

Reisebericht 1. Ferienworkshop in Ägypten-Nuweiba mit Xanadu Gesundheitsförderung im Meditation Village vom 2.4.-9.4.2010

„Wenn Perlen reisen“, lautete das Motto, des ersten Ferienworkshops in Ägypten, organisiert durch Daniela Melliger-Gort von Xanadu Gesundheitsförderung über Ostern 2010.

Gespannt und motiviert begegneten sich die 6 Frauen am 2.4.2010 am Flughafen Kloten, wo sie die Detailinformationen zum Wochenprogramm des Ferienworkshops empfangen konnten. Eine weitere Teilnehmerin, wartete bereits im Meditation Village in Nuweiba auf uns! Tägliche Meditationen, verschiedene Workshops zur Ahnenkraft, in Persönlichkeitsstärkung, über Frauensexualität und einem Meditationstag in einem einsamen Canyon in der Wüste, standen auf dem Programm. Jeder Nachmittag war für den eigenen Raum am, um und im Meer reserviert, sodass jede Teilnehmerin Ruhezeiten, Meeresluft und Einkehr nutzen konnte. Diese Woche war von Anfang an mit viel Positivem begleitet, die Reise, der Transport, die Verpflegung, Unterkunft, Gastgeber, der Workshop, alles lief wie gewünscht und ohne Pannen. Sogar die Schoggihasen fanden den Weg unversehrt zum Meditationvillage, dank der Kühlbox in die sie am Flughafen in Sharm hüpfen durften. Mit konstanten 30 Grad begleiteten sie uns durch diese Osterwoche und sind tatsächlich erst in unserem Mund geschmolzen!

Die abendliche Gemeinschaft beim Essen, später am Strand bei einer Shisha und beim Sternschnuppen zählen, hinterliess eine verbindende – befreite - humorvolle Grundstimmung. Aussage einer Teilnehmerin: „Ich habe in einem Leben noch nie so viel gelacht wie hier.“

Der freiwillige Kameltagestrip zur Oase bleibt speziell in Erinnerung, nicht zuletzt, da wir uns schon mal zum Frauensexualitätstag „einschaukeln“ konnten. (...wo sich gewisse Stellen am Körper noch an den darauffolgenden Tagen bemerkbar machten!)

So erlebten wir manche Höhepunkte in dieser Zeit im magischen Sinai, was uns länger erschien, als es in Wirklichkeit war. Die Aussage einer Teilnehmerin „dass nach Ägypten mitzukommen eine ihrer besten Entscheidungen ihres Lebens war“, lässt mich gestärkt an einen weiteren Workshop Organisation denken.

Die täglich gelungenen kulinarischen Verwöhnaktionen vom ägyptischen Küchenteam, natürlich auch von den Gastgebern Ruth Schneiderhan und Ahmed Bakry, lässt Ägyptenkritiker keine Chance. So sind wir noch vor dem Vulkanausbruch vom Ferienworkshop aufgetankt und tiefbereichert heimgekehrt und freuen uns schon auf weitere im Herbst 2010!

Antworten auf die Frage „Wie gehst du nach dieser Woche nach Hause?“

- Gestärkt, voller Freude, als Frau fühlend!
- Lichtvoll mit Freude die gefundene Ruhe und Leichtigkeit im Alltag zu erhalten!
- Geerdet, dankbar, happy!
- Ganz entspannt!
- Zuversichtlich
- Aufgetankt, bereichert und wieder auf das Wesentliche konzentriert – nämlich auf mich!

Danke dem Meditation Village, danke meinen Teilnehmerinnen und danke an alle zukünftigen Frauen und Männer die diese Perlenreise das nächstemal miterleben möchten! *D.Melliger-Gort, Jona 25.4.2010*

Neue Daten und Anmeldung auf www.xanadu.ch oder 055 212 92 90

2. Workshop Woche 38 im 2010

3. Workshop Woche 40 im 2010