

# Heimische Hexenkunst



CLAIRE

Heimische  
**HEXEN**  
**KUNST**

Die Wiederentdeckung unserer  
magischen Wurzeln

Das praktische Handbuch  
für moderne Hexen

*Ansata*

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Dennoch übernehmen die Autorin und der Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendwelcher Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch der hier beschriebenen Anwendungen ergeben. Bitte nehmen Sie im Zweifelsfall bzw. bei ernsthaften Beschwerden immer professionelle Diagnose und Therapie durch ärztliche oder naturheilkundliche Hilfe in Anspruch.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Zweite Auflage 2021

Copyright © 2020 by Ansata Verlag, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Dr. Diane Zilliges

Illustrationen und Fotos: © Stephan John

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Umschlagmotive: © Rawpixel / Getty Images, © seyfettinoel /  
Getty Images, © sensationaldesign / Getty Images

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP, Pöbneck

ISBN 978-3-7787-7561-5

[www.Integral-Lotos-Ansata.de](http://www.Integral-Lotos-Ansata.de)

[www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata](https://www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata)

# Widmung

*Mein Dank von Herzen an die wunderbare,  
strahlende Brigid, den Fels in der Brandung.*

*Mein Dank an Mars für die unerwartete Hilfe.*

*Danke allen guten Geistern.*

*Ich widme dieses Buch allen, die für andere da sind.*



# Inhalt

Einführung: Was ist heimisch? .....	11
Die Bedeutung unserer eigenen spirituellen Aktivität. ....	15
Praktische Magie. ....	16
Liebesmagie .....	19
Alles blockiert: Bleibe ich ewig Single?.....	20
Beliebt(er) werden bei anderen. ....	22
Zauber, um die eigene Einstellung zu verändern	26
Eine neue Liebe finden .....	28
Einsamkeit überwinden. ....	30
On/Off und kein Ende: eine Beziehung sanft beenden (auch auf der energetischen Ebene) .	32
Den Schmerz nach einem Beziehungsende lindern .....	33
»Ständig streiten wir über dasselbe«. ....	35
Nach einem Streit die Spannungen in der Wohnung lösen .....	37
Gute Energien für Familien. ....	38
Familien-Harmonie-Zauber. ....	40

Gute Freunde finden . . . . .	42
Alte Freundschaften neu beleben . . . . .	44
Zauber für Beruf und Finanzielles . . . . .	47
Für das Vorstellungsgespräch . . . . .	47
Eine neue Stelle . . . . .	48
Schwierige Kollegen . . . . .	50
Den Finanzfluss ankurbeln . . . . .	51
Mehr Umsatz im Business . . . . .	53
Neue Wege finden, wenn man nicht weiterweiß . . . . .	55
Eine Glückssträhne verlängern . . . . .	56
Zu sich selbst finden . . . . .	59
Zu Beginn . . . . .	62
Im Mittelteil . . . . .	65
Zum Ende hin . . . . .	66
Schutzmagie und das Auflösen von Negativem . . . . .	69
Ein starkes spirituelles Immunsystem aufbauen . . . . .	70
Ein Ort der guten Kraft . . . . .	71
Schutz und Glück to go . . . . .	75
Gegen den bösen Blick . . . . .	94
Störende Nachbarn . . . . .	96
Pechsträhnen beenden . . . . .	97
Das Auto schützen . . . . .	98
Schutz auf Reisen und Flügen . . . . .	99
Schutz für die Lieben auf Reisen . . . . .	100
Einen (Liebes-)Zauber abschütteln . . . . .	100
Kleine Kinder beschützen . . . . .	101
In schwierigen Zeiten . . . . .	103
Ein negatives Zuhause reinigen . . . . .	103
Klatsch und Tratsch . . . . .	105
Allgemeiner Schutz, ganz altmodisch . . . . .	107
Unliebsame Besucher fernhalten . . . . .	108



Schutz für Haustiere . . . . .	109
Ein größeres Grundstück schützen . . . . .	110
Gesundheit und Wohlbefinden stärken . . . . .	113
Schlechte Angewohnheiten loswerden . . . . .	113
Kinderwunsch . . . . .	115
In einer kurzen Krise neue Kraft finden . . . . .	119
Wenn Probleme länger andauern. . . . .	121
Schutz und Segen in aussichtslos scheinenden Situationen. . . . .	123
Wettermagie . . . . .	126
Lebendige Beziehungen zu den Göttern. . . . .	129
Ein paar Gedanken zu Beginn. . . . .	132
Einen Altar einrichten . . . . .	135
Die bunte Götterwelt unserer Vorfahren . . . . .	137
Göttinnen. . . . .	143
Exkurs: Namen und Titel . . . . .	169
Götter. . . . .	170
Die grüne Frau und der grüne Mann. . . . .	190
Geistwesen . . . . .	195
Feen. . . . .	196
Elfen und Zwerge, Nymphen und Satyrn, Wila . . . . .	199
Hausgeister . . . . .	204
Die Kraft der Ahnen . . . . .	207
Einen Ahnenaltar gestalten . . . . .	209
Welchen Einflussbereich haben die Ahnen? . . . . .	213
Verbindungen und Veränderungen . . . . .	215
Ahnenpflanzen. . . . .	216
Zeichen im Alltag . . . . .	221
Rituale für jeden Tag. . . . .	223
Ein Ahnenritual für besondere Gelegenheiten . . . . .	225

Ein Ritual für Samhain, den Totensonntag, Allerseelen . . . . .	228
Orakel . . . . .	233
Münzen werfen – klar und einfach . . . . .	235
Das Orakel der bunten Steine . . . . .	236
Ein einfaches Orakel mit Spielkarten . . . . .	240
Heimische Kräuter . . . . .	245
Die Nähe zu den Pflanzen . . . . .	246
Bewährte Kräuter . . . . .	247
Basisrezepte für magische Öle und Räucherwerk	256
Günstige magische Zeitpunkte nach dem europäischen Medizinrad . . . . .	259
Die Verteilung des Tages durch die Sonne. . . . .	260
Die Verteilung des Monats durch den Mond . . . . .	262
Die Verteilung des Jahres durch die Sonne – die Jahreszeiten . . . . .	264
Zur Gewichtung . . . . .	267



## Einführung: Was ist heimisch?

**W**as ist heimisch in der Mitte von Europa? Diese Frage lässt sich gar nicht so einfach beantworten, denn es gab und gibt so viele Einflüsse und die unterschiedlichsten Kulturen, die etwas mitgebracht und beigetragen haben. Von den vielerorts zu findenden Tempeln römischer Gottheiten bis zur Isis in Mainz, von slawischen Heiligtümern auf Rügen bis zu keltischen Einflüssen in den Alpen, dazu die Germanen und all die weit gereisten Händler, die natürlich auch Geschichten, Ideen und spirituelle Traditionen weitergetragen haben – und das alles beschreibt nur die Antike. Magische Gestalten wie Frau Holle reichen nach dem heutigen Stand der Forschung noch viel weiter zurück in die Vergangenheit und berühren möglicherweise die Steinzeit.

In die Neuzeit hinein wurde das klassische Wissen in geheimen Gesellschaften und nicht zuletzt durch die Kunst neu belebt. Ab der Renaissance standen in fürstlichen Palästen und Gärten auf einmal wieder Statuen von Venus, Bacchus, Poseidon & Co. Spätestens ab der

Romantik waren dann auch Naturgeister und mystische Stimmungen wieder voll im Bewusstsein einer breiten Masse. So kannten wir in unseren Breiten schon immer einen bunten Mix der Einflüsse und es gab keine Zeit so ganz ohne Magie und naturverbundene Spiritualität, weder bei den Reichen und Gebildeten noch bei den einfachen Menschen.

Heimat kann einem Menschen vieles sein, das steht fest. Für den einen ist es die Gegend, aus der er kommt, vielleicht der Dialekt, den man spricht, oder die traditionellen Rezepte der Familie. Heimat, das können auch geliebte Menschen oder bestimmte Traditionen, Wege und Rituale im eigenen Leben sein. Bezieht man diesen Begriff auf ein bestimmtes Gebiet wie den deutschsprachigen Raum, und liegt dieser Raum auch noch mitten in Europa, bezieht er sich auf ein vielfarbiges Mosaik unterschiedlicher Epochen, Einflüsse und Strömungen.

Wir reden heute gern vom modernen Phänomen der Globalisierung und übersehen manchmal, dass es in der Antike nicht minder rege zugeht. So wurden in Sachsen-Anhalt Medusa-Amulette gefunden, und es kamen auch schöne Glasperlen ans Licht. Germanen, die sich bei den Römern als Söldner verdingt hatten, haben sie in ihre Heimat mitgebracht.

Wir denken heute mit Blick auf die Vorfahren meist an die Germanen und Kelten, aber was ist mit den Slawen? Bis heute hat die slawische Gemeinschaft der Wenden (auch Sorben genannt) etwa 60 000 Mitglieder. So wenige sind das gar nicht, und es ist nur eine Gruppe.

Und damit nicht genug. Was ist mit der langen Zeitspanne vor diesen Kulturen? Was ist mit der Völkerwanderung oder den ausgeprägten Handelsbeziehungen, die

es schon zu Zeiten der Himmelsscheibe von Nebra, also vor etwa 4000 Jahren gab? Je weiter man in die Details geht, desto klarer wird: Alles ist mit allem verbunden. Das ist nicht nur eine spirituelle Aussage, sondern eine ganz praktische. Es gab Matronen-Heiligtümer in unserem Kulturraum, und der slawische Svantovit hoch oben auf Fischland an der Ostsee ist bis heute nicht vergessen.

Ähnlich dem Synkretismus in anderen Teilen der Welt verschmolzen auch bei uns im Zuge der Christianisierung Gottheiten mit Heiligen, und die Mutter Gottes nahm zahlreiche Symbole ihrer Vorgängerinnen unter ihren Sternenmantel, wie die Mondsichel oder die heilige Schlange (nunmehr als Drache verunglimpft, aber immer noch erkennbar). Auch die Lilien der alten Göttinnen übernahm sie, sie wurden vom Symbol der Sexualität zum Zeichen der Keuschheit umgedeutet, doch die Form der Blüte blieb eindeutig.

Die alltägliche Volksmagie, weise Frauen und Mystikerinnen, die Studien der Hofmagier und nicht zuletzt christliche Weise wie Agrippa führten alte Traditionen in der Neuzeit fort. Hermetische Orden bildeten sich, fielen teilweise wieder auseinander und verteilten dabei magisches Wissen wie reif gewordene Samenkapseln. Neue spirituelle Wege entstanden, die gut zwei Jahrzehnte nach dem Zweiten Weltkrieg von den Blumenkindern aufgenommen und weitergestaltet wurden. Der oft wehmütig gesprochene Satz, dass wir hierzulande im Gegensatz zu traditionellen Kulturen von jeder Tradition abgeschnitten wären, ist zum Glück nur eine kleine Melancholie. Angesichts der Fülle von Querverbindungen, historischen Schichten und spirituellen Wegen hat man eher das Problem, das Typische herauszuarbeiten – zumal jede Region ihre eigenen

Traditionen hat. Ein Fest, das in einem Dorf unumstößlich zum Jahreskreis gehörte, wurde in einem anderen Dorf, keine zehn Kilometer entfernt, möglicherweise gar nicht gefeiert.

Wenn wir uns mit heimischer Hexenkunst befassen, bewegen wir uns also auf einem flexiblen, offenen und vielschichtigen Untergrund. Davon können wir uns graue Haare wachsen lassen und uns in immer neue geschichtliche Details hineinfuchsen, die in zehn Jahren vermutlich hinfällig sind, weil neue Funde das Bild erweitert haben. Oder wir umarmen all die Fülle, spüren ihr intuitiv nach und leben im Hier und Heute mit dem, was zu uns in Resonanz geht.

Die Frage ist doch: Willst du einen spirituellen Weg aus dem Geschichtsbuch oder einen, der jetzt und genau hier an diesem Ort lebendig ist? Damit sei nichts gegen das Interesse für geschichtliche Forschung gesagt, aber im spirituellen Bereich geht es um lebendige Beziehungen von »hüben nach drüben«. Ein spiritueller Weg ist nur dann lebendig, wenn er es eben auch ist und von der »anderen Seite« etwas zurückkommt. Die alten Göttinnen und Götter, die Feen und Naturwesen, die Geister der Orte und nicht zu vergessen unsere Ahnen haben ein großes Interesse daran, wieder gesehen zu werden und mit uns zu kommunizieren. Das merkt man spätestens, wenn Schamaninnen und Heiler aus anderen Kulturen zu uns kommen, für die dieser Kontakt ganz normal ist. Manchmal brauchen sie viel Geduld, um die Spirits hervorzulocken, weil sie so lange nicht von uns gesehen wurden. Und manchmal werden die angereisten »Fachleute« von den hiesigen Spirits fast überrannt, weil sich die Geister so freuen, dass endlich jemand da ist, der sie sieht. Da

stellt sich schon die Frage: Sollten wir diesen Job nicht selbst machen?

## Die Bedeutung unserer eigenen spirituellen Aktivität

Wir selbst reisen oft in die Ferne, um spirituelle Erfahrungen zu machen. Auch wenn Seminare an exotischen Orten ihren Wert haben können, kommen wir irgendwann wieder nach Hause. Dort ist es auf den ersten Blick vielleicht nicht so spannend wie im Himalaja, im südamerikanischen Dschungel oder in den Weiten der mongolischen Steppe. Das bedeutet aber nur, dass ein zweiter Blick angebracht wäre.

Wer sich schon länger mit spirituellen Themen beschäftigt, wird sich noch an die ein oder andere Welle erinnern können. Da gab es die Indianerzeit, als plötzlich alle Büffel und Weißkopfseeadler als Krafttiere hatten. Eine Zeit lang war Südamerika angesagt und einige fühlten sich mit Jaguaren und stattlichen Riesenschlangen verbunden. Während wir in den Traditionen von weither schwelgen, sagen die weisen Frauen und Männer genau dieser Traditionen: Ihr könnt gern von uns lernen, dann aber arbeitet mit dem, was euch umgibt. Und da können wir nun wirklich aus dem Vollen schöpfen.

Auf einem Einwegweg, den ich gegangen bin, lernt man fünf große Einflüsse auf den spirituellen Weg bewusst wahrzunehmen. Da ist einmal die Zeit, in der man lebt, also das Heute. Dazu der Ort, nicht irgendwo in weiter Ferne, sondern genau hier. Dann die eigenen Ahnen, also unsere Vorfahren und ihre Herkunft, ihre

Wege und ihre Traditionen, selbst wenn wir sie eher unbewusst in uns tragen (wobei Ahnen natürlich immer auch die Ahnen im Geiste umfassen). Dazu kommen die möglichen Prägungen durch frühere Leben, in welcher Form auch immer sie stattgefunden haben mögen, und als fünfter Punkt die uns heute umgebende Kultur. Das kann eine gute Ausgangsbasis für weitere Überlegungen sein. Es geht nicht darum, ein festes Baukastensystem zu entwickeln und nicht mehr rechts und links des Weges zu schauen. Es geht um die lebendige Kommunikation mit der spirituellen Ebene – und die ist vielfältig.

Für manche ist es ein fest umrissener Weg, für andere eine kunterbunte Mischung – und beide haben recht. Warum? Weil sie ihrem Weg folgen. Menschen sind unterschiedlich verdrahtet, und auch die spirituelle Welt kennt lockere und strenge, wilde und sanfte Wesenheiten. Betrachte dieses Buch daher bitte nicht als ein festes Schema, sondern als Inspiration für deinen eigenen Weg, wie auch immer er aussehen mag.

## Praktische Magie

Spirituelles und Materielles gehen Hand in Hand. Materiell, da steckt das lateinische *mater* für »Mutter« drin. Ganz ähnlich dem asiatischen Denken, in dem Yang das Energieprinzip ist und Yin die Materie, die Substanz. Ich verwende diese beiden Begriffe im Folgenden, weil sie griffig wiedergeben, was ich meine. Sie haben zwar einen asiatischen Ursprung, sind im Kern aber universell gültig. Du kannst statt Yang auch Energie denken und statt Yin Substanz.



Beides geht Hand in Hand, das eine kann nicht ohne das andere sein, dabei käme es zu einer Unausgewogenheit. Man kann die hiermit verbundenen fundamentalen Prinzipien des Lebens ignorieren, aber nie allzu lange. Das sieht man ganz praktisch am Burn-out, wenn das gleißende Yang die Substanz Yin verbrannt hat, die dann erst mühevoll wieder aufgebaut werden muss.

Bei uns im Westen wird oft versucht, diese Dinge zu umgehen. Wir wollen cleverer sein als das Leben selbst und sind – um in diesem Bild zu bleiben – sehr Yang-lastig. Die Ruhe, die stille Kraft und die verbindliche Greifbarkeit des Yin würden wir am liebsten überspringen. Yin scheint uns nur aufzuhalten, es macht Umstände und ist irgendwie etwas rückständig angesichts der Schnelligkeit unserer Zeit und ihrer zahlreichen Möglichkeiten, die uns im Hamsterrad der Abwechslung gefangen halten.

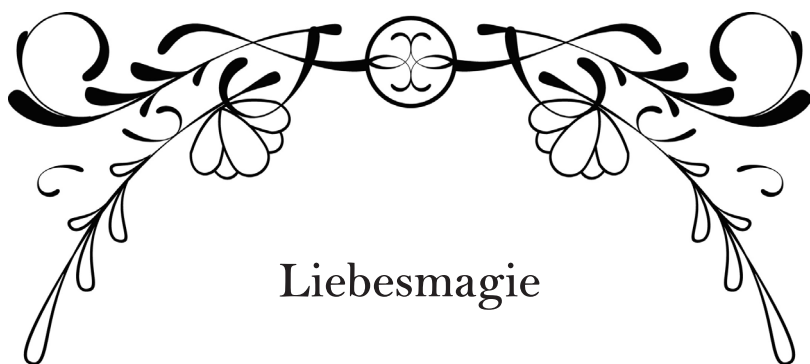
Diese Einstellung färbt auch auf das spirituelle Leben vieler Menschen ab. Praktische Rituale, Zeremonien, symbolische Handlungen, all diese Dinge sind das Herzstück des magischen Weges. Wir sind im Hier und Jetzt sinnliche, physische Wesen in einem Körper. Doch die Yang-lastige Sichtweise wertet das Yin ab, das Körperliche, das Greifbare. Und so wollen einige auch im Spirituellen nur mit reiner Energie arbeiten, sie betrachten Rituale und Zeremonien als rückständig, als etwas für die, »die noch nicht so weit sind«.

Dieses dualistisch geprägte Denken ist tief verankert. Doch wer nur das Yang anstrebt, das grelle Licht, die pure Energie ohne jede Substanz, findet sich schnell inmitten frei flottierender spiritueller Kräfte – ohne jede Erdung. Da kann einem schon mal die Sicherung durchbrennen. Oder man bekommt die Kraft einfach nicht eingefangen

und in das praktische Leben, also in sichtbare Ergebnisse umgesetzt. Alles im Leben braucht ein Fundament, sonst rutscht es eines Tages weg und gerät in Schieflage.

Die Zutaten eines Rituals sind so ein Fundament. Sie bringen sich mit ihren gut geerdeten, soliden Schwingungen ein – mit ihrem Yin, ihrer Substanz. Die Energie, die wir im Ritual fließen lassen, das Yang, bewirkt die Aktivierung dieser Zutaten. Jetzt kommen beide Pole zusammen, und wenn dies harmonisch geschieht, entsteht neues Leben. Dann werden die lang ersehnten Veränderungen möglich, neue »Kinder« kommen ans Licht, ungeahnte Wege tun sich auf, und das Leben erneuert sich.

Viele wundern sich, warum archaische Kulturen so viel Erfolg haben mit ihren Heiltänzen, den Zaubern, Räucherungen, Fetischen, Orakeln und Ritualen. Es liegt daran, dass sie diese alte Wahrheit nie vergessen haben. Sie arbeiten *mit* den Kräften des Lebens und nicht einseitig an der Polarität des Lebens vorbei. Unsere Vorfahren wussten das auch. Das ist der Grund, warum diese »rückständigen« Rituale und Zauber nie ganz in Vergessenheit gerieten und heute mehr und mehr genutzt werden, um unser Leben in Balance zu bringen und Veränderungen einzuleiten.



## Liebesmagie

Liebesmagie. Wer denkt da nicht an rote Kerzen in lauer Vollmondnacht und magische Sprüche, die brennende Leidenschaft und ewige Liebe beschwören? Zum Glück ist Liebesmagie sehr viel mehr als ihr Klischee. Und auch Liebe kann viele Gesichter haben. Das echte Leben ist kein Schlagertext, man liebt viele verschiedene Menschen auf ganz unterschiedliche Arten, und es gibt auch nicht diese reine, vom praktischen Leben abgekoppelte Liebe. Einen Menschen zu lieben schließt nicht aus, dass einem manche seiner Wesenszüge hin und wieder auf die Nerven gehen.

So viel Liebeskummer könnte eingespart werden, wenn die hohen Ideale ein wenig tiefer gehängt und dafür ein bisschen mehr Humor Einzug halten würde. Die Liebe ist beweglich, sie verändert sich, wir verändern uns. Das hört sich trivial an, und doch scheitern viele Beziehungen genau an diesen drei Punkten: zu hohe Ideale, zu wenig Humor, kein Wille zur Veränderung.

Magische Rituale können der Liebe neue Impulse geben und Veränderungen anstoßen. Sie können den Weg

ebnen, gehen muss man ihn dann aber selbst. Rituale und Zauber »machen« keine Liebe, wie sich viele insgeheim erhoffen. Sie helfen, zu Wendepunkten zu finden.

Wer kennt nicht diesen Moment, wenn man sich gestritten hat und die Wolken plötzlich wieder verfliegen? Oder den Moment, in dem mit einem Mal dieses ausgesprochen interessante Gegenüber auftaucht, nachdem man so lange Single war. Es geht um diese Momente, das ist der Job eines Zaubers – und dann macht man im echten Leben etwas daraus. Bildlich ausgedrückt: Magie heizt das Eisen auf, das man schmiedet. Sie bringt frische Energie in eine stagnierende Situation.

## Alles blockiert: Bleibe ich ewig Single?

Nach einer längeren Zeit als Single kann es hilfreich sein, die Partnerschaftsenergie wieder anzukurbeln. Laut Volksmund wird man mit den Jahren etwas komisch, wenn man keinen Partner, keine Partnerin hat. Das stimmt so nicht, man kann auch *mit* Partner oder Partnerin etwas eigenartig werden, da kennt wohl jeder ein paar Beispiele. Wahr ist aber, dass Energiefelder (ich drücke es mit diesem etwas sperrigen Wort aus, das umschreibt die Sache am besten), die man lange nicht berührt hat, im eigenen Leben nicht mehr so strahlend vibrieren. Sie verblassen, ziehen sich zurück und schweben nur noch im Hintergrund.

Wer sich nach einer neuen Liebe sehnt, sollte dieses Energiefeld also gründlich aufpolieren, nicht nur mit dem folgenden Ritual, sondern auch im Alltag. Wer den ganzen Tag an sich zweifelt, grübelt, sich mit anderen vergleicht und trüben Gedanken folgt, der hegt und pflegt

eben nicht das »Energiefeld neue Beziehung«, sondern das »Energiefeld trübe Gedanken«. Das kann man schon mal eine Zeit lang machen, wir sind alle nur Menschen. Aber irgendwann sollte man sich – und sei es anfangs noch so zaghaft – aufraffen und das anlocken, was man sich wirklich wünscht, anstatt über dem Gegenteil zu brüten.



### *Für Singles, die sich eine Beziehung wünschen*

*Nimm für diesen Zauber zwei rote Rosen und entferne die Dornen. Stell sie zusammen in eine hübsche Vase oder ein Glas und davor eine kleine Schale mit Wasser. Gib in das Wasser ein wenig von deinem Lieblingsparfüm oder ein paar Tropfen Lindenblütentee. Anschließend kommt noch ein Löffel Honig hinzu, du kannst auch gern eine pflanzliche Alternative wie Agavendicksaft, Dattelsirup oder Ähnliches verwenden.*

*Tropfe ein wenig von der Flüssigkeit auf die beiden Rosen und streiche dir auch etwas davon auf die Stirn, in den Nacken und auf die Gegend über dem Herzen. Bitte dabei um eine Partnerin oder einen Partner, der zu dir passt. Tue das in eigenen Worten, aber notiere dir ruhig die wichtigsten Eckpunkte vorher auf einen Zettel. Jeder Mensch hat seine eigenen Vorstellungen. Was für den einen entscheidend ist in einer Beziehung, ist für jemand anderen gar nicht so wichtig. Um nichts Bedeutsames zu vergessen, sind ein paar Notizen hilfreich.*

*Wenn alles ausgesprochen ist, kannst du mit deinem ganz normalen Alltag weitermachen. Sobald die Rosen nicht mehr ganz taufrisch sind, hänge sie kopfüber zum Trocknen auf und bewahre sie anschließend an einem ruhigen Ort auf, vielleicht in einer Schatulle oder Schublade.*

*Wenn die neue Beziehung in dein Leben gekommen ist, übergib die Rosen bei zunehmendem Mond einem Gewässer und bitte darum, dass weiterhin Gutes dazukommt für euch beide. Dieser Punkt ist wichtig, das Leben muss weitergehen und sich entwickeln, du willst ja keine Dauerbestellung für einen Partner aufgeben, schon gar nicht, wenn er bereits da ist.*

## Beliebt(er) werden bei anderen

In alten Zauberbüchern sieht man viele Anleitungen für Rituale mit dem Ziel, dass man »beliebt sey bei den leuthen«. Dieser Wunsch ist so alt wie die Menschheit. Auch wenn es heute schick ist zu beteuern, dass man nichts auf die Meinung anderer gibt (um dann genau zu schauen, wie sie darauf reagieren, was ein klein wenig widersprüchlich ist), haben wir alle das Bedürfnis, gemocht zu werden.

Menschen sind keine Einzelwesen, in unserer Entwicklung waren und sind wir auf Zusammenarbeit und gegenseitiges Verständnis angewiesen. Das steckt einfach in unserer DNA. Die einen mögen extrovertierter und andere etwas ruhiger sein, aber in irgendeiner Form schätzen wir den Austausch mit anderen. Da er so wichtig ist und jeder anders damit umgeht, stelle ich an dieser Stelle

drei Rituale vor, denn jeder hat seine Bedürfnisse, aber niemand ist sein eigenes Klischee.

Introvertierte werden im Mainstream oft als scheu oder zurückgezogen dargestellt, das ist natürlich Unsinn. Ein introvertierter Mensch ist einfach nur ein Mensch, der zum Aufladen seiner Batterien lieber für sich ist, während eine extrovertierte Person am besten unter Leuten regeneriert. Das ist alles. Die meisten introvertierten Menschen wissen ein langes, intensives Gespräch mit großer Nähe sehr zu schätzen und sind da keineswegs schüchtern. Aber auch Extrovertierte müssen nicht ständig Party machen, um sich wohlzufühlen. Es gibt ruhige Extrovertierte und lebhaft Introvertierte, die meisten Menschen würden sich wohl irgendwo in diesem Mittelfeld verorten.

Man sollte sein Naturell respektieren und sich nicht verbiegen. Es gibt von jeder Sorte genügend Exemplare. Nachdem in Sachen Körperformen »body-positivity« wichtige Veränderungen eingeläutet hat, wird es auch Zeit für eine Art »mind-positivity«, die all unsere inneren Gestimmtheiten liebevoll umfasst.



### *Für Extrovertierte*

*Nimm bei zunehmendem Mond zwei gelbe und eine orangefarbene Kerze. Die eine gelbe Kerze steht für dich, die andere für die Menschen, bei denen du beliebt sein möchtest, und die orangefarbene Kerze ist die Kraft, die dich dabei unterstützt.*

*Bestreiche die beiden gelben Kerzen mit ätherischem Basilikumöl. Du kannst auch Basilikum fein mörsern*

*und mit etwas Sonnenblumenöl vermischt benutzen, um die Kerzen zu salben. Stelle eine gelbe Kerze links und die andere gelbe Kerze rechts auf.*

*Als Vermittler kommt zwischen die beiden die orangefarbene Kerze. Sie wird mit ätherischem Minzöl bestrichen, auch hier kannst du alternativ auf fein gemörserte Minze in Sonnenblumenöl als Salböl zurückgreifen.*

*Entzünde die Kerzen und bitte deine geistigen Helfer in eigenen Worten darum, dass du bei den richtigen Menschen gut ankommst und sich dein soziales Leben gut weiterentwickelt.*



### *Für Menschen in der Mitte*

*Für diesen traditionellen Zauber verwendest du rohe Erbsen, wobei du außerhalb der Saison natürlich auf tiefgekühlte Erbsen zurückgreifen kannst, sie sollten aber gut aufgetaut sein, bevor du beginnst. Lege sie, wenn möglich, am Vortag der Verwendung eine Weile in die Sonne, du willst ja keine »tiefgekühlten« Kontakte.*

*Fange kurz nach dem Neumond mit dem Zauber an, wenn die Energie langsam wieder in Schwung kommt. Gib in jeden Schuh eine Erbse, bevor du deinen Tag beginnst, und wirf sie am Abend weg. Am nächsten Tag beginnst du mit den nächsten beiden Erbsen und so geht das immer weiter bis zum Vollmond.*

*Die letzten beiden Erbsen nimmst du am Tag vor dem exakten Vollmond. Finde heraus, wann genau der Vollmond sein wird (mit einem Mondkalender oder*



im Internet). Nehmen wir an, er ist gegen 13 Uhr, dann bedeutet das, dass du am Tag vorher aufhörst, da du nicht über den Vollmond gehen willst. Ist der Mond beispielsweise erst gegen 21 Uhr auf dem Höhepunkt und du weißt, dass du deine Schuhe bereits vorher gegen 18 Uhr ausziehen wirst, kannst du diesen Tag noch mitnehmen.

Der Grund für diese alte Zauberregel ist einfach: Wenn man nicht »über den Vollmond geht« wächst die Energie noch, dann bleibt die Anziehungskraft in der Sache aktiv. Es ist also tatsächlich besser, schon einen Tag vor Vollmond aufzuhören, wenn man sonst »über den Mond gehen« würde. Dann nimmt der Sog der Energie nicht bereits wieder ab.

*Tipp:* Diesen alten Zauber mit rohen Erbsen können alle Typen unabhängig von ihrer Zielstellung auch bei wichtigen Gesprächen einsetzen. Verwende sie dann einfach am Tag des Gesprächs.

### *Für Introvertierte*



Dieser Zauber ähnelt dem für Extrovertierte, er ist aber so verändert, dass man sich nicht verbiegen muss, sondern sein Naturell berücksichtigt. Das ist sehr wichtig, denn man wird niemals beliebt werden, wenn man sich verstellt. Die anderen spüren den Schwindel und jede Gruppe von Menschen braucht den einen und den anderen Typ, um zu funktionieren.

Ein Arbeitsteam, das nur aus ausgesprochen extrovertierten Menschen besteht, ist nicht halb so effektiv wie eines, in dem ruhige Macher für die nötige Subs-

*tanz sorgen. Wir sind da im Grunde wieder beim eingangs erwähnten Yin-und-Yang-Thema. Es braucht immer beides, wenn eines fehlt, wird es zu ruhig oder die Sache läuft heiß.*

*Verfahre für diesen Zauber wie in der Beschreibung des Rituals für Extrovertierte. Die beiden Kerzen für dich und die anderen sollten hellblau sein und mit Lavendelöl gesalbt werden. Die mittlere Kerze der verbindenden Kraft sollte weiß oder in einem hellen Violett gehalten sein und wird ebenfalls mit Minzöl gesalbt.*

## Zauber, um die eigene Einstellung zu verändern

Wie man sein Leben betrachtet, so sieht es aus. Das hört sich banal an und ist trotzdem immens wichtig. Damit ist nicht gemeint, dass man sich alles schönreden soll. Es gibt eine fast schon brachiale Philosophie des positiven Denkens, nach dem Motto: Wenn du nicht reich, gesund und überall beliebt bist, denkst du einfach zu negativ.

Diese Philosophie geht am echten Leben mit seinen natürlichen Hochs und Tiefs vorbei. Schlimmer noch: Sie behauptet ganz nebenbei, dass ärmere, kranke oder emotional kantige Menschen nicht glücklich sein können, und das ist absurd. So viele reiche und beliebte Menschen nehmen Drogen oder sind abhängig von Medikamenten. Wie glücklich sind sie wohl? So viele Menschen sagen, dass sie durch Krankheiten glücklicher geworden sind, weil ihnen seitdem bewusst ist, was für sie im Leben wirklich zählt.

Manchmal können vermeintlich negative Emotionen wie Wut den Stein endlich ins Rollen bringen, wo allzu viel Harmoniestreben das Leid nur verlängert hätte.

Die folgende Geschichte haben manche vielleicht ganz ähnlich erlebt. Eine Frau hatte eine Suchtproblematik. Alle halfen ihr, bemitleideten sie, unterstützten sie, wo es nur ging – es war die pure Harmonie. Aber erst als eine andere Frau im Freundeskreis mit der Faust auf den Tisch gehauen und gesagt hat, dass sie sich nicht länger in diesen Strudel des Helfens und der Abstürze hineinziehen lässt, hat die Bekannte ihre Situation überdacht und eine Therapie begonnen.

Der folgende Zauber ist dafür gedacht, das eigene Bewusstsein, die Sicht auf die Dinge so zu verändern, dass gute Wege entstehen, die man gehen kann. Die Schlüsselblume ist dafür eine wunderbare Pflanze, sie öffnet im wahrsten Sinne des Wortes neue Wege. Verwende sie bitte getrocknet aus dem Kräuterhandel oder aus eigenem Anbau, da sie unter Naturschutz steht und nicht wild gesammelt werden darf.



### *Die eigene Einstellung wandeln*

*Nimm eine rote Kerze, einen Bergkristall und eine Handvoll getrocknete Schlüsselblumenblüten. Am besten führst du diesen Zauber an einem Sonntag bei zunehmendem Mond durch. Wenn du dir eine besonders starke Veränderung deiner Denkmuster wünschst, kannst du auch den Dienstag nehmen.*

*Sorge für eine ungestörte Atmosphäre, nimm die Kerze in die Hand und rolle sie in beiden Händen in*