

**Barbara
Bessen**



Seminar - Reisen

August 2016

27. Mai bis 03. Juni 2017

Sardinien

**„Den Strand der Südküste genießen, die Macchia-Berge
und antike Ausgrabungsstätten besuchen, und dem Höheren Selbst noch
näher kommen“**



Liebe Reisefreunde!

Auch 2017 wollen wir Italiens Inselwelt besuchen, und es ist wieder eine Insel mit „S“. Sardinien ist das Ziel unserer einwöchigen Reise. Sizilien, die herrliche Insel, die wir dieses Jahr besuchten, hat uns die leichte Art zu leben, einfach zu sein, näher gebracht. Auch die leichte, unkomplizierte Art, miteinander

zusammen zu sein, sind wundervolle Qualitäten. Spontan, voller Lebenslust und Herzenskraft das Leben zu gestalten, das beherrschen die südlichen Italiener wirklich sehr. Es geht ja in dieser Zeit des großen Wandels auch darum, das Leben zu genießen, ganz bei sich zu sein, und aus dieser Qualität heraus zu leben.

- Die Wahl des Hotels ist immer wieder spannend, denn wir brauchen einen Seminarraum für unser Beisammensein, unsere Übungen und für die Heilsitzungen und Botschaften der geistigen Freunde. Das zu finden ist nicht immer einfach. Aber, wie der so genannte Zufall es will, fiel mir ein Reiseunternehmen ein, mit dem ich schon vor einigen Jahren Kontakt hatte. Nach ein paar Vorschlägen sind wir bei einem passenden Hotel für uns gelandet. Es ist das „Hotel Is Morus Relais“ und liegt direkt am Südstrand von Sardinien. Wir können uns morgens schon an dem kleinen Privatstrand vom Meer begrüßen und uns tragen lassen. Wir sind in der Nähe des Städtchens Pula. Zwei Ausflüge zum Kennenlernen der Insel sind geplant. Wir sind natürlich - wie immer - viel im Seminarraum. Wir kombinieren das Erobern der zauberhaften Insel mit unseren eigenen inneren Eroberungen, dem Stärken der eigenen Göttlichkeit. Heilsitzungen wird es geben, viele innere Reisen und Meditationen. Und die geistigen Freunde haben sicher wieder viel Energie und wunderbare Botschaften für uns. Zum Schnuppern: <http://en.ismorus.it/hotel/>

Und ich freue mich, dass Christel Schriewer wieder dabei ist und uns morgens - wer möchte - zur Yogastunde einlädt.



Es ist empfehlenswert, sich ein bisschen auf der Internetseite über die Umgebung zu informieren. Es gibt so viel kennen zu lernen. Vielleicht wäre auch ein Leihwagen eine gute Möglichkeit, eigenständig die Gegend zu erkunden. Es wäre sicher auch möglich, dies mit anderen zusammen zu tun, dann wird's preisgünstiger. Für die, die vielleicht zum ersten Mal mit uns reisen wollen: Auf der Internetseite unter www.barbara-bessen.com „Reisen“ sind Fotoimpressionen von all unseren Seminarreisen. Ich freue mich, wenn Sie dabei sind!

*



Assistentin ist Maria Bischof. Sie lebt in der Schweiz und ist schon lange ein Mitglied der KRYON-Familie. Sie ist energetische Heiltherapeutin und ihre Hauptaufgabe sieht sie darin, im Sein zu sein. Sie wird uns auf unserer Reise mit dieser Qualität auch unterstützen.

Christel Schriewer praktiziert Yoga nach Yogi Bhajan. Eine ganzheitliche Körper- und Energiearbeit, die es möglich macht, unser volles menschliches Potenzial kennen zu lernen, zu leben und zu entdecken, dass der Ursprung von Weisheit, Wissen, Kraft und Liebe in uns selbst ist. Wir freuen uns, dass Christel dabei ist. Bitte passende Kleidung mitbringen!



*

Reiseablauf (eventuelle Änderungen vorbehalten):

Sa. 27. Mai: Willkommen auf Sardinien!

Ankommen, das Hotelzimmer einnehmen und die Gegend erkunden

Abendessen

20.30 Uhr im Seminarraum mit Barbara

So. 28. Mai: Yoga, Schwimmen im Meer oder im Pool?

Frühstück

10.00 bis 12.00 Uhr im Seminarraum mit Barbara

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung

Abendessen

20.30 Uhr Treffen im Seminarraum mit Barbara

Mo. 29. Mai: Frühstück

Ausflug Nuraghe von Goni - Menhire und Gräber von Pranu Muttedu. Unsere Fahrt geht vom Hotel erst am Meer entlang, dann ins Landesinnere von Sardinien. Wir fahren zunächst durch die fruchtbare Ebene des Campidano. Danach schlängelt sich der Bus hoch hinauf auf die Hochebenen von San Basilio



und Goni. Wir erleben Sardinien abseits der großen Straßen und blicken hinunter auf die weite Ebene bis hinüber zu den Bergen der Costa Verde. Nach ca. 1,5 h Fahrt erreichen wir das kleine Dorf Goni. Auf einem Hügel über dem Ort tront der guterhaltene Turm aus der Zeit der Nurghen-Kultur. Von hier genießen wir einen herrlichen Blick auf den

Stausee Mulargia. Danach erfrischen wir uns in einer kleinen Bar im Örtchen Goni. In nur 4 km von Goni entfernt liegt die Heilige Stätte Pranu Muttedu aus der Zeit von 3200 - 2800 v.u.Z. Im Schatten wunderschöner Korkeichen strahlt die Reihe von Menhiren und das Königsgrab eine intensive Ruhe und Verbindung zu den Ritualen des Ahnenkultes der Ozieri-Kultur aus. Wir genießen direkt in der uralten Kultstätte ein gemütliches Picknick. Danach geht unsere Fahrt zurück nach Santa Margherita di Pula. Wo es passt, gibt's eine Meditation oder ein Channeling



Abendessen im Hotel

Der Abend steht zur freien Verfügung

Die. 30. Mai: Yoga oder Schwimmen

Frühstück

10.00 bis 12.00 Uhr im Seminarraum mit Barbara

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung

Abendessen

20.30 Uhr Treffen im Seminarraum mit Barbara

Mi. 31. Mai: Yoga, Schwimmen oder einfach nur das Meer genießen

Frühstück

10.00 bis 12.00 Uhr im Seminarraum mit Barbara

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Vielleicht für eine längere Exkursion? Oder zum Entspannen am Meer oder einen Strandspaziergang

Abendessen

20.30 Uhr Treffen mit Barbara im Seminarraum

Do. 01. Juni: Frühstück



Ausflug Nora - Cagliari - Pula

In nur 12 km Entfernung vom Hotel befindet sich die antike Stadt Nora - gegründet von den Phöniziern und bewohnt von den Karthagern und Römern. Die Fundstätte aus der Antike liegt direkt am Meer und läßt uns in das Lebensgefühl dieser Epoche eintauchen.

Unsere Fahrt geht danach weiter in die Inselhauptstadt Cagliari, auch diese mit Ursprüngen aus dem 7. Jahrhundert v.u.Z. und von den Phöniziern gegründet. Hier spazieren wir durch den quirligen Largo Carlo Felice und die Via Mannu hinauf zum Castello, dem Burgberg mit herrlichem Panorama über die Stadt. Wer mag, kann von hier aus das archäologische Museum besuchen oder ganz zwanglos in einem der vielen Bars und Restaurants die Mittagszeit genießen.

Am Nachmittag geht unsere Rückfahrt dann in das kleine, schmucke Städtchen Pula. Auf den kleinen Dorfstraßen und der zentralen Piazza schauen wir dem Treiben zu und haben Zeit für einen Bummel.



Abendessen im Hotel

Der Abend steht zur freien Verfügung. Auf Wunsch gibt es eine Nachtmeditation im Seminarraum oder am Strand

Fr. 02. Juni: Yoga oder Schwimmen

Frühstück

10.00 bis 12.00 Uhr im Seminarraum

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung

Abendessen

20.30 Uhr mit Barbara im Seminarraum

Sa. 03.Juni: Frühstück

Abreise

*



Bitte gutes Schuhwerk einpacken für unsere Ausflüge und eigene kleine Wanderungen. Hut und Sonnencreme nicht vergessen. Etwas zum Schreiben für Notizen ist auch wichtig.

Informationen über Preise und Anmeldung:

Bitte das Seminar zuerst im Büro Barbara Bessen anmelden. Email: info@barbara-bessen.com. Tel.: 0049 (0)40-3750 3201. Sie bekommen dann Teilnehmer-Unterlagen zugeschickt. Das Büro ist für persönliche Fragen immer mittwochs von 9.00 bis 12.00 Uhr besetzt.

Der Preis für das Seminar beträgt 950,- Euro.

Wichtig: Wenn jemand nicht an den Ausflügen teilnehmen möchte, bitte gleich bei der Anmeldung deutlich angeben. Danke.

*

Buchung des Zimmers und der Ausflüge

Zimmerpreise - Sondertarif für die Gruppe:

Aufenthalt für 7 Tage im Doppelzimmer (2 Einzelbetten) mit Frühstück, incl. Halbpension und Transfer Flughafen, pro Person

Park-Seite 750 Euro

Meer-Seite 925 Euro

Aufenthalt für 7 Tage im Einzelzimmer mit Frühstück, incl. Halbpension und Transfer Flughafen

Park-Seite 1.038 Euro

Meer-Seite 1.257 Euro

Dazu kommen die **Kosten der Ausflüge**. Ausflug 1 (er ist inklusive eines Picknicks und einer fachlichen Führung) kostet ca. 58 Euro. Ausflug 2 (Mittagessen individuell) kostet ca.38 Euro. Der Preis hängt von der Teilnehmerzahl ab. Die Beiträge werden vor Ort kassiert.

Natürlich besteht auch die Möglichkeit, eher anzureisen und länger zu bleiben. Bitte gleich bei der Buchung angeben.

Buchung über: MMV Reisen GmbH, Herr Müller ist Ansprechpartner. Tel.: 0049 6181 4340 744 oder Mobile: 0049 160 9155 1525

Email: michael.mueller@mmvreisen.de, www.ferien-in-sardinien.com

Herr Müller übernimmt auch gern auf Wunsch die Flugbuchung.

*

Noch offen: Ob es für unsere Heilsitzungen im Liegen Matten gibt, ist bei Fertigstellung der Ausschreibung noch nicht geklärt. Wir werden dies rechtzeitig vor Reisebeginn mitteilen.

Wir freuen uns, wenn Sie/Ihr dabei sind/seid!

Herzlichst

Barbara Bessen und Team

Büro Barbara Bessen

Postfach 11 33 06 · 20457 Hamburg · Telefon: 040 / 37 50 32 01 · Info@barbara-bessen.com · www.barbara-bessen.com