



2 Wochen-

Intensiv Retreat Reise nach Marrakesh und in die Wüste Sahara,

Montag 8. Mai 2023 - - Montag 22. Mai 2023

mit Prof. Dr. Michael von Brück und Inka Jochum

HEILUNG UND SCHÖNHEIT

Meditationen und Reflexionen Erfahrung und Austausch...seelisch wachsen ohne zu müssen

Heilung unserer Herzen und Heilung unserer Mitwelt sind zwei Seiten einer einzigen Lebenspraxis, die wir neu lernen können, um innere Zufriedenheit und letztlich Frieden in und mit uns selbst zu finden. So können wir erfüllter leben. Das Seminar wird praktisch zeigen, wie dies möglich ist. Wir werden christliche und buddhistische Praxis und Mystik erfahren, sowie die Poesie (Rumi, Goethe usw.) kennenlernen, um ein intensiveres Leben durch Schönheit und Lebendigkeit Gestalt werden zu lassen. Keiner ist zu alt, um hier wesentliche Impulse zu lernen. Schätze ganz unterschiedlicher Kulturen und Religionen kommen heute zusammen, damit wir endlich weiser werden ...

Wir wollen sowohl therapeutische als auch ästhetisch-künstlerische Praxis kennenlernen, miteinander austauschen und in der wunderbaren Natur und Kultur Nordafrikas genießen. Diese Gegend der Welt ist seit der griechisch-römischen Antike Teil unseres Kulturraumes und doch ein wenig fremd. Das Fremde stimuliert uns, das Heimische gibt uns Geborgenheit.

„Was Du ererbt von deinen Vätern, erwirb es, um es zu besitzen.“ (Goethe)

Besitz in dem Sinne, daß wir uns inspirieren lassen für unsere Geistes- und Lebensschulung.

Themen, die jeweils aus Perspektive des Zen sowie der christlich-europäischen Mystik und Ästhetik betrachtet werden:

1. Körperliche und seelische Gesundheit
2. Schönheit als Prinzip der Evolution – Evolutionsbiologische Betrachtungen
3. Schönheit im Auge, im Ohr, in der Bewegung des Tanzes (Bildende Kunst, Musik, Tanz)
4. Poesie und Mystik
5. Schönheit und Wahrheit (Friedrich Schiller)



Flugzeiten mit Austrian Airlines (OS) / Lufthansa (LH):

1	LH2324	08MAY	1	MÜNCHEN - WIEN	0730	0825
2	OS 899	08MAY	1	WIEN - MARRAKESCH	1015	1320
3	OS 900	22MAY	1	MARRAKESCH - WIEN	1420	1925
4	OS 117	22MAY	1	WIEN - MÜNCHEN	1950	2050

Montag 8. Mai 2023

Pickup vom Flughafen, Marrakesh, Transfer mit Minibus, danach Abholung mit Minibus zum Riad, Abendessen im Riad.

Dienstag 9. Mai 2023

Frühstück im Riad, Fahrt über den Hohen Atlas mit Mittagessen am Weg, wo auch die Einheimischen essen. Stop in Zagora um vielleicht noch Hosen, Dejellab und Turbane in verschiedenen Farben zu kaufen. Dort gibt es alles, was wir in der Wüste gebrauchen können. Danach Nacht mit Einheimischen im Riad Marrate in Zagora.

Mittwoch 10. Mai 2023

Wir treffen die Nomaden mit ihren Kamelen in Feum Laachar, ca 40 Minuten entfernt von Zagora, wir wandern mit unserer Kamel Karawane. Das Nomadenteam wird unsere Zelte aufbauen, dann essen wir dort zusammen Abend. Das Team wird uns vorgestellt und wir stellen uns auch vor, so daß wir uns gut kennenlernen, da wir von nun ab viel Zeit zusammen verbringen werden.

Donnerstag 11. Mai 2023

Nach dem Frühstück wandern wir mit unserer Karawane auf den Bani Berg und erreichen die Natur Oase Achgig mit Palmen. Hierher kommen die Nomaden um ihren Tieren Wasser zu geben. Hier gibt es Oasen mit Palmen - entspannen und unsere Gedanken loslassen.

Freitag 12. Mai 2023

Heute wandern wir zur mysteriösen alte Ruine Kasbah im Zauit-Lmhacer-Gebirge mit wunderschönen Wasserquellen, herrlicher Umgebung mit Palmen und Arcadia-Bäumen. Hier ist eine Menge zu erfahren und zu entdecken: Holz sammeln für das Lagerfeuer, Binden von Turbanen und einheimische Küche.

Samstag 13. Mai 2023/ Sonntag 14. Mai 2023

Wir wandern mit der Karawane, Wir werden hier 2 Nächte schlafen und können die Düne Erg Hninna bewundern. Hier treffen wir Berber-Familien und können ihre Traditionen kennenlernen.



Montag 15. Mai 2023

Nach dem Frühstück in der Sahara Abholung mit Jeep, Fahrt über M'Hamid(letztes Dorf vor der Grenze nach Algerien), dort Mittagessen. Übernachtung im Riad in Zagora.

Dienstag 16. Mai 2023

Weiterfahrt mit dem Minibus zurück Richtung Marrakesh. Übernachtung in einer der größten Kasbah im Süden Ait Benhadou im Riad Mabrouk.

Mittwoch 17. Mai 2023 Fahrt nach Marrakesh

Donnerstag 18. Mai Marrakesh: frei für Hammam (nach Absprache)

Freitag 19. Mai 2023 Marrakesh

10.00 - 13.00 Philosophie mit Michael von Brück, Pranayama, Qigong Inka Jochum, nachmittags nach Absprache

Samstag 20. Mai 2023 Marrakesh

10.00 - 13.00 Philosophie mit Michael von Brück, Pranayama, Qigong Inka Jochum, nachmittags nach Absprache

Sonntag 21. Mai 2023 Marrakesh 10:00-13:00 Philosophie mit Michael von

Brück, Pranayama, Qigong Inka Jochum, nachmittags nach Absprache

Montag 22. Mai 2023
Fahrt zum Flughafen Marrakesh, Abreisekosten: Marrakesh und Wüste: 1080.-€ im Doppelzimmer, 350.-€ EZ-Zuschlag; Organisations- und Seminargebühr 1000,-€; Flug ca 500.-€
Gesamtkosten ca. 2600.-€

Bitte bringen Sie die 1080.-€ für das Doppelzimmer, und 1430.-€ für das Einzelzimmer bar mit (sollte es Ihnen unangenehm sein, können Sie mir gerne Ihr Bargeld im Briefumschlag mit Namen gerne am Flughafen in München vor dem Abflug übergeben)

Zur verbindlichen Reservierung überweisen Sie bitte die Organisations- und Seminargebühr von 1000.-€, ab sofort an: I.Jochum IBAN Commerzbank München

DE70 7004 0041 0477 9773 02

Diese Reise ist privat organisiert und erfolgt auf eigene Verantwortung, wegen rechtzeitiger Flugreservierung bitten wir um baldige Entscheidung Gerne nähere Information, Inka Jochum 0172.5456222 oder email-Bitte um Passnamen und Adresse für Flug.

