

# Herbst RETREAT



3 Tages Retreat mit Zeremonie Kakao - Rapé & Sananga  
Zeremonien - Fliegenpilz & Blauer Lotus



16.-18.  
OKTOBER



Seminarhaus am  
Liebfrauenberg | Am  
Liebfrauenberg 26-28 |  
65618 Selters (Taunus)



# Schön, dass Du da bist

**Hier hast Du die Möglichkeit Dich selbst zu finden.**

**Angenommen zu werden, genau so wie Du bist.**

**Einfach Du sein, in einer Gemeinschaft,  
die Dich genau so liebt wie Du bist.**

**Du findest hier nicht nur tiefe Verbindungen zu anderen Menschen -  
Du findest die Verbindung zu Dir.**

**Alles was Du brauchst um ein erfülltest und glückliches Leben zu leben  
ist in Dir. Doch manchmal haben wir den Zugang dazu verloren.**

**Hier finden wir ihn gemeinsam wieder.**





# Unsere Mission

Für persönliche Veränderung und Wachstum findest Du bei uns einen sicheren Raum. Damit Du tiefe Themen und Muster bearbeiten und Dich dabei emotional und körperlich sicher fühlen kannst. Einen Raum, in dem Du Dich in Deiner Authentizität gesehen und verstanden fühlst, weil Du in jedem Moment empathische Wertschätzung erfährst, ganz gleich wie Du gerade bist.

Deine Veränderung steht im Fokus. Anstatt immer weiter aus- und durchzuhalten, wollen wir gemeinsam Lebensfreude und Leichtigkeit in unseren Alltag zurückbringen. Wir wollen den kleinen Dingen wieder mehr Aufmerksamkeit schenken und lernen, die Schönheit in jedem Augenblick und in den Menschen um uns herum zu sehen.

Ein wichtiger Schritt auf diesem Weg ist die intensive Aktivierung des Kontakts zu Dir selbst, zu den lieben Menschen in Deinem Leben und zu Deiner Umgebung. Wir unterstützen Dich dabei mit einem ganzheitlichen Ansatz, der indigene Praktiken mit wissenschaftlichen Erkenntnissen in Einklang bringt.

Unser Ansatz ermöglicht einen tiefen Prozess, den man allein nicht durchlaufen kann. Im Verlauf dieses Prozesses sind wir stets an Deiner Seite. Von der zielgerichteten Vorbereitung bis zur ausführlichen Nachlese begleiten wir Dich bei jedem Schritt – in Deinem Tempo.

*Silke & Darko*





# Unser Team

Unser Team besteht aus Herzensmenschen.

Jedem Team Mitglied geht es um den Menschen selbst. Wir sind immer für Dich da, egal was Du brauchst.

Gemeinsam haben wir eine große Fülle von verschiedenen Methoden und Übungen, um jeden Moment während des Retreats passend und sicher zu gestalten.

Wir sind sehr emphatisch und fürsorglich im Umgang mit unseren Teilnehmer\*innen.

Wir nutzen gerne auch die Momente wo wir im 1 zu 1 für Dich da sein können.





# Setting

Wir schaffen einen Raum, in dem Du in Deinem natürlichen Rhythmus einfach sein kannst. Ohne eine Uhr, ein Telefon oder andere Ablenkungen. Wir möchten, dass Du voll und ganz bei Dir ankommen kannst.

Gemeinsam erschaffen wir ein Gefühl der Verbundenheit in der Gruppe, sodass Du Dich wohl und aufgenommen fühlst.

Wir werden Deine tiefen Erfahrungen vertrauensvoll und respektvoll begleiten und Dir auch im Nachgang noch Raum bieten, das Erlebte zu integrieren – sowohl gemeinsam in der Gruppe als auch im Einzelsetting.

Da diese Reise nie endet, werden wir auch später noch für Dich da sein, sofern Du etwas hast, das Du mit uns oder der Gruppe teilen möchtest. Fühl Dich jederzeit frei uns zu kontaktieren – wir sind für Dich da!



# Ablauf

Bei uns ist jedes Retreat individuell gestaltet. Mit immer wieder neuen Überraschungen und vor allem ganz viel Magie. Wir passen uns der Gruppe an und kreieren so immer wieder das Perfekte Retreat für die Gruppe.

Wir starten am Freitag um 13h mit einer Begrüßung und machen dann direkt weiter mit unserer ersten Kakao Zeremonie. Führen Dich dann liebevoll in Dein Thema hinein um es am Abend loslassen zu können.

Der Samstag wird ein Tag der Wiedergeburt - des Neustarts.

Sonntags haben wir dann unseren Integrationstag. Das Retreat endet um ca. 16h

Du kannst hier im PDF lesen, mit welchen Heilmitteln der Natur wir arbeiten werden. Doch lass Dich auch überraschen, was alles noch dazu kommen kann.

# Kakao

Kakao holt verdrängte Gefühle, die meist auf der individuellen Lebensreise ins emotionale Exil geschickt wurden, wieder ins Bewusstsein des Konsumenten.

Du hast dann die Entscheidung sich diesen Gefühlen zu stellen, sie zu verarbeiten und so Blockaden zu lösen. Oder aber Du verschiebst die Aufarbeitung und widmest Dich auf Deiner emotionalen Reise anderen, für Dich derzeit wichtigeren Themen.

Der Geist (Deva) des Kakao hilft Dir dabei, Dich für das Wesentliche und Wichtige zu entscheiden und unterstützt Dich dabei, Elementares zu erkennen und aufzulösen.

Negative Aspekte der Lebensreise werden dabei sehr sanft, meist mit einem „Puffer“ aufgezeigt, was die Konfrontation mit diesen Themen deutlich erleichtert. So werden „alte Wunden“ sanft geheilt.

Oft werden Dir dabei neue Perspektiven für den individuellen Lebensweg aufgezeigt und Du kannst Dich, ganz ohne Druck, für diese entscheiden. Viele Konsumenten berichten, dass sie nach der Zeremonie viel mehr Mut im Alltag haben, was auch daran liegt, dass der weitere Lebensweg mit weniger Ballast beschritten wird.

Kakao verbindet und verbessert die Zusammenarbeit von linker und rechter Gehirnhälfte oder, spirituell gesehen, aktiviert er sowohl männliche als auch weibliche Energien.

So wird der Ideenimpuls der weiblichen Energie gemeinsam mit der Schaffenskraft der männlichen Energie ideal kombiniert und wirkt so direkt auf das Leben des Konsumenten in einer sehr positiven Art und Weise. Du kommst ins Handeln.



# Rapé



Rapé wirkt in erster Linie auf der spirituellen Ebene. Er hilft mental festgefahrene Denkmuster aufzulösen, befreit den Energiekörper von fremden Energien und er öffnet und harmonisiert die Chakren (Energiezentren des Körpers).

Auf der Herzesebene befreit Rapé von Panema, eine indianische Bezeichnung für eine Pechsträhne, welche dem Glauben der Ur-Einwohner nach, für Blockaden und Antriebslosigkeit verantwortlich ist.

Auf der körperlichen Ebene wirkt Rapé reinigend und entgiftend auf die Nasenneben- und Stirnhöhlen. Giftstoffe werden zusammen mit Schleim ausgeschieden. Auch wird Rapé immer öfter mit der Entgiftung der Zirbeldrüse in Verbindung gebracht, bisher ist dies noch nicht wissenschaftlich erwiesen.

## **Zusammenfassend hat Rapé u.a. folgende Wirkung:**

- Tiefgehende Öffnung und Ausrichtung aller Chakren
- Verbesserung der körperlichen Erdung
- Befreiung von Erkrankungen auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene
- Entkalkung der Zirbeldrüse und Öffnung des dritten Auges
- Entfernung von belastenden Gedanken und Herstellung geistiger Klarheit
- Befreiung von energetischen Blockaden und Entitäten
- Verbindungen mit dem kosmischen Atem und spirituelle Schwingungserhöhung



# Sananga

Sananga wird verwendet um körperliches und geistiges Leiden zu heilen, den Geist von ablenkenden Energien zu reinigen und eine völlig neue Art des Wahrnehmens und Konzentrierens zu ermöglichen. Sananga löst Blockaden, findet ihre Quelle und führt zur völligen Balance, erhöhter Konzentration und Seelenfrieden.

Der reine Geist von Sananga unterstützt die tiefe Reinigung von blockierten Energien auf der emotionalen, physischen und spirituellen Ebene. Darüber hinaus werden die Tropfen die spirituelle Sicht und das Bewusstsein erweitern und die Fähigkeit verbessern, die Absichten anderer Menschen zu erkennen. Sananga stärkt auch Visionen, was bei Visualisierungen und Prognosen für die Zukunft hilfreich ist.

## **Zusammenfassend hat Sananga u.a. folgende Wirkung**

- Scharfe Wahrnehmung und höhere Konzentration
- Entkalkung der Zirbeldrüse und Öffnung des dritten Auges
- Entfernung von belastenden Gedanken und Herstellung geistiger Klarheit
- wirkt bei Rheumatismus, Sinusitis und chronischen Kopfschmerzen.
- Es zeigt bei verschiedenen Augenerkrankungen eine heilende Wirkung.
- Es ist ein antituberkulöses und antimikrobielles Mittel und wirkt deshalb entzündungshemmend.



# Fliegenpilz

Der Fliegenpilz (*Amanita muscaria*) ist einer der bekanntesten Pilze der Welt – mit seinem leuchtend roten Hut und weißen Punkten ein Symbol der Mythen, Märchen und Volksmedizin. Doch hinter dem ikonischen Aussehen steckt mehr: In der modernen Selbstforschung gewinnt der Fliegenpilz zunehmend Interesse – insbesondere im Bereich der Mikrodosierung.

Wirkstoffe und Wirkung:

Die wichtigsten psychoaktiven Substanzen im Fliegenpilz sind Ibotensäure und deren decarboxyliertes Derivat Muscimol. Im Gegensatz zu klassischen Psychedelika (wie Psilocybin) wirkt der Fliegenpilz nicht über Serotoninrezeptoren, sondern über GABA-Rezeptoren – was ihn in seiner Wirkung einzigartig macht: entspannend, zentrierend, teilweise körperlich lösungsfördernd.

Mikrodosierung:

Beim Mikrodosieren werden sehr geringe Mengen getrockneten oder verarbeiteten Fliegenpilzes (meist 0,5 – 1 g) über mehrere Tage hinweg eingenommen, ohne bewusstseinsverändernde Effekte hervorzurufen. Ziel ist keine "Reise", sondern eine feine Regulierung im Alltag.

Mögliche Vorteile

- bessere Schlafqualität
- nervliche Beruhigung, weniger Reizbarkeit
- mentale Erdung, weniger Grübeln
- Verbesserung von körperlicher Anspannung oder chronischer Verspannung
- Förderung von emotionaler Resilienz
- positive Effekte auf Hormonsystem und Menstruationsbeschwerden



# Blauer Lotus

Der Blaue Lotus (*Nymphaea caerulea*), auch als „Ägyptische Traumblume“ bekannt, war bereits im alten Ägypten eine hochgeschätzte Pflanze – sowohl für spirituelle Rituale als auch als Symbol für Wiedergeburt, Schönheit und das Erwachen der Seele. Heute wird er zunehmend in zeremoniellen Räumen – besonders in Verbindung mit Kakao – als Pflanze der Herzöffnung, Intuition und inneren Einkehr genutzt.

## Wirkung & Anwendung:

Blauer Lotus enthält unter anderem die Alkaloide Nuciferin und Aporphin, die beruhigend, stimmungsaufhellend und leicht euphorisierend wirken können – ohne dabei bewusstseinsverändernd oder halluzinogen zu sein. Er wird meist als Tee, Elixier, Räucherwerk oder auch als Blütenzusatz in Zeremonien genutzt.

## Vorteile bei einer Kakao-Zeremonie:

In Kombination mit zeremoniellem Kakao (*Theobroma cacao*) entfaltet Blauer Lotus seine Qualitäten besonders fein und tief:

### - Herzöffnung auf mehreren Ebenen

Der Kakao wirkt körperlich aktivierend & herzstärkend – der Lotus bringt eine weiche, weibliche Tiefe und lädt zur Intuition ein.

### - Emotionale Weichheit & Loslassen

Blauer Lotus unterstützt beim Zulassen von Gefühlen – ohne Überforderung. Er hilft, „durch den Körper zu fühlen“, statt nur zu denken.

### - Trance, Traumarbeit & meditative Tiefe

Besonders in Meditationen, Klangreisen oder schamanischen Settings verstärkt Blauer Lotus die innere Bilderwelt & führt sanft ins Unterbewusstsein.

### - Beruhigung des Nervensystems

Ideal bei Nervosität, Stress oder energetischer Unruhe – der Lotus wirkt harmonisierend und erdend.



# Inwasi



Inwasi ist eine traditionelle Pflanzenmedizin aus dem Amazonasgebiet, die vor allem von indigenen Völkern als Klarheits- und Reinigungsmedizin eingesetzt wird. Sie wirkt stark erdend, ausleitend und unterstützend bei innerer Neuausrichtung.

Inwasi hat eine kraftvolle, aber feine Wirkung. Sie bringt Körper, Geist und Seele wieder in Einklang, klärt das Feld, hilft dabei, stagnierende Emotionen loszulassen und innere Räume zu reinigen.

## Vorteile von einer Inwasi Zeremonie

### - Klarheit & Zentrierung

Inwasi hilft, aus dem Kopf zurück in den Körper zu kommen. Besonders vor Zeremonien bringt sie Präsenz und Fokus.

### - Energetische Reinigung

Sie wird traditionell genutzt, um alte Energien, Fremdenergien oder emotionale Blockaden auszuleiten. Oft spürbar als „energetisches Durchlüften“.

### - Stärkung der Verbindung zur Erde

Inwasi aktiviert das Wurzelchakra, erdet und stabilisiert – besonders bei Menschen, die viel „im Kopf“ oder in anderen Ebenen unterwegs sind.

### - Ritual zur Neuausrichtung

Ideal bei Übergängen, nach intensiven Prozessen oder zur bewussten Neupositionierung im Leben.

## Spirituelle Bedeutung:

Inwasi gilt in vielen Traditionen als eine Großmutter-Medizin, die mit Klarheit, liebevoller Strenge und tiefer Weisheit begleitet. Sie bringt uns mit dem inneren Kompass zurück in Verbindung – mit der Natur, unserem Körper und unserer eigenen Wahrheit.



# Retreat Haus

## Retreat Ort

Die Energie der Annahme und Akzeptanz finden wir im Seminarhaus am Liebfrauenberg.

Ein Ort, der Raum schafft für echte Begegnung, sanftes Zurücklehnen, tiefes Atmen – und das Ankommen bei sich selbst.

Umgeben von Natur und Stille lädt das Haus dazu ein, loszulassen, zu spüren und im Miteinander zu heilen.



## Zimmer buchen

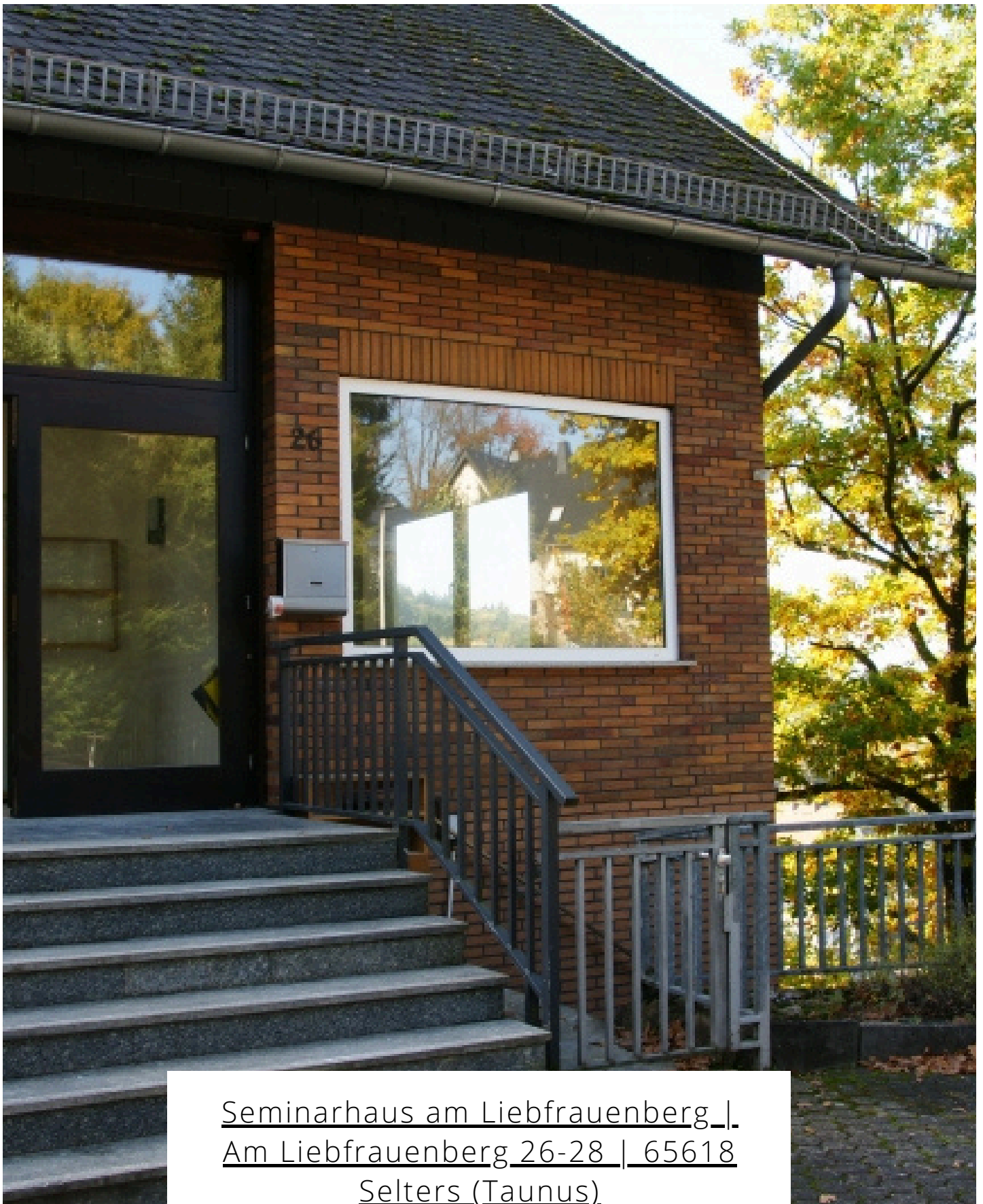
Du hast die Möglichkeit ein Einzelzimmer, Doppelzimmer oder Dreibettzimmer zu buchen.

Das Zimmer inklusive Vollpension buchst Du beim Seminarhaus.

Wir werden jedoch die Doppel- und Dreibettzimmer zusammenstellen.

<https://w38.zimmersoftware.de/seminarhaus-am-liebfrauenberg>





[Seminarhaus am Liebfrauenberg |](#)  
[Am Liebfrauenberg 26-28 | 65618](#)  
[Selters \(Taunus\).](#)

*Für eine Anfahrtsbeschreibung  
einfach auf die Adresse klicken.*



## Preise

**Fix-Kosten** die vorab in Rechnung gestellt werden  
**340 €**

Die **Fix-Kosten** sind zusammengestellt aus allen Kosten die wir haben. Es sind die reinen Kosten, die wir haben ohne auch nur einen Cent daran verdient zu haben.

**Wertschätzender Betrag** der nach dem Retreat zahlbar ist  
**zwischen 180 € - 280 €**

Den **Wertschätzenden Betrag** darfst Du im Nachhinein entscheiden. Dieser Betrag zeigt Deine Wertschätzung für den Erfolg unserer Arbeit und unsere Arbeit selbst.  
Suche Dir selbst eine Summe zwischen 180 € und 280€ aus.

Alle Preise inklusive gesetzl. USt.



# Anmeldung

EINE REISE VON TAUSEND MEILEN BEGINNT  
MIT EINEM KLEINEN SCHRITT.

*Laotse*

**Anmeldung für Dein Vorgespräch per  
WhatsApp an 0176-45608620**

## **Du fühlst Dich angesprochen?**

Du möchtest alte Themen und Muster loslassen?

Du fühlst Dich bereit, glücklich zu werden? und Selbstliebe zu erfahren?

## **Du fühlst Dich gerufen?**

Endlich in eine Veränderung zu gehen, die sich wie eine Wiedergeburt anfühlen kann?

Du möchtest langfristig auch nach dem Retreat die Veränderung in Deinem Leben haben?

Du bist bereit, unsere Unterstützung anzunehmen und kannst uns Dein Vertrauen schenken?

Fotocredit: Seminarhaus am Liebfrauenberg

**Dann melde Dich jetzt bei uns und lass uns gemeinsam ganz unverbindlich herausfinden, ob wir und unser Retreat zu Dir passen.**

