

## Individuelle Frauenauszeit im Ashram Mallorca

02.11.2021, 11:21 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *Ashram Mallorca - Allgemein*

Presseagentur: *Ashram Mallorca*

---



Auszeit-oase für Frauen im Ashram Mallorca

### Was für einen Raum braucht es, damit Frauen zu ihrer inneren Wahrheit finden?

Auszeit-Oase für bewusste Frauen, die belastende Themen hinter sich lassen und sich auf ihre Herzenswünsche ausrichten wollen.

### Das Ashram

Ein spiritueller Ort, an dem **Selbsterkenntnis und Selbstreflexion** an erster Stelle stehen. Innerhalb der Ashram-Retreats sind die Teilnehmerinnen geschützt vor äußeren Einflüssen, um **den Fokus ganz bei sich zu halten**. Ashram Mallorca folgt **keiner Glaubensrichtung oder Religion**.

### Auszeiturlaub für Frauen

Die **Ashram-Gäste** stehen meist an einem wichtigen Wendepunkt in ihrem Leben und suchen nach **neuen Perspektiven, mehr innere Ruhe, Klarheit, Mut und Selbstbestimmung**. Sie haben sich oftmals für den Job, die Karriere oder Familie ausgepowert. Oder sie stehen vor **wichtigen Lebensentscheidungen**, wodurch das **Bedürfnis nach neuen Impulsen** wächst, um den **Blickwinkel auf das Wesentliche** zu erweitern.

Ob **persönliche Weiterentwicklung, Beziehungsprobleme, Burnout, Depression, Berufswechsel, schwere Lebensthemen, zur Prävention oder Entspannung**. Im Ashram finden sie **neue Inspiration, Zuversicht für den weiteren Lebensweg und Lösungen**, wo vorher der blinde Fleck war.

Im Ashram unterstützt Oumaida mit ihrem Retreat **“Ocean of Light”** Frauen, die sich bereits dessen bewusst sind, dass

jetzt für sie eine Veränderung ansteht, **beruflich oder privat**.

Es geht um einen **heilenden Entwicklungsprozess**, um **Gelassenheit und innere Stärke** zu leben, die **wahren Herzenswünsche** zu erkennen und **mit Vertrauen ins Handeln** zu gelangen.

### **Auszeit-oase**

**Der Rückzugsort** auf einer idyllischen Finca mit Meerblick ist **sehr individuell, persönlich, familiär** und die holistischen Erfahrungen, die gemacht werden sind einzigartig - wie Balsam für die Seele.

Es geht auch darum nach **Zeiten der Herausforderungen** ins innere Gleichgewicht zu gelangen, **den Puls des Lebens** zu spüren, **über sich hinauszuwachsen** und **ausgediente Strukturen** hinter sich zu lassen.

**Hier finden Besucherinnen innere Freiheit und ihre ursprüngliche Stärke, Rückzug fernab von Verpflichtungen, Meditation und Visionsreisen, Gespräche, die zur Selbsterkenntnis führen, Freude, Tanz und Leichtigkeit.**

Darüber hinaus kommen die Gäste in den Genuss von der vegetarischen Ashram-Küche, kulinarisch verwöhnt durch die herzensgute Köchin „Mama Laila“.

### **Retreat Ocean of Light**

Mit dem Retreat „Ocean of Light“, das ganzjährig stattfindet, besinnen sich die Frauen zurück zu ihren **wahren Wurzeln**. Auf der Reise von "Ocean of Light" geht es insbesondere darum alte oder **belastende Themen loszulassen, Klarheit zu finden, das Herz wieder zu öffnen, um oft unausgesprochene Wünsche oder Visionen an die Oberfläche zu holen**. Teilnehmerinnen werden dazu sensibilisiert, dass sie ihre **Herzenswünsche** leben dürfen und kommen wieder in ihre **innere Balance**, um **mutig Entscheidungen zu treffen** und die nächsten wichtigen Schritte zu unternehmen.

### **1 zu 1 Begleitung**

**Frauen, die das Bedürfnis haben** allein eine Auszeit im Ashram zu verbringen oder sich nicht in einer Gruppe öffnen möchten, nutzen die Möglichkeit einer 1 zu 1 Begleitung. Das **Einzelcoaching** ermöglicht es, dass sich Oumaida ausschließlich auf eine Teilnehmerin fokussiert, um ihr die **optimal abgestimmte Unterstützung** zu bieten. Frauen, die ein Einzelcoaching buchen, wünschen sich, dass ihre Themen **intensiver und gezielter transformiert** werden.

### **Rückzugsort mit Meerblick - Ashram-Finca**

**Die Auszeit-oase** mit Panoramablick auf **eine Hügellandschaft und das Meer**, liegt im Nordosten zwischen Son Servera und Costa de los Pinos in **Strandnähe**. Umgeben von Olivenbäumen, einen **großen mit Licht durchfluteten Meditationsraum mit Meerblick** sowie einen Pool mit Terrasse lädt unsere Gäste ein, **eine inspirierende Zeit in einem geschützten Rahmen** zu verbringen.

## Aktuelles Angebot

### Weihnachten & Silvester 2021 im Ashram Mallorca

#### Das diesjährige Weihnachtsretreat

Der Rückzugsort zum Jahreswechsel - besinnlich, reflektiert, persönlich

**Termin: 23.12.2021 bis 02.01.2022**

**10 Tage Auszeit** - 7 Tage Retreat und 3 Tage pure Entspannung

Wenn unangenehme Situationen oder ungelöste Themen den Jahreswechsel überschatten, der Hausseggen schief hängt, Einsamkeit einhergeht, ein nahestehender Mensch verstorben ist oder gar der Fluchtinstinkt einsetzt, dann findest du zu Weihnachten und Silvester im familiären Ashram eine geborgene und sichere Zuflucht.

<https://www.ashram-mallorca.com/weihnachtsurlaub-2021.html>

### Rezensionen - Das sagen Gäste über ihre Auszeit

*Isabel*

„Das mit dem Erwachen fühle ich so krass! Ich befasse mich gerade sehr mit dem Göttlichen, Magie und auch Tarot. Und bekomme immer Antworten wie, **Mach, Hör auf deine Intuition, Vergiss alte Verletzungen, nutze deine Kraft.** Meine liebe Oumaida, du hast mich geweckt.“

*Lydia*

"Ich kam als ein Scherbenhaufen zu Dir - körperlich, mental und emotional. Du hast mir geholfen, Stück für Stück, jeden Tag etwas zu heilen, um wieder neue Entscheidungen treffen zu können.

Ich bin so unendlich dankbar, dass mich mein Weg zu Dir geführt hat. Ich werde all die wundervollen Erfahrungen noch lange in meinem Herzen tragen."

\*\*\*\*\*

Die vollständige PR-Datei finden Sie als Word- und PDF-Datei, sowie zahlreiche Fotos und Logos unter folgendem Downloadlink:

<https://www.dropbox.com/sh/zjbl5o8jlbqs8jf/AACmT0Lw6p2tpMDHwnqE8dGRa?dl=0>

Frauenauszeit & Retreat über Weihnachten & Silvester 2021 | Ashram Mallorca

<https://www.youtube.com/watch?v=efzrF2y5uEE>

## Portrait

Oumaida Fabian, Impulsgeberin und Begleiterin aus dem Ashram Mallorca

Bereits seit 1994 wollte Oumaida auf Mallorca leben. Das war ihr persönlicher Lebenstraum, der mit wichtigen Entscheidungen verbunden war.

Wer seine Wünsche und Visionen erfüllen möchte, muss sich seinen Ängsten stellen und auch Risiken eingehen - daher wagte sie 2002 diesen Schritt - sie wanderte in voller Eigenverantwortung alleine nach Mallorca aus. Rund 10 Jahre später folgte sie erneut ihrem Herzenswunsch spirituelle Reisen zu unternehmen, so reiste sie nach Bali, Sri Lanka und Indien. Nach einer einjährigen Orientierungszeit, erfüllt mit neuen Inspirationen und Impulsen, wie es nun für sie beruflich weitergehen kann, wurde eine neue Vision mit Hilfe ihrer lebendigen Vorstellungskraft ins Leben gezogen - eine Ashram nur für Frauen.

Seit Anfang 2014 organisiert sie mit Hingabe und Einfühlungsvermögen, auf ihrer Traumfinca mit Meerblick und Strandnähe, Auszeitwochen & Retreats "Ocean of Light - Klarheit und Selbstbestimmung leben". Bis heute hat sie bereits mehr als 350 Frauen auf ihrem Weg im Wandlungsprozess dabei begleitet mehr Klarheit und Selbstbestimmung in ihrem Leben zu finden. Frauen, die sich in einem Veränderungs- & Entwicklungsprozess befinden, werden auf der Suche nach ihren wahren Wünschen, Visionen und zurück zu ihrer wahren Größe inspiriert.

## Oumaidas Mission und persönlicher Herzenswunsch

Es geht darum auf dem Lebensweg der Ashram-Gäste neue Impulse zu wecken, um sich selbst und ihrer inneren Stärke wieder bewusst zu werden. Das innewohnende Potential der Frauen an die Oberfläche zu ziehen und sie dabei zu stärken für ihre wahren Visionen einzugestehen, um wiederum in ihrem bekannten Umfeld andere Frauen durch ihre Entscheidungen und neues Handeln zu inspirieren und sie dabei zu ermutigen neue unbekannte Wege zu gehen - das ist ihre wahre Mission.

---

News-ID: 1219780 • Views: 1145 (Stand: 31.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1219780/Individuelle-Frauenauszeit-im-Ashram-Mallorca.html>