

Sagen und Märchen als
Weggefährten

Sommersonne 2020

Heilkräuter



Eine Zeitschrift von Maria-Kathleen Zorn, Manuela Petri & Carsten Kiehne

Goldmaria

GLÜCK STRAINERIN
Manuela Petri

Sagenhaftes Harz



Die Erzähler von „Sagenhafter Harz“



Carsten Kiehne gehört seit vielen Jahren zu den renommiertesten Kennern der Harzer Sagenwelt. Als Autor und Herausgeber vieler Bücher wie „Die bekanntesten Sagen aus dem Ostharz & ihre geheime Bedeutung“, „Mythen, Sagen und Märchen um und über Thale“, „Kräutersagen aus dem Harz“, „Sagenhaftes Glück“ & „Sagenhafte Sagensammler“ sowie TV- Auftritten wie in der MDR Produktion „Wie die Roßtrappe und Bode ihren Namen bekamen“ ist er überregional bekannt. Als Initiator der Interessensinitiative „Sagenhafter Harz“ gibt er Workshops und Führungen zum Thema im gesamten Harz.

(Dipl.Soz.Päd., Autor, Sagenerzähler, Wanderführer, Reiki-Meister, Meditationslehrer > www.sagenhafter-harz.com)



Maria Kathleen Zorn fasziniert seit Jahren Groß & Klein als Märchenerzählerin. Beim Erzählen liebt sie das in den Augen ihrer Zuhörer. Besonders wichtig ist ihr das gemeinsame Reflektieren der Geschichten im Anschluss an die Märchenstunden, da man sich über die Symbolsprache der Märchen & die darin wohnenden, tiefen Heilbilder, durch Gespräche, Rollenspiele oder Traumreisen, selbst erfahren kann.

(Sozialpädagogin B.A., Märchentherapeutin, Märchenerzählerin, Maltherapeutin für LOM, Reiki-Meisterin > www.goldmaria.de)



Manuela Petri begeistert mit ihrem „Glückstraining“, ganz gleich, ob in privaten Wanderführungen, im Rahmen vom Schulunterricht oder als Workshop in renommierten Kliniken. Sie liebt das Licht & den Schatten & zeigt gerade durch die Annahme ungeliebter Anteile, wie es uns gelingt, diese heilsam & ganzheitlich zu integrieren. Als Co-Autorin des Buches „Sagenhaftes Glück“ zeigt sie mittels diverser Achtsamkeitsübungen auf, wie wir uns in die Natur einfühlen, dabei die eigene Natürlichkeit entdecken & die Schönheit des Lebens begreifen können!

(Glückstrainerin, Mediengestalterin, Tischlerin, Reiki-Meisterin a.d.W. & Entspannungstrainerin i.A. > manupetri@web.de)

Vom sagenhaften Inhalt

Man sieht nur mit dem Herzen gut

Einstieg von Carsten Kiehne

Auswahl öffentlicher Termine

Vergangenes & Neuigkeiten

Kräutersagen: Königskerze, Distel & ...

Geheime Leben der Pflanzen

Kräutersagen: Gundermann

Kräuterwandern vor der Haustür

Interview mit Maria-Kathleen Zorn

Wissenswertes zum Gründonnerstag

Neunkräutersuppe selber machen

Kräutersagen: Gänseblümchen

Bastelideen für Groß & Klein

Ausflugstipp Kräuterpark Altenau

Kräutersagen: Hirschtäschel

Vorstellung: „Sagen helfen heilen“

Heilende Geschichten

Bloß ein Unkraut?

In der Presse

Kräutersagen: Johanniskraut

Kräuterwissen zum Storchenschnabel

Artikel von Christine Altendorf

Freunde: Kräuterfrau Christine Altendorf

Wunderkraut Wegerich

Leserfragen

Sagenhaftes für Erwachsene (!!!)

Sponsoring

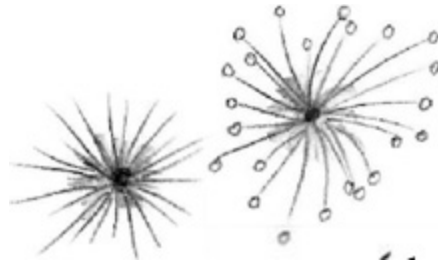
Unsere Veröffentlichungen





Aus unserem Großvater-Foto-Shooting „Trude & Druide“ von
Sagenhafter Harz

Wir sehen nur mit dem Herzen gut ...



Einladung zum Verwurzeln

In turbulenten Zeiten, wie jenen, in denen wir leben, scheint manchmal alles außer Rand & Band zu sein. Lese ich Zeitungen oder schaue ich Nachrichten, frage ich mich oft:

*„Wie entwurzelt müssen sich die Menschen fühlen?
Was mag ihnen in diesen Zeiten Halt gehen?“*



Dann schalte ich den Fernseher aus & gehe barfuß in den Garten (oder wandere fünf Minuten zum nächsten Wald, in dem hundertjährige Buchen sich tief in der Erde verankern, auf deren Hügeln sich ebenso alte, knorkelige Eichen auf dem Felsen festkrallen, junge weiße Birken Licht ins Dunkle bringen & alles in größtem Frieden steht, in wunderbarer Anmut & bewegender Leichtigkeit den alltäglichen Stürmen trotz!

Auf dem Waldboden, auf dem im Herbst die Bucheckern & Esskastanien liegen, die Steinpilze, Maronen & Hallimasch

wachsen, will sich jetzt frisches Grün verschenken. Ein genauerer Blick verrät: Überall, wo ich stehe & gehe, sprießen Heilkräuter - Giersch, Gundermann, Wegerich, Johanniskraut, Storchenschnabel, Knoblauchsrauke, Brennnessel, Löwenzahn, uvm. - wohl dem, der sie kennt & einzusetzen weiß!

Vieles durfte ich in den letzten Jahren dazulernen: Welches Kraut, wann & wie geerntet & auf welche Weise zubereitet wird, damit es seinen größten Zauber entfaltet.

Umso mehr ich lerne, desto mehr begreife ich: Es gibt noch so Vieles, das ich nicht weiß! Das Wichtigste: Vieles verschließt sich meinem Verstand.

„Wir sehen nur mit dem Herzen gut! Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar!“

schreibt Antoine de Saint-Exupéry in seinem wundervollen Buch „Der Kleine Prinz“. - Wenn ich eine Pflanze achtlos kaputt trete oder „Unkraut“ herausreiße, dann fühle ich mich heute fast schuldig, ahne ich doch, dass auch sie eine Seele haben. Auch die Sagen erzählen von Pflanzen-Geistern & berichten davon, wie sie sich an den Gutherzigen verschenken & dem Üblen übel mitspielen - frei aber von Ego, streng nach dem Prinzip: Jeder bekommt, was er verdient = Karma.

Immer wieder erwische ich mich in meiner Achtlosigkeit & danke der Natur, die uns in Vielem Lehrmeister sein kann:

Im Betrachten eines großen Baumes, verwurzele ich mich selbst tief in der Erde. Aller Stress & alle Sorgen fließen durch die Wurzeln aus mir ab. Ich atme immer tiefer in mich hinein & beginne im Stillwerden zu lauschen: Welche Geschichten wollen meinem Herzen entsteigen & gesehen

werden? Welche Geschichten wollen mir die Bäume & Heilkräuter erzählen. Oh, sie erzählen viel, wenn auch Manches nicht für Kinderohren ist - also Obacht mit diesem Heft - diese Kräutergeschichten ergänzen unser Buch „Kräutersagen aus dem Harz“!

Vieh Spaß mit dieser Ausgabe, möge sie dich täglich neu verwurzeln & zum Licht streben lassen, wünscht dir von Herzen dein Erzählerteam von „Sagenhafter Harz“, Maria-Kathleen, Manuela & Carsten

Auswahl öffentlicher Termine

Tag	Zeit	Veranstaltungsname	Preis
1.Dienstag im Monat	19:00-20:30	Ab August: Sagenhaftes Glück, Märchenabend im Clubraum, Paracelsus-Harzklinik in Bad Suderode	Spende
2.-4. Dienstag im Monat	18:30-20:30	Ab August: Sagenhafte Abendwanderungen Paracelsus-Harzklinik in Bad Suderode	Spende
08.07.	15:30-16:30	Sagenhaftes Wernigerode Bürgerpark Wernigerode	Siehe Veranstalter
10.07.	19:00-20:30	Sagenhaftes Glück, Bibliothek, Teufelsbad Fachklinik Blankenburg, nur mit Anmeldung	Spende
23.08.	11:00-13:00	Führung „Hexe & Teufel“ auf dem Hexentanzplatz Thale (nur mit verbindlicher Voranmeldung)	17,-pP
04.09.-06.09.	siehe Internetseite	Basis-Workshop „zum Sagen- & Märchenerzähler“ , Grünstr. 20 Bad Suderode	220,- pP
30.10.-01.11.	siehe Internetseite	Einjährige Ausbildung „zum Sagen- & Märchenerzähler“, Grünstr. 20 Bad Suderode (8 Wochenende)	2.400,- pP
		<i>Freut euch auf mehr ...</i>	

Natürlich gibt es weit mehr öffentliche Termine & Führungen zu sagenumwobenen Orten, mit Bergmönch, Raubritter, Druide, Teufel oder Hexe (rechts auf dem Bild, bereit dazu, deine Sinne achtsam zu erweitern oder dich zu verzaubern), die erst im Laufe der nächsten Monate hinzugefügt werden. Wir bitten um Verständnis: Die meisten Veranstaltungen lassen nur eine begrenzte Teilnehmerzahl zu. Wer sich zuerst verbindlich anmeldet, bekommt den Platz!“ (Verbindlich angemeldet ist jene Person, deren Teilnehmerbeitrag eingegangen ist)

Lust auf eine individuelle Führung?