

# Südindien Kerala – eine Reise zum SELBST

2. bis 17. Jänner 2009

## ERWACHEN und LACHEN

Erlebe eine ungewöhnliche Reise zu deinem Selbst  
mit neuen inneren und äußeren Abenteuern



### Unsere äußere Reise.....

...führt uns durch eine landschaftlich äußerst reizvolle Gegend in Kerala. Nach unserer Ankunft in Cochin werden wir uns in einem schönen Ressor bei den Backwaters aufhalten. Dort wird der erste Teil unseres Seminars sein. Weiter geht's - nach einem Besuch bei Amma in ihrem Ashram – mit dem Hausboot hinunter nach Varkala.

Varkala mit seinem weißen Sandstrand und seinen spektakulären Kliffs ist ein Ort großer religiöser Bedeutung.

Hier wird in den ersten Tagen der zweite Teil unserer inneren Arbeit stattfinden und ebenso ausreichend Zeit für Urlaub und Erholung sein. Wenn du möchtest, kannst du an unseren Aufenthaltsorten zudem Ayurveda-Behandlungen erhalten und an Yoga-Stunden teilnehmen.

Die äußere Reise nach Indien unterstützt uns enorm, Gewohntes zu durchbrechen und durch neue äußere Sinneserfahrungen in ungewohnte Erlebnisse einzutauchen! Indien ist eine Einladung im eigenen Herzen ganz anzukommen.

### Seminarinhalte

Selbstrealisation – Selbstliebe - die Intelligenz des Herzens mit seinem inneren Klang entdecken - kreatives Manifestieren

In dieser inneren Reise geht es, kurz gesagt, um die Befreiung deiner geistigen Begrenzungen und die volle Entfaltung deines menschlichen individuellen Potentials. Es ist die Rückverbindung zu unserem ureigensten Wesenskern, die Bewusstwerdung und das Heil- und Ganz-Werden.

Genau dadurch kommen wir in unser selbstverantwortliches Handeln und erlangen Meisterschaft über das eigene Leben. Wir erschaffen eine Wirklichkeit, die unseren höchsten Vorstellungen entspricht!

### Methoden

- Spirituelle Bewusstseins- und Aufstellungsarbeit
- Innere Arbeit und Selbstforschung, zB mit „the work“ v. Byron Katie
- Aspekte aus der Gewaltfreien Kommunikation nach M.B. Rosenberg
- Aktive Meditation
- Klangtherapie

## Reise- und Seminarkosten

Flug, Transfers, Ausflüge, Hausboot, Unterkunft (ohne Verpflegung)

-Reise mit Flug **2.190 Euro**  
-Reise ohne Flug **1.190 Euro**

## Preise garantiert bei Anmeldung bis 1. September 08

Wenn du insgesamt 2.500,-- Euro einplanst, kannst du dich noch dem indischen Shoppingrausch hingeben und die herrliche südindische Kerala-Küche genießen.

## Gruppengröße

mind. 6, max. 10 Personen

## genauere Informationen

zu Anmeldung und Reiseorganisation schicken wir auf Anfrage gerne zu

## Seminarleitung

Birgit Mitra Hummer  
hat bereits mehrere Gruppen durch Seminarreisen in Indien geführt und arbeitet als systemische Aufstellungsleiterin, Maltherapeutin, Trainerin in GFK und spiritueller Coach

Martin Nado Wechselberger  
Lebensbegleiter, Sozialbetreuer, Klangtherapeut und Meditationslehrer – mit einer Liebe zu Indien und der Wahrheit

## Organisation

Andrea Haneder - [office@viverde.at](mailto:office@viverde.at)  
0043 (0)660 34 82 416 (mobil)  
0043 (0)7942 73452 (fest + fax)



**Mitra**



**Nado**



**Andrea**