

HÄXEN-EINMALEINS

Handbuch für Frauen

Gisa



Häxe ← **Hagazussa** → Häzisse → Hägesse



Alraunen-Verlag

Wichtiger Hinweis

Medizin als Wissenschaft ist ständigen Veränderungen unterworfen. Forschung und Erfahrung erweitern unser Wissen ständig, insbesondere, was die Behandlung und die medikamentöse Therapie angeht. Soweit in diesem Verzeichnis eine Dosierung oder eine Anwendung erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass Autor, Herausgeber und Verlag große Sorgfalt darauf verwendet haben. Der Wissensstand bleibt allerdings weiterhin in der Wandlung und wird sich ständig anders darstellen. Hinweise auf Präparate können möglicherweise auch Kontraindikationen beinhalten; diese sind auf den Beipackzetteln der Industrie vermerkt und der Benutzer bleibt gehalten, diese auch zu lesen. So ist jeder Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel der verwendeten Präparate zu prüfen, um in eigener Verantwortung festzustellen, ob die dort angegebenen Empfehlungen für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen verwendeten oder neu auf den Markt gebrachten Präparaten, sondern auch bei denjenigen, die vom Bundesgesundheitsamt (BGA) oder Paul-Ehrlich-Institut (PEI) in ihrer Anwendung eingeschränkt worden sind.

Kontakt mit der Autorin:

Alraunen-Verlag, www.alraunen-verlag.de, info@alraunen-verlag.de

© Auflage 2018, Copyright by Alraunen-Verlag, Germany

Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Vervielfältigung (auch auszugsweise) bedarf der schriftlichen Genehmigung des Verlages.

Erschienen by: Alraunen-Verlag, Germany

Coverlayout: Gisa

Herstellung: printed in Germany

ISBN: 978-3-938994-16-0

Inhaltsverzeichnis

Einführung	13
<i>Ein bisschen geschichtlicher Hintergrund</i>	14
<i>Frauen denken anders</i>	16
<i>Wir sind hier nicht zu Besuch!</i>	18
<i>Sprache als Ausdruck des Lebens</i>	19
<i>Wissen</i>	21
Was ist Magie?	24
<i>Frauenwelt – Anderswelt</i>	27
<i>In die Ruhe kommen</i>	28
<i>Erst mal etwas Einfaches</i>	29
<i>Die blaue Sphäre</i>	30
<i>Die Muschel</i>	30
<i>Die innere Mitte leben</i>	34
<i>Unsere Werkzeuge</i>	35
<i>Die vier Elemente</i>	36
<i>Handliche Dinge</i>	38
Rituale, kurz und bündig	41
<i>Tipps</i>	42
<i>Affirmationen und Bilder</i>	46
<i>Innenschau, die Suche nach inneren Bildern</i>	52
<i>Wasser wird Heilmittel</i>	53
<i>Finger programmieren</i>	53
<i>Wünsche verstärken</i>	55
<i>Eine Kerze auf die Schnelle</i>	55
<i>Ein Kristall als Schmuck und Werkzeug</i>	56
<i>Pendel und Rute</i>	57
<i>Schreiben</i>	59
<i>Lösen alter Belastungen</i>	60

<i>Trennen und Verabschieden</i>	60
<i>Pappe in Orange</i>	63
<i>Glücklich sein und Ängste loslassen</i>	65
<i>Äpfel pflücken</i>	66
<i>Bauch-Massage</i>	66
<i>Gestörte Plätze</i>	68
<i>Schmerzen</i>	69
<i>Tageslisten</i>	70
Rituale, eher persönlich	73
<i>Innehalten im Garten der Göttin</i>	74
<i>Mutter und Tochter</i>	75
Bäume	77
<i>Ahorn</i>	77
<i>Apfel</i>	78
<i>Birke</i>	78
<i>Birnbaum</i>	79
<i>Buche (Rotbuche)</i>	79
<i>Eberesche (Vogelbeere)</i>	79
<i>Eibe</i>	80
<i>Eiche (Stieleiche)</i>	80
<i>Erle (Schwarzerle)</i>	81
<i>Esche</i>	81
<i>Fichte und Tanne</i>	81
<i>Flieder (nicht zu verwechseln mit Holunder!)</i>	82
<i>Hasel</i>	82
<i>Holunder (schwarzer)</i>	82
<i>Kiefer (Föhre)</i>	83
<i>Kirschbaum</i>	83
<i>Kreuzdorn</i>	84
<i>Lärche</i>	84

<i>Linde (Sommerlinde)</i>	84
<i>Myrte</i>	85
<i>Pappel (Schwarzpappel, Espe)</i>	85
<i>Pflaume</i>	86
<i>Quitte</i>	86
<i>Roskastanie</i>	86
<i>Sanddorn</i>	86
<i>Schwarzdorn</i>	87
<i>Ulme (Feldulme)</i>	87
<i>Wacholder</i>	88
<i>Walnussbaum</i>	88
<i>Weide (Silberweide)</i>	89
<i>Weißdorn</i>	89
Gewürze	91
<i>Anis</i>	92
<i>Bärlauch</i>	92
<i>Basilikum</i>	92
<i>Beifuß</i>	93
<i>Beinwell</i>	93
<i>Brennnessel</i>	93
<i>Dill</i>	94
<i>Estragon</i>	95
<i>Fenchel - Gemüsepflanze</i>	95
<i>Fichtennadeln</i>	96
<i>Gänseblümchen</i>	97
<i>Giersch - Gemüsepflanze</i>	97
<i>Hirtentäschel</i>	97
<i>Knoblauch</i>	98
<i>Kapuzinerkresse</i>	98
<i>Kümmel</i>	99
<i>Kurkuma</i>	99
<i>Löwenzahn</i>	99

<i>Melisse</i>	100
<i>Minze</i>	100
<i>Petersilie</i>	101
<i>Pfeffer</i>	101
<i>Rotklee</i>	101
<i>Salbei</i>	102
<i>Schnittlauch</i>	102
<i>Spitzwegerich</i>	103
<i>Taubnessel, weiß</i>	103
<i>Thymian</i>	104
<i>Zitrone</i>	105
<i>Apfeltee</i>	105
Edelsteine	107
<i>Grundsätzliches zu den Steinen</i>	107
<i>Edle Steine</i>	108
<i>Achat</i>	108
<i>Amazonit</i>	109
<i>Amethyst</i>	109
<i>Aquamarin</i>	110
<i>Aventurin</i>	110
<i>Bergkristall</i>	111
<i>Bernstein</i>	111
<i>Beryll</i>	111
<i>Calcit, blau</i>	112
<i>Calcit, orange</i>	112
<i>Chalcedon</i>	112
<i>Chrysokoll</i>	113
<i>Chrysolith = Olivin = Peridot</i>	113
<i>Chrysopras</i>	114
<i>Citrin</i>	114
<i>Diamant</i>	115
<i>Dumortierit</i>	115

<i>Falkenauge</i>	115
<i>Fluorit = Fluorite</i>	115
<i>Fluorit, Regenbogenfluorit</i>	116
<i>Granat</i>	116
<i>Hämatit</i>	117
<i>Heliotrop</i>	117
<i>Howlith</i>	117
<i>Hyazinth / Zirkon</i>	117
<i>Jade / Nephrit /Jadeit</i>	118
<i>Jade, Butterjade</i>	118
<i>Jade, Chinesisch</i>	118
<i>Jade, Lemon</i>	118
<i>Jaspis</i>	118
<i>Jaspis, Brekzia</i>	119
<i>Jaspis, Landschaftsjaspis</i>	119
<i>Jaspis, Leopardenjaspis</i>	119
<i>Jaspis, Picasso-Jaspis</i>	119
<i>Jaspis, rot</i>	120
<i>Karneol</i>	120
<i>Koralle, Blauschwamm</i>	120
<i>Labradonit</i>	120
<i>Lapislazuli</i>	120
<i>Malachit</i>	121
<i>Mondstein</i>	121
<i>Obsidian, Mahagonie-Obsidian</i>	121
<i>Obsidian, Schneeflocke</i>	122
<i>Onyx</i>	122
<i>Opal</i>	122
<i>Perlmutter, Perlen</i>	123
<i>Prasem</i>	123
<i>Pyrit</i>	123
<i>Quarz</i>	124
<i>Rauchquarz</i>	124

<i>Rhodonit</i>	124
<i>Rosenquarz</i>	124
<i>Rubin</i>	125
<i>Rutil</i>	125
<i>Saphir</i>	125
<i>Sarder</i>	126
<i>Sardonyx</i>	127
<i>Serpentin</i>	127
<i>Smaragd</i>	127
<i>Sodalith</i>	127
<i>Sugilith</i>	128
<i>Tigerauge</i>	128
<i>Türkis</i>	128
<i>Turmalin</i>	129
<i>Turmalin (schwarz) = Schörl</i>	129
<i>Ukanit</i>	129
<i>Versteinertes Holz</i>	129
Bach Blüten	131
1. <i>Agrimony</i>	131
2. <i>Aspen</i>	131
3. <i>Beech</i>	131
4. <i>Centaury</i>	132
5. <i>Cerato</i>	132
6. <i>Cherry Plum</i>	132
7. <i>Chestnut Bud</i>	132
8. <i>Chicory</i>	133
9. <i>Clematis</i>	133
10. <i>Crab Apple</i>	134
11. <i>Elm</i>	134
12. <i>Gentian</i>	134
13. <i>Gorse</i>	134
15. <i>Holly</i>	135

<i>16. Honeysuckle</i>	135
<i>17. Hornbeam</i>	135
<i>18. Impatiens</i>	135
<i>19. Larch</i>	136
<i>20. Mimulus</i>	136
<i>21. Mustard</i>	136
<i>22. Oak</i>	136
<i>23. Olive</i>	137
<i>24. Pine</i>	137
<i>25. Red Chestnut</i>	137
<i>26. Rock Rose</i>	138
<i>27. Rock Water</i>	138
<i>28. Scleranthus</i>	138
<i>29. Star of Bethlehem</i>	138
<i>30. Sweet Chestnut</i>	139
<i>31. Vervain</i>	139
<i>32. Vine</i>	139
<i>33. Walnut</i>	140
<i>34. Water Violet</i>	140
<i>35. White Chestnut</i>	140
<i>36. Wild Oat</i>	141
<i>37. Wild Rose</i>	141
<i>38. Willow</i>	141
<i>Rescue</i>	142
Farben	143
<i>Instrumente</i>	144
<i>Hauptregeln</i>	145
<i>Einzelfarben</i>	149
<i>Rot</i>	149
<i>Scharlachrot</i>	150
<i>Magenta</i>	152
<i>Purpur</i>	153

<i>Rosa</i>	154
<i>Orange</i>	155
<i>Gelb</i>	157
<i>Lemon</i>	158
<i>Grün</i>	159
<i>Türkis</i>	162
<i>Blau</i>	163
<i>Indigo-Blau</i>	164
<i>Violett</i>	165
<i>Weiß</i>	166
<i>Grau</i>	166
<i>Schwarz</i>	167
<i>Braun</i>	168
Feiertage und –wochen, magischer Kalender	169
<i>Januar</i>	170
<i>Februar</i>	171
<i>März</i>	172
<i>April</i>	173
<i>Mai</i>	174
<i>Juni</i>	175
<i>Juli</i>	176
<i>August</i>	177
<i>September</i>	178
<i>Oktober</i>	180
<i>November</i>	181
<i>Dezember</i>	182
Wettervorhersage	184
<i>Venus-Jahr</i>	185
<i>Merkur-Jahr</i>	187
<i>Mond-Jahr</i>	188

<i>Saturn-Jahr</i>	190
<i>Jupiter-Jahr</i>	192
<i>Mars-Jahr</i>	193
<i>Sonnen-Jahr</i>	194
<i>Weitere Bücher vom Alraunen-Verlag</i>	196

Einführung

„Häxe“ ist hier ein anderer Ausdruck für die **Hagazussa**. Ich habe sie deshalb auch mit einen „ä“ geschrieben. Es ist die kluge Frau (engl. Crone) im Wald / angrenzenden Gebiet wohnend, die mit Kräutern, Heilkunde und Seelsorge befasst war und wieder sein sollte.



Häxe ← **Hagazussa** → Häzisse → Hägesse

- **hagr** = klug, verschmitzt
- **zussa** = ältere weise Frau (Crone)

Hag – Hecke – Hagedorn. „...in einem Durcheinander von einander durchwachsenen Büschen von Hagedorn (Weißdorn), Esche und Birke...“ (Immermann Münchh. 3, 113)

Hier ist mit **Hagedorn** (Hagdorn, Hagedorn) der Weißdorn gemeint, ein herzwirksamer Busch. Im übertragenen Sinne bedeutete Hag auch *Landgut, Feld, Flur, Garten oder Vorwerk*. Im Gegensatz zur Grimm'schen Unterstellung ist die Hagazussa eine hilfsbereite weise Frau (bei Grimm wird immer das „böse Weib“ angenommen); sie geht mit ihrem Wissen gut und für die Bevölkerung nützlich um (Heilkunde). Wir müssen dabei im Auge behalten, dass durch die Zeit der Hexenverbrennung und dem Hexenhammer die Vorstellung vom „bösen Weib“ erzwungen wurde. Hagazussa war die Bezeichnung für „Zaunreiterin“. Sie ist damit die örtliche *Schamanin / Heilerin, die Hebamme und weise Frau*. Sie wird ursprünglich die *Priesterin der Großen Himmelmutter* gewesen sein, denn gleich den Schamaninnen in anderen Kulturen verstand sie die Hintergründe von Kranksein im Zusammenhang mit seelischen Problemen. Heute würden wir dies vielleicht als Coach + Heilerin bezeichnen.

Um mit unserer schöpferischen Kraft umgehen zu können, ist es sinnvoll zu verstehen, warum uns diese scheinbar verloren gegangen ist. Wir haben sie vergessen. Doch wir können uns erinnern. Um wirkungsvoll zu sein, erst einmal noch ein Blick zurück in die Vergangenheit, um uns den Grund unseres Vergessens (Selbstschutz) deutlich zu machen.

Ein bisschen geschichtlicher Hintergrund

Um das Jahr 1000 u.Z. wurde die Heilkunde in Mitteleuropa meist von den mütterlichen Frauen, in schwierigen Fällen von der Hagazussa betrieben. Diese Frauen verstanden sich auf die Heilkraft der Kräuter, auf Wundversorgung und natürliche

Was ist Magie?

Magie ist das Wissen und die Handhabung all dessen, was wir (noch) nicht er-Klären³ können. Wenn wir in heiterem Erstaunen er-Kennen können, dass etwas in der Wirklichkeit auftaucht, das scheinbar vorher noch nicht dagewesen ist.

Für die Häxe spielt es keine Rolle, ob es eine technisch-physikalische Erklärung gibt oder nicht. Wichtig ist, dass diese Wirklichkeit ins Leben geholt werden kann und wir den dazu not-Wendigen Weg er-Kennen. Wir wenden uns dafür von fremden Be-Haupt⁴-ungen ab und den eigenen Ideen zu; als Ausdruck unserer Be-Weg-lichkeit. Wir gehen unseren Weg.

Magie ist also ein Vor-Gang, der die Wirklichkeit formt, ohne dass wir den Ab-Lauf kennen; aber wir können damit um-Gehen. Sobald wir von alten Vorurteilen ablassen, die uns als „Hexe“ verteufelt haben, können wir diesen Weg beschreiten und die mütterlich-schöpferische Kraft nutzen. Auch wir Frauen gehen, doch wir fliehen nicht.

Magie ist die Kraft des Lebens, die in allen Erscheinungsformen vorhanden ist. Diese Kraft zapfen wir an, wenn wir die Wirklichkeit formen. Das machen wir ständig, ohne darüber nachzudenken. Wir nehmen uns etwas vor (die Augen), wir wollen eine Wirkung erreichen. Wir rufen Bilder wach, die dieses Ziel umschreiben: einen Berg, ein Treffen mit Freunden, einen Verdienst, was auch immer. Wir haben ein Bild vor

³ Klar sind Licht und Sonnenschein. Vgl. Er-Kenntnis. Wir können etwas er-kennen.

⁴ Haupt = caput → Kapital, patriarchales Besitztum

In die Ruhe kommen

Vor jedem Ritual, sei es aufwändig oder auf die Schnelle, bringen wir uns selbst in die Ruhe. Grundsätzlich stellen wir uns vor, in Licht getaucht zu sein, um hier Kontakt zu unserer Schöpfungskraft aufzunehmen, ihre Kraft zu erbitten ebenso wie ihren Schutz. Dazu imaginieren wir strahlend goldenes Licht, das uns umfließt. Das geht mit Vorne-Hinten-Halten (Hand auf Stirn, andere Hand auf Hinterkopf-Ende). Eine ausgiebige Form dieser meditativen Handlung ist die Muschel-Meditation.

Hierbei achten wir darauf, ungestört zu sein (auch Haustiere können stören). Dann können wir uns besser vorstellen (imaginieren), was wir ins Leben holen wollen. Unsere Vorstellungskraft sollte darauf hinauslaufen, ganz einfache Vorgänge zu erschaffen: etwas fast schon zu hören, fast schon zu schmecken, fast schon zu riechen... Eine Vorstellung, die gleichzeitig auch unsere Sinne anspricht, kann sich doppelt so gut festsetzen wie irgendwelche Sätze, mit denen wir wenig verbinden.

Hierbei machen wir es uns bequem, sodass wir währenddessen nicht auf unseren Körper „aufpassen“ müssen. Wir schließen die Augen, damit sich unsere Wahrnehmung ausschließlich auf unsere Innenwelt richten kann. Wir lassen in einem angenehmen Wind die Wolken der Gedanken vorbeiziehen, bis der Himmel wieder strahlend blau ist (um ihren Inhalt kümmern wir uns später). Die Luft ist frisch, die Erde ist grün, die Sonne strahlt leuchtend, das Wasser rauscht erfrischend – wir sind entspannt! Jetzt kann es losgehen...

Er-Innerung. Bringen wir uns zurück in den Mittelpunkt unserer inneren Kraft!

Die vier Elemente

Feuer, Wasser, Luft und Erde werden bereits seit Jahrtausenden als die „Elemente“ bezeichnet. Elemente sind die Teile, aus denen unser Leben besteht, keine chemischen Substanzen wie Helium, Wasserstoff, Gold, Silber, Eisen etc. Unsere **Elemente ver-Sinn-Bild-lichen Kräfte**.

Für diese vier Elemente suchen wir uns Stellvertreter, damit wir sie in jedes Ritual, das wir uns ausdenken, einbinden können.

Für mich wurde diese Vorstellung mittels der Astrologie deutlich und ich konnte es mir gut merken. Unsere Erde ist wohl aus feurigen Gesteinsklumpen entstanden, die sich zu einer Kugel zusammenfanden. Deshalb schauen wir uns als erstes das *Feuer* an.

Feuer symbolisiert die Tatkraft und das Handeln. Ihm wird nahe liegender Weise die Farbe Rot zugeteilt. Aktivität können wir deshalb mit Rot gut unterstützen. Wenn Feuer die Erde erhitzt, dann kann diese fließen. Feuer ist Bewegungskraft, die es möglich macht.

Stellvertreter: Kerze mit Flamme, Stab, Bild eines Löwen, der Sonne, ein Glas mit Zimt oder Gewürznelken oder Honig.

Gefühle: Lebensfreude, Leidenschaft, Wildheit, Schaffenskraft, Spontaneität.

Rituale, kurz und bündig

Mit Ritualen können wir den gesamten Tagesablauf begleiten. Deshalb schildere ich erst einmal diese kurzen Wege, Ziele und Absichten zu erreichen. Dabei ist es wichtig, dass unsere Ziele immer das beschreiben, was nützlich und positiv ist. Alle anderen Gedanken lernen wir, aus unserem Dasein auszuklammern. Wenn wir für uns ein „gutes“ Ziel ins Auge fassen, wird es auch für Mutter Erde gut sein. Wir sind Teil dieser Schöpfung und leben immer dann gut, wenn wir mit ihr in Harmonie klingen.

Solange etwas uns nützt und niemandem schadet, haben wir die Freiheit, uns alles wünschen zu können. Das gilt für die Wohnung, das Haus, die Gruppe ebenso wie für den Job und den Freundeskreis. Wir zaubern und wünschen uns herbei, was uns gut tut.

Damit es uns hilft, ist es wichtig, dass es auch für unsere Umgebung hilfreich und akzeptabel ist. Dann kann sich unser Wunsch in die gesamte Schöpfung integrieren. Darauf gilt es zu achten. Es ist die wichtigste Grundlage aller häxischen Tätigkeiten. Meine Grundlage ist folgender Gesang (Melodie = „Froh zu sein bedarf es wenig...“):

*Liebe, Freude und Vertrauen
darauf werde ich nun bauen*

Mit dieser Melodie und diesem Text bin ich oft im Leben unterwegs, auch außerhalb irgendwelcher Zeremonien. Außerdem habe ich eine Wasserflasche aus Glas, auf die ich diesen

Affirmationen und Bilder

Affirmationen sind Sätze, mit denen wir uns stärken können. Sie sollten zu dem passen, was wir als Belastung empfinden, und diese auflösen. Für alles, was wir auflösen, brauchen wir Ersatz, denn die Natur duldet keine Löcher. Hier ist unsere Phantasie gefragt.

Wenn uns das Urvertrauen fehlt, brauchen wir das Gefühl, sicher und geborgen zu sein. Vielleicht können wir dieses Gefühl mit einer Muschel verbinden, in der wir geschützt sitzen oder liegen.

Wenn uns die Selbstsicherheit fehlt, brauchen wir das Gefühl der Stärke. Vielleicht können wir dies gut mit einem Mantel verbinden, der uns schützt, denn er ist undurchdringbar.

Wenn uns das Selbstbewusstsein fehlt, brauchen wir das Gefühl, in unserer Mitte zu sein und unsere Wurzeln tief in der Erde zu verankern (s. Bild S. 18).

Bilder sprechen intensiver als jedes Wort. Deshalb ist es sinnvoll, immer nach Bildern Ausschau zu halten, von denen wir uns angesprochen fühlen. An diese Bilder knüpfen wir unseren „Ersatz“ mit Worten, die dies beschreiben.

Hier führe ich einige Beispiele an; die Bilder muss jede selbst hinzufügen, denn das sind persönliche Vorstellungen. Wenn wir selbst nicht malen können, können wir sie im Internet suchen und finden. Da uns speziell körperliche Störungen aus der Bahn werfen können, habe ich dafür nach Beispielen gesucht.

Bei all unseren inneren Bildern machen wir uns deutlich, dass wir alle die Erde SIND. Da ist nichts, was stärker oder schwächer wäre, mehr oder weniger Rechte hätte. Wir sind die Schöpfung und leben mit allen unseren Anteilen in Augenhöhe. Somit ist unser Anspruch auf Gleichwertigkeit immer gerechtfertigt und angemessen. Ängste haben wir uns einreden lassen – zaubern wir sie wieder weg! Das Leben ist aber auch im ständigen Wandel. Wir sind das Leben, deshalb wandeln auch wir uns. Eben aus diesen Gründen haben wir auch die Fähigkeit, die Bedingungen zu gestalten – aktiv und handfest.

Angst mit Herzklopfen

Wir glauben, dass uns irgendetwas bedroht. Wenn uns deutlich wird, dass es keinen Säbelzahntiger gibt, der auf uns losgeht, können wir uns schütteln und einen neuen Ansatz gestalten. Wir zaubern ihn weg und ersetzen ihn durch ein Bild der Liebe.

- *Ich gestalte in Ruhe mein Leben.*
- *Ich bin allen Fragen gewachsen.*

Furcht vor Armut

Es ist für alle von allem genug da, was das Leben erforderlich macht. Wir zaubern uns Geld herbei, indem wir es in der Hand fühlen (immer einen Kupferpfennig in der Tasche haben).

- *Für mich ist immer gut gesorgt.*

Kopf; Blutandrang, Blutüberfülle mit Hitze im Gesicht

Es ist wichtig, selbst zu handeln. Am besten in dem Moment, wo wir diese Hitze fühlen, denn wir haben gerade einen Gedanken gehabt, den wir umsetzen können.

- *Ich bin in Harmonie mit meiner Stärke.*

Wasser wird Heilmittel

Früher hätten wir gesagt, dass wir das Wasser „besprechen“. Aber als moderne Häxen können wir auch moderne Methoden verwenden: einen Zettel, der mit einem Stift beschrieben ist. Wir nehmen ein Wasserglas und ziehen um den Boden einen Kreis auf das Papier. Innerhalb des Kreises können wir nun aufschreiben, was uns wichtig ist. Wir beschreiben grundsätzlich unser Ziel. Aus diesem Glas können wir nach 15 Minuten einen Schluck nehmen, sobald wir mit einem Stab / Finger umgerührt haben (kein Metall!). Nun kreist diese Information durch unsere Körperlichkeit und findet die Erfüllung. Das funktioniert auch mit homöopathischen Heilmitteln.

Finger programmieren

Wir können mit unseren Fingern so einiges erreichen, wenn wir ihnen Aufträge geben. Wir können ihnen bestimmte Ziele und Absichten zuordnen. Dabei berücksichtigen wir die Zonen, die schon Mutter Natur ihnen zugeordnet hat:

- Daumen = Lebenskraft
- Zeigefinger = geordnete Abläufe
- Mittelfinger = Wissensfluss
- Ringfinger = Stabilität, gutes Auskommen mit anderen
- Kleiner Finger = Kleinigkeiten, wahlweise

Indem wir mit der einen Hand den jeweiligen Finger der anderen streichelnd umfassen, werden diese Ziele bewusst aktiviert. Mit dem inneren Satz „Ich bin es mir wert“ verstärken wir unsere Haltung.

Bäume

Als Häxe sollten wir die Bäume, Hölzer und ihre Wirkung kennen. Gleichgültig, ob sie in der Einrichtung Verwendung finden oder als Kraft-Spender in der Natur.

Wir müssen die Bäume nicht ernten, um in den Genuss ihrer Kraft zu gelangen. Es reicht schon, sie als Bild aufzustellen oder als Karte in die Tasche zu stecken. Das WWW ist groß genug, von allen Bäumen gute Fotografien zu liefern. Wir sind moderne Häxen.

Besser natürlich ist es, einen Ausflug zu machen und die Bäume aufzusuchen, sich unter sie zu setzen, sie in den Arm zu nehmen, sie einfach auf uns wirken zu lassen. Der Wald ist das beste seelische Heilmittel, das uns zur Verfügung steht.

Ahorn

Rettung bei Schreck und Erschütterung.

Für einen klaren Kopf, kühlt ab.

Wenn wir uns erschreckt haben oder uns irgendetwas erschüttert hat, kann uns der Ahorn helfen, wieder zur Ruhe zu kommen. Wir bekommen wieder einen klaren Kopf und können unsere Ängste ablegen. Ein Ahornbaum ist oft als Schutzbaum in der Nähe von Häusern zu finden. Er vertritt Freiheitsliebe, Idealismus, Ehrgeiz, Vielseitigkeit, Willensstärke und vereinigt Gegensätze. Das Selbstbewusstsein wird mit Ahorn gestärkt.

Gewürze und Pflanzen

Unser Essen ist immer auch Heilung. Es verbindet uns mit Mutter Erde und lässt uns aus ihrer Kraft schöpfen. Deshalb ist unser Appetit, wenn wir ihn nicht „verdorben“ haben, ein guter Anzeiger für das, was wir körperlich brauchen.

Wichtig bei allem Essen ist, es selbst zuzubereiten. Falls wir das nicht gelernt haben, sollten wir schnellstens damit anfangen. Nun ist dies kein Kochbuch; diese Informationen müssen wir uns also im Leben, in Kursen, durch Abgucken aneignen.

Wesentlicher Teil der Zubereitung sind auch die Gewürze, auf die ich hier eingehen will. Früher haben wir unsere Gewürze selbst gezogen; dazu sollten wir zurückkehren, wenn sie in Geschäften nicht mehr zu kaufen sind – als Pflanze im Topf. Viele lassen sich auch auf der Fensterbank oder auf dem Balkon pflegen. Frische Gewürze sind besser als getrocknete in der Dose, denn viele Aromastoffe sind flüchtig und gehen beim Trocknungsvorgang verloren; ebenso wie beim Erhitzen, weshalb wir sie lieber frisch und kleingehackt über das Essen streuen.

Eine gute Häxe lernt, sich hier auszukennen, um die Gesundheit mit dem Essen zu unterstützen. Gewürze können aus Wurzeln, Zwiebeln, Blättern, Kräutern, Blüten, Früchten oder Samen bestehen und gewonnen werden. Es kann sich aber auch um mineralische Stoffe wie Salz handeln. Gewürze sind immer auch Geschmacksspender. Am gewünschten Geschmack zeigt sich unser Bedürfnis nach Unterstützung.

Tipp: wenn wir vorgezogene Gewürze im Supermarkt kaufen, sollten wir sie sofort nach dem Einkauf in einen wesentlich größeren Topf umtopfen. Die meisten dort erhältlichen Pflanzen haben eine Menge Wurzeln entwickelt und kaum noch Erde. Das füllen wir bei dieser Gelegenheit auf.

Anis

Er wird auch als „süßer Kümmel“ bezeichnet, ist eine einjährige Pflanze, die bis zu 80 cm groß werden kann. Für die Fensterbank ist er weniger geeignet, denn wir verwenden die Früchte. Gut geeignet für süße Zubereitungen, aber auch für Fisch- und Fleischgerichte. Er erinnert ein bisschen an Lakritze und ist dabei ein wenig scharf. In Brot und Backwaren ist er am ehesten hierzulande anzutreffen. Er sollte nur kurz vor der Verwendung mit dem Mörser gemahlen werden, denn er verliert sonst zu schnell das Aroma.

Bärlauch

Den suchen wir in Buchenwäldern, wo der Boden etwas kalkhaltig und nicht zu trocken ist, meist im März (nicht zu verwechseln mit dem giftigen Maiglöckchen). Er ist mit unserer Küchenzwiebel verwandt und hat eine Knoblauch-Note (ähnlich der Knoblauchsrauke). Er ist vielseitig einsetzbar. Am besten verwenden wir ihn frisch und roh, da sein Aroma schnell verloren geht. In Öl eingelegt, getrocknet oder gefroren ist er länger haltbar.

Basilikum

Diese Blätter sind vor allem gut für Salate zu verwenden. Aber auch auf der selbst gemachten Pizza ist Basilikum hervorragend untergebracht. Bei mir steht er schon seit Jahren warm

Edelsteine

Grundsätzliches zu den Steinen

Steine sind Energie. Das haben sie mit dem Pflanzen- und dem Tierreich (zu dem wir uns hinzuzählen müssen) gemeinsam. Die Bibel sagt: „Am Anfang war das Wort – und das Wort war bei Gott – und Gott war das Wort...“ (Joh. 1,1) „Wort“ ist die lutherische Übersetzung eines Begriffes, der weit über das hinausgeht, was unsere deutsche Sprache darunter versteht. „Wort“ steht analog für Idee, Begriff, Konzept, Grundgedanke, initiierender Impuls... – es ist ein Bild von all dem, was wir der Existenz zugrunde legen. So mit einem Inhalt umzugehen, gelingt einer „Begriffssprache“ wie unserer schlecht, mit einer Bildersprache wie u.a. dem Aramäischen oder Hebräischen viel besser; in einer Bildersprache wird gleichzeitig der gesamte Analogbereich vermittelt, der zu dieser Idee gehört.

Unsere Heilsteine bergen also die Idee der Schöpfung. Sie sind der geronnene Geist dieser Schöpfung. Sie sind die Schwingung, aus der die Welt gemacht ist und über die wir uns mit den Reichen der Natur austauschen können. So stehen sie für den Verbund der Dreiheit: Körper, Geist und Seele. Wir können uns mit unserem Stein an unseren Platz begeben und dort unseren Weg finden – mit der Kraft der Schöpfung.

Wir können uns auch mit unserem Stein durch Tragen in Verbindung bringen und halten, indem wir ihn um den Hals hängen, an das Handgelenk bringen oder als Ohrschmuck tragen. Wichtig ist nur, dass wir uns mit ihm persönlich in Verbindung bringen. Das ist unsere Leistung dabei. Wir selbst sind erfolg-

reicher als irgendjemand, der dies für uns tun soll. Wenn wir selbst für uns aktiv werden, dann steht uns die Natur auch bei, denn wir sind der persönliche Teil eines großen Ganzen, das wir Schöpfung nennen. Es ist sinnvoll, sich einen Kasten mit verschiedenen Steinen auszustatten, die für uns persönlich in Frage kommen könnten. Als Donat können wir sie bei Bedarf um den Hals hängen oder als Schmeichler in die Tasche.

Energieträger wie unsere Heilsteine können stark strahlen oder auch strapaziert in der Ecke liegen. Deshalb müssen wir sie pflegen. Jeden auf seine Art. Grundsätzlich aber gilt: Salz reinigt – sowohl unsere Hände nach dem Zwiebelschälen als auch einen Stein, wenn wir ihn in ein Salzbett oder eine Salzlösung legen (etwa 24 Std.). Er lädt sich danach wieder auf, wenn er entweder in die Sonne oder in die Kühle der Nacht gelegt wird.

Steine, denen die Sonne hilft

Achat, Aventurin, Bergkristall, Bernstein, Chrysolith, Citrin, Hämatit, Jade, Karneol, Lapislazuli, Onyx, Prasem, Pyrit, Rosenquarz, Sarder, Tigerauge, Turmalin

Steine, denen die Kühle der Nacht hilft

Amethyst, Chrysokoll, Chrysopras, Jaspis, Malachit, Mondstein, Rubin

Edle Steine

Achat

Körperbereiche:

- * Bisse, Parasiten etc.

- * Epilepsie, Mondsüchtigkeit
- * Suche nach Feinfühligkeit und Gesundheit
- * Ängste vor Einbrechern
- * Schock, Schreck und alle plötzlichen Ereignisse
- * Rachitis
- * Gelenkerkrankungen aufgrund mangelnder Gelenkschmierung
- * Anfälle, Mondsüchtigkeit
- * Abschirmung bei Mikrowelle, Computer etc.

Seelenbereiche:

- * Verletzung des Schattenkörpers
- * Stärkung des Solarplexus
- * Integration, hilft bei Entwurzelung, gut auf Reisen
- * Rot: Stärke, Balance
- * Weiß: Ruhe, Sammlung

Amazonit

Körperbereiche:

- * Nervensystem

Seelenbereiche:

- * Stimmungsausgleich
- * Stressabbau

Amethyst

- * Wieder Boden unter die Füße bekommen, hilft, wenn viele Dinge drohen aus dem Ruder zu laufen, verschafft Klarheit, kombinierbar mit Musiktherapie. Reinigt Wasser.

Körperbereiche:

- * Hautflecken, Feuermale, Muttermale etc.
- * Schutz bei Schlangen und Nattern, beim Lüften
- * Geschwülste und Krebs
- * Ödeme und Geschwülste
- * Kopfschmerzen
- * Schlafstörungen
- * Parasitenbisse oder -stiche
- * Atmung
- * Krampflösend und schmerzlindernd

Bach Blüten

Zu diesem Thema gibt es Bücher. Deshalb fasse ich das hier nur kurz zusammen:

1. Agrimony

Für die jovialen, fröhlichen und humorvollen Menschen, die den Frieden lieben und unter Meinungsverschiedenheiten und Streitigkeiten leiden; sie sind bereit, viel aufzugeben, um solche Unannehmlichkeiten zu vermeiden. Agrimony-Menschen sind innerlich gequält von Sorgen und Befürchtungen, auch wenn sie sich nach außen hin unbekümmert zeigen, um ihre Not zu verbergen. Häufig trinken sie viel oder nehmen Drogen zu Hilfe, um der Belastung standzuhalten.

2. Aspen

Vage Ängste vor unbekanntem Dingen, die sich nicht begründen oder erklären lassen. Trotzdem kann der Mensch Angst davor haben, dass etwas Schreckliches passiert, ohne zu wissen, was dies sein könnte. Diese unbestimmten, unerklärlichen Ängste können ihn Tag und Nacht verfolgen. Die so Leidenden fürchten sich oft, über ihre Nöte zu sprechen.

3. Beech

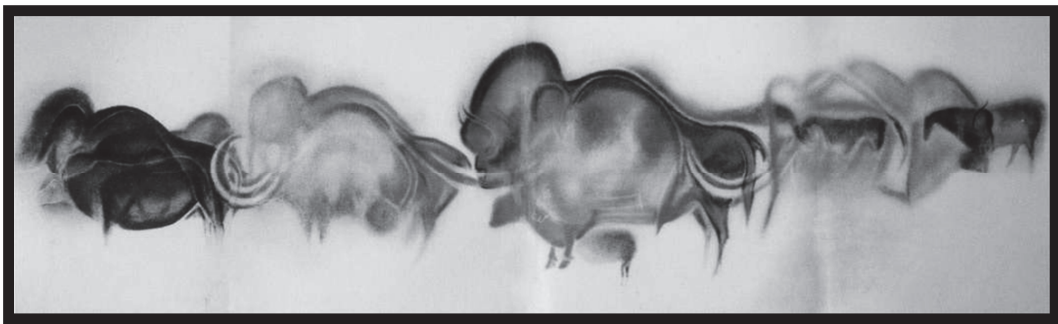
jene, die das Bedürfnis haben, in allem, was sie umgibt, besonders das Gute und Schöne zu sehen. Und obwohl vieles offensichtlich falsch ist, haben sie doch die Fähigkeit, das Gute im Inneren zu erkennen. So achten sie darauf, toleranter, nachsichtiger und verständnisvoller gegenüber den verschie-

Farben

Rot wie Blut, Weiß wie Schnee und Schwarz wie Ebenholz

Dies sind die Farben der Großen Göttin. Diese Farben prägen auch alle alten Bilder, Fresken, Wandmalereien und Darstellungen, die uns aus sog. „prähistorischer“ Zeit überliefert sind.

Rot ist beim Malen eine Farbe, die über die Jahrhunderte ihre Leuchtkraft verliert und später ockerfarben aussieht. Hierfür verwendet worden ist Ocker und evtl. auch Menstruationsblut, denn die Opferung von Tieren kannte diese mütterliche Zivilisation nicht. Sie kannte auch keine „Krieger“, die ihre Waffen aufeinander gerichtet hätten. **Schwarz** ergab sich aus Asche, u.a. von verbranntem Holz. **Weiß** wurde durch zerriebenen Gips⁶ bzw. Kreide ermöglicht.



Büffelherde, Lascaux, vmtl. 30.000 v.u.Z. entstanden

Farben sind uns also schon lange bekannt. Sie werden auch wie bei den Maori als Körperfarbe beim Tätowieren einge-

⁶ Gips ist farblos oder weiß. Er kann aber durch Aufnahme von Fremdionen oder Beimengungen unterschiedlicher Art (Sand, Bitumen) eine gelbliche, rötliche, graue oder braune Farbe annehmen. Seine Strichfarbe ist jedoch weiß.

Einzel Farben

Rot

Grundfarbe

Komplementärfarbe: Grün

Rot steht an der Quelle des Lebens und damit für Feuer, Hitze, Aktivität, Bewegung. Rot steht für Lebenskraft, Energie, Tat kraft, Erregung (im positiven und im negativen Sinn, z.B. Liebe, Hass, Anerkennung, Vernichtung).

Rot wie Blut

Rot ist die Farbe des schöpferischen Blutes und steht in engem Zusammenhang mit der Menstruation der Frau. Damit ist Rot die Farbe der Roten Göttin, die als Schöpferin und Mutter des Lebens ihre Kraft entfaltet. Erst nachdem patriarchale Eroberer-Gruppen die ursprünglichen Zivilisationen überfallen und übernommen hatten, mussten sie aus dem ursprünglichen Impuls des Lebens ein Opfer machen, denn Männer bluten nicht zur Erneuerung sondern im Sterben. So wurde ein Blutopfer daraus, das mit dem Tod des Opfers verbunden war, nicht mehr mit dem Leben. Mit Christi Opfertod hat sich das Opfersymbol erneut als hässlicher Zug dieser mörderischen Lebensauffassung dargestellt. So wie Jesus soll sich von nun an jeder Mensch opfern. Hier liegt die Ursache für Disharmonie und Krankheit!

Rot ist das leuchtende Feuer, das wärmend zur Verfügung steht. Wir können uns dort Essen kochen, gut den Winter überstehen, die Nacht erleuchten. So ist Rot symbolisch auch auf die menschliche Begeisterungsfähigkeit und auf die Gabe,

„feurige“ Reden zu halten, bezogen. In diesem Zusammenhang steht die Vorstellung von blitzartiger Erleuchtung, von geistigem, emotionalem und körperlichem Entbrennen. Dies wird verdeutlicht in dem alten deutschen Wort „Brunst“, das Brennen der Leidenschaft, Eros und gleichzeitig Feuerkraft bezeichnet. Man spricht auch heute noch davon, dass jemand „kocht“. Inneres Rot spiegelt die schöpfende Hitze des Feuers wider.

Die rote Farbe spielte bei den alten Völkern eine wichtige Rolle, sei es als Abwehrzauber gegen dämonische Einflüsse, in Mannbarkeitsriten, bei Hochzeiten als Brautschleier, in der Priesterkleidung, als Liebeszauber oder als Heilfarbe.

Politisch drückt sich in der Rot-Symbolik Solidarität mit den Unterdrückten (sozialistische Freiheitsbewegung), aber auch durch Frustration hervorgerufene Radikalisierung aus, etwa als Farbe der terroristischen Gruppen „Rote Armee Fraktion“ in Deutschland und „Rote Brigaden“ in Italien.

Scharlachrot

Farbmischung aus Rot + Magenta

Komplementärfarbe: Gelb

Wirkung

„Nicht immer hält das rote Licht, was es dem Wandersmann verspricht!“ Dieser Spruch bezieht sich auf Scharlachrot und beschreibt indirekt seine Wirkung: Sie entfaltet sich in erster Linie im Bereich der Sexualität. Wenn wir ein Gesicht ausschließlich mit Scharlachrot beleuchten, so können wir kaum mehr entscheiden, wie alt diese Person ist, da sich ihre Falten

Feiertage und -wochen, magischer Kalender

Unsere Vorfahrinnen haben viel gefeiert, denn Freude ist die Grundlage eines gesunden Lebens. Wichtige Tage des Jahres, die das Leben bestimmen, sollten wir auch heute berücksichtigen: Frühlings-, Sommer-, Herbst- und Winteranfang.

Um die Erde zu unterstützen, können wir auch noch weitere Tage bzw. Wochen mit einem Grundgedanken ausstatten. Wenn wir alle dieselbe Zeit wählen, dann verstärken sich unsere Kräfte und unser Einfluss wird größer. Ich werde deshalb hier einen Kalender anlegen, den wir dann alle einhalten können, wenn es uns Freude bereitet. Ich lege dem einen alten Göttinnen-Kalender zugrunde, denn die Alten werden gewusst haben, warum eine bestimmte Zeit sinnvoll ist. In der heutigen Zeit haben wir viel Zugang zum jahreszeitlichen Ablauf verloren. So können wir wieder lernen, was unser Leben bestimmt. Ich werde die 52 Wochen des Jahres als Tabelle anlegen.

Das Jahr hat 365 Tage. Wenn wir diese durch Wochen teilen, so ergibt sich 52 Wochen + 1 Tag (bei Schaltjahren 52 Wochen + 2 Tage). Die überzähligen Tage können wir den Rau-Nächten zurechnen. Bei speziellen Feiertagen müssen wir überprüfen, ob diese tatsächlich in die jeweilige Woche fallen.

Januar

1.	Himmelskönigin und ihr Held, Das Heil des neuen Tages	Garnelia, Fortuna Omnium
2.	Fest zur Geburt des Lichts	Innana
3.		
4.		
5.	Beginn des Vegetationsjahres, Kornjungfrau Kore	Kore
6.	Perchtentag, Kornjungfrau La Befana, Segenstag	Frau Percht Befana
7.	Tag des Schicksals	Morgane
8.		
9.		
10.		
11.	Geburtsfest, etruskisch	Carmenta
12.		
13.		
14.		
15.	Geburtsfest, etruskisch	Carmenta
16.	Eintracht	Concordia
17.		
18.	18./19., Opferfest	Nymphen
19.		
20.		
21.		
22.	22./23., Mänaden	
23.		
24.	24.-27., Saatferien	Tellus Mater, Ceres
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.	Friedensfest	Pax

Wettervorhersage⁸

Abt Mauritius Knauer hat vor etwa 400 Jahren über Jahrzehnte das Wetter beobachtet. Vieles von seinen Aufzeichnungen betrifft seine Gegend (Süddeutschland). Aber vieles können wir über ganz Deutschland feststellen. Ich habe ebenfalls über Jahrzehnte verglichen und halte hier fest, was mir nützlich erscheint. Wir alle wollen ja unseren Garten / Balkon ebenfalls gut versorgen.

Wir sollten uns auch keinerlei Sorgen in Hinsicht auf eine Klima-„Katastrophe“ machen. Die Erde, also wir, lebt und hat ebenso einen Stoffwechsel, eine Atmung und eine Entwicklung. Sie ist nicht erstarrt sondern verändert, ganz ohne menschliches Zutun, ihre Rhythmen. Dieser Wechsel dauert einfach nur viel länger, so dass uns das vielleicht nicht auffällt. Die Rhythmen verlegen sich auch immer weiter nach vorne, werden früher greifen, denn dies entspricht dem Versub innerhalb der Erdstellung im Sonnensystem / Galaxiebereich.

Wenn jemand heutzutage jedoch von „Katastrophe“ spricht, dann wird auf diese Weise irgendein Umsatz angeheizt, Geld im großen Stil verschoben und irgendwo Reibach gemacht. Wir sollten diesen „Katastrophen“ weniger Beachtung schenken. Es ist sinnvoller, sich auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren. Das ist unser gelebter Kern. Wir können selbst die

⁸ Die Informationen sind dem Buch „Der 100jährige Kalender nach Abt Mauritius Knauer“ von Kurt Allgeier, Heyne-Verlag, 1996, entnommen.

Rhythmen verfolgen; wobei es sich empfiehlt, auch hier weiterhin Notizen zu machen.

Für Abt Mauritius gab es sieben „Planeten“; sein Weltbild war kirchlich geprägt. Es sind Sonne, Mond und die fünf Planeten, die auch ohne Fernglas am Himmel beobachtet werden konnten. Er hat den für die Erde typischen 7er-Rhythmus entdeckt und seinen Jahren die Namen der Planeten gegeben. Seine grundlegenden Beobachtungen gebe ich hier wieder.

Venus	Merkur	Mond	Saturn	Jupiter	Mars	Sonne
2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031
2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038
2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045
2046	2047	2048	2049	2050	2051	2052
...

(Die Jahre können im 7er-Rhythmus fortgesetzt werden.)

Für Mauritius beginnt das Jahr mit dem Frühlingsanfang. Hier behalten wir im Auge, dass dieser Termin schwankend ist und etwa um den 21. März herum liegt.

Venus-Jahr

2018, 2025, 2032, 2046... + 7

Im Venus-Jahr gibt es viele Tiere wie Kröten, Schlangen, Schnecken..., im Herbst viele Mäuse. Es kann zu vielen großen Gewitterfronten kommen, mit schweren Wolkenbrüchen und Überschwemmungen. Felder können darunter leiden.

Frühling

Weil die Kälte des Sonnen-Jahres ziemlich lange nachwirkt, gibt es einen späten Frühling. Er ist allezeit feucht, durchschnittlich warm und sehr günstig für alle Früchte. Mitunter ist es aber gar zu feucht, so dass man nicht gut säen kann. Dieses Problem ist vor allem bei nassen Feldern gegeben. Späte Fröste braucht man nicht zu befürchten. Wo der Same gut aufgegangen und stark herangewachsen ist, kann man die Schafe bedenkenlos auf die Felder treiben. Man kann sie auch länger auf den Wiesen weiden lassen als in anderen Jahren.

Sommer

Wenn die Nässe im Frühjahr nicht zu groß ist und nicht ständig andauert, folgt ein warmer, schwüler Sommer. Das ist die Regel für das Venus-Jahr. Regnet es aber ständig im Frühjahr, dann folgt ein heißer und trockener Sommer. In diesem Fall wächst ein Spitzenwein. Bei feuchtem Sommer muss man befürchten, dass viel Heu und Getreide auf dem Feld bleibt und dort verfault. Deshalb darf man auch an schönen Feiertag-Nachmittagen nicht müßig sein. Man muss jede Stunde nutzen, das Getreide einzufahren. Hat das Venus-Jahr einen trockenen Sommer, wird darauf das Getreide teuer, denn die Ernte fällt mager aus.

Herbst

Gewöhnlich ist er schön und warm, dauert aber nicht lange an. Darum muss mit allem Fleiß danach getrachtet werden, die Weinberge zeitig zu decken und auch den Winterbau frühzeitig zu säen. Denn schon um die Mitte des November wintert es gewöhnlich zu. Und vor Weihnachten taut der Boden nicht mehr auf.