



## CARIBOU AZORES

### Erfahrungsbericht Carolyn

*«Ich stellte mir vor, dass unser Aufenthalt auf den Azoren mit Caribou sensationelle Ausflüge und köstliche Mahlzeiten bieten würde, aber ich hatte keine Ahnung, was die Woche wirklich bringen würde. Der Convento de São Francisco war eine Wohltat für meine Seele – die historische Kulisse, die Meeresbrise, der Garten und die fantastische Betreuung durch die Gastgeber/Personal gaben einen wunderbaren Rahmen. Nach einer geführten Meditation (optional), begann unser Tag mit einem köstlichen Frühstück mit Ananas aus eigenem Anbau und frisch gepresstem Orangensaft. Die Ausflüge waren eine Mischung aus entspannendem Sightseeing, wunderbaren Wanderungen und einem Tag zur Walbeobachtung. Wir kehrten zum Convento zurück und hatten viel Zeit zum Entspannen. Um 17 Uhr gab es täglichen einen "Impuls" – eine zum Nachdenken anregende Diskussion über Themen wie künstliche Intelligenz, das nahende Alter und Lebensende sowie von Glück. Die Abendessen in verschiedenen Restaurants waren gut geplant und das Essen enttäuschte nicht. Der Tag endete mit einem Schlummertrunk und einer vertieften Diskussion. Diese Erfahrung erfüllte meinen Geist, meinen Körper und meine Seele, und es war der beste Retreat, den ich je gemacht habe.»*

Carolyn McClanahan, Dr.med., CFP®, Jacksonville, USA  
April 2022

