

*„Jeder Mensch braucht ab und zu ein wenig Wüste“*



# Glück

kann man lernen

**14 Tage Namibia-Intensiv-Seminar 15. bis 28.1.2012**

**Stille und Erkenntnis in Namibia: Wüsten und andere hochenergetische Plätze.**

In der unendlichen Stille der Wüste nimmt man ganz sanft den Pulsschlag der Welt wahr. In der Natürlichkeit, die uns dort umgibt, hören wir unsere innere Stimme, die in unserem Alltagsleben kaum zu Wort kommt. Und dann, wenn sich der Sternenhimmel über uns entfaltet, werden unsere Gedanken frei. Unser Kopf ganz leer. Und unsere Gefühle und unser innerstes Sein dürfen an die Oberfläche. So, dass wir uns als Ganzes wahrnehmen und spüren können. Endlich.

**Nur wer von Zeit zu Zeit die durch ein Zuviel an Informationen und Eindrücken aus allen Nähten platzende eigene „Festplatte“ leert, schafft Raum für Neues. Dieser Raum ist Voraussetzung, um Glück zu lernen. Nirgendwo geht das leichter als in der Wüste.**

Die Exklusivität dieser Reise liegt im energetischen Luxus. Wir verbringen Tages- und Nachtstunden an ganz besonderen Kraftorten, nächtigen auf einsam gelegenen Campingplätzen teilweise mitten in Nationalparks und erleben den einen oder anderen Sonnenaufgang am Gipfel einer roten Sanddüne sitzend. Ganz ohne vorbeiziehende Touristenscharen. Bei unserer Suche nach dem eigenen Ich spüren wir die Energie ganz besonderer Plätze, erleben die unendliche Weite des Sternenhimmels, die Wärme des Lagerfeuers und die Stille zwischen den Dünen.

Die Wüste wird zu unserer Quelle für Lebensenergie, bietet uns einen natürlichen Seminarraum und dient uns als „Prozessbeschleuniger“ für den inneren Wandel.

Anfang 2011 war ich wieder einmal alleine in der Wüste in Namibia unterwegs. Ich schleppte einen **Rucksack voll nutzloser Dinge** durch die Wüste, dabei war nach einigen Tagen eigentlich nur noch eine Sache von elementarer Bedeutung: Wasser! Und bald stellte ich mir eine entscheidende Frage: **Was ist das Wasser meines täglichen Lebens?**



## Wüste bedeutet:

**Allein sein, loslassen, Leere spüren, sich auf das Wesentliche konzentrieren.**

Die Erkenntnis: **Vieles von dem, was wir mit uns herumschleppen, ist ohne Bedeutung.** Wer sich auf die unendliche Weite der Wüste einlässt, auf absolute Stille und die Klarheit des nächtlichen Sternenhimmels, wird den Atem und den Herzschlag der Erde spüren, wird sich selbst wieder besser spüren, inneres Lächeln und tiefe innere Ruhe empfinden.



Meine Wüsten-Intensiv-Seminare geben Ihnen Raum und Zeit, Emotionen, Gefühle und Ängste loszulassen, das fortwährende Geplapper im Kopf zur Ruhe kommen zu lassen, neue Kraft zu tanken und intensiv zu spüren, was in Ihrem Leben wirklich wichtig ist.

**Fassen Sie den Mut, im Getöse des Lebens einen neuen, individuellen Weg zu gehen, auf dem ich Sie gerne mit meinen persönlichen Erfahrungen unterstütze und begleite.**

**Folgen Sie der Stimme Ihres Herzens und gewinnen Sie, was wir in unserer hektischen Zeit verloren haben:**

**Ruhe, neue Energie und den Kontakt mit der Natur und dem eigenen Selbst.**



# Lernen Sie

die Wunder Namibias und die Wunder in Ihnen selbst kennen.

Während des Seminars und der geführten Rundreise zu besonders energetischen Plätzen und Wüsten Namibias ist mir das „sowohl als auch“ wichtig, das heißt: Sowohl Seminar, zu sich kommen, die Stimme des eigenen Herzens verstehen lernen, Glück erlernen, als auch die wundervollsten Kraftorte Namibias zu besuchen und dort zum Energietanken zu verweilen.

In den **täglichen Seminarstunden** werden Sie viele Methoden kennen lernen, die ich während der letzten fünfzehn Jahre als Trainer der Österreichischen Segelflug-Junioren-Nationalmannschaft und als Coach von Top-Managern verwendet und teilweise selbst entwickelt habe: **DHE, NHR, PM, Tiefenentspannung, Matrix, Atemtraining, Zen-Meditation, Qi Gong, Embracing etc.**

## Inkludierte Leistungen:

Seminar und geführte Rundreise, Flughafentransfer von und nach Windhuk Airport, Moderne Allradfahrzeuge mit Klimaanlage, Eintrittsgebühren in verschiedene Nationalparks. Alle Nächtigungen (zwei Übernachtungen in exklusiven Hotels oder Lodges, alle anderen in unseren Bushcampern, Dach oder Boden-Zelten, siehe Fahrzeugoptionen), Campinggebühren sowie die Verpflegung während der Reise (bei Voranmeldung auch vegetarisch möglich). Da unsere Energieplätze meist fern von luxuriösen Lodges gelegen sind, verbringen wir nicht nur Tage sondern auch viele Nächte an solch magischen Orten. Dazu haben wir spezielle Allradfahrzeuge gewählt, die uns sicher und klimatisiert dorthin bringen und auch unsere Schlafplätze mitführen.

## Für die Reise gibt es drei Fahrzeug-Optionen:



1) Geländewagen mit vier großen, komfortablen Bodenzelten mit wunderbar weichen Unterlagsmatten, die perfekte Wahl für echte Naturliebhaber. Euro 2990 pro Person.



2) Geländewagen mit zwei Dachzelten für insgesamt 2 bis 4 Personen. Die Dachzelte befinden sich, wie der Name schon sagt, am Dach der Allradfahrzeuge und sind über eine Leiter ganz bequem zu erreichen. 3490 Euro pro Person.



3) Bushcamper, also kleine geländetaugliche "Wohnmobile" für 2 Personen mit Doppelbett, Kochgelegenheit, Eckbank, Kühlschrank, chemischer Toilette und Außendusche. 3990 Euro pro Person bei Zweiernutzung.

Geben Sie Ihre Wahl bitte bei der Buchung bekannt.



**Reisepreis je nach gewählter Fahrzeugoption inkl. aller oben erwähnter Leistungen zuzüglich Flug von und nach Europa.**

**Flüge idealerweise mit Air Namibia ab Frankfurt: Abflug 14.1. abends, Ankunft Windhoek/Namibia 15.1. morgens. Rückflug 28.1.abends, Ankunft Frankfurt 29.1.**

**Maximal 12 Teilnehmer.**