

WÜSTEN RETREAT



APUR

FEMININE POWER



Was ist für dich feminin Power?

Für mich hat und ist jede Frau Ausdruck dieser Kraft. Jede auf ihre einzigartige Weise. Doch nicht jede Frau lebt diese Kraft.

Warum ist das so?

Es gibt vor allem zwei Mechanismen die Frauen daran hindern ihre feminine Power, also ihre PS auf die Straße, oder besser gesagt, ins Leben zu bringen. Einerseits Zweifel und andererseits nochmal Zweifel.

Durch meine Arbeit mit Frauen kann ich bestätigen, dass Zweifel der absolute Blocker für so ziemlich Alles ist.

An erster Stelle steht, der Zweifel an sich selbst. Dann folgt auch schon der Zweifel an Entscheidungen und der Zweifel ob die Frau gut Genug ist, wie sie ist. Ein wesentlicher Faktor ist auch noch die Beziehung zum eigenen Körper.

Eine ungesündere Verhaltensweise als an sich zu Zweifeln gibt es in der Psychohygiene nicht. Zweifel bringen uns in einen Stillstand und lassen uns nicht erkennen was der nächste Schritt ist. Zweifel haben zur Folge, sich zerrissen und verwirrt zu fühlen.

Zweifel sind unter Anderem der Grund, warum Frauen sich so viel unerhörtes bieten lassen. Warum sie emotional oder finanziell abhängig sind und warum sie ihre Potenziale nicht voll und ganz leben.

Feminine Power bedeutet, einerseits mit den aufkommenden Zweifeln umzugehen und sich nicht von ihnen in den Stillstand bringen zu lassen. Nach und nach - es ist wie ein Training - werden die Zweifel weniger und man ist mehr und mehr zweifelsohne.

Nun folgt die Frage: Wie beseitigt eine Frau am besten ihre Zweifel?.





KÖRPER

Durch ihren Körper...

Die Beziehung die eine Frau zu ihrem Körper hat, ist hat, ist entscheidend für ein glückliches Leben.

Stell dir vor du liebst alles an dir und bist in jeder Zelle zuhause. Was macht das für einen Unterschied in deinem Leben?

Warum Frauen teilweise "taube" Körperstellen haben, oder vermehrt im Verstand und denken verhaftet sind, als in ihrem Körper, kann unter anderem an traumatischen Erlebnissen liegen. Jeder hat traumatische Situationen erlebt. Das können Worte, Ereignisse oder Misshandlungen sein. In der Situation des Traumas schaltet der Körper auf das "Überlebens-Programm" und schützt ihn dadurch. Diese Schutzmechanismen lassen Menschen zum Beispiel schlimme Situationen mental vergessen, doch die Erinnerung ist im Körpergedächtnis gespeichert. Und das hat enorme Auswirkungen auf das Verhalten, die Gefühle, das Erleben und die Entscheidungsfindung im Leben. (siehe Peter A. Levine)

Während dieses Retreats in der Wüste, werden wir Frieden mit unserem Körper schließen. Wir werden unseren Blick auf unseren treuen Begleiter ändern indem wir mit uns und den anderen sanft und friedvoll umgehen.

Mit dem Intuitiv Movement, mit dem Teilen von Erfahrungen und Gefühlen im Kreis der anderen Teilnehmerinnen, mit Ruhezeiten und mit viel Lachen.



ABLAUF

04. April 2021 ca 14.00 Uhr	Abflug Richtung Ägypten
05. April 2021 ca. 03.00 Uhr Früh	Ankunft um ca 03.00 Uhr Früh am Flughafen Sharm el Sheikh. Fahrt ins Camp RockSea, das direkt am Roten Meer liegt, ganz in der Nähe von der Stadt Nuweiba. (Dauer 2 Stunden)
06. April 2021 10:00 Uhr	Aufbruch in die Wüste
11. April 2021 14:00 Uhr	Rückkehr aus der Wüste. Ankunft im Camp RockSea.
12. April 2021	Genusstag im Camp RockSea am Roten Meer
13. April 2021 ca 03:00 Uhr Früh	Abflug



Eine Reise durch die Wüste. Im Einklang mit dem Rhythmus von Sonne und Mond. Sich dem endlosen Raum des blauen Himmels bei Tag und den millionen Sternen bei Nacht hingeben.

Die Stille der Wüste lässt eine Ahnung von Heiligkeit entstehen, sie durchdringt dich bis in dein Innerstes und dadurch beginnst du, dich selbst zu hören.

Ein magischer Ort voller Leere und gleichzeitig voller Fülle. Die Nächte unter freiem Himmel im Schoß der Wüste zu schlafen ähnelt einer Geburt - die Geburt deiner weiblichen, puren Kraft.

Gemeinsam als Gruppe von Frauen, mit Dromedaren und erfahrenen Beduinen machen wir uns vom Roten Meer auf in die Wüste Süd-Sinai. Die Magie der Wüste erschließt sich durch all unsere Sinne.

Der Geruch von Sand, der Geruch der Trockenheit der in der Luft liegt, das Geräusch der Dromedarfüße wenn sie gemütlich über den Sand schreiten, der warme Wind der die Haut streichelt und den Duft von Freiheit in sich trägt.

Die Dunkelheit der klaren Nacht, nur durchflutet mit dem Licht der Sterne und des Mondes. Das Geräusch vom knisternden Feuer am Morgen, in dem die Beduinen das Fladenbrot frisch zubereiten, die unendliche Weite ohne jede Grenze zu sehen und die hohen, runden Felsen der Wüste Sinai.

Dort, an diesem Ort findest du den größten aller Schätze - dich.

INFORMATIONEN

WANN 04. April - 13. April 2021
WO Ägypten | Süd-Sinai | Nuweiba
EARLY BIRD bis 30. Jänner 2021 € 1999,-
REGULÄRER PREIS € 2299,- exkl. Flug

Der Preis enthält 20% USt

NICHT IM PREIS ENTHALTEN

- Flug
- Mittagessen und Getränke im Camp
(ca 70 Euro pro Person)

IM PREIS ENTHALTEN

- Alle Nächtigungen im Camp RockSea
- Frühstück & Abendessen im Camp
- Wüstentour
- Transfair
- Vollverpflegung während der Wüstentour

DER FLUG Der Flugpreis variiert zwischen 300 - 500 Euro (Angaben ohne Gewähr)
Der Flug ist von dir selbst zu buchen. Alle nötigen Informationen bekommst du von Mag. Anna Nussbaumer

DAS CAMP Das Camp RockSea in Nuwaiba ist ein wunderschöner Ort, direkt am Roten Meer. Das Camp legt viel Wert auf Stille, eine ästhetische Umgebung und Sauberkeit. Das Essen schmeckt köstlich und die Bungalows sind der perfekte Ort um sich auf die Wüste einzustellen und nach der Wüste zu relaxen.

ANMELDUNG Wenn du dich entscheidest an dem Wüsten Retreat teilzunehmen, triffst du dich mit Anna persönlich oder via Skype/Zoom. In diesem Gespräch werden alle Fragen beantwortet und geklärt, ob der Retreat das Richtige für dich ist und du in die Gruppe passt. Danach bekommst du ein Anmeldeformular, die Rechnung und eine ausführliche Broschüre mit dem genauen Tagesablauf, einer Packliste und wichtigen Informationen für den Aufenthalt in der Wüste.



ANMELDUNG

E-MAIL info@apur.at

WEBSITE www.apur.at



APUR