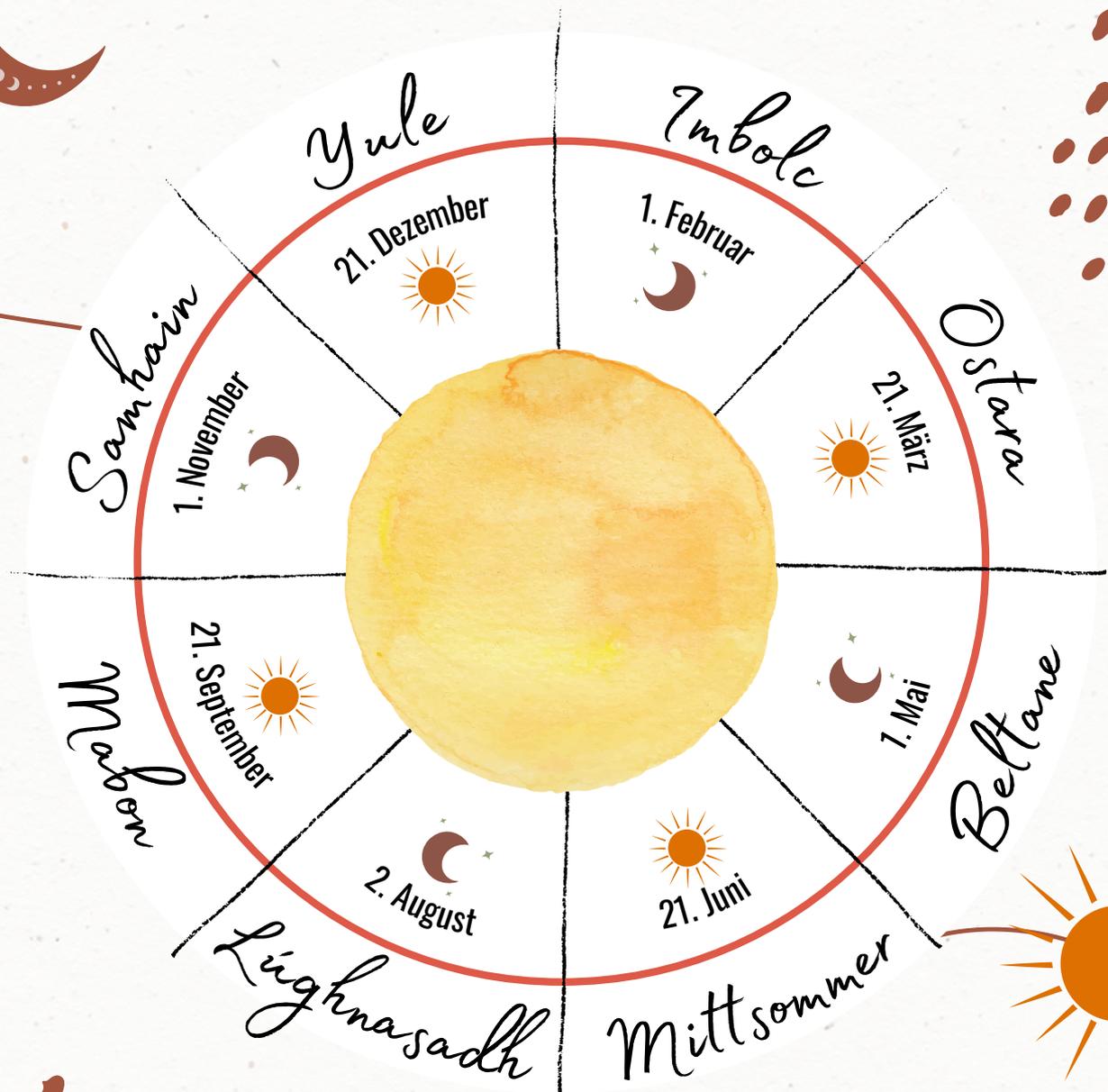


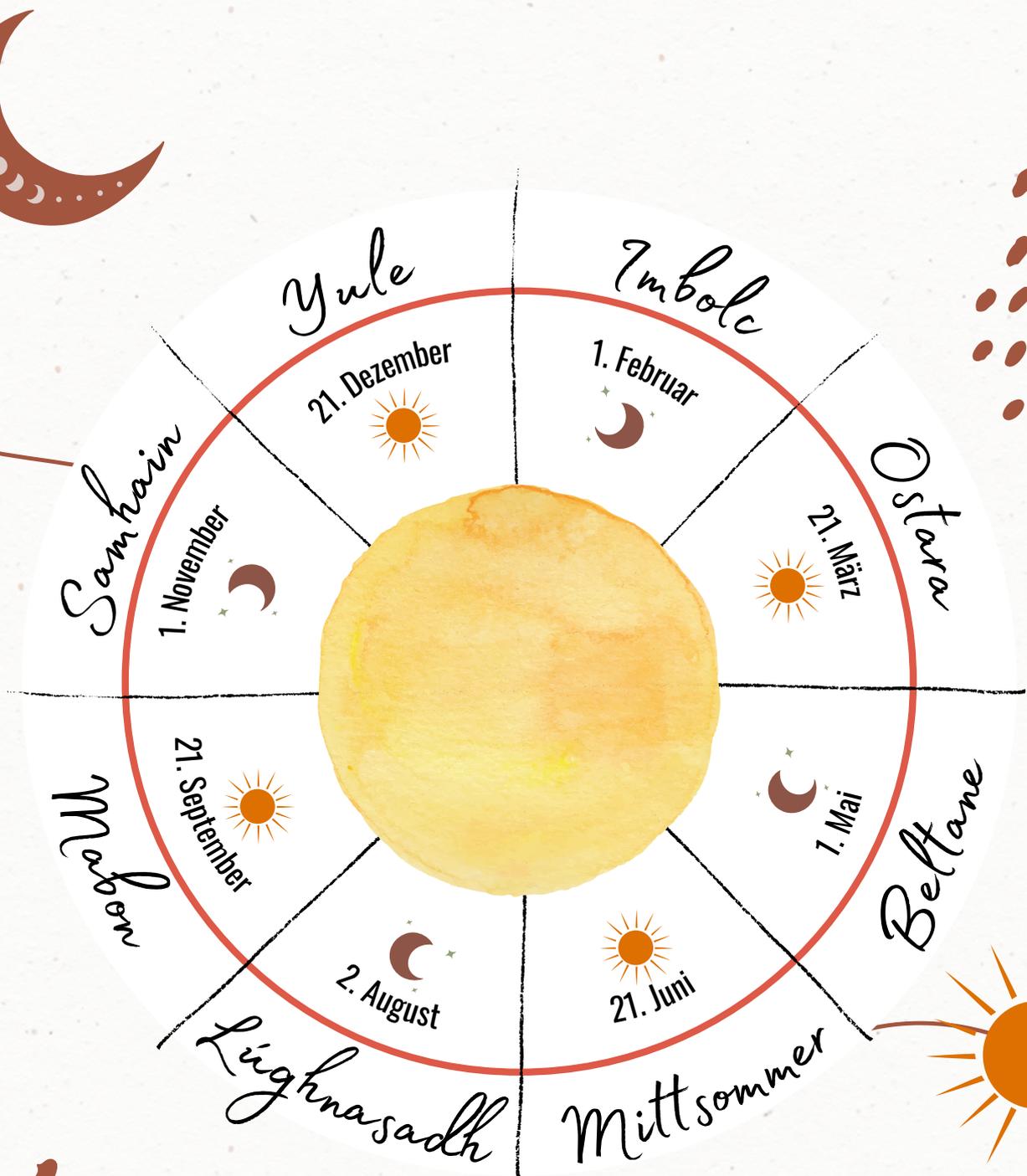
# DEIN JAHRESKREIS- BEGLEITER

Feiere die  
Jahreskreisfeste für dich



Inklusive Ritual-Ideen und Reflexionsfragen, damit du  
jedes Fest würdigen und feiern kannst.

# JAHRESKREISFESTE FEIERN



# Willkommen

Wie schön, dass du tiefer in die Jahreskreisfeste eintauchen möchtest!

Der Ritual-Begleiter führt dich durch **alle acht Jahreskreisfeste**. Du bekommst eine Idee davon, welche Qualität dem jeweiligen Jahreskreisfest inne wohnt.

Wir erklären dir **wann, was und warum gefeiert wird!**

Dieser Begleiter ist nicht dafür gemacht, dass du ihn nur liest, sondern die Jahreskreisfeste wirklich **aktiv**, wenn auch nur im Kleinen, für dich feierst.

Denn letztlich sind es deine eigenen **ERFAHRUNGEN**, die dich wirklich bereichern und deinen **Wunsch stillen**, dich mit der Natur zu verbinden.

Wir wünschen dir viel Freude und schöne Feste mit deinem Ritual-Begleiter und hoffen, dass dich die Ideen inspirieren eine **eigene Form des Feierns für dich** zu finden!

Melanie & Simone



Ich bin mit Leib und Seele Ritualgestalterin. Wir Menschen machen große und kleine Erfahrungen in unseren Leben und manche davon führen uns an eine Schwelle der Veränderung heran. Durch das Feiern von Ritualen, durchdringen wir diese Lebensereignisse mit allen Sinnen und verinnerlichen ihre Bedeutung tiefer.

Die Jahreskreisfeste spiegeln uns die Veränderungen und Wendepunkte in der Natur wider. Die Verbindung mit diesen natürlichen Zyklen öffnen uns stärker für das Wissen, Teil dieser wunderbaren Schöpfung zu sein und die jahreszeitliche Qualitäten der Natur auch in uns zu entdecken.

Ich liebe es, mich selbst zu versorgen. Du auch? Auf meinem Blog LunaHerbs zeige ich dir, wie du dich ganzjährig mit Wildkräutern selbst versorgst. Du lernst dort, Wildkräuter zu erkennen und mit Hilfe von einfachen Rezepten anzuwenden.

Seit mehreren Jahren feiere ich zudem die Jahreskreisfeste. Die Jahreskreisfeste binden mich tief in den Rhythmus der Natur ein, machen mir bewusst, wie tief wir in der Natur verwurzelt sind und wie wohltuend es ist, mit der Energie der Jahreszeiten zu gehen. Seit 2018 folge ich selbstständig meiner Leidenschaft als Wildkräuterfachfrau und Ritualleiterin.



Melanie

# Was sind Jahreskreisfeste

Jahreskreisfeste sind besondere Zeitpunkte im Jahresverlauf, die schon sehr lange gefeiert werden. Die Menschen waren damals darauf angewiesen, die natürlichen Zyklen zu kennen und mit ihnen in Einklang zu leben.

Die Jahreskreisfeste gaben Orientierung, was für eine gute Ernte noch verrichtet werden musste. Gleichzeitig waren sie eine Erinnerung, dass nicht alles kontrollierbar ist. Die Menschen wandten sich mit Bitten, aber auch in Dankbarkeit, an die Naturgottheiten.

Wir greifen diese Feste heute auf, um inne zu halten und bewusst in die Qualitäten der Natur hineinzuspüren. In der Verbindung mit der Natur erleben wir eine Verbindung zu uns selbst, denn alle Qualitäten finden sich auch in uns.

Viele von uns leiden unter Stress und Erschöpfung. Die Jahreskreisrituale sind eine Auszeit und führen dich immer wieder zu dir zurück.

Wir sind Teil dieser wunderschönen Schöpfung. Durch die Feste lernen wir die Erde und uns selbst wieder tiefer wertzuschätzen. Die Fülle in deinem Leben wird dir dadurch bewusster.

Der genaue Zeitpunkt ist übrigens nicht so wichtig, weil manche Feste ohnehin über mehrere Tage gefeiert wurden und ein paar Termine sind inzwischen aus praktischen Gründen unabhängig von dem Mond- und Sonnenzyklus.

Wichtig ist, dass du feierst und deine Verbindung zur Natur bewusst nährst.

# Samhain

IN DER NACHT ZUM 1. NOVEMBER

WAS WIRD GEFEIERT...

SAMHAIN IST IM KELTISCHEN DAS LETZTE DER DREI ERNTEFESTE. DIE LANDWIRTSCHAFTLICHEN AKTIVITÄTEN RUHEN NUN. IN DIESER BESONDEREN NACHT WIRD DEN AHN\*INNEN GEDACHT. DIE GRENZE ZUR ANDERSWELT IST DÜNN.

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

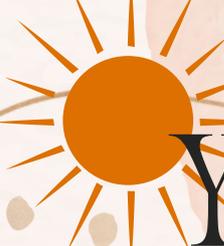
MIT DANKBARKEIT SCHAUEN WIR AUF DAS ZURÜCKLIEGENDE (ERNTE)JAHR. DIE DANKBARKEIT SCHLIESST DAS SICHT-, WIE DAS UNSICHTBARE MIT EIN. DEN AHNINNEN VERDANKEN WIR UNSER KOSTBARES LEBEN. IN DIESER NACHT EHREN UND WERTSCHÄTZEN WIR UNSERE LIEBEN VERSTORBENEN.

REFLEKTION

WIE KÖNNEN MEINE AHNEN MICH UNTERSTÜTZEN?  
WAS WILL IN MIR STERBEN, UM PLATZ FÜR NEUES ZU SCHAFFEN?

RITUALIDEEN

AHNENTELLER HERRICHTEN  
AHNENALTAR SCHMÜCKEN  
JAHRESRAD LEGEN  
WURZELN RITUELL VERARBEITEN  
ZUCKERRÜBENGESICHTER  
SCHNITZEN



# Yule

21.12. BZW. TAG DER ASTRONOMISCHEN WINTERSONNENWENDE

WAS WIRD GEFEIERT...

YULE IST DIE WINTERSONNENWENDFEIER, WO DIE NACHT AM LÄNGSTEN IST. ES IST DER TRIUMPH DER DUNKELHEIT, DIE SICH VOLL ENTFALDET.

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

IN DER TIEFSTEN DUNKELHEIT WIRD DAS NOCH ZARTE LICHT GEBOREN. DER SIEG DER NACHT IST GLEICHZEITIG AUCH IHRE NIEDERLAGE, WEIL AB NUN DIE TAGE ERST KAUM MERKLICH ABER SICHER HELLER WERDEN. DIE WINTERSONNENWENDE BRINGT DIE HOFFNUNG AUF DIE WARME ZEIT ZURÜCK.

REFLEKTION

WELCHES LICHT LEUCHTET IN MIR?  
WAS BEDEUTET DIE DUNKELHEIT  
FÜR MICH?

RITUALIDEEN

ADVENTSKRANZ BINDEN  
LICHTRITUAL MIT KERZEN  
BAUM IN DER NATUR SCHMÜCKEN  
BAUM ZU HAUSE SCHMÜCKEN  
SPIRALTANZ

# Imbolc

1. ODER 2. FEBRUAR ODER DER 2. VOLLMOND NACH YULE

WAS WIRD GEFEIERT...

IMBOLC FEIERT DEN KELTISCHEN FRÜHLINGSBEGINN. DER WINTER IST MIT DEM SOMMER SCHWANGER. TIEF IN DER ERDE WACHEN DIE WURZELN UND ERSTEN SAMEN ALLMÄHLICH AUF.

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

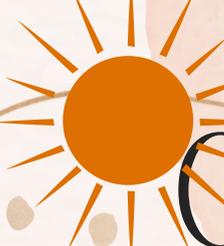
DIE FRÜHLINGSÖTTIN BRIGID WECKT DAS LAND AUF UND FLÜSTERT AUCH UNS INSPIRATIONEN ZU. SIE KÜNDIGT VON NEUEN IDEEN, PLÄNEN UND WÜNSCHEN, DIE AUS IHREM SCHLUMMERSCHLAF IN DER TIEFE UNSERER KREATIVITÄT UND UNSERES SEINS ERWACHEN.

REFLEKTION

WELCHER INSPIRATIVE FUNKE REGT SICH IN MIR?  
SPÜRST DU, DASS AUCH IN DIR ETWAS LANGSAM ERWACHT?

RITUALIDEEN

RITUALKERZE GESTALTEN  
KERZENWEIHE  
REINIGUNGSRÄUCHERRITUAL  
VISIONSSPAZIERGANG  
ORAKELN MIT ORAKELKARTEN



# Ostara

21.03. / ZUR ASTRONOMISCHER FRÜHLINGS-TAGUNDNACHTGLEICHE

WAS WIRD GEFEIERT...

DIE FRÜHLINGS-TAGUNDNACHTGLEICHE MARKIERT DEN GENAUEN ZEITPUNKT, WO DER TAG UND DIE NACHT ZUM ERSTEN MAL IM JAHR GLEICH LANG SIND. DER WINTER IST AUF DEM RÜCKZUG. HIER UND DA BÄUMT ER SICH EIN LETZES MAL AUF.

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

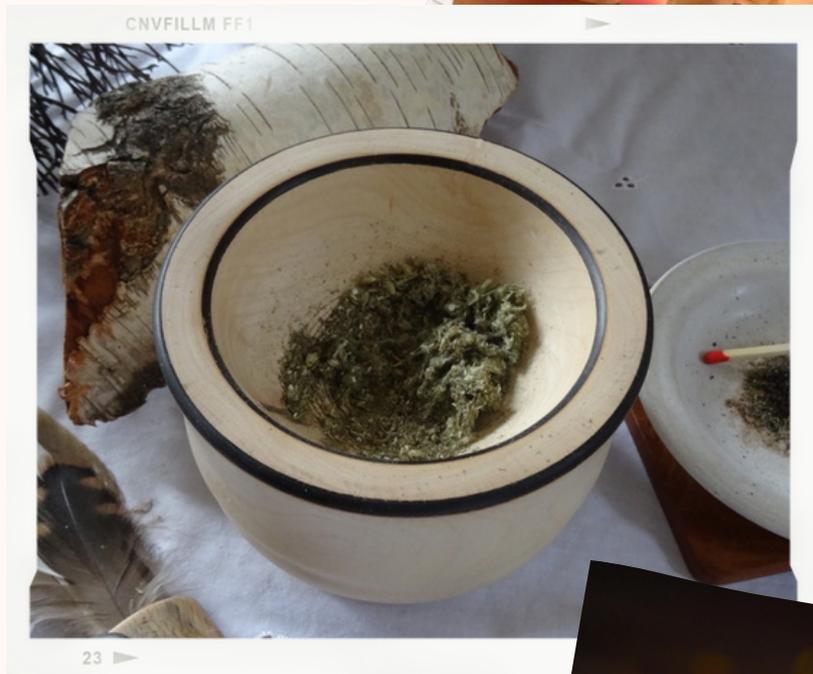
"OSTARA" IST EINE NEUE WORTFINDUNG FÜR DAS FRÜHLINGSFEST IM JAHRESKREIS. IN VIELEN KULTUREN UND TRADITIONEN WERDEN FRÜHLINGSFESTE GEFEIERT, UM DIE AUFBLÜHENDE FRUCHTBARKEIT IN DER NATUR ZU BEGRÜSSEN.

REFLEKTION

WAS MÖCHTE IN DEINEM LEBEN  
WACHSEN?  
WO MÖCHTEST DU  
FRUCHTBAR=KREATIV SEIN?

RITUALIDEEN

PALMBUSCHEN BINDEN  
FRUCHTBARKEITSRITUAL  
EIER BEMALEN  
SAMEN SÄHEN  
OSTERFEUER ENTZÜNDEN



# Beltane

DIE NACHT ZUM 1. MAI ODER 5. VOLLMOND NACH YULE

WAS WIRD GEFEIERT...

DIE WINTERSTARRE IST GÄNZLICH ABGESCHÜTTELT. ENDLICH SPIELT SICH DAS LEBEN WIEDER FREI VON KLEIDUNGSSCHICHTEN DRAUSSEN AB. DIE ERSTE WÄRME DES SOMMERS ENTLOCKT DEN MENSCHEN MEHR LEBENSFREUDE.

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

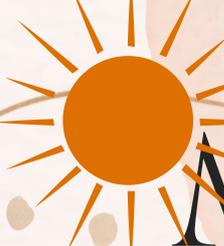
DIE VIELFALT DER DÜFTE, DIE SCHÖNHEIT DER BLÜTEN UND BLUMEN IST BETÖRENDE. BELTANE IST DESHALB EIN FEST DER SINNLICHKEIT UND FEIERT DIE FREUDE FÜR DAS EIGENE LEBEN. ES IST AUCH EIN FEST, WAS DIE LIEBE ZWISCHEN LIEBESPAAREN FEIERT.

REFLEKTION

LASS DICH VON DEINEN HERZENSWÜNSCHEN VERFÜHREN!  
IN WELCHEM BEREICH DES LEBENS SPÜRST DU MEHR FREUDE?

RITUALIDEEN

FEUERRITUAL  
HAARKRANZ BINDEN  
LUSTWEIN ANSETZEN  
NATURMANDALA LEGEN  
MAIBAUM SCHMÜCKEN  
AUSGELASSEN TANZEN



# Mittsommer

21.06. BZW. ZUR ASTRONOMISCHEN SOMMERSONNENWENDE

WAS WIRD GEFEIERT...

MITTSOMMER FEIERT DIE SOMMERSONNENWENDE! WIR MENSCHEN SIND SONNENANBETER :) UND FEIERN DEN LÄNGSTEN TAG UND DIE KÜRZESTE NACHT IM JAHR!

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

MITTSOMMER LÄDT EIN, DIE WÄRME UND SCHÖNHEITEN DES SOMMERS VOLL AUSZUKOSTEN. DIE FÜLLE DER NATUR MIT IHREN LECKEREN GABEN SIND DER GRÖSSTE GENUSS UND WACHSEN REICHHALTIG. WAS FÜR EIN GLÜCK!

REFLEKTION

WIE KANNST DU DIE QUALITÄT DES SOMMERS IN DIR AUFSAUGEN?  
WIE LEICHT FÄLLT ES DIR ZU GENIESSEN?

RITUALIDEEN

BEIFUSS GÜRTEL BINDEN  
FEUER ENTZÜNDEN  
SPIRALTANZ  
JOHANNISKRAUTÖL ANSETZEN  
SCHUTZAMULETTE AUS  
JOHANNIKRÄUTERN HERSTELLEN

# Lúghnasadh

AUGUST ODER 8. VOLLMOND NACH YULE

WAS WIRD GEFEIERT...

LÚGHNASADH IST DAS ERSTE ERNTEFEST, WO IM KELTISCHEN DAS GETREIDE RITUELL GESCHNITTEN WIRD. ES IST DIE FEIER ZUR BEGINN DER GETREIDEERNTE.

WARUM FEIERN WIR DAS FEST

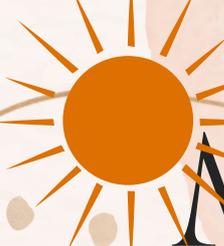
WIR FEIERN DIESES FEST, UM UNS DIE LEBENSWICHTIGE VERBINDUNG ZUR NATUR BEWUSST ZU MACHEN. DAS FEST IST AUSDRUCK, DASS WIR VON IHR LEBEN, ABER AUCH DER WUNSCH MIT IHR ZU LEBEN.

REFLEKTION

WO MÖCHTEST DU DEINEN SCHNITT SETZEN?  
VIELLEICHT MUSST DU DICH VON ETWAS ODER JEMANDEN TRENNEN/DISTANZIEREN?

RITUALIDEEN

KRÄUTERBUSCHEN BINDEN  
KRÄUTERWEIHE  
DANKBARKEITSRITUAL  
LOSLASSRITUAL  
BROT BACKEN



# Mabon

23.09. BZW. ZUR ASTRONOMISCHEN HERBST-TAGUNDNACHTGLEICHE

## WAS WIRD GEFEIERT...

ZUM ZWEITEN MAL IM JAHR SIND DIE NACHT UND DER TAG GLEICH LANG. DIESES MAL DREHT SICH DAS GEFÄLLE IN RICHTUNG DUNKELHEIT. ES IST DAS TRADITIONELLE ERNTEDANKFEST.

## WARUM FEIERN WIR DAS FEST

ES IST EIN ZEITPUNKT UM DER NATUR DANKE ZU SAGEN FÜR DIE GABEN, DIE SIE UNS SO GROSSZÜGIG SCHENKT UND ECHTE WERTSCHÄTZUNG ZU FÜHLEN. GLEICHZEITIG BEREITEN WIR UNS LANGSAM AUF DEN WINTER VOR.

## REFLEKTION

FÜR WAS BIST DU DANKBAR?  
WAS IST DEINE PERSÖNLICHE  
ERTE IN DIESEM JAHR?

## RITUALIDEEN

MEDIZINBEUTEL BASTELN  
ERNTEDANKFEST VERANSTALTEN  
HERBSTMANDALA LEGEN  
DANKESRITUAL  
ERTEALTAR GESTALTEN

DAS GEFÄLLT DIR?

# Du möchtest gerne noch tiefer eintauchen?

Dann haben wir etwas für Dich!

Feiere mit uns die Jahreskreisfeste im Kreise von Frauen online und in Köln, von deinem gemütlichen Zuhause aus.

Alle Termine für die Jahreskreisfeste findest du hier.

Wir feiern wunderschöne Zeremonien, um

- alte und neue Weisheiten zu leben,
- praktisches Wissen rund um Wildkräuter zu lernen,
- mit den eigenen Händen an keltische Bräuche und verwandte christliche Traditionen anzuknüpfen,
- Rituale zu feiern, die tief verankern, was dich wirklich nährt,
- zu verstehen mit den natürlichen Rhythmen zu leben.

Unsere Jahreskreisfeste bringen dich tiefer in Einklang mit deinen Werten und in die Naturverbundenheit.

Wir feiern warmherzig, undogmatisch, aber voller Leidenschaft in Frauenkreisen!