pats ar savu domāšanu un izpratni, bet tiklīdz varat mainīt savas emocijas, Jūs varat mainīt savu domāšanu, un tādejādi atgūt spēku radīt jebko, ko vien vēlaties.

### **Jūs iemācīsieties:**

- ✓ atpazīt mazo balsi sevī, kas saka Jums, ka neesat pietiekami labs, lai realizētu savu sapni – un kā mainīt Jūsu uztveri;

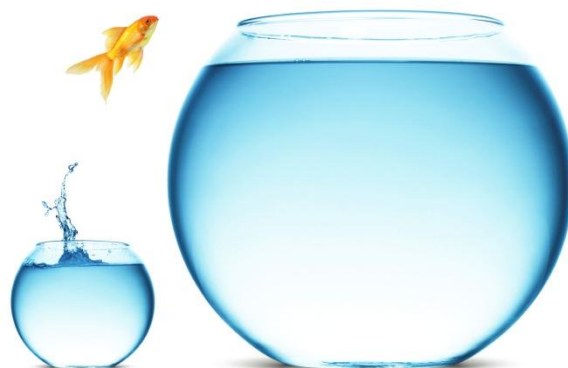
- ✓ veikt izmaiņas paštēlā, kas palīdzēs Jums īstenot savu sapni bez pūlēm, viegli;
- ✓ Kāpēc tas, ko cilvēki sauc par „komforta zonu”, patiesībā ir ļoti nekomfortabli – un kā tikt no tās ārā;
- ✓ par labāko Jūsu sapņa realizēšanas procesa daļu – tas ir kaut kas, par ko Jūs, iespējams, agrāk nemaz neiedomājāties!
- ✓ Kā kļūt saskanīgam ar tām vibrācijām, kas ir vajadzīgas, lai saņemtu idejas, apstākļus un situācijas, kas atbalstīs tos soļus, kuri Jums ir JĀSPER, lai īstenotu savu sapni;
- ✓ vingrinājumu, kas palīdzēs atbrīvoties no jebkura „balasta”, ko nēsājat līdzi, un radīt jaunas domas, kas ir saskaņā ar autentisko Jūs

**3.diena - 26.09.2016. (pirmdiena)**

**Rīta sesija: Vērtības Izjūtas Paaugstināšana**

**Atgūstam kontroli pār Jūsu „Esmu tā vērts!” izjūtu**

Tiklīdz spējat saskatīt sevi, kā savas dzīves arhitektu, nevis kā apstākļu upuri, tad Jūs varat sākt būtēt savu sapni – tādu, kas prasa no jums kaisli, aizraušanos, Jūsu neatlaidību, un ticību sev, ka Jūs esat vērtīgi un pelnījuši to, ka šis sapnis īstenojas.



**Jūs iemācīsieties:**

- ✓ kāda veida enerģija Jums ir jāizstaro, lai Jūsu sapnis realizējas – un kā TIEŠI to darīt;
- ✓ vienu lietu, kas veido Jums apkārt esošo magnētisko lauku, lai varat zināt, ko Jūs piesaistāt (un ko NEpiesaistāt)
- ✓ viena sajūta, kādai Jums JĀBŪT, lai varat dzīvot pilnasinīgu dzīvi. Ja tās nav, dzīve nešķiet pilnasinīga;
- ✓ ko visums dāvina katram no mums – un kā būt gatavam saņemt savu sapni – tas ir izšķiroši, ja vēlaties, lai Jūsu sapnis piepildās

**Vakara sesija: Apkārtējās Vides Iespējas**

**Jūsu Lauka Viengabalainības Veidošana, lai Jūsu Sapnis Var Augt**



Jūsu sapnis ir izturējis testus, un Jūs jūtat, ka esat pelnījuši to, lai tas īstenojas. Bet, ja Jūs iestādāt savu sapni augsnē, kas ir bijusi nezāļu smacēta, tad ļoti iespējams, ka sapnis nespēs augt. Nezāles ir bailes. Bailes var apslāpēt jebkuru labu sēklu, ja Jūs to pieļaujat. Mums jāiemācās bailes padarīt par draugiem, lai varam cienīt to klātbūtni, bet neļaut tām sēdēt pie stūres!

**Jūs iemācīsieties:**

- ✓ kāpēc bailes vienmēr būs ceļabiedrs Jūsu ceļojuma laikā... un kāpēc tas ir labi;
- ✓ kā Samsona un Delilas stāsts attiecas uz Jūsu sapņa realizēšanu;
- ✓ kā savu šaubu lološana var sabotēt Jūsu sapņa īstenošanu – un noslēpums, kā izvairīties no

pašiznīcināšanas;

- ✓ kā norādīt bailēm to īsto vietu – tas ir vieglāk, nekā Jūs domājat;
- ✓ 5 vārdi, ko teikt sev katru reizi, kad parādās bailes – tas padarīs Jūsu baiļu vadīšanas procesu TIK daudz vieglāku

#### 4.diena - 27.09.2016. (otrdiena)

#### Rīta sesija: Nokļūt Aizās Citā Pusē

#### Grūtību pārvarēšanas noslēpums

Nu Jūs esat veltījuši laiku sava sapņa vizualizēšanai, radīšanai, pievērsuši uzmanību savām ilgām un neapmierinātībai, notestējuši savu sapni, pieņēmat lēmumu attiecībā uz savu sapni un radījāt sajūtu „Es esmu to pelnījis!”. Tagad Jūs varat būt stāvoklī, ko sauc par „aizu” – stāvoklis starp dzīvi, kuru līdz šim pazināt, un dzīvi, kuru tagad radāt. Kad sākat apzināties, ka pēc savas dabas esat pārpilnības būtne, Jūs sāksiet radīt pārpilnību jomās, kas kalpo Jūsu augstākajam labumam.



#### Jūs iemācīsieties:

- ✓ kas Jums būtu jādara, kad Jūsu iekšējā balss saka: „Tu patiesi vari radīt dzīvi, kādu to vēlies” – tas ir izšķiroši, ja vēlaties redzēt savu sapni īstenojamies;
- ✓ kādu VIENU izšķirošo soli Jums jāspēr gadījumā, kad šķiet, ka Jūsu sapnis neizdodas, neīstenojas;
- ✓ viena lieta, ko Jūs varat darīt, lai radītu lielāku plūsmu Jūsu dzīvē, un Visuma Likums, kas aktivizē saņemšanu;
- ✓ ko darīt, ja esat krustcelēs

#### Vakara sesija: Plūsma

#### Resursu, Kas Ir Vajadzīgi Sirds Sapņa Īstenošanai, Piesaistīšana



Šajā sesijā mēs izpētīsim citu pilnasinīgas dzīves īstenošanas aspektu. „Došana” aktivizē saņemšanas likumu, un ir ļoti daudz kanālu, avotu, no kurienes labas lietas nāk pie Jums. Esiet saskaņā ar visuma devīgumu un kļūstiet atvērti ideju, resursu, apstākļu un cilvēku, kas ienāks Jūsu dzīvē, lai svētītu Jūs, plūsmai.

#### Jūs iemācīsieties:

- ✓ kāda veida līdzsvars Jums ir JĀSASNIEDZ, lai piesaistītu tiešu to, kas ir nepieciešams, lai realizētu sapni, kas ir Jūsu sirdī – un tas reāli strādā!
- ✓ viena lieta, kas Jums ir JĀVEIC, lai radītu sev pārpilnību;
- ✓ prāta stāvoklis, kādu Jums JĀSAGLABĀ, lai paliktu atvērtam visuma devīgumam;
- ✓ kur meklēt pārpilnību – dodu mājienu: tā nav Jūsu alga, mantojums vai draugs, kas aizdod Jums naudu!

5.diena - 28.09.2016. (trešdiena)

### Rīta sesija: Attīstība Caur Piedošanu

#### Pagātnes Attīrīšana Sava Sapņa Realizēšanai

Ikviens fermeris zina, ka augsnei ir jābūt tikpat veselai kā sēklai, lai labība var izaugt ražena. Jūs nevarat izaudzēt sapni toksiskā augsnē. Pat vislabākais sapnis nevar izdzīvot, ja tas ir iedēstīts augsnē, kas ir aizvainojumus saindēta. Ikvienam ir jāveic zināms piedošanas, aizvainojumu atlaišanas darbs – tā ir mentāla, emocionāla un garīga prakse, kas atver uztveres durvis un dod brīvību dzīvot tādu dzīvi, kādu vēlamies.



#### Jūs iemācīsieties:

- ✓ kā katram mūsu dzīves momentam – un nav svarīgi, cik šausminošs brīžiem tas var šķist – ir īstā vieta notikt;
- ✓ kāds ir viens jautājums, uz kuru Jums viennozīmīgi ir jāatbild – un kā Jūsu atbilde uz šo jautājumu ietekmē Jūsu dzīvi un Jūsu labklājības plūsmu;
- ✓ ar ko piedošanai NAV nekāda sakara;
- ✓ kāds ir pirmais svarīgais solis, lai iemācītos patiesu piedošanu;
- ✓ kam ĪSTI ir vajadzīga piedošana – tagad Jūs patiesi sapratīsiet, kāpēc piedošana ir tik svarīga savu sapņu īstenošanas daļa
- ✓ kādus vienkāršus soļus varat veikt attiecībā uz sevi un citiem, lai varat dzīvot pastāvīgā piedošanas stāvoklī

### Vakara sesija: Tavs Iekšējais Ģēnijs

#### Pieklūt Risinājumu Valstībai



Ir pienācis laiks mācīties būt atvērtam saņemšanai; būt tukša krūze, kuru visums var piepildīt ar tā pārpilnību. Sapņi nepiepildīsies, ja prāts netic tam, ka tas ir iespējams, ne arī, ja prāts ir pārlicināts, ka sākumā apstākļiem ir jāmainās, lai sapnis īstenojas. Apstākļi nekad nemainās pirmie. Apstākļi mainās, jo mainās mūsu domāšana un emocijas.

#### Jūs iemācīsieties:

- ✓ 5 soļu procesu, lai varat sākt domāt ārpus saviem apstākļiem vai problēmām;
- ✓ vienkāršu veidu, kā padarīt dzīvi vieglāku un palielinātu Jūsu dzīvesprieku, enerģiju;
- ✓ uz ko Jums nevajadzētu fokusēties, kad maināt savu prāta stāvokli uz augstākām frekvencēm;
- ✓ kā atvērties jauna labklājības un pārpilnības līmeņa saņemšanai;
- ✓ kā izmantot sava prāta spējas un spēku par labu savam sapnim

### Neveiksmju Pārveidošana Par Lieliem Sasniegumiem

No visiem sapņu realizēšanas soļiem, iespējams pats grūtākais ir tas, ko mēs saucam par „neveiksmi”. Taču, tas, ko mēs uztveram kā neveiksmi, ir tikai informācija – atgriezeniskā saite. Ikvienu sapņu īstenotāja dzīvē, lietas notiek – lietas, kuras Jūs nevarējāt paredzēt. Patiesība ir, Jūsu reakcija un šo lietu interpretēšana kontrolēs Jūs.



#### Jūs iemācīsieties:

- ✓ kāds ir vitāli svarīgs punkts Jūsu sapņu īstenošanā un ko Jūs varat ar to darīt, lai kļūtu par izcilu sapņu īstenotāju;
- ✓ ko darīt, kad jūtaties tā, ka gribas padoties – ieskatīsimies tam acīs; tas vienmēr ir izvēles jautājums;
- ✓ kādā stāvoklī Jums jāpaliek, ja vēlaties, lai Visuma Likumi palīdz Jums atrisināt problēmu;
- ✓ ko Jūs varat darīt brīžos, ka jūtaties noguris;
- ✓ kā sajūst atšķirību starp laiku, kad ir „jābūt neatlaidīgam” un laiku, kad ir „jāpārvērtē un jāpārorientējas”

#### Vakara sesija: Spēcinām Panākumus

##### Sapņa Noenkurošana, lai Paaugstinātu Rezultātus



Tas, par ko jūs kļūsi, veicot šo apzināto 7 dienu ceļojumu, dos Jums iespēju uzsākt īstenot vienu sapni pēc otra. Sapņa realizēšana, lai arī kādā stadijā Jūs pašlaik būtu, arvien vairāk un vairāk atver Jūs dzīvei, kurā jūtat dzīvīgumu pieaugam ar katru dienu. Šī dabiskā sajūta parādās Jūsos arvien vairāk un biežāk, ja paliekat uz iesāktā ceļa. Ar katru dienu Jūs kļūstat arvien vairāk un vairāk par to cilvēku, par kādu būt esat te nākuši, un Jūs īstenojiet savus sapņus atkal un atkal visā Jūsu dzīves ceļojuma laikā.

#### Jūs iemācīsieties:

- ✓ par Nogatavošanās perioda Likumu un kā tas attiecas uz Jūsu sapni – un kā godināt savu sapni tā nogatavošanās, nobriešanas posmā, lai arī var šķist, ka nekas nenotiek;
- ✓ patiesais darbs, kas mums ir jāveic sapņa īstenošanā – nē, tas nav „strādāt smagāk un vairāk”;
- ✓ kā manifestēt, radīt pārpilnību, kas iekļauj sevī arī materiālo labklājību un vēl vairāk;
- ✓ kāda ir viena lieta, uz kuru Jums jāpaļaujas vairāk, nekā uz savu paša gribu;
- ✓ kāda ir tā vērtība, ko iegūstat dzīves laikā un paturat līdz pat pēdējai dienai;
- ✓ kur ir aplēpts Jūsu dzīves, Jūsu sapņa, noslēpums – Jūs būsiet pārsteigti!



7.diena - 30.09.2016. (piektdiena)

**Rīta sesija: Noslēgums – Sapņa Īstenošanas Kalendārs**

**Radam Sapņa Īstenošanas kalendāru nākamām 90 dienām**

Tik tālu Jums jau ir skaidrs, kas ir Jūsu sapnis, esat radījuši auglīgu augsni, lai tas var augt. Šo laiku veltīsim tam, lai apkopotu visu to, ko apgūvāt un atklājāt par sevi un Jūsu sapni praktisko vingrinājumu laikā, lai varat radīt skaidru un saprotamu darbību plānu nākamām 90 dienām, kas ievērojami pietuvinās Jūs tam, ka redzat savu sapni jau īstenotu Jūsu reālajā dzīvē. Atgriežoties mājās, Jūs ne tikai jutīsiet entuziasmu un degsmi ķerties klāt sava sapņa īstenošanai, bet arī Jums būs soļi, kas ir nepieciešami, lai tas notiek, plāns.



**Pēcpusdienā: Svinīgas Pusdienas, brīvais laiks**

**01.10.2016. Došanās Mājup**

|  |   |
|--|---|
| <p><b>Ritrita norises kārtība</b></p>  | <p><b>No 24.09. – 29.09.2016.</b><br/>08:30 – rīta meditācija<br/>09:00 brokastis<br/><b>Rīta sesija:</b><br/>10:00 – 11:30 1.daļa – prezentācija, lekcija<br/>11:30 – 11:45 – kafijas, tējas pauze<br/>11:45 – 13:00 2.daļa – praktiskais darbs<br/>13:30 pusdienas<br/>14:30 – 17:00 brīvais laiks<br/><b>Vakara sesija:</b><br/>17:00 – 18:15 1.daļa – prezentācija, lekcija<br/>18:30 – 19:30 vakariņas<br/>19:30 – 21:00 2.daļa – praktiskais darbs<br/>21:15 vakara meditācija<br/><b>30.09.2016.</b><br/>8:15 rīta meditācija<br/>09:00 brokastis<br/>10:00 – 11:30 rīta sesija – noslēdzošā nodarbība<br/>Svētku pusdienas<br/>Brīvais laiks<br/><b>01.10.2016. mājupceļš</b></p>   |
| <p><b>Norises vieta un nonākšana līdz tai, izmitināšana un ēdināšana</b></p> | <p><b>Villa "Nelly" Tossa de Mar pilsētā, Vidusjūras krastā, Spānija</b><br/>Dzīvosim ļoti jaukā villā „Nelly”, 2 cilvēki istabīņā. Villa ir aprīkota ar 2 vannas istabām, 4 guļamistabām, plašu un gaišu dzīvojamo istabu ar skatu uz vecpilsētu, pludmali un seno cietoksni (villa atrodas kalnā), plašu virtuvi (ir aprīkota ar visu nepieciešamo), nelielu baseinu, terasi un barbekjū.<br/>Video par villas iekārtojumu un tās atrašanās vietu lūdzu skatīties te <a href="https://www.youtube.com/watch?v=H_QseS9K_Hc">https://www.youtube.com/watch?v=H_QseS9K_Hc</a><br/><b>Jums būs nodrošināta gultas vieta 7 dienām divvietīgās istabās.</b><br/><b>Ēdināšana</b> – villa ir lieliski aprīkota ar visu ēdiena pagatavošanai nepieciešamo ekipējumu. Gatavosim paši uz vietas. Ēdināšanas izmaksas nav iekļautas ritrita pamatcenā. Papildus izmaksas ēdināšanai varētu būt ~ 20EUR no cilvēka 7 dienām.<br/><b>Nokļūšana līdz Tossa de Mar</b> – pārlidojums uz Barselonas lidostu (~ 90km no Tossa de Mar), tad ar autobusu uz Tossa de Mar; vai pārlidojums uz Žeronas lidostu (38km no Tossa de Mar), tad ar autobusu uz Tossa de Mar. Pārlidojumu un transfēra izmaksas nav iekļautas ritrita pamatcenā. Aviobiļetes iegādāsimies atsevišķi. Aptuvēnās pārlidojumu izmaksas varētu būt no 220 – 300EUR + transfēra izmaksas ~ 35EUR.</p> |
| <p><b>Brīvais laiks</b></p>  | <p>Septembrī Tossa de Mar ir ļoti labs laiks – saulains, bet nav pārāk karsti ( ~ + 25C). Brīvajā laikā varēsīm izbaudīt pilsētiņas piedāvātās atpūtas iespējas – sauļošanās pludmalē, peldēšanās jūrā, mazo restorāniņu apmeklēšana, vecā cietokšņa apskate, vizināšanās ar jahtu u.c. Līdz ar to, garīgo, personīgo izaugsmi būs iespējams apvienot ar patīkamu atpūtu ☺</p>  |

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Pieteikšanās</b>       | <b>Grupā ir tikai 8 vietas, līdz ar to, ir nodrošināta individuāla pieeja katram grupas dalībniekam.</b><br>Pieteikties var zvanot <b>29857838</b> vai rakstot uz e-pastu <a href="mailto:ritaivanova@kaizen.lv">ritaivanova@kaizen.lv</a> Ritai Ivanovai. <b>Jūsu vieta programmā tiks rezervēta pēc pirmās iemaksas 110EUR apmērā samaksas.</b>   |
| <b>Norēķinu kārtība</b>   | <b>Programmas cena ir 485EUR, apmaksu veicot vienā maksājumā</b><br><b>vai</b><br><b>170EUR x 3 maksājumos;</b><br><b>vai</b><br><b>110EUR x 5 maksājumos</b><br>Pirmā iemaksa piesakoties programmai – 110EUR;<br>Otrā iemaksa – jāveic līdz 28.02.2016.;<br>Trešā iemaksa – jāveic līdz 28.04.2016.;<br>Ceturrtā iemaksa – jāveic līdz 28.06.2016.;<br>Piektā iemaksa – jāveic līdz 28.08.2016. |
| <b>Cenā iekļauts</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Programma „Havisas Noslēpumi Sapņu Īstenotājiem” + izdales materiāli, darba burtnīca praktisko vingrinājumu veikšanai;</li> <li>• Gultas vieta villā “Nelly” Spānija, Tossa de Mar 7 dienām;</li> <li>• Kafijas, tējas pauzes starp lekcijām un vingrinājumiem</li> </ul>  |
| <b>Atteikuma gadījumā</b> | <b>Atteikuma gadījumā tiek ieturēti:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 110EUR avanss – atsakoties līdz 28.02.2016.</li> <li>• Atsakoties no 01.03. - 28.04.2016. – 220EUR;</li> <li>• Atsakoties no 29.04.2016. – 100% no summas.</li> </ul>   |

**Vai esat gatavi sākt? Rezervējiet savu vietu! Jūsu sapņu īstenošana sākas ŠODIEN!**

**Informācija un pieteikšanās: tālr. 29857838, [ritaivanova@kaizen.lv](mailto:ritaivanova@kaizen.lv), Rita Ivanova**

**[www.kaizen.lv](http://www.kaizen.lv)**

\*Ritrīta organizētāji patur tiesības mainīt ritrīta norises kārtību, ja rodas tāda nepieciešamība, par to atsevišķi informējot katru dalībnieku