



Durch die Wüste

Auf dem Weg zu sich selbst

Eine Reise durch die Sinai-Wüste hat durchaus etwas Abenteuerliches an sich. Überraschende Begegnungen (mit einem Skorpion), Kamelritte oder eine Düne hinunterkugeln, gehören ebenso dazu wie bei sich selbst ankommen. Denn mit ihrer klaren Energie holt die Wüste alles an die Oberfläche, was transformiert werden soll.

© Text und Bilder: Sharon Makana*

Inch'Allah (So Gott will) – Die tiefgreifende Bedeutung dieser Worte beschäftigte mich schon im Alter von 19 Jahren, als ich zwei Monate lang mit einem Tuareg Clan durch die Sahara zog. Sie bedeuten in etwa: Wenn nicht heute so morgen... Wenn es in Übereinstimmung ist mit dem Leben... Wir werden sehen, was kommt.

Das war für mich, gewohnt an ein geregeltes und durchstrukturiertes Leben, anfangs nicht leicht zu verstehen. Die absolute Zentriertheit und Gelassenheit der Tuareg standen im starken Kontrast zu meiner Haltlosigkeit. Keine meiner Ansichten übers Leben waren mir hier von Nutzen. Es wurde – wenn überhaupt – ausschliesslich Tamaschek gesprochen. Ich fühlte mich völlig allein mit meiner Weltsicht, meinen Ängsten und Bedürfnissen. Erst gegen Ende der Reise kam ich so vom Kopf ins Herz, dass ich fühlen und erahnen konnte, was hier gelebt wurde.

Diese Menschen lebten so sehr aus dem Herzen, dass sie nur selten mit Worten kommunizierten. Verbunden mit allem, war es ihnen möglich,

mich in meinem Prozess viel tiefer zu begleiten, als ich das in meinem von Angst geplagten Zustand hätte erfassen können. Eine Grenzerfahrung – heute nenne ich sie Einweihung – bei der mir nichts anderes übrigblieb, als über meine Grenzen hinauszuwachsen.

Dem Tod in die Augen schauen

Ich erkannte damals, wie laut unsere Gedanken sind, wie viel unnötigen Ballast wir mit uns herumtragen. Wie sehr wir uns an Sicherheiten im Aussen klammern, wie gewillt wir sind, uns abzulenken, um dem Schmerz auszuweichen, wie wenig wir uns selber wirklich kennen und wie hilflos wir sind, wenn alles, woran wir geglaubt und womit wir uns identifiziert haben, zusammenbricht. Malaria und sehr hohes Fieber führten dazu, dass ich dem Tod in die Augen schauen und erleben durfte, dass es ihn (zumindest in meiner Welt) nicht gibt.

Jahre später, als ich mit meinem Sohn auf Hawaii lebte, vertiefte das Leben die Unterweisung zum Thema

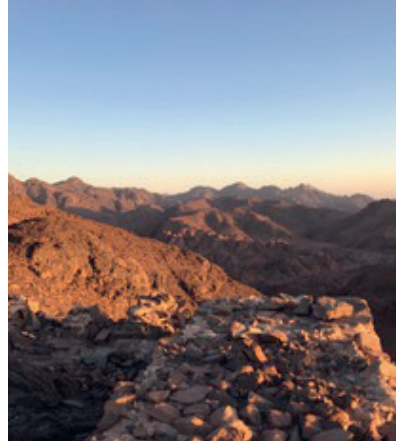
Loslassen und Vertrauen, von Einheimischen «go with the flow» genannt. Die **Vulkangöttin Pele** erteilte uns auf Big Island manch wertvolle Lektion, wenn sie nach starken Erdbeben mit ihren Lavaströmen Häuser, Strassen und Wälder verschlang und gleichzeitig neues Land erschuf. Transformation pur. Ich lernte, dass das einzig Konstante im Leben steter Wandel ist.

Als Abenteuer-, Schnorchel- und Tauchguide führte ich Menschen zu Kraftorten und begleitete sie beim Schwimmen mit Delfinen, Walen und Manta Rochen. In dieser Zeit heilte vieles in mir. Um die kostbaren Geschenke weiterzugeben, leitete ich Delfin-Seminare. Umgeben von verspielten Delfinen wird man von purer Lebensfreude und quirliger Leichtigkeit erfüllt. Das Herz geht auf. Von ganz alleine. Go with the Flow. Oder eben Inch'Allah.

«Ich erkannte
damals, wie laut
unsere Gedanken
sind.»

Irgendwo im Nirgendwo

Es ist dunkel. Wir warten nach einer Wanderung irgendwo im Nirgendwo auf die Jeeps, die uns – meine Gruppe, die Beduinenführer und mich – weiter in die **Sinai-Wüste** fahren sollen. Als Antwort auf die Frage, wann sie wohl kommen, erhalte ich ein «Inch'Allah». Amüsiert, bleibe ich in-



«Die Magie der
Wüste fängt an
zu wirken.»

zwischen völlig gelassen. Was wohl Spannendes entsteht, wenn sie nicht kommen? Eine Nachtwanderung im Mondschein? Singen und Musizieren am Lagerfeuer? Eine Meditation unter dem atemberaubend schönen Sternenhimmel?

Die Teilnehmenden haben von dem holprigen Übergang noch gar nichts bemerkt, da Saleh und ich so vergnügt improvisieren, dass Verunsicherung kein Thema ist. Wir werden bald darauf abgeholt und rumpeln auf der Ladefläche der Geländewagen über die Sandpisten. Es wird still. Die Magie der Wüste fängt an zu wirken. Am nächsten Tag reiten wir auf Kamelen zu einem kraftvollen Canyon, wo wir meditieren und noch mehr ankommen. Am Abend ums Lagerfeuer lauschen wir gebannt den Geschichten der Beduinen, ins Englisch übersetzt von Saleh.

Nach der Begegnung mit einem Skorpion entstehen bei einem Teilnehmer grosse Ängste. Wir unterstützen ihn dabei, sich ihnen zu stel-

len. Genial ist, dass in der klaren Energie der Wüste alles an die Oberfläche kommt, was geheilt und transformiert werden möchte. Bis wir im St. Katharina Tal ankommen, wo sich alle auf ihr eigenes Abenteuer begeben werden, sind viele Themen schon bearbeitet, viele Ängste überwunden. Unterwegs wird viel gelacht, gespielt und geblödet. Manchmal kugeln wir eine Düne runter oder üben uns im Spurenlesen. Es gibt weder ein fixes Wochenprogramm, noch einen geplanten Tagesablauf. Wir fließen mit dem Leben und können so am besten auf Bedürfnisse eingehen.

Antworten aus dem Herzen
Nach einem intensiven Vorbereitungsritual begeben sich alle, mit Material und Empfehlungen gut versorgt, an einen selbst gewählten Platz, etwas abseits vom Camp. Ab hier kommen die Antworten aus dem Herzen, die eigene Wahrheit zählt. Alle gestalten sich ihre Solo-



«Die eigene Wahrheit zählt.»

Zeit so, wie es ihnen entspricht. Am Ende der Visionsuche kommen wir für ein Einweihungsritual wieder zusammen.

Die darauffolgende Wanderung in Stille auf einen der heiligen Berge dient der Verarbeitung und Verankerung des Erlebten. Erst danach feiern wir den Mut und das Leben und teilen unsere Erfahrungen und Erkenntnisse mit der Gruppe. Die unglaublichsten Geschenke kommen in dieser Runde zusammen – welche Freude, daran teilhaben zu dürfen! Die letzten drei Tage verbringen wir an einem einsamen Strand am roten Meer, wo wir integrieren, die Seele baumeln lassen, schnorcheln und tauchen.



* Die Autorin ist Gefühlsarchitektin und Abenteuerdesignerin.
www.sharonmakana.com

Spirituelles Abenteuer

«Ich wurde auf dieser Wüstenreise neu geboren und habe einen tiefen inneren Frieden gefunden, den ich noch heute in mir trage. Hier, in der reinen Energie der Wüste, ist es mir gelungen, Blockaden aufzulösen und mich tiefen Ängsten zu stellen. Ich fühle mich so lebendig wie noch nie zuvor. Ich kann die Verbindung zu mir und dem grossen Sein wieder spüren. Dieses spirituelle Abenteuer wird für immer in meinem Herzen sein. Danke von ganzem Herzen für diese tiefe und magische Erfahrung, die mich frei gemacht hat. Danke für die tolle Begleitung, ich habe mich trotz grosser innerer Herausforderungen immer sicher und getragen gefühlt.»
Romain Sieber, Informatiker

Die **Vision-Quest Reise** ist etwas für mutige Seelen, die bereit sind für einen Quantensprung. Sie fordert eine hohe Bereitschaft, sich seinen eigenen Schatten zu stellen, um an Perlen des Wachstums heranzukommen.

Nächste Vision-Quest Reise: 12.–22.04.2021

Die **Kamelkarawane**, eine Durchquerung des Sinais auf Kamelen, empfehle ich Reisenden, die in die Schönheit und Stille der Wüste eintauchen möchten und Freude haben an echten Begegnungen mit Menschen und Kulturen.

Nächste Kamelkarawane: 23.04.–03.05.2021.

Die **Tauchreise am roten Meer** empfehle ich allen, die nebst dem Tauchen fernab vom Massentourismus gerne etwas Wüstenluft schnuppern und die Beduinenkultur kennenlernen möchten.

Die nächsten Delfinseminare finden dieses Jahr auf Zanzibar statt; 15.–25.02. und 18.–28.10.2021.

Weitere Reisen auf Anfrage möglich.