



20 Jahre

VisionsWerkstatt

3 *The Work & Ayurveda*

Bewusst Seins Erheiterung

Befreiung für Geist & Körper

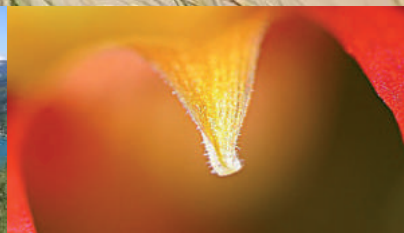
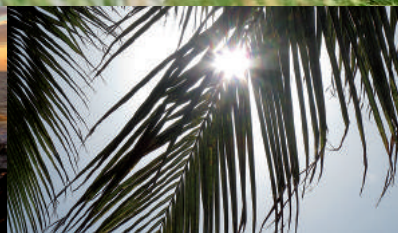
15. - 20. August 2023

Weyregg am Attersee / OÖ

15. - 22. November 2023

La Palma / Kanaren

www.visionswerkstatt.com



Bewusst Seins Erheiterung

Bewusst Seins Erheiterung = Bewusstseins-Erweiterung mit Leichtigkeit und Genuss

Wir verbinden in dieser Woche die Essenz aus unserer beiden Welten, die Erkenntnisse aus 25 Jahren

Gesunder Geist

Durch das Wiederfinden und Wahrnehmen unserer tiefsten Quelle erleben wir eine Verbindung mit unserem Kern, unserer inneren Weisheit, mit dem höchsten Bewusst-Sein in und um uns.

Wenn wir auf dieser Ebene in Schwingung kommen, erleben wir die Verbundenheit mit unserer Seele. **Diese Verbundenheit ist letztendlich unsere höchste Vision im Leben.**

Eine wichtige Basis für Verbundenheit ist unser Denken. Mit Hilfe der Methode **The Work** von der spirituellen Lehrerin Byron Katie können wir unsere begrenzenden negativen Gedanken und Glaubenssätze über uns und andere Menschen überprüfen und zu einer neuen befreienden inneren Wahrheit verwandeln.

Die Wirkung der Übungen erleben wir unmittelbar. Meist sehr berührend, oft verblüffend und auch erleichternd bis erheiternd.

In diesem Retreat (= spirituelle Auszeit) werden wir Verbundenheit auch erleben durch

- Ruhe – Individualität – Rückzug – Stille – Natur
- Urlaub – Wärme – Sonne – Sinnlichkeit – Genuss
- Gemeinschaft – Freude – Leichtigkeit – Leben – Lieben – Lachen

Gesunder Körper

Ayurveda, auch Urmutter der Medizin genannt, ist eine jahrtausendealte Gesundheitslehre aus Indien. Ayus - das Leben - Veda - die Wissenschaft/Weisheit. Ayurveda ist somit das Wissen vom Leben.

Ayurveda zeigt uns, wie verbunden wir Menschen mit der Natur und ihren Gesetzen sind. Eine Lehre der Lebenszusammenhänge, mit denen wir in Einklang leben sollten, um ein langes, gesundes und glückliches Leben führen zu können.

Diese **ganzheitliche Wissenschaft**, in der es in erster Linie darum geht, Gesundheit zu fördern anstatt Krankheiten zu bekämpfen, umfasst zahlreiche Lebensthemen wie Ernährung, Lebensführung, Ethik, Massagen, Yoga, Architektur, Meditation, Schulung des Geistes, Bejahung des eigenen Körpers, Entgiftung und auch die Entwicklung von Sinnfindung und Lebenszielen.

Wir kommen in tiefe Verbindung mit uns und unserer eigenen Kraft, in ein neues Geerdet Sein, in unsere Selbstermächtigung und Selbstverantwortung.

So führt uns **Ayurveda** zu einem umfassenden Verständnis des Lebens und somit **zur Gesundheit für Geist & Körper.**

Danke an Wolf Sugata Schneider
für die Namensinspiration:
bewusstseinerheiterung.info



Begleitung

Günther Josef Stockinger MAS.

Seminarleiter, VisionsCoach, Spiritueller Begleiter
www.visionswerkstatt.com

Barbara Kobler

Co-Begleitung, Ayurveda-Praktikerin, Dipl.Pädagogin,
Mal- & Gestaltungstherapeutin, www.casa-viva.eu



Spirituelles Retreat



Attersee - Tag für Tag

- 1. Tag: Deinen Raum für Wunder öffnen** (Beginn 15h)
- 2. + 3. Tag: Befreiung Deiner Grenzen** (mit The Work)
- 4. Tag: Stille spricht - Weg des Herzens**
- 5. Tag: Die tägliche Praxis**
- 6. Tag: Nachgespräch**

Inhalte siehe „La Palma - Tag für Tag“

La Palma - Trauminsel und Kraftplatz

La Palma ist durch die vulkanische Energie und die Kraft des Meeres ein idealer Ort für eine Auszeit. Die Unesco zählt La Palma als grünste Kanareninsel zu den drei schönsten Inseln der Welt („La isla bonita“). Unterstützt von mildem Klima und dieser geomantischen Kraft arbeiten wir meist im Freien unter Palmen.

Das Klima auf La Palma ist auch im Winter sommerlich und erlaubt fast immer das Schwimmen im Meer.

Täglich

- Sanfte Morgenaktivierung & Schwimmen im See/im Meer
- Morgenmeditation

Weiters Inkludiert

1 x Ayurvedische Genuss-Massage pro Teilnehmer*in

La Palma - Tag für Tag

Anreise. Ankommen. Loslassen.

Gemeinsames Abendessen am Meer.

1. Tag: Deinen Raum für Wunder öffnen

 (Beginn 15h)

- Du verbindest dich mit einer höheren Kraft und öffnest den „Raum für Wunder“ mit Werkzeugen aus „Ein Kurs in Wundern“©. Du bearbeitest damit deine mitgebrachten privaten und beruflichen Themen und Anliegen.

- Einführung in die Lehre des Ayurveda

Wir sprechen über das Universum mit seinen 5 Elementen und den, sich daraus ergebenden drei Regelsystemen - den Doshas Vata, Pitta, Kapha und wie diese deinen Organismus bestimmen.

2. + 3. Tag: Befreiung Deiner Grenzen

- Du überprüfst deine Gedanken, Überzeugungen und Glaubenssätze, die dich von Glück und Gesundheit trennen. Mit der Methode „The Work“ löst du innere Begrenzungen auf und kommst zu einer neuen Wahrheit. Du vergibst dir Selbstkritik und Schuld und auch anderen. Du wirst frei.

- Ayurveda- Ernährung

Wir sprechen über typen-spezifische Nahrungsmittel und wie wir ein inneres Ungleichgewicht wieder in Balance bringen.

4. Tag: Stille spricht - Weg des Herzens

Du erfährst Verbundenheit in der Natur auf deinem intuitiven „Weg des Herzens“ in Stille. Du findest Zeichen und Hinweise und damit mehr Klarheit für dich und deinen Weg im Leben.

5. Tag: Die tägliche Praxis

Du sammelst Werkzeuge und Anker, um in deiner „Bewusst Seins Erheiterung“ und Verbundenheit auch im Alltag zu bleiben, ergänzt mit praktischen Tips für die ayurvedische Tagesroutine.

6. Tag: Fahrt zu Delfinen und Walen

Du verstärkst deine Verbundenheit durch die spielerische Begegnung mit Delfinen und Walen auf dem offenen Meer.

3 - 4 Wochen nach dem Seminar: Telefonisches Nachgespräch





Seminarpreis: Bestimme deine Wertschätzung

Bei diesem **Retreat** geben wir dir die Möglichkeit einer **freien Wertschätzung** innerhalb eines Rahmens von € 800 bis € 1.200. Bei Anmeldung ist als 1. Rate der Mindestbetrag von € 800 zu begleichen. Die 2. Rate entscheidest du am Ende des Seminars nach deinem freien Ermessen- je nach Erfolgsgefühl, Zufriedenheit und deinen Möglichkeiten. (Teilzahlung möglich)

Seminarpauschale: € 100 für Seminarraum/Pausenbuffet/Getränke

Inkludiert: Vorbereitung, 5 Tage Seminar, 1 Ayurvedische Massage, Fotos, Nachgespräch

Gruppe: Kleingruppe mit persönlicher Betreuung - ab 2 bis max. 8 Teilnehmer*innen.

Attersee

15. - 20. August 2023

Weyregg am Attersee / OÖ

VisionsWerkstatt - Seminarraum mit Blick auf den See
Wachtbergstraße 11:11, 4852 Weyregg am Attersee
www.visionswerkstatt.com/kontakt

Unterkunft & Verpflegung

Die Übernachtung ist frei wählbar, Hotelliste wird zugesandt.
Preise: ca. € 40-70 pro Nacht inkl. Frühstück (Einzelzimmer)
Mittag/Abend-Verpflegung in den Restaurants im Ort und am See.
<https://attersee-attergau.salzkammergut.at> (Weyregg)



VisionsWerkstatt

Information - Beratung - Anmeldung

Günther Josef Stockinger, Tel: +43 (0)699 10385444

Barbara Kobler, Tel: +43 (0)664 2130716

www.facebook.com/VisionsWerkstatt

www.visionswerkstatt.com

Flugpartner La Palma:

Indigourlaub, +43-(0)732-272810



La Palma

15. - 22. November 2023

La Palma / Kanaren

Unser Seminarhaus „Strandhaus“ befindet sich in traumhafter Lage direkt am Meer in einem schönen Palmengarten mit besonderem Flair. Der Strand Charco Verde liegt nur wenige Minuten zu Fuß entfernt. Der Pool ist umgeben von einem Garten mit Liegen und Palmen mit wunderbarer Sicht auf den blauen Atlantik.

Die Appartements liegen nur wenige Geh- oder Autominuten entfernt und haben Wohn-Küche, Schlafzimmer, Bad/WC, Terrasse und meist Meerblick.

€ 200,- bis 300,- Appartement Doppel, je nach Größe und Lage
€ 400,- bis 500,- Appartement Einzel, je nach Größe und Lage
8 Tage / 7 Nächte in Selbstversorger-Ferienappartements.
Verpflegung in den nahe gelegenen Restaurants und am Strand.

Flüge € 400,- bis € 500,- (je früher desto günstiger!)

Direkt ab München, Stuttgart, Frankfurt, Düsseldorf, Hamburg, Zürich.
Ab Wien oder Berlin mit kurzem Umsteigen in Madrid oder Teneriffa.

Nebenkosten auf La Palma

Leihwagen € 50 bis € 75 p.P./Woche (inkl. Flughafen, Wanderung)

Delfin-Bootsfahrt € 80-100 p.P. (4 Stunden, inkl. Essen & Getränke)