

# Ella und ich

(vom 18.04.2003)

**Es ist nicht erwünscht, dass dieses Buch oder Teile davon gegen Gebühr veröffentlicht oder vervielfältigt werden!**

## Vorabinfo:

Ella ist kein spitzenmäßiges Girl, sondern so etwas wie eine Überseele oder ein höheres Selbst. Zumindest verstehe ich es so, wenn ich die Bücher von „Ella Kensington“ lese. Hinter diesem Pseudonym verbirgt sich Bodo. Er hat mit einigen Helfern das Ella-Camp ins Leben gerufen, um seine „Religion“ zu verbreiten. Das sollte allerdings nicht abwertend klingen! Ich will damit nur sagen, dass nicht alles für jeden gleichermaßen gut geeignet ist. Ich steh momentan aber voll drauf!

Besonders erwähnenswert sind noch Romjna (Bodos Gefährtin) und Thomas, Bodos Freund und Mitstreiter.

Der Inhalt des Camps wird auf den Ella-Seiten im Internet kurz beschrieben. Es soll hauptsächlich dazu dienen, glücklicher zu werden (und zu bleiben).

## Los geht's!

Obwohl ich schon fast zwei Wochen im "normalen Leben" bin, freue ich mich immer noch tierisch, etwas über das Ella-Camp zu schreiben. Ich fange mal von vorne an und bemühe mich, alles, so gut wie ich es noch weiß, auf die Reihe zu bringen.

Wie aus vorhergehenden Tagebuchseiten zu erkennen sein wird, habe ich durch die Bücher "Mary" und "Mysterio" von Ella Kensington Interesse bekommen, mein Leben erfreulicher zu gestalten oder zumindest es so wahrzunehmen. Das wurde durch die Veranstalter des Camps relativ deutlich zugesagt. Da ich mich mehr zu den Pessimisten als zu den Optimisten zählte, konnte so ein "Kurs" sicher nicht schaden. Positiv ausgedrückt: Ich kann mir vorstellen, dass mir der Kurs gut tut! (Ich hab ja inzwischen etwas dazugelernt!) So habe ich im Dezember 2002 Interesse bei den Veranstaltern bekundet und im Januar 2003 fest gebucht. Ein bisschen Schriftverkehr hin und her, ein paar Mails wegen eventueller Mitfahrgelegenheiten, das Script von Bodo gelesen und schon ging es los.

## Tag 0 - Freitag

Koffer für 14 Tage Spanien im März gepackt. Wettermäßig konnte alles sein. Bei 27 kg einiges rausgeworfen. Leider auch zweiten warmen Pullover. Bei 23 kg war nichts mehr drin. Im Koffer natürlich schon. Ich wollte aber weder auf meine Schnürschuhe (die zum Bergsteigen natürlich!) noch auf meine Musik - MP3-Player mit diversen CDs und PC-Lautsprechern - verzichten. Außerdem hatte ich noch rund 7 kg im Rucksack als Handgepäck. Vor allem zu essen. Wer weiß, was es in Spanien gibt?! Wat mutt, dat mutt - wie der Spanier zu sagen pflegt.

## Tag 1 - Samstag

Am 22.03.03 ging es um 06:50 Uhr von Bremen los. Das hieß, um 05:00 Uhr aufstehen! Mitten in der Nacht! Aber wenn's in den Urlaub geht, bin ich voll dabei!

Vor der Landung in München sind wir mal eben schnell durchgestartet, weil's so schön war und ich normalerweise 50 Minuten zum Umsteigen gehabt hätte. Es waren dann nur noch knappe 30 Minuten. Aber wenigsten lag es nicht an unserem Flieger, sondern an den Luschies von der Flugsicherheit. Die hatten wohl so früh morgens noch nicht ausgeschlafen.

Ich bin dann zum Lufthansaschalter gewandelt, weil die mir in Bremen keine Bord-Karte für den Flug von München nach Barcelona ausstellen konnten. Kleiner Trost: Die Münchener konnten es auch nicht! Der Flug war überbucht! Mir wurden dann 300 Euro angeboten, wenn ich einen Flug zwei Stunden später machen würde. Kein Problem - der Tag war noch jung. So hätte ich locker den kompletten Flug wieder raus gehabt! Dummerweise haben dann ein paar Typen abgesagt und man hat mir freudestrahlend mitgeteilt, dass ich doch noch einen Sitzplatz in der nächsten Maschine hätte.

Nächster Punkt: Barcelona-Airport. Ich hatte mich im Voraus bombastisch über Land und Leute informiert und herausbekommen, dass dort spanisch gesprochen wird! Ein Mini-Wörterbuch hatte ich also dabei. Leider hat das nicht gereicht, als ich den Weg vom Flughafen zur Eisenbahn finden musste. An wenigen Stellen glänzte mir das Eisenbahn-

Symbol entgegen, aber wenn man mich nicht schon vorher informiert hätte, dass man aus dem Flughafengebäude raus muss und über eine recht lange Überführung irgendwie zum Bahnhof kommt, hätte ich es nicht gepeilt. Der Schalterbeamte an der Bahnstation des Flughafens war Kummer gewohnt und konnte daher besser englisch, als ich spanisch. Ruck zuck hat er mir für 6,35 Euro ein Ticket zu meinem Bestimmungsort (Ella-Camp) verpasst. Ich war positiv überrascht, weil mir von ca. 10 Euro berichtet worden war und die gesamte Strecke waren zwei Stunden Fahrzeit!

Da war das Umsteigen im Bahnhof Barcelona-Sants schon weitaus problematischer. In diesem Moment hätte ich gerne schon mein Seminar gehabt, weil ich jede Menge Probleme vor mir sah. Auch hier waren ein paar winzige Infos seitens der Veranstalter Geld und Gold wert, sonst wäre ich mit absoluter Sicherheit in die falsche Kiste gesprungen. So habe ich diverse offizielle und private Personen interviewt, wie ich zu meinem Ziel komme, da ich keinen vernünftigen Fahrplan entdecken konnte. Mit etwas Geduld (fast zwei Stunden Wartezeit) habe ich dann den richtigen Zug erwischt. Im Zug habe ich endlich einen Ella-Freak vom Outfit her ausgemacht. Ich kam mir in meiner normalen Alltagskluft ziemlich deplatziert neben einem Fast-Yogi in seinem safrangelben Dress vor. Beim Aussteigen war dann noch ein anderer Teilnehmer in Sicht. Der hatte wenigstens "normale" Klamotten an.

Das mit dem Aussteigen war auch wieder Glückssache. Entweder lag es an meinem dürftigen spanisch, oder ich hab nichts geschnallt. Jedenfalls wurde außer der Außentemperatur nicht viel Lesenswertes angezeigt und Durchsagen gab es keine. Aber ich bin dann einfach hinter den beiden Ella-Typen her.

Wir drei sind von Gitti mit einem Kleinwagen abgeholt worden. Das ging endlich mal unproblematisch! Danke dafür!

So gegen 15:00 Uhr sind wir im Camp angekommen und nach einer freundlichen Begrüßung wurden uns die Bungalows zugewiesen. Wir drei kamen jeder in einen anderen Bungalow, was auch nichts machte, da wir uns kaum kennen gelernt hatten. Ich wurde jedenfalls in den Bungalow 21 gebracht, wofür ich heute immer noch Romjna dankbar bin! Ein männlicher Zeitgenosse war schon da, mit dem ich das Zimmer teilen sollte. Wir hatten beide ein halbes Doppelzimmer gebucht. Die restlichen vier Personen fehlten noch.

Ich habe erstmal alles ausgepackt, den Bungalow von innen in Augenschein genommen und mich dann später zu meinem Zimmergenossen (ich nenne ihn hier Herbert) auf die Terrasse gesetzt, wo wir die Ankunft weiterer Teilnehmer beobachtet haben. Nebenbei wurde ein wenig Tuchfühlung gemacht. Leider alles bei stark bewölktem Himmel und Temperaturen unter 15 Grad. - Gegen 17:00 Uhr sind alle restlichen Typen von Bungalow 21 vollständig versammelt. Es waren vier Damen weiblichen Geschlechts.

Um 19:30 Uhr sind wir dann alle sechs zum Einkaufen gegangen. Nachdem keiner von uns einen Plan hatte, wie man tatsächlich zum Supermarkt kommt, war es schon etwas abenteuerlich, wie wir im Zick-Zack durchs Örtchen (aber nicht durch das stille) querfeldein durch die Pampa gelaufen sind. Es ging auch noch über Bahngleise. Und wie es der Zufall wollte, waren wir gerade von den Gleisen runter, als ein Zug durchrauschte. Irgendwie sind wir dann hintenrum beim Supermarkt angekommen. Dort wurde erstmal kräftig eingekauft. Schließlich will man ja nicht gleich am ersten Tag verhungern oder verdursten. Als einziger Biertrinker konnte ich mich allerdings nicht gegen fünf Weintrinker durchsetzen.

Gegen 21:30 Uhr haben wir dann alle (Bungalow 21) zusammen im Bungalow gespeist, wobei jeder so gut wie möglich bei den Vorbereitungen mitgeholfen hat.

Die Herz-Damen benenne ich mal Tanja, Katrin, Sylke und Freya.

Das war der erste Tag bei Ella!

## **Tag 2 - Sonntag**

Nach einer etwas unruhigen Nacht, weil ich mit Geräuschen im Zimmer zu kämpfen hatte, die nicht von mir ausgingen (ich kann mich vornehm ausdrücken, was!), bin ich dann gegen 08:30 Uhr aufgestanden. Um 09:00 Uhr gab es Frühstück und das bei strahlender Sonne! Wir mussten uns "mächtig beeilen", da um 11:00 Uhr das Seminar begann. Da wollten wir nicht fehlen. Schließlich war das ja der Hauptgrund, weshalb wir hergekommen waren.

Natürlich kann und will ich nicht das komplette Seminar herbeten. Geht auch gar nicht. Ich hab nur wenige Notizen gemacht. Auf alle Fälle war der "Unterricht" immer draußen, da es dann nie geregnet hatte und man höchstens eine Decke brauchte (14-18 Grad).

Generell ging es an diesem Tag um die ersten Seiten in Bodos neuem Script, welches er demnächst veröffentlichen will. Daher hier auch kein direkter Auszug daraus. Nur soviel: Es ging um Realitätsgestaltung und die vier Grundbedürfnisse: Sicherheit, Zusammengehörigkeit, Spaß und Genuss. Jedes Grundbedürfnis wurde anhand von Beispielen aus dem wahren Leben untermauert. Es ging dann darum, was man tun würde, wenn man unter diesen Gesichtspunkten sein Leben leben würde.

Danach wurden Motive angesprochen. Beispiele von einem selber haben die ganze Sache klar gemacht. War schon merkwürdig, was sich mir da plötzlich für eine neue Welt auftat! Schließlich hatte ich bisher immer mehr oder weniger erfolgreich vermieden, über meine Probleme nachzudenken. Andere waren damit schon durch. Nur dass sie noch keine Lösung für ihre Probleme hatten. Gehässig gesagt, war ich mir vor dem Camp meiner Probleme nicht bewusst und nun hatte ich sie auf dem Hals! Das tut erstmal weh! Aber Ella wäre nicht die "Glücksmaschine", wenn sie nicht auch Lösungen anbieten würden. Diese werden von Camp zu Camp immer weiter entwickelt. Selbst vom letzten Camp zu diesem Camp soll es wieder einen großen Schritt gegeben haben. Den mache ich aber später.

Dann haben wir noch bis zum Schwindeligwerden die vier Grundbedürfnisse in Sätze und Handlungen gepackt, bis wohl das letzte "Bit" im Gehirn damit voll war. Leider ist es aber zwingend notwendig, dass die Sache ins Gefühl rutscht und da gab es mal mehr und mal weniger Probleme. Ich habe Tage später den ganzen Schmus noch an die 100mal während eines Strandspaziergangs wiederholt, weil ich beim Gedächtnis schon wieder ein paar Lücken hatte. Vom "ins Gefühl bekommen", ganz zu schweigen. Zumindest war es danach auch bei mir endlich im Gehirn.

Zwischendurch haben wir fast zwei Stunden Mittagspause gemacht. Danach ging es noch mal richtig zur Sache. Aber Bodos Spaß-Einlagen, die immer wieder zwischendurch anstanden, sind einfach unbeschreiblich. Er schämt sich jedenfalls nicht, mal etwas dumm auszusehen, nur damit man Spaß hat. Schließlich weiß er, dass man viel besser lernt, wenn man Spaß dabei hat. Allein der Bewegungsablauf von Zusammengehörigkeit, Spaß und Genuss hat sich bei mir für immer eingebrannt! Danke Bodo! Ich hab mich manchmal scheckig gelacht!

Gegen 19:00 Uhr haben wir zusammen mit zwei „Mädels“ vom Nachbarbungalow unser warmes Abendessen eingenommen. Besonders in der ersten Woche hat die Zusammenarbeit für die Mahlzeiten sehr gut funktioniert. Weil es immer noch relativ kalt war, haben wir dann aus der Tiefgarage Holz geholt und im Kamin ein gemütliches Feuerchen gemacht. Um 22:00 Uhr war dann Fete angesagt! Bodos Bungalow wurde zur Disco umgebaut und dann ging die Post ab! Über Musikgeschmack darf man allerdings nicht mit Bodo diskutieren. Es war schon ziemlich durcheinander bis albern. Aber da hatte ich noch meine 11 Peinlichkeitsdrüsen (jeder andere hat nur eine). Ich habe mich allerdings immerhin zu "Moskau" hinreißen lassen. "Griechischer Wein" und "Biene Maja" habe ich übersprungen und bin Richtung Bungalow geflüchtet. Da kam mir jemand entgegen, der sagte: "Schlimmer kann es jetzt nicht mehr werden!" und ging schnurstracks zur Tanzfläche. Denkste! Es kam schlimmer: "Pippi Langstrumpf"! Das war der Höhepunkt des Abends und wurde für mich später die Ella-Camp-Erkennungsmelodie. Wenn Du mal irgendwann irgendwo jemanden das Pippi-Langstrumpflied summen hörst, frag mal, wie es im Ella-Camp war!

Danach hat sich die Musik wieder langsam normalisiert, obwohl die Geschmäcker aufgrund des Altersunterschieds von ca. 25 bis ca. 55 sicherlich sehr unterschiedlich waren. Zwischendurch haben wir uns unregelmäßig immer wieder bei rotem Wein und Kamin in unserem Bungalow eingefunden. Ich habe so gegen 02:00 Uhr die Kurve gekratzt.

### **Tag 3 - Montag**

Die Uhrzeiten lasse ich jetzt mal großzügig weg, da es kaum einen Unterschied macht, wann wir gegessen haben oder wann der Kurs anfing. Gegen Mittag ging der offizielle Teil wieder weiter. Bodo hat noch mal diverse Vorgänge im Gehirn und im Körper ausführlich erklärt, um dann wieder auf sein Konzept aufzubauen. Es ging darum, wie man bei einem Problem über das Motiv zum Ziel gelangt und wie man eine Brücke in die Zukunft schlägt. Bodo hat auf seine Art auch da wieder Spaß hineingebracht, sodass ich nie gelangweilt war.

Irgendwann bekam ich ganz komische Gefühle, die ich a) nicht orten konnte, b) nicht identifizieren konnte und c) nicht loswerden konnte. Ich will sagen: Ich hab mich schlecht gefühlt und weiß nicht, warum. Lange nach dem Abendessen hab ich dann irgendwie den Durchblick bekommen, dass ich vom Camp überfordert bin, dass ich weniger "kann" als die Anderen und dass ich erst ganz am Anfang dieser Themen stehe. Aber dadurch, dass ich wusste, was mich so niedergemacht hat, konnte ich mithilfe des bereits Erlernten, die Situation so "hindrehen", dass ich wieder gute Gefühle bekam. Dadurch habe ich sogar den Kurs, der mich ja eigentlich überforderte, positiv angesehen! Klingt verrückt, aber es war so.

### **Tag 4 - Dienstag**

Vormittags wieder das Übliche: Die Frühaufsteherin kauft die Brötchen, der nachfolgende Aufsteher hat die Käse- und Wurstplatte gemacht, beide haben den Tisch draußen gedeckt, ich kam als Nächster und habe schnell alles aufgegessen, bevor Mitbewohnerinnen Nr. 4 - 6 erscheinen. Vielleicht war ich auch nicht ganz so schlimm.

Nochmals wurden uns wieder einige Zusammenhänge des Gehirns und der Gefühle klargemacht. Es wurde besprochen, dass es bei einem Problem Sinn macht, die Notwendigkeit wegzunehmen, damit die Wahrscheinlichkeit, dass das Problem gelöst wird, sich erhöht. Dazu wurden auch Beispiele gemacht. Weiterhin ging es noch um Manipulation, Schuld und Vergebung.

Abends wieder einkaufen, gemeinsames Essen im Bungalow und auf der Terrasse sitzen. Gegen 22:00 Uhr gab es dann noch ein gemütliches Lagerfeuer mit Musik am Strand. Dem Trommler hier noch mal ein riesiges Dankeschön für seine Einlagen! Auch wenn ich nicht so sehr auf Trommelsoli stehe: Der Mann kann was!

### **Tag 5 - Mittwoch**

Schulfrei - Hurraaaaa! Nach dem Frühstück habe ich eine ausgedehnte Strandwanderung mit Rucksack gemacht. Dabei habe ich immer wieder die vier Grundbedürfnisse vor mich hingrabbeln. Zwischendurch das Pippi-Langstrumpf-Lied gepfiffen. Was soll's! Erstens war der Strand fast leer, zweitens hat jeder irgendwo einen Knall und drittens fehlten mir inzwischen schon mindestens 4 Peinlichkeitsdrüsen!

Später haben wir zusammen eingekauft, zu Abend gegessen und echte Probleme gewälzt. Man war das hart! Zum Glück fiel es nicht auf, dass ich mich kaum beteiligt hatte, aber mit meinem Viertelwissen wollte ich mich nicht unbedingt einschalten, wenn sich Erwachsene unterhalten. Zwischendurch konnte ich mich wenigstens nützlich machen, in dem ich eine zufällig vorbeikommende Nachbarin in ein Gespräch verwickeln konnte, sodass sie (hoffentlich) nichts von dem Problem einer Mitbewohnerin mitbekam. Später haben wir ihr es dann gebeichtet und dabei gelacht. Beim nächsten Besuch ein paar Tage später, als wir schon wieder mal ein Problem auf dem Tisch hatten, hat sie es gleich geschnallt und sich in kleiner Entfernung hingesezt. Als wir aber nach einiger Zeit immer noch am Palavern waren, ist sie wieder von dannen gezogen. Hochachtung! Hoffentlich habe ich das bei anderen auch immer so geschnallt!

### **Tag 6 - Donnerstag**

An diesem Tag hatten wir Rudelführer, Rudelkampf und Personen kopieren. Außerdem haben wir uns eine Grundsatzentscheidung verinnerlicht, die ungefähr besagt, dass wir zukünftig nur noch glücklich sein wollen. Wer will das nicht?!!!

Ich hatte noch mal die "Formel" mit den Grundbedürfnissen gelernt, Beispiele dazu gemacht und ein erstes kleines Problem mithilfe meiner Mitbewohner gelöst. Gegen 16:00 Uhr gab es noch die Übung "Glücksekstase". Der Name sagt schon genug. Mehr wird nicht verraten.

### **Tag 7 - Freitag**

Zuerst in großem Stil mit allen Beteiligten (ca. 80 Personen) und später im kleineren Kreis mit ca. 12 Personen: Die I-Runde. I-Runde ist nur unser (Bungalow-21-) Begriff für Intuitionsrunde. Ohne Rotwein kann man das so schlecht aussprechen! Ich war der Zweitletzte in der Runde, der "dran" war, da ich nicht so besonders heiß war, so etwas zu machen. Es ging darum, dass man eine Frage an die Gruppe stellt. Z. B.: "Wie kann ich Zugang zu meiner Intuition bekommen?" Dann gönnt man der Gruppe ein bisschen Zeit und jede/jeder kann erzählen, was sie/er gesehen, gehört oder gefühlt hat. Bevor ich dran kam, war es schon sehr überraschend, wie gut einige "drauf" waren und Sachen "gesehen" haben, die sie auf keinen Fall gewusst haben können. Ich habe nur zwei- oder dreimal etwas gespürt. Einmal war es wenigstens stimmig.

Aber nun zu mir. Zwei Merkmale kamen bei der "Session" heraus:

1. Ich habe oder ich werde mit Kindern oder Kinderspielzeug zu tun haben.
  2. Ich bin total verschlossen. Nicht schön, aber relativ wahr, wenn ich die anderen Teilnehmer des Camps sehe.
- Die allgemeine Empfehlung war, ich sollte mir einen des Ella-Teams nehmen, um das zu klären. In dieser I-Runde war keiner dazu in der Lage, obwohl sie in einigen Fällen schon geholfen hatten.

Sobald ich abends den guten Thomas erblickt hatte, habe ich ihn mir gekrallt, um das Problem nicht lange mit mir rumzuschleppen. Er ist dann zwar weniger auf meine fehlende Intuition eingegangen, aber meines Erachtens war das auch nicht so wichtig, wie mein Problem des Zumachens. Ich war schon etwas bockig, die vier Grundbedürfnisse frei herauszusagen. Dann hat er mir klargemacht, dass ich mir mehr Spaß gönnen sollte und vor allem sollte ich mich öffnen! Ich fand meine Fortschritte vor Ella in Bezug auf Öffnen schon recht gut, aber anscheinend ist das nach internationalem Ella-Standard viel zu wenig. So hat er noch deutlich gemacht, dass es entgegen althergebrachter Meinung totaler Blödsinn ist, dass, wenn man offen ist, verletzlich wird. Damit nicht nur mein Verstand das kapiert, sondern auch mein Unterbewusstsein, hat er mit mir eine kleine Übung ohne vorherige Erklärung gemacht:

Ich sollte für fünf Minuten meine Glücksgefühle hochfahren. Als überzeugter Pessimist hab ich ihn auf zwei Minuten heruntergehandelt. Diese Zeit habe ich mit seiner Hilfe sogar recht leicht durchgehalten. Plötzlich hat er sich breitbeinig mit einem total fiesen Gesichtsausdruck vor mich hingestellt und gesagt: "Arschloch"! Ich konnte nur breit grinsen. Das hat er dann noch zweimal wiederholt, aber außer Lächeln bis Lachen von mir nichts zurückbekommen. Nicht mal einen Tritt. Er ist allerdings auch kräftiger als ich gebaut (und Kampfsportlererfahren, wie ich später erfahren habe), sodass ich ihm im "normalen Leben" wahrscheinlich nur äußerst grimmig angesehen hätte. Aber mein Unterbewusstsein hat diese Lektion

begriffen und wird es vermutlich auch nicht vergessen! Ab sofort war das für mich die "Arschlochmethode". (Sorry, aber das harte Wort war zur Erklärung nötig.)

Danach war ich zwar noch ein bisschen durcheinander, weil ich ja immer noch nicht meine Intuition verbessern konnte, hatte aber das Gefühl, etwas viel Wichtigeres gelernt zu haben. Und wenn ich erst so richtig offen bin, kommt das mit der Intuition von allein. Zumindest nach und nach. Thomas hat mir auch noch erklärt, dass Bodo und er im alten Beruf Ingenieure waren. Das macht mir als Techniker die Sache hoffnungsvoller, da ich dann bei mir eine größere Chance sehe, den ganzen Kram fast so gut wie die beiden zu checken. Ich weiß nicht wie, aber irgendwie hat er noch erkannt, dass ich immer gerne alles 100%ig machen möchte. Er hat deutlich gemacht, dass dieser Anspruch für mich als "Neueinsteiger" ein bisschen zu hoch sein könnte und ich sollte mal mit einem Ziel von 80% arbeiten. Es fällt mir zwar schwer, ist aber anders nicht zu machen, sonst verfall ich wieder in Stress. Und wer Stress hat, hat den Kopf nicht frei um sein eigentliches Ziel zu erreichen ...

### **Tag 8 - Samstag**

Dieser Tag war mein schwärzester Tag im Camp. Dabei fing es so schön locker mit Meditation am Strand an. Es gab dann später ein Kaffeetrinken zu fünft und auch ein gemeinsames Abendessen. Danach sind wir zum Cocktailtrinken aufgebrochen. Cocktails sind nun mal nicht mein Ding und das hätte mich warnen müssen. Ich hatte dann den ganzen Abend nur einen getrunken und war vergleichsweise nüchtern. Dadurch haben sich meine Peinlichkeitsdrüsen dramatisch vermehrt und das sinnlose Gelächter der Anderen ging mir voll auf den Senkel. Wer kennt das nicht, wenn man als Autofahrer an seinem Anti-Bier rumnuckelt, während sich die anderen den Stoff reinschütten! Jedenfalls wollte ich so schnell wie möglich "nach Hause". Als dann sowohl mein Zimmergenosse, als auch eine Bungalowmitbewohnerin mich baten, mich in ihre Reihe (Schulter an Schulter) einzureihen, habe ich auf stur geschaltet und wollte bloß weit weg. Am Bungalow angekommen, war ich dieses Mal der Erste im Bad und im Bett. Im Bett hatte ich dann grässliche Gefühle und totale Angst, dass "die" irgendetwas mit mir anstellen, weil ich nicht mitgemacht habe. Wenn ein Schlüssel in der Tür gewesen wäre, hätte ich abgeschlossen. War aber nicht! So habe ich immer gelauscht, ob mehrere Personen die Treppe hochkommen, um mich "zu holen". Irgendwann hat dann das Gehirn gesiegt und die neuen Ella-Formeln geschnallt, sodass wenigstens die Todesangst weg war. Aber Zusammengehörigkeit, Spaß und Genuss waren in diesem Moment total out! Ich habe mir auch klar gemacht, dass ich erst gestern zu Thomas gesagt hatte, dass ich es mir nicht vorstellen kann, wenn ich noch einmal wiederkomme, mit so netten Leuten zusammenzukommen. Und nun das! Total verrückt!

Als dann die Personen nach und nach nur einzeln die Treppe hochkamen, konnte ich irgendwann einschlafen.

### **Tag 9 - Sonntag**

Morgens war ich natürlich noch total fertig und bin vor dem Frühstück schnell an zwei Mitbewohnern hinausgeschlichen, um erstmal mit mir ins Reine zu kommen. Mir war zwar klar, dass ich ein so riesiges Problem nach ein paar Tagen Ella-Camp nicht ganz allein lösen konnte, aber ich wollte wenigstens den Anfang machen und danach zu einem Ella-Berater gehen. Nachdem ich mich gedanklich erstmal niedergemacht hatte, wie es mit normalem Menschenverstand so weit kommen konnte, fiel mir noch die I-Runde ein, wo mir eine Frau immer wieder nur etwas von einem ganz dichten Gesicht sagen konnte. In diesem Moment hatte ich es begriffen: Ich bekomme den Abstand zu meinem Problem nicht hin. Daran muss ich arbeiten. Das habe ich sofort mit dem aktuellen dicken Problem gemacht. Da ich oft von Freunden zur Problemlösung ihrer Probleme herangezogen werde und gar nicht schlecht dabei liege, habe ich mein Problem in einen Freund hineingedacht und bin dann an die Lösung gegangen. (Ist sicherlich nicht der beste Weg!) Als Unbeteiligter konnte ich dann halbwegs objektiv an die Sache herangehen. Ich habe den gestrigen Abend noch mal passieren lassen und festgestellt, dass ich die Rudelführerschaft unseres Bungalows übernehmen wollte. Das hat aber nicht geklappt, weil die Mädels sich bei dem Falschen eingeklinkt hatten. Daraufhin hatte ich die Befürchtung, aus dem Rudel ausgestoßen zu werden, was die Überlebensangst ausgelöst hat. Das klang alles logisch und fühlte sich für mich richtig an! Boa ey! Ich hab mein erstes Problem gelöst! Und das ganz allein! Ich werde Ella-Berater! Aha, mein Humor meldet sich wieder! Gutes Zeichen! Ich bin also wieder gut drauf! Das gibt glatt noch ein paar Freudentränen, was aber niemand gesehen hat, da die Straßen noch ziemlich tot waren. Und wenn schon ...

Als ganz anderer kam ich wieder zurück zum Bungalow und bat mich auch gleich an, JETZT die Brötchen zu holen. Beim Rausschleichen hatte ich das abgelehnt. Aber jetzt war es schon zu spät. Na macht nix. Ich hab den anderen dann von dieser ganzen Kiste berichtet. Die haben nicht schlecht gestaunt, dass es bei mir so heftig war. Die hatten alles viel weniger schlimm empfunden. Da war ich jedenfalls froh und wurde auch wieder herzlich in mein Rudel aufgenommen. - Mann oh Mann, vor ein paar Tagen wusste ich noch nichts über Rudel und jetzt hatte es mich so gepackt! Aber das Wichtigste an der ganzen Geschichte war für mich, dass ich ein eigenes größeres Problem ohne fremde Hilfe selber lösen konnte. Problemlösungsmäßig gesehen war ich jetzt topp drauf!

An diesem Tag hatten wir vorerst unseren letzten "Unterricht", wobei es wie Dings auf Eimer passte: Wir sind noch mal ganz deutlich auf die Problemlösung eingestiegen, wobei klar gemacht wurde, dass es nicht nötig ist, das Problem

durchzukauen, sondern dass man sich sofort sein Ziel vor Augen hält und darauf zuarbeitet. Das war weiter oben als "großer Schritt" gemeint. - Außerdem ging es noch um können, dürfen und wollen. Es gab noch eine Unterbewusstseinsbefragung, die allerdings kurz vor meinem Einsatz wegen geistiger Hohlheit in unserem Team abgebrochen wurde.

Weil alles wieder so schön war, hatten wir bei uns einen Kuschelabend vorgesehen und auf den Steinboden vor dem Kamin die Sofa- und Sesselpolster ausgebreitet und mit einer Decke überzogen. Der Kamin brannte auf Hochtouren und so lagen wir mit vier Personen und ruhiger Musik davor. Die ganze Zeit hatte ich darauf gewartet, dass Sylke ein bisschen dichter bei mich bei kommt, aber nach meiner Abfuhr gestern war das leider nichts und einer nach dem Anderen ist eingedöst. So haben wir dann auch nicht mitbekommen, dass Romjna einen Zettel an die drei Meter entfernte Terrassentür geklebt hatte. Irgendwann zwischen eins und zwei waren alle wieder wach und haben sich auf die jeweiligen Betten verteilt.

### **Tag 10 - Montag**

Wir sind es mal ganz locker angegangen, haben den Vormittag herumgetrödelt und sind gegen 13:00 Uhr zu einer Trinkwasserquelle in die Berge gefahren. Herbert und eine andere Teilnehmerin hatten je einen Leihwagen, sodass wir mit sieben Personen genügend Platz hatten. Wir haben unten an der Quelle geparkt und sind dann (rein intuitiv) einen der Berge hoch gestieft. Endlich konnte ich meine Bergsteigerstiefel ausnutzen! Das hat zumindest meine Flachlandherkunft etwas verborgen und mir auch ein sichereres Gefühl gegeben.

Es war rundherum schön. Das Wetter spielte mit, wir hatten genügend zu trinken und zu knabbern und die Stimmung war friedlich. So haben wir gut eine Stunde am Gipfel verbracht, bevor wir uns an den Abstieg gemacht haben. Bei der Quelle haben wir draußen vor einem Restaurant gesessen und uns etwas Kaffeeähnliches rein gezogen. Der Kaffee war in Spanien relativ mild im Geschmack und wurde von den meisten gelobt.

Dann ging's wieder zurück ins Camp. Schließlich war abends ein ganz wichtiger Termin: Paella-Essen! Es war zwar nicht unbedingt als billig zu bezeichnen und für ca. 70 Personen auch nicht gleichzeitig verfügbar, hat aber das Zusammengehörigkeitsgefühl ungemein gestärkt. Ganz abgesehen vom Spaß beim Pulen und beim Genuss der Spezialitäten! Zwei Besonderheiten hatte das Essen für mich: Zum Einen hatte ich jemanden neben mir sitzen, der die gleiche Art von Humor hat, wie ich manchmal. Man macht Witze und zieht sich selbst dabei herunter. Inzwischen sage ich Negativhumor dazu. Momentan habe ich mir diesen Humor fast abgewöhnt und will sehen, dass ich ihn gegen Positivhumor eintausche. Das Zweite war die Erkenntnis, dass wenn man ganz unverblümt und ohne Hintergedanken zu jemandem sagt, dass man ihn (in diesem Falle war es eine Sie) sehr gut aussehend und nett findet, dabei ein DANKE zurückerhält und merkt, die/der andere hat es so verstanden, wie man es gemeint hat, nämlich nur als ehrliches Kompliment und nicht als Anmache, das ist für beide Seiten ein ganz tolles Gefühl! Warum geht das nicht immer so?!

So schloss der Tag sich für mich ganz ruhig und besinnlich mit einem kleinen Umtrunk im Bungalow ab.

### **Tag 11 - Dienstag**

Hier werden meine Notizen immer dürftiger. Es ist nur ein Marktbesuch eingetragen. Dieser fand mit dem Leihwagen im Nachbardorf statt. Es war aber eigentlich nichts Besonderes. Es ging wieder einmal um Zusammengehörigkeit, Spaß und Genuss. Na, hast Du's langsam auch drauf?

Ansonsten das Übliche, wobei ich nicht mehr weiß, ob wir im Bungalow oder im Restaurant gegessen haben. Aber was soll's.

### **Tag 12 - Mittwoch**

Hier habe ich nur ein Wort gefunden: Barcelona! Wir sind mitten in der Nacht (gegen 08:30 Uhr) zu acht mit dem Zug nach Barcelona gefahren. Die Sitze waren so umklappbar, dass man sich paarweise gegenüber sitzen konnte. Das war gemütlich! Wieder einmal schien die Sonne und die Zugfahrt dicht am Meer war sehr schön. In Barcelona angekommen haben wir innerhalb von 20 Minuten ein kleines Café gefunden, wo wir erstmal gefrühstückt haben. Von da aus ging es dann locker in Richtung "Mies van der Rohe" weiter. Für mich absolut nichts sagend, für andere ein Muss. An dessen Bau aus 1920 oder so fand ich auch nichts Aufregendes. Die Gruppe hatte sich dann gesplittet. Ich ging mit zwei Mädels weiter und habe schon mal etwas Schlossähnliches mit Wasserfall angesehen. Nach einer Weile haben sich die zwei von mir getrennt (wie kann man nur) und ich bin alleine (schluchz) zurück zu dem anderen Teil der Truppe. Dann gab es eine weitere Teilung. Ich bin mit Dreien weiter in Richtung Einkaufsstraße. Wir haben uns das Taxi geteilt. Es war wesentlich billiger als bei uns in Deutschland.

In der Einkaufsstraße war der Bär los! Die Mädels hatten eine Vorliebe für die Pantomimen und haben jedem ein Geldstück

in den Eimer geworfen. Ich habe dann immer die Fotos gemacht. Einmal war ich auch "dran". Es war bei "Charlie Chaplin". Das würde besonders zu mir passen, wurde mir gesagt. Ich weiß nicht, warum. Schließlich hätte mein zweiter Vorname Ernst sein können. Na ja, dieses Mal haben die anderen geknipst und ich habe die Münze geschmissen. Dann wollte der Louis noch Faxen mit mir machen und ich habe, so gut es ging, mitgemacht.

Wir sind noch ein bisschen weitergebummelt, bis die Damen dann den Gaudi besuchen wollten. Dabei heißt es doch DIE Gaudi! Da wurde mir erzählt, dass es sich um einen berühmten Mann gehandelt hat, der einen besonderen Baustil hatte. Da das Barometer kurz vor Regen stand, haben wir uns gegen den Gaudi-Park und für die Gaudi-Kathedrale entschieden. Wieder ins Taxi und hinein! Der Eintritt war mit 9 Euro schon verheißungsvoll, aber wir wurden mit Dreck, Staub und Baulärm empfangen. Der Spaß und der Genuss gingen bei mir ziemlich in den Keller. Aber wenigstens die Zusammengehörigkeit war noch da! - An ein paar Ecken wurde es besser. Besonders im Gaudi-Museum. Irgendwann kam dann auch die Info rüber, dass die mit dem Eintrittsgeld den Ausbau des vom Krieg zerstörten Teils finanzieren. Das hat mich dann schon wieder milder gestimmt, weil es für meinen unfachmännischen Kunstverstand zumindest eine ungewöhnliche Bauweise war, die durchaus gefallen konnte.

Anschließend waren wir ziemlich fertig, uns war kalt und wir hatten Hunger. Wir haben uns dort in der Nähe ein kleines süßes Café gesucht, wo leider keine Getränke auf der Karte standen. Aber locker wie wir nun mal sind, haben wir das übliche (Kaffee/Kaputtchino) und etwas Kleines zum Anknabbern bestellt. Während der Wartezeit haben wir den einen versprenkten Teil unserer Truppe per Handy angebimmelt. Nach viel Sucherei und einiger Zeit haben die uns dann gefunden und auch gegessen und getrunken. Das Bezahlen wäre dann nur Formsache gewesen, wenn die Preise nicht dreimal (ohne Übertreibung) so teuer gewesen wäre, wie bisher gewohnt. Man hat uns alles nochmals vorgerechnet, weil die Rechnung nur immer "Diverses" ausgewiesen hatte, womit wir nichts anfangen konnten. Mir war's bald egal und irgendwann sind die anderen auch darüber hinweggekommen. Von dort aus sind wir dann zum Bahnhof gedüst und haben so einigermaßen problemlos den richtigen Zug "nach Hause" erwischt.

Was danach gelaufen ist, habe ich nicht notiert, aber viel wird es nicht mehr gewesen sein. Dazu waren wir zu müde.

### **Tag 13 - Donnerstag**

Donnerstag war ein Tag der absoluten Ruhe. Als wir nachmittags die Ruhe satt hatten, sind wir zu viert in den Nachbarort zu einem Bummel aufgebrochen. Weil gerade die Sonne so knuffig brannte, haben wir uns das erste Eis in Spanien reingepfiffen. Dann ging die Bummelei los. Die Damen waren aus einem Klamottenladen nicht wegzubekommen, sodass Herbert und ich durch das Dorf getigert sind, um Andenken für "Zuhause" zu kaufen. So richtig zufrieden waren wir aber nicht und sind wieder Richtung Mädels gebummelt. Irgendwie haben wir uns dann auch getroffen, wobei die uns wohl schon länger gesucht hatten. Tränen brauchten wir aber nicht abzutrocknen - schade!

Zusammen sind wir dann noch in einer kleinen Runde gebummelt und haben die Mitbringsel zusammengekratzt. Dann ging es wieder ab zum Bungalow.

Park-Café war angesagt! Also, nichts wie hin. Der letzte Abend zum Draufmachen! Dort angekommen haben wir uns schön gleichmäßig verteilt. Irgendwie war ich aber nicht so richtig feiermäßig drauf, sodass ich nach einem kleinen Bierchen schon wieder einen Abgang gemacht hatte. Beim Bungalow wurde dann noch ein bisschen mit den Verbliebenen (nicht Verblichenen!) geklönt und noch vor 24:00 Uhr ins Bett gegangen!

### **Tag 14 - Freitag**

Der absolut letzte ganze Ella-Tag! Trotz der vielen schönen Gefühle habe ich mich auch wieder auf mein "richtiges" Zuhause gefreut. Tag und Nacht immer nur Probleme wälzen und lösen, da ist man froh, wenn es mal wieder weniger damit wird. Allerdings geht das auf Kosten der Zusammengehörigkeit mit den Ella-Typen! Insofern stimmten mich meine verschiedenartigen Gefühle nachdenklich. Aber erst nach dem Aufstehen gegen 11:00 Uhr! Das war wirklich mein spätestes Aufstehen. Um 12:00 Uhr war die Abschlussbesprechung. Hurry up!

Nachdem Bodo fertig war, konnte jede/jeder, die/der etwas zu sagen hatte, es durchs Mikro ablassen. Es waren wirklich schöne Sachen dabei. Mir haben die Worte eines frisch Arbeitslosen und eines anfänglichen Suffkopps am Besten gefallen. Der Erste hat das Camp mit seinen Worten so klar rausgebracht, wie ich es nicht gekonnt hätte. Der Andere, der die ersten Tage Ballermann-mäßig drauf war, hat schnell begriffen, dass man Spaß usw. auch ohne (oder mit nur ganz ganz wenig) Alkohol haben kann und ist bei der Schilderung seiner Gefühle richtig sympathisch geworden. Es wurden auch noch viele andere gefühlvolle Beiträge vorgetragen, aber diese zwei sind bei mir hängen geblieben.

Der Rest des Tages war Abschiednehmen von allem und jedem. Ich habe mit dem Strand angefangen. Es war so warm, dass ich zum ersten Mal oben ohne liegen konnte. Das hat sich allerdings nach einer halben Stunde schlagartig geändert. Zuerst dachte ich, ich zieh mir mal eben mein Hemd an. Reicht nicht. Pullover an. Reicht nicht. Jacke an. Ungemütlich. Ab

zum Bungalow und sämtliche elektrischen Heizungen angemacht!

Abends habe ich nicht mehr all zu lange gemacht.

### **Tag 15 - Samstag**

Ich war der Erste mit Aufstehen um 06:30 Uhr. Alle waren extra aufgestanden, um mich zu verabschieden! Prima Klima! Das schafft Zusammengehörigkeit! Dann bin ich mit Sack und Pack zum Haupteingang. Die Sonne ging gerade sehr schön über dem Meer auf, sodass ich schnell noch mal die Kamera herausgewühlt habe, um das Bild einzufangen. Zehn Minuten später kam dann mein vorbestelltes Taxi ganz pünktlich an. Es war ein VW-Bus mit ganz normalem Taxi-Schild, aber ohne Taxameter. Das hat mich schon Schlimmes ahnen lassen. Diese Realitätsgestaltung hat dann auch voll funktioniert: für knapp fünf Minuten Fahrt 6 Euro! Ich hab's ohne zu Murren gegeben, schließlich will ich ja nach Hause. Trinkgeld gab's aber keines mehr.

In der Mini-Bahnhofshalle war ich lange der Einzige. Irgendwann hat der Fidi vom Dienst seinen Schalter aufgemacht. Ich hab da mal so vor mich hingedacht und erstmal gewartet, bis jemand kam und eine Fahrkarte kaufen wollte. Ich habe mich gleich dahinter gestellt, da es nun nur noch 25 Minuten bis zum Eintreffen des Zuges waren. Das Aufstehen von der Sitzbank hätte ich mir schenken können. Der Zug kam mit gut fünfminütiger Verspätung und der Fidi hat es in der Zeit nicht geschafft, seinen Fahrkartendrucker zu überreden, eine Fahrkarte auszudrucken. Und das, obwohl er ihm die ganze Zeit mit einer Schere in den Innereien herumgefummelt hat!

Fast hätten wir den Zug nicht mal erwischt, weil die eine Bahnhofstür keinen Griff hatte, womit man die Tür von innen öffnen kann und die andere Tür war durch Wind und Wetter so verklemmt, dass sie nur einige feste Fußtritte eines wütenden Spaniers bewogen hatte, uns frei zugeben!

Nachdem ich die Fahrkarte ohne großes Aufsehen im Zug gekauft hatte (der Waldheini wollte nicht wechseln!), ging es mit einmaligem Umsteigen zum Flughafen. Nachdem ich nicht so recht wusste, in welches Flughafengebäude ich gehen sollte, habe ich mich für das entschieden, wo ich angekommen war. Glücklicherweise war der Lufthansa-Schalter gleich der erste. Was mir weniger gefallen hatte, war die ewig lange Schlange. Ich hatte nur noch eine Stunde Zeit. Es ging dann aber sehr "schnell". Schon nach knappen 40 Minuten Wartezeit kam ich an die Reihe! Ich habe noch ein paar Ellaraner begrüßt und verabschiedet, bevor ich nach oben zum Abflug gegangen bin. Trotz Zeitknappheit habe ich mich mit einem Kaputnick (wie heißt nur dieser blöde Kaffee mit Sahne oben drauf?) und einem belegten Brötchen die Zeit vertrieben. Aus Prinzip bin ich dann noch für ganz kleine Jungs und war trotz allem nicht der, die, das Letzte am Transferbus. Ich war in so einer Wahnsinnsstimmung, dass gar nichts passieren konnte. Hinter mir kam noch eine junge Mamsell angewetzt, die ich erstmal beruhigt und gleich geduzt habe. Sie hat mit mir sehr freundlich gesprochen, aber hat sich nicht getraut, mich zu duzen. Dabei hab ich doch so jung und knackig ausgesehen! Bevor ich ihr das Du so richtig aufdrängen konnte, waren wir schon im Gespräch vertieft im Bus gelandet und auf dem Weg zum Flieger. Man war ich gut drauf!

Im Flieger hatte ich leider so einen Macho-Spanier neben mir, der am Liebsten sämtliche Armlehnen, Sitz- und Beinplätze für sich haben wollte. Aber egal. Nur keinen Streit vermeiden und Platz für Arme und Beine verschafft. Anscheinend brauchte er das. Er hat jedenfalls nix gesacht. Ansonsten ging alles ganz normal weiter. Ich hatte sogar in Barcelona schon die Bordkarte für München bekommen, sodass meinem Weiterflug dieses Mal nichts im Wege stehen konnte. Über den Alpen habe ich sogar noch ein allerletztes Foto gemacht. Dann waren meine möglichen 95 digitalen Fotos verknipst. Eine andere leere Speicherkarte hatte ich leider verloren.

Auf dem Flug zwischen München und Bremen waren höchstens noch der Wind und das schlechte Wetter erwähnenswert. Bei der Landung ist die Kiste garantiert nur auf einem Bein gelandet und hat sich dann zurechtgeschaukelt.

Der Empfang war da: Mutter hat mich alleine abgeholt, schließlich ist meine Frau noch für eine Woche in Thailand.

Am nächsten Tag habe ich gleich eine Zusammenfassung des Camps notiert, damit ich möglichst wenig vergesse. Jetzt bleibt mir nur noch meine Unterlagen aus dem Camp zu studieren, welche Dinge ich zukünftig anders, bzw. besser machen möchte. Angefangen habe ich schon, in dem ich mir zum ersten Mal seit x Jahren selber eine Hose gekauft habe! Eigentlich halte ich Mode für unwichtig, aber wenn ich mal Bock auf Klamotten kaufen habe, muss ich das ausnutzen! (Kommt fast nie vor!)

Einigermaßen fix habe ich noch meine digitalen Fotos per CD an meine Bungalow-Family verschickt. Als Gag habe ich es so eingerichtet, dass beim Einlegen dieser CD eine automatische Fotosession startet, ein Fenster mit dem Inhalt der CD und das Pippi-Langstrumpf-Lied im Hintergrund läuft.

Ansonsten überlege ich immer noch, wie ich ein Bein in die Musik bekomme. Musik hören hat bei mir einen sehr großen Stellenwert. Nicht umsonst riskiere ich Gesundheit, Geld und Zeit, um mir deftige Lautsprecherboxen selber zu bauen (ein Paar hat mehr als 100 kg!). Aber Spaß macht es mir auch, sonst hätte ich nicht damit angefangen.



Überhaupt mache ich mir jetzt mehr Gedanken über Dinge, die noch nicht so gut in meinem Leben laufen. Zwei knifflige Dinger habe ich mir herausgepickt, über die ich aber erst nach einer Lösung berichten würde.

In der nachfolgenden Arbeitswoche bin ich meinen Kollegen mit meiner guten Laune erstmal richtig auf den Wecker gegangen. Aber bis Freitag hatten sie mich wieder hinbekommen. Trotzdem flackert in jeder freien Wohlfühlminute der Ella-Geist wieder auf und beschert mir ein leichtes Grinsen und gute Laune. Manchmal sogar das Pippi-Langstrumpf-Lied. Aber nur ganz leise. Da war was mit angemessen ...

Es gäbe noch ein paar Dinge mehr zu dem Thema zu sagen, aber damit dürfte ich die Privatsphäre einzelner Personen verletzen. Was Du nicht willst, was man Dir antut ...

Auch wenn Glaube oder Gott kein Thema bei Ella ist, so bin ich froh, dass sie sich nicht gegenseitig ausschließen.

Generell bin ich durch das Camp zufriedener, ohne jetzt mit geschlossenen Augen oder mit rosaroter Brille durchs Leben zu gehen. Nur der momentan besonders stressige Alltag kommt mir manchmal dazwischen, bis ich mir wieder sage:

**" Dein Leben ist nicht in Gefahr! Du kannst jederzeit Zusammengehörigkeit, Spaß und Genuss haben! "**

### Nachträge:

- Ich habe mir noch „Die sieben Botschaften der Seele“ vom gleichen Autor gekauft. Liest sich aber schwer.
- Nach zwei Monaten ist das Ella-Feeling bei mir leider ziemlich wech.
- Die Peinlichkeitsdrüsen sind ein Spaß! Es gibt sie nicht wirklich!
- Bisher mache ich immer noch nichts in Verbindung mit Kindern. Seit Januar 2005 habe ich allerdings einen Enkel in Thailand.
- Den Positivhumor habe ich noch nicht so ganz. Ich bin immer noch zu ernst.
- Die Musik hat mich nach wie vor gepackt. Zum Spielen oder Lernen eines Instruments reicht aber die Zeit nicht. So spiele ich nur auf dem CD-Player und baue ab und zu Lautsprecherboxen.
- Die zwei dicken Probleme, die ich lösen wollte, hab ich vergessen. Mein größtes Problem ist das Halten des Ella-Feelings in meinem Job.
- Zu Weihnachten 2003 ist das Buch von Thomas angekommen. Vermutlich sein erstes und ganz nach meinem Geschmack! Ich habe es fünfmal in drei Monaten gelesen!
- Im April 2004 habe ich mir ein neues Buch von Bodo gekauft und gelesen: "Glücksgefühle bis zum Abwinken".
- Januar 2005: Nochmal ein Bodo-Buch gekauft. "Die Glückstrainer"
- Die Planung für Mai 2006 für das Ella-Camp ist angelaufen. Wer kommt mit?