

# AUF DER REISE ZU UNSEREN WURZELN

## Wurzelkräfte sammeln zu 'Samhain' (keltisch)

Heilpflanzen-Herbstkurs in den Hochvogesen / Frankreich

**Mi, 03. - So, 07. November 2010**

**Seminarort:** Seminarhaus 'Maison d'ARS' von Angelika und Reinhard Hamann Bielefeld in Saulxures sur moselottes, Hautes Vosges / Lothringen (F)

**Kosten:** Seminargebühr 288,- €/TN + Vollpension 196,- €/TN + Material max. 15,- €

### Seminarleitung:

Nicole Kaiser - Kräuterefachfrau für westl. Heilpflanzenkunde / Gästeführerin



### Kursbeschreibung:

Die Tage werden wieder kürzer, die Sonnenkraft schwächer. Die Pflanzen ziehen sich in den Schutz des dunklen, unterirdischen Reichs zurück. Es ist die Zeit um Energien zu sammeln, zu bündeln und zu konzentrieren. Die in den Wurzeln gespeicherten Kräfte stehen nun dem Menschen zur Verfügung. Während der Pflanzenexkursion in der artenreichen Umgebung des Seminarhauses 'Maison d'ARS' und in der Region des 'Parc naturel des ballons des vosges' werden wir heilkräftige Arzneipflanzen und magische Wunderwurzeln kennen- und schätzen lernen. Um sie zu heilenden und Kraft spendenden Zwecken zu nutzen, werden diese mit Achtsamkeit und Respekt gegraben und in der 'Kräuterhexen'-Werkstatt verarbeitet.



Die Wurzelpflanzen können auch helfen, uns mit dem Zyklus der Natur wieder enger zu verbinden. So werden wir uns mit der alten Tradition des keltischen Samhain-Rituals beschäftigen. Dieses Mondfest läutet die Phase des Rückzugs nach Innen an. Die Schicht zwischen dem Dies- und dem Jenseits scheint dünn und günstig, um mit unseren AhnInnen und unseren 'Wurzeln' in Kontakt zu kommen.



### Unterbringung:

Untergebracht sind wir in in einem liebevoll renovierten, ehemaligen Bergbauernhof auf 850 m Höhe in Lothringen. Das Seminarhaus 'Maison d'ARS', umgeben von üppigen Wiesen und Weiden, mit Teich, Brunnen und Feuerstelle, liegt an einem geschützten Südhang mit Blick über das Tal. Die ästhetischen, individuell gestalteten Räume sorgen durch ihren baubiologischen Innenausbau für ein gesundes Wohnklima. Uns steht das gesamte Haus zur Verfügung: eine gut ausgestattete Küche, ein Esszimmer und ein behaglicher Gruppenraum mit offenem Kamin. Wir werden dort - in familiärer Atmosphäre - mit überwiegend frischer, vegetarischer Kost verwöhnt oder nehmen ein Lunchpaket mit außer Haus. Viele der Produkte stammen vorzugsweise von Bauern aus der Gegend.



## AUF DER REISE ZU UNSEREN WURZELN

- 1)** In den **Seminargebühren von 288,- €** sind enthalten:
- tägl. Seminarleitung / bzw. geführte Wanderung in deutscher Sprache
- 2)** zusätzliche Kosten:
- **4 x Vollpension** (incl. 1 x Lunchpaket für die Tagestour)
    - + Übernachtungen in baubiologischen Mehrbettzimmern (3-er und 2-er)
    - + Endreinigung 8,-/TN = **196,- /TN**
  - Einzelzimmerreservierung mit 10,- Zuschlag ist nur beschränkt möglich
  - die vegetarische Verpflegung besteht aus:
    - reichhaltigem Frühstück (Croissant, Baguette, Vollkornbrot und selbst gemachtem Frischkornmüsli)
    - 'französisches' Mittagessen: mit Baguette oder selbstgebackenem Vollkornbrot, Käse aus der Region
    - auf Wunsch Kaffee und Kuchen
    - als Abendessen ein 3-Gang- Menü mit viel frischem Gemüse, Salat und Kräutern der Saison vorwiegend aus eigenem Anbau
  - alkoholische Getränke / Säfte (warme Getränke und Quellwasser sind kostenlos)
  - Anreise in die Vogesen (Bahn oder Auto möglich) ist nicht im Reisepreis mit inbegriffen. Sie erhalten eine genaue Anfahrtsbeschreibungen: [www.ARSeminare.de](http://www.ARSeminare.de)  
Tel.: 0033-329245074
  - Abholdienst am Bahnhof in Kruth möglich: 20,- €
  - Leihbettwäsche 5,- € / Leihhandtuch 1,- €
  - Bei rechtzeitiger Anmeldung kann der Aufenthalt noch verlängert werden: [www.ARSeminare.de](http://www.ARSeminare.de) •  
Tel.: 0033-329245074
  - *Kosten für Skript + Material max. 15,- € (wird auf die Zahl der TN umgelegt)*

### Wichtig - bitte mitbringen:

- möglichst: Bettwäsche + Leintuch oder Schlafsack + Leintuch • genügend Handtücher • Hausschuhe • Wanderschuhe • bequeme, warme Kleidung für drinnen; dem Wetter angepasste Kleidung für draußen (Regenschutz + Kälteschutz) • Tagesrucksack • Thermos/ Trinkflasche • Sammelbehälter • Taschenmesser • Taschenlampe • wenn möglich Isomatte o.ä. • Schreib- und Malutensilien • event. Bestimmungsbuch • mittlere Kondition für die Wanderungen • wer mag: ein Foto einer verstorbenen Person (für das Samhain-Ritual)
- Im Haus wird nicht geraucht & keine Handys
- bitte keine Haustiere mitbringen/ es gibt Hauskatzen
- Haftung für Personen- oder Sachschäden werden keine übernommen

### Mi, 03.11.

18:00 Ankunft beim Seminarhaus  
19:00 Abendessen  
ab 20:00 Vorstellungsrunde • Einführung •  
Programmvorstellung

### Do, 04.11.

8:00 „Den Morgen begrüßen“  
8:15 Frühstück  
ab 9:30 geführte Wild- und Heilkräuterwanderung  
mit Mittagspicknick  
ca. 16:00 Rückkehr  
18:00 Abendessen

### Fr, 05.11.

8:00 „Den Morgen begrüßen“  
8:15 Frühstück  
ab 9:30 Wurzelpflanzen kennen lernen und  
sammeln  
12:30 Mittagessen und Pause

14:30 Wurzelpflanzen sammeln

15:30 Heilmitteln-Herstellung aus den Wurzeln

18:00 Abendessen

### Sa, 06.11.

8:00 „Den Morgen begrüßen“

8:15 Frühstück

ab 9:30 Naturaufgabe zu ‚den eigenen Wurzeln‘  
(Einzelaufgabe) + Vorbereitungen und Einstimmen  
für das Samhainritual

ca. 12:00 Mittagessen

ab 15:00 Einstimmen für das Samhainritual +  
Ritual bis in den Abend

### So, 07.11.

8:00 „Den Morgen begrüßen“

8:15 Frühstück

ab 9:30 Erfahrungsaustausch in der Gruppe

12:00 Mittagssuppe

13:00 Abschlussrunde