



**„Lass dich von den Wellen des Meeres tragen, -
und komm bei dir an...“**

Reise auf die Insel Samos
vom Samstag, den 25. Mai – Sonntag, den 2. Juni 2019

mit

Barbara, Roswitha, Karina, Marlies, Gerlinde, Sabine,
Evelyn und Doris

Samstag, 25. Mai - Ankommenstag

Flug über Athen nach Samos, Ankunft ca.17:00 Uhr

Einkehr im Kafention in Koumaradei zum „Frappe“ trinken,

Weiterfahrt zu unserer Unterkunft „Sunflowers“ in Kampos, dort beziehen wir unsere Zimmer.

Am frühen Abend gehen wir zum **Strand**:

Lied: „Home is where my heart is“ - Willkommenskreis

Wir kommen am Meer, am Strand, im Sand an...suchen uns einen Stein und übergeben ihn dem Meer, - zur Verwandlung oder zum Loslassen.

Essen bei Anna

Sonntag, 26. Mai

erstes, gemeinsames Frühstück, danach Treffen im Kreis:

Räuchern mit Rosenharz,- Mitte: Fußstein, Karte „Schritte“,

Regenbogenschal, Distel

Tanz: „Enas Mythos“ - Urspirale

Gesprächsrunde: „Wie ging´s Dir mit dem Stein- Loslass- Ritual von gestern am Meer? Wie fühlst du dich jetzt?“

Texte über Pilgerreise (S.51/52ff)

Aufgabe: Die eigenen Füße auf ein Blatt Papier malen...

Linker Fuß: Was hat mich geprägt? Wo komme ich her?

Rechter Fuß: Wo gehe ich hin? Welchen Weg wünsche ich mir?

Diese Blätter individuell in freier Zeit gestalten.

Nachmittags zum Sandstrand Psili Amos:

Tanz „Tsirigiotikos“ – ein Pilgertanz dann Fußmassage zu zweit mit Metamorphosensalbe im Sand.

Austausch über „Papierfüße“ und der Massage. Anschließend teilen wir ein Orange. Abends Essen in Limnionas



Montag, 27.Mai

Einfächeln mit Duft Pomander „Lady Portia“

Lied „Endless Journey“

Austauschrunde bzgl. Vortag und „Füße“ in die Runde legen

Tanz: „ Tsadik Katamar“- Der Weg der Weisen und der Närrin

Text: „Laufe nicht der Vergangenheit nach...“

Ziehen einer“ Alltagsgöttinnenkarte“, dann freie Zeit zum Nachspüren

Ausflug nach Belanidia ,- Wanderung, immer zu zweit in Stille, zur alten Mühle. Dort machen wir Picknick und Siesta.

Kleine Übung: Vom Embryo zum Menschen, der sich langsam aufrichtet,- auf Füßen steht und geht, verwurzelt ist, wie ein Baum.

“Bäume sind unsere Brüder“ Wanderung hoch zum alten Olivenhain.

Text:“ Mythos Baum – Suche Dir einen Baum , Sprich mit ihm, vertraue Dich ihm an“. Jede Frau hat Zeit für sich und „ihren“ Baum.



Lied :“Heaven on Earth“ dann Schluss-Austauschrunde. Wir teilen uns eine Orange zu zweit. Wanderung zurück...



Essen in Balos am Meer in Demos Taverne

Dienstag, 28. Mai 2019

Räuchern mit Salharz (...Buddha unterm Salbaum)

Text „Je mehr das Wesen...“ aus kl. Büchlein: In der Ruhe...

Gesprächsrunde bzgl. Baumerfahrung

Tanz „Tsadik Katamar“

Anschließend **„Reise in Deinen Herzengarten“ - Baumbegegnung –**

Eins werden mit dem Baum – übergeben von Last, Sorge, Angst, schwerem Gepäck---sich umarmt fühlen, erneuern, als der Mensch fühlen, der Du gerne sein möchtest, sich selbst vergeben...Begegnung mit einem Tier,- hinführen zur Quelle.

Fahrt nach Koumeika – Lied: „Take me Away“

Spaziergang zur uralten Platane und seiner Quelle. Dort trinken wir Kaffee und essen Baklavas. **Text v. Akbar´s Palme**





Später Besuch der fruchtbaren Gärten außerhalb des Dorfes, am Quellwasser entlang... **Quellentanz unterm Walnußbaum...**

Fahrt zum **Baumstrand**, östlich von Ormos: hier schließen wir den Tag mit einem Bad im Meer und einer **Austauschrunde** ab. Jede Frau zieht noch eine **Krafttierkarte**.

Mittwoch, 29. Mai

Bootausflug mit Prodromo

Text von D. Rinpoche. Denke an Akbar's Palme: Was nimmst Du mit an schwerem „Stein“? ... auf der Bootsfahrt. Ankommen an Prodromo's Haus, dann Wanderung zum Kloster rüber!



Am Kloster: **Lied: „Tva Mena“** Mitte mit Delfinen gestaltet
„Was möchtest Du symbolisch in die Mitte ablegen? Evtl. Dir oder jemandem vergeben? Entzünde eine **Kerze** dafür.

Herrliches Essen bei Prodromo, Baden am Strand und Siesta. Auf der Rückfahrt nach Kampos sehen wir Delfine! Schlusskreis.
Abendessen von herrlichem Vivi's Spanakopita am Pool....



Delfine!!!



Donnerstag, 30. Mai

Räuchern mit Rosenharz, **Tanz: Marina - Delfinerlebnis...**Themen von Verstorbenen, nicht gelebter Trauer, Verletzungen, die geheilt werden möchten. **Text: „Höre einzig und allein in dein Herz“** aus Tibet. Weisheiten und „**Der Quelle lauschen“** v. **Phil Bosmans**
Übung zum Lauschen...mit Steinen, Rassel, Klangschale
Aufgabe: Ton formen „Lausche dabei in Dein Herz ...“



Nachmittag: **Tanz „ An im Zmirot“** und Austausch über „**Tongebilde“**
Text: „Stille“ von Indianern

Später sind wir am **Psili Amos Strand** , trinken Frappe´ , baden... dort tanzen wir den **Mädchentanz „Mori she“** „Das kleine Mädchen“
Mandala zusammen in den Sand gestalten, -
Lied:“Home is where my heart is“

Essen in Anna`s Taverne

Freitag, 31. Mai 2019

Räuchern mit Cobal, **Tanz : „Misirlou“ Bedeutung: „Du kannst immer wieder neu anfangen“**... In aufrechter Haltung **Gesprächsrunde, - Text : „Gedanken sind Kräfte“** „Deine Gedanken bestimmen deine Taten“ **2. Text: „Sehstile“ aus Buch Anam Cara**
Verteilen der **Friedensfähnchen**...diese darf jede Frau selbst gestalten, eigene Wünsche formulieren, mit Affirmationen, Gedanken für zuhause beschriften, malen... **FREIZEIT**

Danach trinken wir Frappe´und O-saft in der MocamboBar...hmmm



Anschließend Baden am Strand... **Lied „Return Again“** – gegenseitige **Gesichts-Hals-massage mit Rosenöl** zu zweit anschließend hängen wir unsere **Friedensfähnchen an Felsen** auf... zum Frieden für uns und den Planet Erde- dann Austausch.

Essen in Loukoulous



Samstag, 1. Juni

Tagesbeginn mit Erzenge Michael-Öl, **Tanz: „Quellentanz“**

Mitte mit Herz gestaltet, **Text: „Liebe ist das Wesen der Seele“** aus Buch: Anam Cara, Austauschrunde, dann Ziehen einer **„Postkarte mit Spruch“**

Ausflug nach Pythagorion zur Kirche Spiliani, zuerst treffen wir uns im Kreis und ziehen eine Göttinnenkarte für dein Herz...anschließend: **Besuch der alten Kapelle in der Höhle: jede Frau entzündet eine Kerze für sich selbst** ,- anschließend: Austausch

Essen in Faros Taverne am Meer, Abschied von Gerlinde am Flughafen, gemeinsamer Abend am Pool bei Vivi und Manolis mit Campari Orange ...“poli oreo“



Sonntag, 2. Juni 2019 – Abreisetag

Räuchern mit feinen Räucherstäbchen **Tanz : „Tsirigiotikos“ –**

Pilgertanz...wir pilgern weiter auf unserer Pilgerreise

Abschlussritual: wir nehmen die zusammen getragenen Blätter, Blumen, Steine und bringen sie der Erde zurück – mit Dank und eigenem Anliegen. Gesprächsabschlussrunde

Text: „Unsere Zukunft...“und Lied: „You are the Creator of your Life“



Abschied von Sunflowers ...weiter nach Balos.

Hier baden wir nochmal und genießen ein letztes, gemeinsames herrliches Essen, bevor wir dann zum Flughafen fahren...

**Es war wieder eine herrliche Zeit mit Euch, Ihr Lieben.
EFCHARISTO SAMOS,- Du hast uns wieder sehr beschenkt!**



