

Retreat-Seminar in Auroville (Südindien)

Von 22. bis 31. Januar 2017:

Seminarleiterin Egle Borchardt (geb. 1977 in Litauen), Studium in Deutschland (Philosophie und Bildungswissenschaften), Ausbildung im Yoga und energetischem Heilen. Kontakt: egle.mohini@gmail.com Tel.: +49-1575-1102210

Ankunft nach und Unterkunft in Auroville, Indien:

Ausführlicher zur Ankunft können Sie [hier](#) nachlesen. Wenn Sie bei irgendetwas Hilfe benötigen, teilen Sie uns das bitte mit. Unterkunft findet im [Center Guest House](#) statt.

- Im Gasthauspreis sind enthalten: Zimmer, Fahrrad, Pflichtbeitrag für Auroville (ca. 2€/Tag für die Infrastruktur), Wäscherei, Frühstück und Abendessen im CGH, Einzelzimmer in kleinen Häuschen mit Bad im Freien

Nicht enthalten ist das Mittagessen da man an vielen verschiedenen Orten in Auroville z.B. Visitor's Center, Solar Kitchen, Morgans Cafe, usw. sich etwas nach seinem Geschmack aussuchen kann.

Die Kosten für das Essen und die Unterkunft für die 10 Tage betragen ca. 25 bis 30 € pro Tag (je nach dem Wechselkurs). Wenn Sie länger bleiben möchten, sollten Sie uns schnell für die Extra-Buchung des Zimmers informieren, da in dieser Zeit die Gasthäuser ziemlich ausgebucht sind. Es ist möglich, ein Zimmer zu bekommen mit angeschlossenem Badezimmer für 35 bis 40 € pro Tag.

Die Gesamtkosten für die Unterkunft werden rund 300 bis 360 € für 10 Tage sein. Sie sind direkt an das Gästehaus zu entrichten. Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen. Ein Vorschuss von 150 Euro für die Anmeldung wird vom Gasthaus gebeten.

Zum Seminar „Und ein neues Leben beginnt...“:

Das Hauptziel dieses Seminars ist, dass Sie, unabhängig von irgendwelchen Lehren, Gurus und Methoden, Ihre eigene außergewöhnliche Erfahrung MACHEN und den Kontakt zu den anderen Ebenen des Daseins herstellen, dass Sie Ihren einzigartigen und authentischen Weg entdecken und als ein anderer Mensch zurück in das alte Leben kehren. Nach dem Seminar sollten Sie in der Lage sein bestimmte Übungen und Methoden anzuwenden, um Ihre Realitäten umzugestalten und neue zu erschaffen.

So wie es auch mir ein Mal erging, als die erste Erfahrung machte und das ganze Leben sich veränderte, so möchte ich jedem Menschen behilflich sein, diese erste Erfahrungen wirklich zu erleben und nicht nur darüber zu lesen.

Das Seminar findet in einer kleinen Gruppe von 6 Teilnehmern statt.

Die Bausteine der täglichen Praxis während des Seminars sind folgende:

- kurze Einführung zum Thema Integraler Yoga (die Synthese und die Essenz von allen Yogaarten) und Auroville (nach Wunsch)
- leichte physische Übungen (Asanas), um mehr Bewusstsein und Gefühl für den Körper zu erlangen
- begleitete Meditation
- Kurze Einführung in das Yoga der Zellen
- Yoga Nidra der Tiefenentspannung und des bewussten Schlafes
- Atemübungen (Pranayama) für die Steigerung der geistigen Kraft und der Funktionen des Gehirns
- Kriya Yoga (Reinigung des Systems)
- Bestimmte Übungen, um die Heilungsprozesse zu aktivieren
- Erlernen der Methoden, die man praktisch später im Leben anwenden kann, um die Energie zu steigern und angestrebte Ziele zu erreichen
- Übungen zur Hilfe bei neuen Zielsetzung und Lebensgestaltung
- Treffen mit einigen Menschen, die Ihren einzigartigen Weg schon betreten haben
- Eingehen auf die Problematik der Teilnehmer und mögliche Lösungswege (wenn die Zeit es gestattet oder privat)

Die Aktivitäten richten sich nach Ihren Wünschen und der gesamten Gruppendynamik und Stimmung. Die Praxis, je nach den Wünschen der Teilnehmer kann 3 bis 5 Stunden dauern am Stück oder vormittags und nachmittags. Sie brauchen auf jeden fall etwas Freizeit, um Auroville zu entdecken und auch die Materialien des Seminars zu verarbeiten und zu praktizieren.

Teilnahmegebühr: 400 €

Herzlich willkommen!

Wenn Sie mehr Informationen zum Seminar und Auroville haben, kontaktieren Sie mich bitte, um das persönlich zu besprechen.