

„.....Auf der Terrasse machen wir Yoga. Im Sonnengebet tanzen wir alle im Gleichklang. Ich kenne die meisten nicht, aber das ist unwichtig. Viele verschiedene Persönlichkeiten, im Yoga wachsen wir zu einer größeren Einheit zusammen. Diese Harmonie ist wunderbar, ich liebe es, in der Gruppe den Sonnentanz zu tanzen, die Bewegungen im gemeinsamen Rhythmus auszuführen. Ich fühle mich geborgen, eingebunden, schön ist das. Und hier, an diesem Ort, noch schöner, als zu Hause... hier ist der Himmel so weit und blau, in den wir uns ausdehnen, die Luft klar. Hier vereint sich die Natur mit den Menschen, oder vielleicht eher umkehrt, die Natur kann ja nichts dafür: hier vereint der Mensch sich noch mit der Natur, hier existiert noch alles zusammen... Eshwaris Huhn Fiffi stolziert durch den Garten, die Katzen liegen neben den Yogamatten faul und genüsslich in der strahlenden Sonne. Die Vögel zwitschern, die Frösche quaken und abends blöken die Schafe, wenn sie von der Weide nach Hause geführt werden. Wir lachen viel zusammen....“

- Tagebuchauszug von Bettina



### Weitere Yogaseminare

- „Die Sonne im Herzen!“ vom 28. – 30. Oktober 2005 im Lehniner Institut für Weiterbildung
- „In der Stille die Melodie der Seele hören“ - Seminar in Bayern, im Kloster Niederaltaich vom 17. – 19. Februar 2006
- „Fülle und Reichtum“ vom 5. – 7. Mai 2006 im Lehniner Institut für Weiterbildung
- „Frauen im Licht“ vom 9. - 16. September 2006 Frauen- Seminar mit Katja Kaune und Bettina Lietz auf Ibiza

Bitte gesonderte Broschüre anfordern!

### Zu uns :



Wir leben seit über 20 Jahren in einer glücklichen Beziehung, haben drei Söhne und sind viele Wege zusammen gegangen.

Seit vielen Jahren beschäftigen wir uns mit der spirituellen Dimension des Lebens.

In den letzten 10 Jahren haben wir verschiedene Arten der Körperarbeit, Energiearbeit, Astrologie und Bewusstseinsarbeit gelernt und erfahren und können sagen: Das alte klassische Hatha-Yoga eingebettet in Raja-Yoga, ist die „Königin“ und wird mit recht auch als der „Königsweg“ („Raja“ = König) bezeichnet! Unser Yoga geht über Gymnastik weit hinaus und bewirkt sehr schnell und nachhaltig positive Veränderungen in Deinem alltäglichen Leben.

Wir sind in der glücklichen Lage, von unseren erfahrenen und autorisierten Yoga-Lehrern, Asha und Keshav Reikai, in einer der ältesten noch existierenden Yoga-Linien Indiens im Hatha-Yoga nach Swami Dr. Gitananda ausgebildet und autorisiert worden zu sein, das wertvolle, ca. 7000 Jahre alte Wissen der weisen Rishis weitergeben zu dürfen, was wir sehr gerne tun.

Wir haben voller Dankbarkeit gelernt, unser Leben freudvoll und erfüllend zu gestalten, die Verantwortung für unser Glück, Gesundheit und Wohlergehen selber zu übernehmen.

Wir freuen uns darauf, Dich kennen zu lernen und mit Dir Samadi auf Ibiza zu teilen!

## „Samadi auf Ibiza“

### Yoga, Meditation, Bewusstwerdung auf der Sonneninsel

Vom 17. – 24. Juni 2006



„Spirituelleben“  
 Schule für Yoga und Meditation  
 Bettina Lietz  
 Diplom-Yogalehrerin  
 Mitglied im Berufsverband der  
 Yogalehrenden in Deutschland ev. (BDY)  
 Heilmannring 57d, 1.OG  
 13627 Berlin  
 Tel.: 030 - 383 08 337  
[www.spirituelleben.de](http://www.spirituelleben.de)

„.....Osho sagt, wir sollen hineintauchen ins Mysterium des Lebens und nicht versuchen, das Leben mit dem Verstand zu begreifen. Das geht nämlich gar nicht. Der Verstand ist die falsche Adresse. Wir wandern zur Moon-Beach und es fällt mir sehr leicht hier, einfach einzutauchen mit allen Sinnen. Wir wandern durch duftende Wälder, durch wirklich berausende Gerüche der Wildkräuter, vorbei an der Steilküste, immer der blaue, weite Himmel über uns. Die Moon-Beach sieht wirklich aus wie eine bizarre Mondlandschaft. Wunderschön ist es hier. Wir sind so begeistert von den Felsen, Steinen, Wasserkuhlen, der Ursprünglichkeit und Urschönheit dieses Ortes. Auf einem Felsen im Meer bleibe ich schließlich hängen. Da hat dieser Ort mich so in seinen Besitz genommen, dass ich mich nicht mehr bewegen mag. Stundenlang könnte ich dort hocken bleiben, die Felsen um mich herum anschauen, diese gigantischen, uralten Gesteine und beobachten, wie das Meer machtvoll seine Gischt dagegen sprüht, wie eine Welle auf die nächste folgt und langsam stetig das Gestein abträgt, glättet und verändert. Nichts bleibt wie es ist... Der Rhythmus, in den wir alle eingebunden sind, nehmen und geben, kommen und gehen, Ying und Yang, dieser Rhythmus ist hier so stark zu spüren und er ist es, der für die Ewigkeit ist. Auf diesem Felsen im Meer hocke ich und schaue mit den Wellen hinein in die Urkräfte, und irgendwann kann nicht anders, als loslassen und mich hineinplumpsen lassen ins Meer, in die Bewegung des großen Wassers, ins Mysterium des Lebens. Gewaltig ist das und leicht zu gleich, sich so tragen zu lassen mit ausgebreiteten Armen und Beinen, die Ohren unter Wasser scheint das Meer zu mir zu singen, ich lausche mit geschlossenen Augen.....“

aus dem Tagebuch von Bettina im Frühsommer 2005



## **Komm mit auf eine Reise zu einem wundervollen, wildromantisch-ursprünglichen Ort, ins einsame, bezaubernde Hinterland von Ibiza....**

### **Komm mit auf eine Reise in Deine Tiefe ....**

Wir laden Euch ein, mit uns ins Paradies zu reisen und in einer inspirierenden Umgebung sich ganz in die eigene Tiefe, in die innere Kraft und Freude fallen zu lassen, lasst uns Samadi erleben...

Ich war noch nie so begeistert von einem Ort, wie von der wilden Ursprünglichkeit und Magie Ibizas. Diese Woche ist wirklich etwas ganz besonderes, von der man, so meine Erfahrung, unglaublich lange zehren kann. Mit viel Kraft, Klarheit und Leichtigkeit kehren wir in unseren Alltag zurück. Bekocht und wirklich grandios verwöhnt werden wir mit einer Vollwertküche nach Dr. Bruker mit den frischen Gemüsen und Früchten der Insel. Eshwari empfängt uns auf ihrer paradiesischen Finca mitten in Ibizas Hinterland, fern ab von jeglichem Tourismus, in einem großen Naturschutzgebiet.

Wir fahren vom 17. - 24.Juni 2006.

Das Seminar kostet insgesamt 930,- €, (incl. Seminargebühren, Flug ab/nach Berlin, Unterkunft mit Verpflegung, Bearbeitungsgebühren, Taxitransfer und Mietwagen).

Bis zu 10 Personen können mitfahren.

Bitte melde Dich rechtzeitig, bis zum 15.12.2005 an und entrichte bis dahin eine Anzahlung von 200,- €.



Das Seminar wird von Stefan und mir als Paar begleitet und geleitet. Wir praktizieren jeden Tag zweimal Yoga (für die, die das möchten), meist in freier Natur, bieten abends noch eine Meditation oder einen Spaziergang an, und haben zwischendurch mittags und nachmittags Zeit, mit Euch zu den einsamen Buchten zu wandern und zum Baden und Ausruhen oder für das, was Ihr gerne wollt....

„Ich könnte vor Begeisterung hier oben in diesem magischen, urigen Zauberwald laut schreien! Diese vielen alten, riesigen Steine, Mauerreste, die wilden Kräuter, die Gerüche, die romantischen Bäume....ich spüre soviel Energie hier oben, alles knistert, wispert, schwingt. Ich möchte dauernd stehen bleiben, die Steine berühren, ihnen zuhören, was sie flüstern, die Kräuter kosten und an ihnen schnuppern, die Bäume umarmen und streicheln, zwischen ihnen tanzen und mich mit ausgebreiteten Armen in die Moosdecke fallen lassen. Ich möchte den Stimmen dieses Ortes lauschen und in den Geist dieses ursprünglichen, wilden Platzes eintauchen. Er hat mir soviel zu sagen. Mein Herz klopft wild, Udo ruft uns.....wir wollten ja zusammen meditieren. Mit unseren Gruppen werden wir vielleicht einen ganzen Tag hier oben verbringen. Wir beeilen uns, zu Udo und Christa zu kommen. Ich lasse mich atemlos neben Udo auf die Matte sinken, die er ausgebreitet hat. Der Blick fällt hinunter zur Steilküste, über die starken Felsen bis hinunter tief ins blaue Meer, die riesigen Steine, die helle Sonne, der blaue Himmel. Ohhhh, es ist mir, als wenn lauter noch lose Enden meines Lebens sich gerade auf wundersame Weise zu einem starken, schönen, uralten Faden verweben. Auf der anderen Seite, neben mir, sitzen Christa, Katja, Beate, in einer Reihe sitzen wir, ganz still, ergriffen, jeder auf seine Weise und doch gehören wir jetzt, in diesem Augenblick, und vielleicht auch sowieso zusammen. Ich fühle mich wie eine Indianerin, die mit den vertrauten, geliebten Leuten ihres Stammes zufrieden nach einem glücklichen Tag, über ihr weites, wildes Land schaut. Jedes Wort ist überflüssig. Ich schließe die Augen. Ich kann mich nicht daran erinnern, mich jemals so stark gespürt zu haben. Ich höre die Wellen des Meeres, spüre mein Herz klopfen, das Rauschen des Blutes, die Lebenskraft in mir, mein ganzer Körper vibriert vor Energie. Und ich höre auch Udos Herz, die Herzen der Frauen und mir scheint, ich höre auch ein viel größeres Herz.....der Boden, auf dem wir sitzen, die großen Steine, scheinen in einem eigenen Rhythmus zu pulsieren, mir scheint, ich höre das Herz von Mutter Erde schlagen und wir, ihre Kinder, lassen uns von ihr tragen. Mir scheint, all unsere Herztöne gehören nur zu dem EINEN, dem Großen Herzen, aus dem wir alle kommen und eines Tages wieder dorthin zurückkehren und ich fühle mich augenblicklich eingehüllt und geborgen, angenommen.....“