

**Curriculum**  
**Lehrgang PLANT SPIRIT MEDICINE 2023**  
**Institut für Pflanzen- und Heilkräuter-Erleben**  
**Leitung: Dr. Julia Rastelli**

**MODUL 1 | 28./29. April 2023**

- Eröffnungszeremonie, Willkommens- und Vorstellungsrunde
- Einführung PLANT SPIRIT MEDICINE - Theorie und Praxis
- Pflanzen als Verbündete und Freund\*Innen
- Achtsames/meditatives Trinken von Kräutertees
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren I
- Nährende Heilpflanzen - Theorie und Praxis
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Frühlings & Einführung in das Erkennen von Heilpflanzen

**MODUL 2 | 12./13. Mai 2023**

- Herstellung von Kräuterpräparaten als Medizin - praktische Anleitungen für die Zubereitung von Tee, Tinkturen, Oxymel, Blütenessenzen, und mehr.
- Sichere und heilsame Anwendung von Wildpflanzen als Medizin - Theorie und Praxis
- Ethisch respektvolles Ernten von Wildpflanzen
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren II
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Frühsommers

**MODUL 3 | 9./10. Juni 2023**

- Achtsame Naturerfahrung
- Die drei Traditionen des Heilens
- Sich von Pflanzen rufen und lehren lassen
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren III
- Verbundenheit mit der Natur, den Pflanzen, und den anderen Menschen in der Gruppe

**MODUL 4 | 7./8. Juli 2023**

- Achtsames Riechen und Schmecken
- Die 5 Geschmacksrichtungen und ihre Qualitäten zum Selbsterfahren mit Verkostung
- Die Anatomie des Riechens und Schmeckens wird mithilfe somatischer Praxis erlebbar gemacht
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren IV
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Sommers

**MODUL 5 | 25./26. August 2023**

- Kommunikation mit Heilpflanzen
- Kommunikation mit unseren eigenen Körperorganen mithilfe somatischer Übungen
- Achtsame Natur- und Körpererfahrung
- Sich von Pflanzen rufen und lehren lassen II
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren V
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Spätsommers

#### **MODUL 6 | 22./23. September 2023**

- (Selbst)Heilung und Prävention mit Heilkräutern
- Diskussionsrunde "gesund versus krank"
- Heilpflanzen für Körper, Geist und Seele
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren VI
- Heilkreis in der Gruppe
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Herbst

#### **MODUL 7 | 20./21. Oktober 2023**

- Heilpflanzen und Spiritualität
- Achtsamkeit und Meditation
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren VIII
- Die Heilkraft der Wurzeln
- Hexenmedizin - unsere Wurzeln?!
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Spätherbst
- Wurzeln ernten

#### **MODUL 8 | 24./25. November 2023**

- Wiederholung Theorie und Praxis PLANT SPIRIT MEDICINE
- Teetrinken, Räuchern, Rituale
- Tägliche Selbstpflege mit Pflanzen
- Die Wirkung von Heilpflanzen selbst erspüren IX
- Pflanzenrundgang: Pflanzen des Winters

#### **MODUL 9 | 8./9. März 2024**

- Knospen der Bäume mit allen Sinnen erfahren
- Gemmotherapie & Plant Spirit Medicine
- Die Wirkung von Baumknospen selbst erspüren
- Pflanzenrundgang: Früh-Frühlingspflanzen
- Abschlußkreis und Ritual
- Was will in dir erblühen - Impulse für die Zukunft

Änderungen des Curriculums sind je nach Wetterlage, Vegetation, Kursdynamik, Anregungen der Kursteilnehmenden, etc. vorbehalten.

Jeder Kurstag beinhaltet ein abwechslungsreiches Programm mit theoretischen und praktischen Aspekten der Kräuterheilkunde, Naturgängen, Ritualen und Erfahrungsaustausch in der Gruppe. Tees und Pflanzenpräparate zum Verkosten und Selbsterfahren werden zur Verfügung gestellt!

**Kurszeiten:** Freitag 15 - 18.30 Uhr und Samstag 10 – ca. 17.30 Uhr

Retreat: Freitag, 9.6. 15 Uhr bis Sonntag, 11.6. ca. 15 Uhr

**Kursort:** Zentrum PARADIES, Leiten 20, A- 7212 Forchtenstein, Burgenland.