# ÚT A BIZALOMBA

Egy kiszámíthatatlan utazás, amelyben nem a programot tervezzük meg, hanem teret adunk annak, ami történik.

*„Nem ígérek megtervezett utat. Azt ígérem, hogy végig ott leszek, miközben te magad rátalálsz arra, amit eddig kontrollal takartál el.”*

**Első 3 résztvevő számára: kísérleti, adományalapú forma**

A kísérő repülőjegyének költsége a résztvevőt terheli. A folyamat díja az út végén, szabadon választott adomány.

# Mi ez?

**Az Út a bizalomba nem hagyományos nyaralás, nem szervezett körút és nem all-inclusive élmény.** Ez egy közösen vállalt, tudatosan kiszámíthatatlan utazás, amelynek célja, hogy kiszakadj a megszokott kontrollból, és közvetlen tapasztalatot szerezz arról, milyen jelen lenni akkor is, amikor nem tudod előre a következő lépést.

A keret egyszerű: tudjuk, melyik országba indulunk, és előre egyeztetjük az időtartamot. A repülő indulása lehet fix pont. Minden más - szállás, étkezés, napi útvonal, program, tempó - az út során alakul. Ha van egy város vagy célpont, amit szeretnél elérni, abba az irányba haladunk, de nem percre és napra megtervezve.

> *Nem az a kérdés, hogy pontosan mi fog történni. Az a kérdés, hogyan vagy jelen abban, ami történik.*

# Miért született meg?

A koncepció egy több hónapos, saját tapasztalatból nőtt ki. Egy olyan utazási formából, ahol sokszor nem volt előre lefoglalt szállás, nem volt részletes útiterv, és a következő lépés sem volt biztos. A tapasztalat lényege nem a nélkülözés volt, hanem annak újra és újra történő megtapasztalása, hogy a nehéz, bizonytalan helyzetekben is lehet jelen lenni, dönteni, segítséget kérni, kreatív megoldást találni és továbbmenni.

# Mit keresünk ezen az úton?

- a kontrollhoz való viszony megfigyelését és lazítását;
- a túlgondolás helyett a közvetlen tapasztalatot;
- a jelen pillanat apró örömeinek észrevételét;
- a saját határok, félelmek és működések felismerését;
- annak megtapasztalását, hogy kevés kapaszkodó mellett hogyan döntesz, kérsz, adsz, bízol és haladsz tovább.

# Hogyan néz ki a keretrendszer?

| FIX / ELŐRE EGYEZTETETT | SZÁNDÉKOSAN NYITVA HAGYOTT |
|---|---|
| személyes konzultáció indulás előtt | szállás |
| célország és várható időtartam | étkezés |
| a kísérő repülőjegyének rendezése | napi program |
| napi kb. 2 óra befelé fordulás | közlekedési útvonal és tempó |
| jogszerű, másokat nem károsító működés | az, hogy az adott napon pontosan hová jutunk el |

# A napi belső munka

A teljes út önmagában belső munka, de emellett naponta körülbelül két órát kifejezetten arra szánunk, hogy megálljunk és befelé forduljunk. Ez lehet csend, légzésfigyelés, meditáció és az aznapi tapasztalatok

integrálása. Ha egy helyzet különösen zaklatottá tesz, előfordulhat, hogy menet közben is megállunk és visszatérünk a jelenhez.

A cél nem az, hogy „jól teljesíts” a meditációban, hanem hogy észrevedd: mi történik benned akkor, amikor nincs azonnali menekülőút a megszokott gondolkodási mintákba.

## Döntések és a kísérő szerepe

A döntéseidet alapvetően te hozod meg. Én nem azért vagyok melletted, hogy helyetted oldjam meg az utat, hanem azért, hogy amikor segítséget vagy nézőpontot kérsz, legyen melletted valaki, aki már élt hasonló körülmények között, és aki segít visszatérni ahhoz, ami ténylegesen történik - nem ahhoz, amit a félelem előrevetít.

A szerepem inkább kísérő és tértartó, mint klasszikus túravezető. Ha eltévedsz, elakadsz, feszült vagy, dühös leszel vagy kétségek jelennek meg, nem tekintjük automatikusan hibának: ezek éppen annak a folyamatnak a részei lehetnek, amiért elindultunk.

## Telefon, pénz és kapaszkodók

A pontos kereteket mindig az indulás előtti személyes konzultáción állítjuk be, az adott országhoz és a résztvevőhöz igazítva. Az alapelv: a mindennapi kényelmi kapaszkodókat tudatosan csökkentjük, de nem vesszük el a résztvevő alapvető önrendelkezését.

**Telefon:** Okostelefon lehet nálad vagy nálam megőrzésre, az előre egyeztetett keret szerint. Fotózásra vagy szükséges kapcsolattartásra használható. A cél az, hogy ne a telefon legyen az első menekülési út minden bizonytalan helyzetben.

**Pénz:** Minimális induló készpénzzel számolunk, amelynek összegét az adott ország árszintje alapján egyeztetjük. Az út során jogszerűen szerzett pénzzel vagy kapott segítséggel a résztvevő maga gazdálkodhat.

**Megoldások:** Munka, alkalmi segítség, saját készség felajánlása, vendégszeretet vagy más jogszerű megoldás szóba jöhet. Lopás, megtévesztés, kényszerítés, mások vagy önmagunk szándékos veszélyeztetése nem része a koncepciónak.

## Mit hozol magaddal?

Nincs univerzális csomaglista. Az útlevél/utazási okmányok és az adott ország belépési feltételei természetesen szükségesek. A ruházatot és a felszerelést a célország szerint beszéljük át. A döntés azonban a tiéd: jöhetsz könnyű hátizsákkal vagy nagyobb csomaggal is. A csomagod következményeit - a súlyát, kényelmét, kötöttségeit - te tapasztalod meg.

## Mi történhet az út során?

- Bizonytalanság, feszültség, harag vagy ellenállás jelenhet meg.
- Lehet, hogy olyan megoldást kell találnod, amelyet otthon nem választanál elsőre.
- Lehet, hogy segítséget kell kérned vagy elfogadnod.
- Lehet, hogy valami teljesen másképp alakul, mint ahogy indulás előtt elképzelted.
- És lehetnek olyan egyszerű, erős pillanatok, amelyekre évekkel később is emlékezni fogsz.

## Fontos: önkéntesség és biztonság

**A kihívás szándékos. A kiszolgáltatottság nem lehet kényszer.** Az út előtt közösen rögzítjük a kereteket, de a beleegyezés nem visszavonhatatlan. A résztvevő bármikor jelezheti, ha egy helyzetet nem vállal. Valós fizikai veszély, súlyos sérülés, jogi probléma vagy más rendkívüli körülmény esetén a kaland helyett a biztonság az első.

Ez azért fontos, mert a program lényege nem az, hogy valaki ne tudjon kilépni, hanem az, hogy a megszokott kapaszkodók nélkül is megtapasztalja a saját döntési képességét. A vállalt időtartamot komolyan vesszük, de nem írja felül a résztvevő önrendelkezését vagy az alapvető biztonságot.

## Mi ez - és mi nem?

| EZ AZ ÚT | NEM EZ AZ ÚT |
|---|---|
| jelenlét- és tapasztalatalapú folyamat | pszichoterápia vagy egészségügyi kezelés |
| kísért, de nem előre megszervezett utazás | klasszikus idegenvezetés vagy csomagtúra |
| önismereti kihívás a komfortzónán kívül | garancia arra, hogy pontosan milyen belső változás történik |
| valódi döntések és valódi következmények | szándékos veszélykeresés vagy törvénysértés |

## Kinek szól?

Annak, akit ez a gondolat egyszerre vonz és kicsit meg is ijeszt. Annak, aki kíváncsi arra, mi történik vele, amikor nem tud mindent előre. Nem szükséges „spirituálisnak” lenned, és nem kell bizonyítanod semmit. A legfontosabb, hogy saját döntésből akarj részt venni, és hajlandó legyél találkozni azzal, ami az út közben feljön benned.

## Kísérleti kör - az első három résztvevő

Ez a forma most indul először úgy, hogy egy másik embert kísérek végig ezen az úton. Maga a bizonytalan utazási mód azonban nem elmélet számomra: hónapokon át éltem így több országon keresztül. Az első három alkalom célja, hogy valódi tapasztalatot szerezzek arról, hogyan működik mindez kísérőként, és a résztvevők visszajelzései alapján kialakítsam a későbbi, fix árazású programot.

**Díjazás az első három alkalommal:** adományalapú. A kísérő oda-vissza repülőjegyét (vagy az előre megbeszélt utazási költségét) a résztvevő fizeti. A folyamat végén te döntöd el, hogy maga a kísérés számodra mennyit ért.

## Az indulás előtti személyes konzultáció

Minden út egy személyes beszélgetéssel kezdődik. Itt tisztázzuk a célországot, az időtartamot, az indulás várható időpontját, az adott ország éghajlati és belépési feltételeit, a telefon- és pénzkeretet, valamint azt, van-e olyan konkrét hely, amit szeretnél elérni.

Ez nem részletes útiterv készítése. Arra szolgál, hogy mindketten tudjuk, milyen játékteret vállalunk, miközben maga az út nyitva marad.

# Gyakori kérdések

**Hol fogunk aludni?**

Nem tudjuk előre. Az út egyik lényegi eleme, hogy a szállást menet közben oldjuk meg.

**Lesz előre lefoglalt program?**

Alapesetben nem. Ha van egy konkrét célpont, afelé haladunk, de a köztes út és időzítés szabadon alakul.

**Mi történik, ha elfogy a pénz?**

A helyzetből indulunk ki, és jogszerű megoldásokat keresünk: segítségkérés, munka, saját készségek felajánlása vagy más, helyben adódó lehetőség.

**Mi van, ha dühös leszek rád?**

Lehet ilyen. A feszültséget nem tekintjük automatikusan kudarcnak. Megállunk, dolgozunk vele, és a napi belső munka ilyenkor különösen fontos.

**Mi van, ha eltévedünk?**

Akkor abból dolgozunk, ami van. Az eltévedés sokszor maga is része annak, hogy új döntéseket kell hozni.

**Mi van, ha haza akarok menni?**

Először megvizsgáljuk, mi történik benned, és nem reagálunk automatikusan az első félelemre vagy ellenállásra. Ugyanakkor a részvétel önkéntes: a végső döntés a sajátod.

**Mit garantálsz?**

Konkrét pszichés vagy életvezetési eredményt nem lehet felelősen garantálni. Azt vállalom, hogy jelen leszek, tartom az előre egyeztetett keretet, és a saját utazási tapasztalatommal kísérlek végig a folyamaton.

# A lényeg egy mondatban

*„Nem ígérek megtervezett utat. Azt ígérem, hogy végig ott leszek, miközben te magad rátalálsz arra, amit eddig kontrollal takartál el.”*

**Ha ezt olvasva egyszerre jelenik meg benned a kíváncsiság és a félelem, lehet, hogy érdemes beszélgetnünk.**

Jelentkezés: személyes konzultációval indul.

**Megjegyzés:** A dokumentum bemutatkozó és tájékoztató anyag, nem jogi szerződés. Nem helyettesíti az adott ország beutazási, biztosítási, munkavégzési és egyéb jogi feltételeinek ellenőrzését. Fizetős szolgáltatásként történő későbbi működtetés előtt külön részvételi feltételek és jogi ellenőrzés javasolt.