

# SILENT HEART

*...deinen Träumen auf der Spur*

## Eine Wüstenreise zur Oase SIWA für Frauen

16.-25. Oktober 2024

Gemeinsam reisen wir in das Herz der ägyptischen Wüste. Hunderte Kilometer um uns herum das große Sandmeer. Und gleichzeitig sind wir am fruchtbarsten Ort, den Du Dir vorstellen kannst. In der Oase Siwa.

Hier gibt es keine vergangene oder künftige Version von Dir. Es gibt nur Dich, JETZT, ganz hier. Kein gestern mehr, kein morgen. Ganz im JETZT angekommen schweift Dein Blick über den unendlichen Horizont. Du lauschst dem Wind. Du lauschst den Sternen. Du lauschst deinem Herzen, bis da nur noch Stille ist. In Dir. In der Welt.

Alles Neue gebiert sich aus der großen Stille heraus. Und genau deshalb bist Du den langen Weg hierher gekommen. Gefühlt ans andere Ende der Welt. An einen Ort aus einer anderen Zeit. Um zu entdecken, was für Dich möglich ist.

So wie der Wüstenwind das große Sandmeer jeden Tag aufs Neue wandelt, so wandelst auch Du Dich während dieser Reise. Neue Facetten von Dir werden sichtbar, die bisher im Verborgenen lagen. Ungelebte Visionen, Träume und Wünsche nehmen Form an.



Du findest Worte, wofür es vorher keine Worte gab. Fühlst Sehnsüchte, die längst vergessen schienen.

Siwa ist ein Ort, der Dich verändert. Auch, weil Du Dir Veränderung wünschst. Für Dich. Für Dein Leben.

**Wer bist Du, wenn du glücklich bist?  
Welche Version von Dir lässt Du zurück?  
Was in Dir möchte neu geboren werden?**

### Meine Begleitung

Während der Reise halte ich den Raum für die Gruppe, für Dich und für Deinen persönlichen Prozess. Wir kommen immer wieder im Kreis zusammen, um zu reflektieren und uns auszutauschen. Ich gebe Impulse in die Gruppe, leite Rituale und Übungen an und öffne Visionsräume. Dabei unterstütze ich Dich immer auch 1:1 bei Deinen individuellen Themen und bin während der Reise jederzeit für Dich ansprechbar.

Mir ist es wichtig, dass Du Dich in diesen Raum total hinein entspannen und ausdehnen kannst. Deshalb gibt es kein festes Rahmenprogramm, dem Du Dich anpassen musst. Vielmehr darfst Du immer wieder aus dem JETZT heraus für Dich entscheiden, wie und in welchem Umfang Du an den von mir angebotenen Aktivitäten teilnehmen möchtest.

### Themen der einzelnen Tage:

Tag 1 Ankommen, Verbinden  
Tag 2 Aufbruch, Loslassen, Leer werden  
Tag 3 In der Stille ankommen  
Tag 4 Visionsräume  
Tag 5 Visionsräume  
Tag 6 Visionsräume  
Tag 7 Visionsräume  
Tag 8 Visionsräume  
Tag 9 Einsammeln, Ausrichten  
Tag 10 Integration, Abreise, Rückkehr

Wir reisen in einer kleinen Gruppe von Frauen. Es gibt **5 Plätze**.



## Aktivitäten

Wir tauchen ein in einen zeitlosen Raum. Fahren raus, ins große Sandmeer, sitzen auf einer Sanddüne und genießen die unendliche Freiheit der Wüste. Wir lauschen dem Wüstenwind und wärmen uns an den Strahlen der Sonne bis sie langsam untergeht. Tagsüber baden wir im türkisfarbenen Salzwassersee und nachts in einer der vielen Heißwasserquellen unterm Sternenhimmel. Wir sitzen gemeinsam am Feuer, essen frische Datteln und trinken Tee. Wir treffen Einheimische, lernen von ihnen und ihrer Kultur. Hören ihre Musik, bewundern ihren Tanz. Wir besuchen Menschen, die sich hier ihren Traum verwirklicht haben.

Du erlebst Siwa durch mich und meine persönliche Verbindung hier zu den Menschen und diesem Ort.

## Ablauf

Am Anreisetag treffen wir uns abends in Alexandria in unserem Hotel zum Abendessen. Am nächsten Morgen brechen wir früh auf nach Siwa. Es ist eine ca. 7-stündige Autofahrt. Genug Zeit, um Abstand zu gewinnen und ganz einzutauchen in die Aufbruchstimmung in Dir.



Die ersten zwei Nächte in Siwa verbringen wir an einem Traumort aus 1001 Nacht, der 5 Sterne Öko-Lodge Adrere Amellal ([www.adrereamellal.com](http://www.adrereamellal.com)). Genährt von diesen Tagen in der Stille, beziehen wir dann am 3. Tag unser Zuhause für die verbleibenden 6 Nächte, die kleine Öko-Lodge Ghaliet im Herzen der Oase.

**16.10.2024:** Anreise Alexandria bis 17:00 Uhr. Abendessen & Übernachtung im Le Metropole Luxury Heritage Hotel.

**17.10.2024:** Fahrt nach Siwa. 2 ÜN in der Öko-Lodge Adrere Amellal.

**19.10.2024:** 6 ÜN in der Öko-Lodge Ghaliet.

**25.10.2024:** Rückreise nach Alexandria.

## Kosten

**Seminargebühr:** Early Bird bis 30. Juni 2024: 1.250 Euro, danach 1.350 Euro (\*Raten möglich)

**Unterkunft, Verpflegung & Aktivitäten:** Die Kosten variieren - je nach Deiner Zimmerauswahl bei der Öko-Lodge Adrere Amellal - zwischen 1.300-1700 Euro. Nähere Infos dazu gerne im persönlichen Gespräch.

**Flug:** Nach Alexandria Burg al-'Arab oder Kairo. Gerne helfe ich Dir bei der Planung.

## Über SIWA

SIWA ist eine Oase in der westlichen Wüste Ägyptens. Sie ist Heimat von über 30.000 Menschen, die meisten Berber, die ihre eigene Sprache Siwi sprechen. Mit Hunderttausenden Dattel- und Olivenbäumen ein magisch fruchtbarer Ort, den die alten Ägypter „Feld der Bäume“ nannten.

Für mich ist SIWA einer meiner persönlichen TraumOrte. 2008 reiste ich das erst mal in die Oase. Seitdem kam ich immer wieder, manchmal auch für Monate. Siwa hat etwas Zeitloses. Es ist ein Ort, der mich an „mich“ erinnert. Es spielt hier keine Rolle, wer ich war, bin oder sein soll. Hier bin ich Mensch, ganz da, im Jetzt. Hier werde ich still. Hier fühle ich, dass alles für mich möglich ist, weil sich Himmel und Erde in mir begegnen.

## Kontakt

Melde Dich sehr gerne bei mir für ein unverbindliches Info-Gespräch.

**Claudia Mandanici**

[claudia@claudiamandanici.com](mailto:claudia@claudiamandanici.com)  
[www.claudiamandanici.com](http://www.claudiamandanici.com)

