



# **Heilpflanzenjahr 2026**

Im Kreislauf eines Pflanzenjahres öffnen sich uns die Tore zu den Heilkräften der grünen Verbündeten. Wir treten in Beziehung mit den Pflanzenwesen, die uns ihre Gaben für Gesundheit und innere Harmonie schenken. Jede Jahreszeit trägt ihr eigenes Leuchten, und so wandeln sich auch die Kräfte der Wildkräuter im ewigen Tanz des Lichts.

Mit allen Sinnen lauschen wir der Sprache der Natur. Wir sehen, fühlen, riechen und schmecken ihre Botschaften, wir verweilen, beobachten, erfahren – und knüpfen so ein tragendes Band zu ihr. Durch unmittelbare Begegnung und achtsame Wahrnehmung öffnet sich das Tor zu einem Lernen, das nicht nur den Verstand berührt, sondern ebenso Herz und Hand in den Kreis des Ganzheitlichen einbindet.

Die sieben Wegstationen dieses Kurses finden unter freiem Himmel statt – im Flüstern des Windes, im Rauschen des Regens, im Atem des Waldes. Und wenn uns die Kühle umfängt, finden wir Wärme und Geborgenheit im Kreis des Feuers, im schützenden Schoß des beheizten Tipis.



# **1. Kurstag - Samstag 11. April. 2026**

## **„Im Einklang mit den Pflanzenwesen“**

*„In jeder Pflanze wohnt ein leiser Gesang – wer lauscht, vernimmt die Sprache der Erde.“*

Wenn sich das Rad des Jahres weiterdreht und der Atem der Natur wieder spürbar wird, laden wir dich herzlich ein zu einem besonderen Tag im Zeichen der Pflanzenkräfte und Baumgeister.

### **- Einstimmung - Ankommen im Kreis**

Wir beginnen unsere gemeinsame Reise mit einer Willkommensräucherung – ein sanftes Begrüßungsritual, das uns reinigt, schützt und öffnet für die feinen Schwingungen der Natur. In einer Vorstellungsrunde verbinden wir uns mit den Menschen im Kreis und mit den Pflanzenwesen, die uns heute begleiten möchten.

### **- Die Heilkraft im Jahreskreis**

Danach tauchen wir ein in den Jahreslauf der Heilpflanzen: Frühling, Sommer, Herbst und Winter offenbaren sich als heilige Phasen, in denen bestimmte Pflanzen ihre Kraft entfalten. Gemeinsam betrachten wir, wie sie uns körperlich, seelisch und spirituell unterstützen können.

„Die Natur heilt nicht – sie lässt Heilung geschehen.“ Hildegard von Bingen

### **- Frühlingskräuter & Lebenskräfte, Baumknospen**

Im Mittelpunkt unserer Kräuterrunde stehen die ersten wilden Frühlingskräuter – jene zarten Boten des Neubeginns, die mit ihrer sprühenden Lebenskraft unseren Körper und unsere Seele erwecken. In jedem frischen Blatt pulsiert die Energie des Aufbruchs, die uns Reinigung, Stärkung und Klarheit schenkt.

Die Frühlingskräuter sind kleine Lichtträger: sie durchströmen uns mit neuer Vitalität, regen den Stoffwechsel an und laden uns ein, die innere Quelle wieder frei fließen zu lassen. Ihr Geschmack, ihre Düfte und ihre feine Heilkraft öffnen uns für das Erwachen der Natur und für die eigene Erneuerung.

- Damit wir die Gaben der Natur mit Respekt empfangen, widmen wir uns den Sammelregeln und teilen Tipps zur Aufbewahrung. Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Sammeln? Wie können wir Pflanzen bewahren, ohne ihre Seele zu verlieren?

### **- Inspiration für zuhause**

Für alle, die tiefer gehen möchten, geben wir eine Auswahl an Literaturempfehlungen mit – Werke, die uns auf unserem pflanzenkundlichen und spirituellen Weg begleiten können.

### **- Abschluss - Baummeditation mit der Birke**

Den Abschluss bildet eine Baummeditation mit der Birke – der Lichtbringerin unter den Bäumen. In ihrer Gegenwart dürfen wir loslassen, reinigen und uns neu ausrichten. Die Birke öffnet Tore zwischen den Welten und flüstert dem inneren Kind zu: Du darfst neu beginnen.

„Die Birke ist das Lied des Neubeginns.“

***Möge dieser Tag ein leiser, kraftvoller Schritt auf deinem Weg mit den Pflanzenwesen sein.***

***Wir freuen uns auf dich im heiligen Kreis der Kräuterfreunde.***



## **2. Kurstag – Samstag 9. Mai. 2026 „Herzenspflanzen & Kräuterzauber“**

*„Kräuter sind mehr als Blätter und Blüten – sie sind die Trägerinnen uralter Magie und lebendiger Liebe.“*

Im Wonnemonat Mai, wenn die Erde in Blüte steht und das Licht unser Herz berührt, widmen wir uns an diesem Kurstag den Zauber- und Liebeskräutern – jenen geheimnisvollen Pflanzen, die nicht nur heilen, sondern auch das Herz öffnen, das Gemüt erhellen und feine Schwingungen lenken.

### **- Kräuterrunde: Zauber- und Liebeskräuter**

In einer lebendigen Kräuterrunde begegnen wir Pflanzen wie Rose, Waldmeister, Holunder oder Gundelrebe – alte Verbündete, die in der Volksmagie und Pflanzenheilkunde als Liebesbringerinnen, Schutzweisen und Seelenöffnerinnen verehrt wurden.

*„Wo die Liebe wächst, wächst auch die Heilung.“ Rumi*

Wir lauschen ihren Geschichten, lernen ihre Wirkungen kennen und spüren dem feinen Unterschied nach zwischen äußerer Anwendung und innerer Berührung. Welche Pflanze ruft dich? Welche spricht in deiner Sprache?

### **- Praktische Alchemie: Von der Pflanze zur Essenz**

Am Nachmittag wird es praktisch: Wir erlernen und üben die Herstellung von:

- \* Ölauszügen – Sonnengetränkete Pflanzenseelen für Haut und Herz
- \* Tinkturen – Alkoholische Essenzen für innere Kraft
- \* Teemischungen – Kräuterkommunikation in dampfender Form
- \* Pflanzenwässern (Hydrolate) – die duftende Seele der Pflanze
- \* Salben – Heilende Verbindung von Erde und Wasser, Feuer und Luft

*„Altes Wissen lebt weiter, wenn wir es mit den Händen berühren und mit dem Herzen erinnern.“*

Dabei verbinden wir uns nicht nur mit den äußeren Techniken, sondern auch mit dem inneren Tun: Was geschieht, wenn wir Pflanzen mit Intention verarbeiten? Wie wirkt sich Achtsamkeit auf die Qualität unserer Zubereitungen aus?

### **- Baummeditation mit dem Weißdorn**

Den Abschluss des Tages bildet eine stille Reise zur Baummeditation mit dem Weißdorn – einem Baum, der wie kein anderer zwischen den Welten steht. Weißdorn ist Hüter des Herzens, Beschützer der Schwelle, Träger von Mut und Mitgefühl. In seiner Nähe dürfen wir uns öffnen und schützen zugleich.

In der geführten Meditation begegnen wir der stillen Kraft dieses alten Baumwesens, lauschen seiner Botschaft und stärken unsere eigene Herzensklarheit – für Liebe, Verbundenheit und heilsame Grenzen.

***- Ein Tag für das Herz, für die Sinne, für die Magie der Pflanzen.  
Wir freuen uns auf einen heilsamen, zauberhaften Maitag mit dir im Kreis.***



### 3. Kurstag – Samstag, 27. Juni 2026

#### „Johanniskräuter & das Sonnenfeuer der Seele“

„Die Sonne leuchtet draußen – das Licht erwacht in uns.“  
keltisches Sprichwort

Wenn die Tage am längsten und die Nächte am kürzesten sind, entzündet sich die Kraft der Johanniskräuter: Pflanzen, die das Sonnenfeuer in sich tragen und die lichten Impulse des Sommers speichern. In unserer Kräuterrunde begegnen wir Johanniskraut, Beifuß, Schafgarbe, Eisenkraut und ihren Geschwistern – die in dieser besonderen Zeit gesammelt werden und tief mit Licht, Schutz und seelischer Klarheit verbunden sind.

„Wer mit Johanniskraut durch die Sommersonnenwende geht, trägt Licht im Herzen durch den Winter.“

Wir tauchen ein in das **Brauchtum des Sonnwendfeuers**, das einst zur Reinigung, Segnung und Erneuerung entzündet wurde. In der Glut dieser alten Rituale entzündet sich auch unser inneres Feuer – für Vision, Klarheit und Vertrauen.

In der Pflanzenwerkstatt rühren wir eine **heilkräftige Salbe** aus Sonnenkräutern und füllen **duftende Kräuterkissen**, die uns auch in dunkleren Zeiten an die Fülle erinnern.

#### - Baummeditation: KIEFER

Mit ihrem harzigen Atem führt uns die Kiefer in die Weite des Sommers. Ihre aufrechte Gestalt stärkt Rückgrat und Klarheit. In der Meditation öffnet sie Raum für Heilung alter Wunden und verbindet uns mit dem Atem des Waldes.

„Die Kiefer kennt das Licht – auch wenn sie im Schatten steht.“



**4. Kurstag – Samstag, 18. Juli 2026**

**„Frauenkraft & Pflanzenweisheit“**

*„Was in einer Frau erwacht, hat die Kraft, Welten zu verwandeln.“*

**Dieser Tag ist den Frauenkräutern gewidmet** – jenen Pflanzenschwestern, die seit jeher das zyklische Wesen des Frauseins begleiten. Beifuß, Schafgarbe, Frauenmantel, Melisse, Rotklee und andere stehen uns zur Seite in Phasen des Werdens, Wandels und Wachsens.

In der Kräuterrunde hören wir ihre Geschichten, ihre Lieder, ihre Wirkungen – und erinnern uns daran, dass Heilung nicht linear verläuft, sondern in Spiralen.

*„In jedem Blatt des Frauenmantels liegt ein Tropfen uralter Weisheit.“*

Gemeinsam gestalten wir nach alter Tradition einen Kräuterboschen  
**- ein duftendes, kraftvolles Kräuterbündel** zur Weihe, zum Schutz und zur Stärkung. Ein Brauch, der zur Maria Himmelfahrt seine tiefste Bedeutung entfaltet.

Zusätzlich erhalten wir eine **sachte Einführung in die Kneipp-Lehre** – mit Fokus auf Wasser, Bewegung, Rhythmus und Achtsamkeit im Alltag. So verbinden sich altes Pflanzenwissen und moderne Gesundheitsimpulse zu einem heilsamen Ganzen.

#### **- Baummeditation: BUCHE**

Die Buche, Mutter des Waldes, schenkt uns Halt und innere Ordnung. In der Meditation treten wir unter ihr Blätterdach und lauschen der stillen Weisheit, die zwischen den Adern ihrer Blätter pulsiert.

*„Die Buche flüstert in der Sprache der Ahnen.“*



## **5. Kurstag – Samstag, 19. September 2026**

### **„Früchte des Waldes – Ernte, Dank & Wandlung“**

„Was wir säen, kehrt zurück – in anderer Form, zur rechten Zeit.“



Der Spätsommer neigt sich seinem Höhepunkt zu – es ist die **Zeit der wilden Früchte**: Holunder, Hagebutte, Schlehe, Weißdorn, Eberesche, Vogelbeere. In der Kräuterrunde lernen wir ihre nährenden, stärkenden und heilenden Kräfte kennen – als Nahrung, Medizin und spirituelle Wegbegleiter.

Wir ehren die Herbst-Tagundnachtgleiche, jenen magischen Moment, in dem Licht und Dunkel sich die Waage halten. Ein Fest des Gleichgewichts, der Ernte und des Loslassens.

#### **In der Küchenalchemie stellen wir her:**

- \* Kräuteressige & Öle
- \* Wildfrucht-Konfitüren & Gelees
- \* Heilsalze & Oxymel (Essig-Honig-Elixiere)

„Die Früchte des Herbstes sind die gespeicherte Sonne des Sommers.“

#### **- Baummeditation: ROSSKASTANIE**

Die Rosskastanie trägt die Kraft des Übergangs. In ihrer Gegenwart dürfen wir Ballast ablegen, uns erden und stärken – für den Weg in die dunklere Jahreszeit. Sie lehrt Klarheit, Schutz und innere Sammlung.

„Unter der Kastanie ruht das Herz.“

## **6. Kurstag – Samstag, 10. Oktober 2026**

### **„Wurzeln & Rauch – der Ruf der Tiefe“**

„Wenn du nicht weißt, wohin du gehst – grabe nach deinen Wurzeln.“

Im Oktober wendet sich der Blick nach innen – **es ist Zeit, Wurzeln zu graben und Samen zu ernten**. In der Kräuterrunde gehen wir tief – zu Pflanzen wie Alant, Beinwell, Baldrian, Engelwurz. Ihre Kräfte liegen verborgen im Dunkel – stark, erdend, heilend.

Wir lernen, wann und wie geerntet wird, und welche Gaben uns die Pflanzen unter der Erde hinterlassen.

Ein weiterer Schwerpunkt dieses Tages ist das **Räuchern mit heimischen Kräutern** – eine uralte Praxis der Klärung, Transformation und Verbindung mit der geistigen Welt. **Gemeinsam stellen wir persönliche Räuchertermischungen her – für Schutz, Reinigung, Meditation oder das Jahreskreisfest Samhain.**

„Rauch ist der Atem der Pflanze – erhoben in den Himmel.“

#### **- Baummeditation: FICHE**

Die Fichte ist Wächterin der Schwelle. Ihr Duft führt tief in die Stille des Waldes. In der Meditation treten wir ein in ihren Raum – um aufzutanken, zu lauschen und bei uns selbst anzukommen.



## **7. Kurstag – Samstag, 24. Oktober 2026 „Die Welt der Bäume & das Neunerleihholzfeuer“**

*„Jeder Baum ist ein Tor – du musst nur still genug sein, um hindurchzugehen.“ Druidenweisheit*

Zum Abschluss unserer gemeinsamen Reise durch das Heilpflanzenjahr 2026 widmen wir uns ganz den Bäumen. In einer **Reise durch die Baumwelt** begegnen wir vertrauten Baumwesen noch einmal auf neue Weise. Welche Bäume haben dich begleitet? Welche rufen dich für die kommende Zeit?

In der **Baumapotheke** betrachten wir die Heilkraft von Rinde, Blatt, Knospe, Harz und Samen. Die Bäume sind nicht nur Lehrer – sie sind auch Heiler.

In der Natur gestalten wir ein **Landart-Werk** – ein kreatives Ritual, das unsere Dankbarkeit ausdrückt und die Verbindung zur Natur sichtbar macht.

**Ein besonderes Highlight: Das Neunerleihholzfeuer**, ein uraltes Ritual der Reinigung, Transformation und Neubeginn. Neun Hölzer, neun Kräfte, neun Wünsche – für die dunkle Zeit, die nun beginnt. Zum Schluss verabschieden wir das Jahr mit einer Abschlussräuchereung – ein Dank an die Pflanzen, an den Kreis und an die heilende Kraft, die durch uns wirkt.

*„Was mit Rauch beginnt, endet mit Licht.“ Weisheit der Ahnen*

**Möge dieses Kräuterjahr in dir Wurzeln schlagen, Blüten tragen und Früchte schenken – für dich und für die Welt.  
Wir danken dir für dein Dabeisein im heiligen Kreis der Pflanzenfreunde**



# **Heilpflanzenjahr 2026**

**Kursort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden,  
Anfahrtsbeschreibung bei Anmeldung**

**Kurszeiten von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr**

**Kursgebühr: 420.- € inkl. Materialgebühren und Skript.**

**Anmeldung per E-Mail: [info@wildseintutgut.de](mailto:info@wildseintutgut.de) oder gerne auch  
telefonisch, 08331/2740 und natürlich auch für offenstehende  
Fragen.**

**Kursleitung: Rosina Bartenschlager, Wildkräuterführerin,  
Natur- und Erlebnispädagogin**

**Teilnehmer handeln bei der Anreise und während der Veranstaltung auf  
eigene Gefahr und eigener Verantwortung.**



Rosina Bartenschlager, Wildkräuterführerin,  
Natur- und Erlebnispädagogin  
[www.wildseintutgut.de](http://www.wildseintutgut.de) - [info@wildseintutgut.de](mailto:info@wildseintutgut.de)  
Tel. 08331/2740

