



T E R M É S Z E T E S GYÓGYMÓDOK

Számomra nem a legjobb időszakban volt az Életmód-tábor időpontja - máshol kellett volna segítenem - és a "papír miatt kötelező" jelleg is nehezítette a lelkemet. Gondoltam legalább kicsit pihenek és igyekszem jól érezni magam...

Aztán első délután Zoli hatására változott az elvárásom, eldöntöttem, hogy "annyit teszek bele, amennyit ki akarok venni", azaz "kimaxolom". Sikerült. Maximális volt, szinte minden és Mindenki és azért csak szinte, mert egy időben Mindenki nem hozhatja a maximumot.

Már az első napon érzékelhető volt a táborra jellemző koncepció: az egységre törekvés minden értelemben, testben, lélekben, szellemben, egymással és a természettel...Nem szeretnék programokat megnevezni, legyen meglepetés azoknak, akik elmennek. A szervezők, Heniék és Zoli a tanfolyamokon megszokott magas színvonalat hozták és még a nagy létszámú csoporttagok egyéni problémáira is jutott a figyelmükből. Az előadásokból mindenki profitálhatott, a gyógynövényes krém készítésétől, drog- és népi gyógyászati ismereteken át kóréletteni "gyakorlati feladatokig" széles volt a skála. Egy jógaoktató profi szakács - aki példaképe az "az vagy, amit megeszel" mondásnak - és csapata saját természetű, készítésű és finom ételek sokaságát tette elénk. Az ülőmunkát mozgással ellensúlyoztuk és néhány "gyakorlatban" lelkünk legmélyebb bugyrai is megmozdultak...

Nekem egy dolog hiányzott vasárnap délután, amikor mindenki hazaindult: leülni az elcsendesedett kertben és visszaidézni az elmúlt napok rezgését. Nem volt kedvem visszatérni a való világba...

R. Mariann