

## Anmeldung

Stand: Sept. 2023

Ich melde mich hiermit, unter Anerkennung der Seminarbedingungen, verbindlich an:

- Wintermeditation 2023/24**  
6 Abende a 37,- €  
**222,- €** inkl. Kakao und passendes Wohlfühlzubehör  
in **Lübeck** mit Doris M. Noelle
  
- Wintermeditation 2023/24**  
6 Abende a 37,- €  
**222,- €** inkl. Kakao und passendem Wohlfühlzubehör  
in **Ratzeburg** mit Doris M. Noelle
  
- Wintermeditation 2023/24**  
6 Abende a 41,- €  
**242,- €** inkl. Zusendung von Kakao und passendem Wohlfühlzubehör  
**Online** mit Doris M. Noelle

Name/Vorname

Strasse

PLZ/Ort

tel.

Ich befinde mich in normaler physischer und psychischer Gesundheit und bin während des Seminars für mich und meine Handlungen selbst verantwortlich.

Datum

Unterschrift

## Winterzeit

- die Zeit für Kakao und Dich -  
6 Wintermeditationsabende

### Termine Lübeck

**12.10.23, 09.11.23, 07.12.23,  
11.01.24, 08.02.24, 07.03.24**  
jeweils 19 Uhr bis ca. 20:30 Uhr  
Gebühr: **222,- Euro**  
(für alle 6 Abende inkl. Kakao und passendem Wohlfühlzubehör)

### Termine Ratzeburg

**19.10.23, 16.11.23, 14.12.23,  
18.01.24, 15.02.24, 14.03.24**  
jeweils 19 Uhr bis ca. 20:30 Uhr  
Gebühr: **222,- Euro**  
(für alle 6 Abende inkl. Kakao und passendem Wohlfühlzubehör)

### Termine Online

**26.10.23, 23.11.23, 21.12.23,  
25.01.24, 22.02.24, 21.03.24**  
jeweils 19 Uhr bis ca. 20:30 Uhr  
Gebühr: **246,- Euro**  
(für alle 6 Abende - Kakao und passendes Wohlfühlzubehör werden vorab zugeschickt)

Der Seminarort wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

**Die Wintermeditationen sind nur komplett buchbar!**

### Seminarorganisation & Anmeldung

**HP Doris M. Noelle**  
Robert-Bosch-Str. 23  
23909 Ratzeburg  
email: [HPNoelle@heilerwerden.de](mailto:HPNoelle@heilerwerden.de)  
tel. 04541 - 801 726

## Winterzeit

- die Zeit für Kakao und Dich -

in 6 Mediationsabenden mit zeremoniellem Kakao durch die Wintermonate zu Dir selbst



**mit HP Doris M. Noelle**

Lübeck - Online - Ratzeburg

(c) copyright 2023 by [www.heilerwerden.de](http://www.heilerwerden.de)

Das Winterhalbjahr ist seit jeher die Zeit, um langsamer zu werden und sich nach Innen zu wenden.

Die Winterzeit mit ihren langen Abenden lädt uns ein, nach uns selbst zu schauen, Verlorenes in uns wieder zu finden und Vernachlässigtes aufzufüllen.

### **An diesen 6 Abenden ist Zeit für Dich und für Dein Innerstes.**

Wann hast Du Dich das letzte Mal so richtig in Dir Zuhause gefühlt und warst in Kontakt mit Dir selbst?

Wir schauen zusammen mit Hilfe von Elementen aus der somatischen Körper- und Achtsamkeitsarbeit, wie wir den Kontakt zu uns und unserem Körper aufnehmen und stärken können.

Atemübungen und das Singen von Mantrén aus der Yogatradition begleiten uns an jedem dieser Abende dabei in die Beziehung zu uns selbst zu finden.

### **Das Herzstück dieser Meditationsrunden ist das Trinken des sogenannten zeremoniellen Kakao.**

Wir nehmen uns Zeit, bewußt in das Kraftfeld dieses besonderen Getränkes einzutauchen.

Ritueller oder zeremonieller Kakao ist ein naturbelassenes, gesundes Nahrungsmittel, welches wenig mit der Schokolade zu tun hat, die wir kennen. Dieser traditionell hergestellte Kakao ist ein "Superfood".

Er enthält über 300 wirksame Inhaltsstoffe, wie z.B. Antioxidantien, Flavonoide, Magnesium, Kalzium, B-Vitamine und Bausteine, die unsere Stimmung, unser Wohlbefinden und Gesundheit stärken. Diese und mehr Bestandteile kräftigen die Verbindung zu unserem Körper, Seele und Geist.

### **Kakao verbindet Dein Herz mit Deinem Verstand.**

Diese besondere Kakaowirkung nutzen wir, um die Wärme in unser Herz einzuladen, uns in unsere Mitte führen zu lassen und anschliessend das Innen mit dem Aussen liebevoll zu verbinden.

### **Der Ablauf eines Abends:**

Nach dem Ankommen begeben wir uns in den bereits vorbereiteten, sicheren Raum und schauen, wie wir unseren inneren Raum klären und stärken können.

Wir lernen mit und aneinander, durch Austausch und das Teilen unserer Inneren Welten. Angeleitete Meditationen und Atemübungen führen uns regelmäßig durch unser Beisammensein.

Die Kakao-Reise beginnt mit der Kontaktaufnahme mit dem Wesen und Geist der Kakaopflanze durch Riechen, Schmecken, Fühlen und Hören.

Das Trinken des vorbereiteten, wohlig-wärmenden Kakaogetränkes gibt uns Zeit und Raum, ganz bei uns selbst zu sein.

Das langsame Ausklingen und Auftauchen in die Außenwelt wird z.B. begleitet durch das Singen eines yogischen Mantras.

So gestärkt können wir liebevoller, kräftiger und sicherer aus uns heraus auf die Welt schauen und auch dementsprechend handeln.

### **Eine alte südamerikanische Legende sagt:**

"Mama Cacao wird ihre Heimat verlassen und in die Städte kommen, wenn ein Ungleichgewicht zwischen Mensch und Natur besteht, um die Herzen der Menschen zu verbinden und den Planeten wieder in einen Zustand der Harmonie zu bringen."

### **Ich glaube diese Zeit ist JETZT.**

### **Seminarbedingungen**

Die verbindliche Anmeldung ist schriftlich an die Organisationsadresse senden (per Mail oder per Post). Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Das Datum des Einganges bestimmt die Teilnahme.

Bei Absage durch den Veranstalter besteht kein Rechtsanspruch auf Entschädigungszahlungen. Bei Absagen durch den Teilnehmer innerhalb einer Woche vor Seminarbeginn oder bei Nichterscheinen wird in jedem Fall die volle Seminargebühr erhoben.

Bei vorzeitigem Verlassen bzw. bei verspätetem Ercheinen des Wochenendseminars wird die Seminargebühr nicht zurückerstattet.

Die Teilnahme an dem Seminar ist freiwillig. Der Teilnehmer trägt die volle Verantwortung für sich selbst und seinen Handlungen innerhalb und ausserhalb des Seminars, d. h. er stellt den Referenten und/oder Veranstalter von allen Haftungsansprüchen frei.

Diese Methoden, sowie deren Wirkungen sind in der Schulmedizin bisher nicht wissenschaftlich anerkannt, bzw. gelten als nicht erwiesen.

Die Meditationen ersetzen nicht die Tätigkeit eines Arztes, bzw. Heilpraktikers.

Gerichtsstand für beide Seiten ist Ratzeburg, unter Anerkennung der Seminarbedingungen.