



Als ich mich für den Simplon anmeldete, hatte ich das Gefühl, es sei ein ganz normales Lager. Es ist jedoch so viel mehr. Es hat mir die Chance gegeben, mich mit meinen

Gedanken und was mich beschäftigt auf einer ganz neuen Art und Weise auseinander zu setzen. Als eine College-Schülerin, die meist jedes Wochenende arbeitet und jede freie Stunde mit Schulzeug, Freunden oder Hobbys füllt, fehlt mir oft die Zeit, mich über persönliche Themen Gedanken zu machen. Als wir in den Bergen unterwegs waren, hatte ich die Chance, über all das, was mich persönlich beschäftigt, nachzudenken. Überraschenderweise waren die Sachen, die mir am meisten Sorgen bereiteten, am einfachsten loszuwerden, weil ich realisieren konnte wie unwichtig diese vielen Kleinigkeiten sind, die mir ab und zu den Kopf komplett vollstopfen. Eine Übung, die mir einen besonders starken Eindruck hinterlassen hat, war, als uns ein Stein gegeben wurde und wir beauftragt wurden den Stein mit jeglicher negativen Energie zu beladen und schliesslich irgendwo in den Bergen zurückzulassen. Als ich das tat, fühlte ich mich viel leichter. Diese Last, die ich ständig mit mir trage, war auf einmal weg. Ich erhielt eine neue Perspektive, von der ich niemals geglaubt hätte, dass sie existiere.

Die Besinnungstage gaben mir ausserdem die Chance, an meine körperlichen Grenzen zu stossen. Hätte mich jemand vor einer Woche gefragt, ob ich es schaffe, 5.5 Stunden einen Berg mit 3400

Höhenmeter hinaufzugehen, hätte ich wahrscheinlich nur gelacht. Weil ich aber diese extreme Herausforderung überwinden konnte, obwohl ich sehr daran gezweifelt habe, bekam ich plötzlich den Eindruck, dass ich viel mehr kann, als was mein Kopf mir sagt. Dieses Gefühl ist unglaublich schön, weil ich nun das Verlangen und den Mut habe, öfters aus meiner "Komfort-Zone" herauszutreten.

Obwohl wir eine Gruppe von Menschen waren, die sich kaum kannte, war die Atmosphäre niemals angespannt, sondern angenehm und lustig. Dank den Spielen und Ateliers, konnten wir einander besser kennenlernen und tiefgründige Gespräche führen, welche man normalerweise nur mit den engsten Freunden führen könnte. Ich hatte es nicht nur gut mit den anderen Teilnehmern, sondern auch mit den Leitern. Das Leiterteam war eine unglaubliche Hilfe. Ohne ihre Unterstützung und Aufmunterung, wäre ich niemals den spirituellen Weg gegangen, den ich durchgemacht habe. Dafür möchte ich mich herzlich bedanken. Diese Woche hat mir unglaublich gefallen. Ich habe in kurzer Zeit, so viel über mich selber entdecken können. Ich empfehle es allen weiter, die eine kleine Auszeit vom hektischem Alltagsleben brauchen, Freude haben, neue Kontakte zu knüpfen, an die physischen Grenzen stossen wollen, eine Möglichkeit suchen, sich selbst zu finden oder schlichtweg, eine Hammerzeit mit tollen Menschen in den Bergen zu verbringen möchten.

