

Asha

IMBOLC

Das Lichterfest



Neubeginn

Inhalt:

I. Der Jahres- und Lebenskreis	3
II. Imbolc	6
III. Wirkende Kräfte	6
1. Neubeginn	6
2. Elemente / Himmelsrichtungen	11
3. Kräuter / Bäume / Harze	17
4. Götter und spirituelle Helfer	21
5. Heilsteine	27
6. Orakel	32
- Tarotkarten für Imbolc	32
- Runen für Imbolc	36
IV. Ritual	41
V. Schreiben	54

I. Der Jahres- und Lebenskreis

Der Jahreskreis begleitet uns immerzu, ohne dass wir ihn bewusst wahrnehmen. Meist nehmen wir nur wahr, was wir nicht gerne mögen – zu kalt, zu heiß, zu nass, zu trocken. Doch der Jahreskreis hat noch mehr Qualitäten, als Wettererscheinungen – allein, wir haben im Zeitalter der Industrialisierung verlernt, sie wahrzunehmen und mit ihnen zu unserem Wohl zu arbeiten.

Der Jahreskreis ist Rhythmus, die Natur ist Rhythmus. Die vier Jahreszeiten in unserem Breitengraden wechseln einander rhythmisch ab und sie kehren immer wieder. Alles ist im Fluss.

Das Frühjahr steht für Neubeginn und Aufbruch – die ersten grünen Triebe an den Bäumen sind zu sehen, die ersten Frühblüher ebenfalls.

Im Sommer herrscht Hülle und Fülle überall. Wohin wir schauen, grünt und blüht es, Früchte reifen, Pflanzen und Getreide wird geerntet, alle Lebewesen sind bestens versorgt (sofern wir der Natur nicht ins Handwerk pfuschen).

Der Herbst steht für die Ernte, wir können unsere Speicher füllen und wir können schauen, was von den Samen die wir gelegt haben – im realen und im übertragenden Sinne – aufgegangen ist.

Und der Winter schließlich lädt uns ein zur Ruhe, zum Loslassen und zum Krafttanken. Nun ist es Zeit für Innenschau, für den Kontakt mit unserer Innenwelt, mit den Ahnen und dafür loszulassen. Die Natur sieht in dieser Jahreszeit trist aus. Sie schläft und hat alles, was ihren Winterschlaf stören könnte abgelegt. Bäume haben ihre Säfte in Stamm und Wurzeln zurückgezogen. Pflanzenzweile sterben ab, um das Wichtigste, den Kern, die Wurzel, zu schützen, aus der im Frühjahr neues Leben erwacht.

Schamanen, Heiler, Hexen aus aller Welt haben schon vor zig Tausend Jahren dieses Schauspiel beobachtet, die Verbindung zu den Menschen hergestellt und daraus ihre heilsamen Schlüsse gezogen: Wir sind Teil der Natur und wenn wir in unserem Rhythmus bleiben, bleiben wir auch gesund und vital.

Wie sich dieser Rhythmus im Jahreskreislauf zeigt, so zeigt er sich auch in unserem Leben. Und wichtig ist immer nur eins: Wachstum, Reifen, Weiterentwicklung. Denn die Natur (in uns) duldet kein Stehenbleiben. Alles, was stagniert wird zurückgebaut, also losgelassen, damit Platz für Neues entstehen kann.

Wie der Rhythmus in uns funktioniert sehen wir auf der körperlichen Ebene am besten durch unseren Atem. Wir können den Atem nicht anhalten, wenn wir weiterleben wollen.

Auch unser Herz-Kreislaufsystem unterliegt einem Rhythmus. Morgens fährt das System hoch und wir werden aktiv, abends fährt das System langsam wieder herunter und wir können über Nacht regenerieren. Wird dieser Kreislauf permanent unterbrochen, werden wir krank. Unser Immunsystem, das ebenso dem empfindlichen Rhythmus unterliegt, wird geschwächt, unser Herz gerät aus dem Takt, etc.

Wir kennen die Situation, wenn wir nur eine starke Erkältung haben und uns einfach Ruhe gönnen. Nun hat der Körper wieder die nötige Zeit, um zu regenerieren, denn er ist ein Wunderwerk der Natur und schafft es ganz allein, wieder in den richtigen Rhythmus zu kommen, sprich gesund zu werden.

Natur ist allerdings nicht nur das Sichtbare wie Landschaften, Tiere, Meere, Berge. Sie ist auch das geheimnisvolle Wirken natürlicher Kräfte. Es sind die Energien, die wir nicht sehen, fühlen, hören können und die dennoch da sind. Permanent.

Mit diesen unsichtbaren Kräften können wir im Rhythmus der (unserer) Natur arbeiten. Unser gesamtes Leben basiert auf den Gesetzen der Natur, auch wenn es in unserer modernen Welt nicht mehr wirklich wahrnehmbar ist, weil wir die Rhythmen willentlich verändern. Das hat dazu geführ, dass wir oft gegen den Strom arbeiten und Blockaden aufbauen.

Das natürliche Prinzip bedeutet Weiterentwicklung und dem Rhythmus folgen. Wenn wir dieses Prinzip wieder anwenden, bekommen eine ganze Menge geboten, damit wir die Fortschritte in unserem Leben mit Leichtigkeit schaffen. Dazu braucht es nur Offenheit und ein Bewusstsein für die seit jahrtausenden bestehenden natürlichen Vorgänge.

Um die Prinzipien zu verstehen, gibt es die äußereren Kennzeichen und es gibt die Energien, die auf uns wirken. Über diese Energien und wie Du sie nutzen kannst, um Herausforderungen zu bearbeiten, erfährst Du in dieser Jahreskreis-Serie mehr.

Es geht um die Wirkungen auf unsere aktuelle Situation und den Zusammenhang mit unserem gesamten Leben. Der Jahreskreis bietet jedes Jahr neu die Chance zur Entwicklung - wenn wir die Zeichen sehen und richtig deuten. Er ist eine Reise. Jedes Jahr ist eine kleine Reise auf der großen Reise durch unser Leben. Also, lass uns auf die Reise gehen. Sie hat folgende Stationen:

1. Yul (21. Dezember, Geburt)
2. Imbolc (2. Februar, Neubeginn)
3. Ostara (21. März, Aufbruch)
4. Beltaine (30. April, Fruchtbarkeit)
5. Litha (21. Juni, Hochzeit)
6. Lughnasad (1. August, Ernte)
7. Mabon (23. September, Fülle)
8. Samhain (31. Oktober, Abschluss)

II. Imbolc

Zum 2. Vollmond im Jahr, um den 2. Februar herum, feiern wir Imbolc, das Lichterfest. Noch ist es kalt und an vielen Orten liegt Schnee. Doch sehen wir jetzt bereits die ersten Vorboten, der wieder neu erwachenden Natur. Unter der Frostdecke tut sich etwas. Schneeglöckchen und Krokusse zeigen sich, das Scharbockskraut blüht in einigen wärmeren Landstrichen.

Hier zeigt sich die Qualität von Imbolc im Jahreskreis und für unser Leben: Es ist die Zeit des Neubeginns. Während der Januar noch von der winterlichen Ruhe geprägt war und die Natur in tiefem Schlaf lag, heißt es nun langsam wieder in Bewegung zu kommen. Innerlich und äußerlich. Der Wintermuff muss raus, und es ist eine gute Zeit, Haus und Hof, Körper und Geist zu reinigen. Denn wie innen so außen (hermetisches Gesetz). Wir können uns im Außen von den alten Gegenständen trennen und im innen von alten Verhaltensweisen. Ausmisten hilft. Wenn alte Lasten erst einmal verschwunden sind, kann neues leichter in unser Leben treten. Denn das ist Imbolc-Qualität: Neubeginn.

Pläne, die wir im Januar für dieses Jahr geschmiedet haben, können wir nun langsam in die Tat umsetzen.

Auch Pläne, die schon länger auf Halde liegen, die wir aber bisher noch nicht in Angriff genommen haben, drängen jetzt möglicherweise ans Licht.

III. Wirkende Kräfte

1. Neubeginn

Fühle in dieser Neubeginn-Phase einmal in Dich hinein, welche Pläne nun reif sind für die Umsetzung und damit für Deine Weiterentwicklung.

Diese sollte allerdings nicht nur aus äußerem Wachstum bestehen. Deine Pläne sollen Dir auch helfen, innen zu wachsen. Denn was nützt Dir das schönste Schloss, wenn Du Dich darin einsam fühlst.

Achte also vor allem darauf, dass das, was Du beginnst, mit Deinem inneren Wesen, mit Deinen Gefühlen konform geht und wie Du Dich fühlst, wenn Du daran denkst, diese Projekte nun umzusetzen. Wenn Du das Gefühl hast, es wird hart, es wird sehr anstrengend und Du hast wenig Freude dabei, aber es muss eben getan werden, dann überdenke es nochmal.

Wenn Du hingegen das Gefühl hast: Toll, endlich, ja hiermit fühle ich mich richtig gut, auch wenn es vielleicht herausfordernd wird, dann bist Du auf dem richtigen Weg.

Imbolc-Energien unterstützen jegliche Art von Neubeginn, ob es eine innere Wandlung ist, die wir vollziehen wollen oder ob wir vielleicht schon lange geplante Projekte nun endlich umsetzen wollen.

Die Start-Energie im Februar/März wirkt quasi wie ein Raketenantrieb. Und wenn wir bei diesem Bild bleiben wollen: Die Rakete braucht zu Beginn eine enorme Energie, um die Schwerkraft zu überwinden. Doch hat sie erst mal Flug aufgenommen, dann verläuft die weitere Reise schneller und verhältnismäßig leichter.



Das bedeutet für uns: Nutzen wir diese kraftvolle Energie, um die ersten Hürden zu überwinden. Und wenn es nur die ist, sich von der kuscheligen Couch zu erheben und in Bewegung zu kommen, den inneren Schweinehund zu überwinden und aktiv zu werden.

Und achte immer darauf, authentisch zu bleiben. Verbiege Dich nicht für ein Projekt, nur weil Du damit kurzfristig mehr Geld verdienen kannst, obwohl es Dir keinen Spaß macht. Beginne auch kein Projekt, dass Deinem Stolz schmeichelt. Es sind sicher Aufgaben, die Dir kurzfristig Gewinn bringen, aber langfristig hohe Verluste. Es geht um Deine Entwicklung im Leben. Klar, kannst Du Schlenker machen, Umwege gehen. Nur achte darauf, danach wieder den richtigen Weg zu finden.

Ein Beispiel dazu aus dem Leben?

Nehmen wir mal die Freundin einer Freundin... Sie hat viele Jahre lang in einem Beruf gearbeitet, der ihr Spaß gemacht hat. Sie war freiberuflich tätig und dementsprechend frei. Eine veränderte Situation in ihrer Branche brachte ihr die Möglichkeit, in Festanstellung zu gehen. Damit verbunden war ein Titel, den sie zuvor nicht hatte und der sie schon ein wenig reizte, denn es war ein gewisses Ansehen damit verbunden. Außerdem gab's 30 Tage Urlaub. Doch darüber hinaus wurde sie – wie es in vielen Bereichen heute üblich ist, mit einem „unterirdischen“ Gehalt, gemessen an ihren Kollegen, abgefunden.

Ihre Intuition riet ihr von dem Schritt ab und empfahl, neue Wege in ihrem Bereich zu gehen. Ihr Ego war stärker. Sie nahm den Job an und kündigte ein Jahr später, weil sie sich immer unwohler und vor allem eingegangter fühlte. Das Gehalt reichte außerdem hinten und vorne nicht.

Soweit also der Umweg. Sie wollte es gerne leichter haben, sich weniger Sorgen machen, eine bessere Zukunftsplanung und die Jüngste war sie ja auch nicht mehr. Jeder riet ihr dazu, die Festanstellung anzunehmen. Doch es war nicht ihr Weg. Sie spürte es und sie zog die Notbremse.

Und nun die Frage an Dich: In welchem Bereich in Deinem Leben spürst Du, dass Du nicht mehr auf deinem Weg bist?

Das ist nun eine gute Chance, Dich ausgiebiger mit den Dingen zu befassen, die Dir wirklich liegen und Spaß machen. Denn es wird immer wichtiger, seine eigene Wahrheit zu leben, statt die Träume anderer zu verwirklichen. Das hängt mit den Energien zusammen, in denen wir uns befinden. Wir sind auf dem Weg in die 5. Dimension. Hört sich abenteuerlich an? Ist es auch, denn wir sind in einer Zeit, die es noch nie gab und wir sind mittendrin. Naja, genau kann ich das natürlich nicht sagen. Aber es hat zumindest begonnen.

Die 5. Dimension bedeutet, dass wir uns in immer höher schwingenden Energien befinden und zurecht finden müssen. Das hängt unter anderem mit dem bevorstehenden Polsprung zusammen. Die Zeichen der letzten 200 Jahre sprechen dafür, dass es bald soweit ist. Doch wir können es bereits jetzt spüren. Immer mehr Menschen wenden sich spirituellen Themen zu. Immer mehr Menschen erkennen, dass wir mit unserer Erde, mit der Natur seit der Industrialisierung Schindluder getrieben haben. Und sehr viele Menschen auf der ganzen Erde arbeiten mit ihren geistigen Kräften als auch physisch daran, die Verletzungen an Mutter Erde zu heilen.

Es wird noch eine Zeitlang dauern, doch die Heilkraft von Mutter Erde und unsere Mitarbeit werden es schaffen. Jeder Einzelne ist dabei wichtig.

Wenn Du Dich ebenfalls mit dieser Thematik beschäftigst, glaube bitte nicht, dass Du nichts bewirken kannst. Du kannst in Deinem Umfeld sehr viel tun. Du kannst Vorbild sein, ohne missionieren zu müssen. Du kannst beispielsweise auf vegetarische oder vegane Lebensweise umsteigen. Denn die Tiere auf diesem Planeten gehören nicht uns. Wir sind nicht berechtigt, diesen fühlenden Lebewesen Leid zuzufügen.

Wir befinden uns also in einem phänomenalen Umbruch und spirituelle Menschen, die den Rhythmus der Natur erkennen und ihn leben, werden wesentlich weniger Probleme mit dieser feinstofflichen Entwicklung haben, als Menschen, die sich dagegen sperren. Wir kommen aus einer sehr materiellen Welt und sollen uns nun mit diesen feinstofflichen Schwingungen auseinandersetzen. Das ist für viele von uns nicht so einfach. Immerhin sind wir seit vielen Generationen auf die materielle Welt getrimmt worden. Darin sind wir heute Experten.

Und unsere Vorfahren sind auch mit den alten, niedrigeren Schwingungen gut zurecht gekommen. Sie wussten nichts von dem, was sich heute ereignet. Und der größte Teil der Menschheit weiß es immer noch nicht. Doch es gibt genügend Quellen, die Auskunft geben. Dafür ist es wichtig offen zu sein und eine Bewusstseinsänderung zuzulassen.

Wir sind sozusagen gerade im Übergang vom Ablösen des Alten, hin zum Neubeginn. Und gerade in dieser Zeit wird es immer wichtiger, dass jeder seine eigene Wahrheit lebt, seine Botschaft in die Welt bringt und authentisch bleibt.

Es ist oft nicht so einfach, nach Jahrzehnten die eingefahrenen Denkmuster zu transformieren und alte Handlungsweisen gegen neue einzutauschen. Doch es gehört zu unserem Leben dazu, zu dem Rhythmus der Natur. Wir sind Teil der Natur und des Rhythmus. Wenn wir beginnen ihn anzuerkennen und mit ihm zu tanzen, dann werden wir frei und glücklich.

Wenn Du Deine Wünsche und Träume kennst, oder zumindest ein Gefühl davon besitzt, was sich verändern soll, dann nutze die Qualitäten von Imbolc zur Unterstützung.

2. Elemente / Himmelsrichtung

Beginnen wir mit der Reise durch das Jahr und mit einer weiteren Entwicklung in unserem Leben an Imbolc.

Jede Jahreszeit und jedes Jahreskreisfest ist bestimmten Elementen und Himmelsrichtungen zugeordnet. Auf dem Jahresrad liegt Imbolc im Nordosten. Es folgt dem Wintersonnenwendfest Yul (21. Dezember, Norden), an dem etwas abgeschlossen wurde, damit Neues beginnen kann.

An Imbolc, das wir um den 2. Februar feiern herrscht zwar noch immer eisige Kälte, doch erste zarte Pflanzen und zwitschernde Vögel künden bereits vom bald beginnenden Frühling. Nun ist der Neubeginn nicht mehr aufzuhalten. Was sich an Yul als Idee und Plan abgezeichnet hat und als ein Gefühl, dass der dunkelste Teil des Jahres überwunden ist, wird nun langsam spürbar und greifbar. Die Elemente und die dazu gehörenden Himmelsrichtungen sind Erde/Norden und Luft/Osten.

Erde / Norden:

In der europäischen Tradition steht der Norden für den Winter, die Kraft der Ahnen, Wissen und Weisheit, Stille, Ruhe, Rückzug. Der Jahreskreis schließt sich (Yul, 21. Dezember), ein neuer Zyklus beginnt (Imbolc, 2. Februar).

Die Botschaft des Nordens hat immer einen Bezug zu den Ahnen und dem Wissen, dass uns trägt.

In Richtung Norden stehen wir in Verbindung mit den Ahnen, jenen, die uns unschätzbare Erklärungen über existenzielle Fragen liefern, beispielsweise zu: Wer bin ich, warum bin ich hier, was geschieht nach dem Tod. Die Antworten auf diese und ähnliche Fragen sind grundlegend für unseren Wachstumsprozess. Und um die Antworten zu erhalten, müssen wir uns auf die Suche begeben. Am besten in uns, denn dort finden wir den Zugang zu den Ahnen, zu unseren Krafttieren und Lehrern.



Das Element Erde steht für Stabilität, Standhaftigkeit und die materielle Welt. Die Knochen und Muskeln in unseren Körper repräsentieren das Element Erde. Wenn wir hier mit

einer gesundheitlichen Herausforderung zu tun haben, bietet das Element Erde (Himmelsrichtung Norden) eine gute Möglichkeit, in die Heilung zu kommen.

Eine Meditation zu Mutter Erde oder eine Reise in den eigenen Körper können Blockaden lösen, die zum „Heilwerden“ führen. Auch ein Ritual für die Erde, mit der Bitte um Heilung wirkt hier Wunder.

Doch unsere Erde freut sich ebenfalls, wenn wir ihr gute Energien senden oder ein Ritual für sie ausführen, denn sie ist ein lebender Organismus.

Die Natur ist im Zustand des langsamen Erwachens, noch spürt man die Ruhe des Winters und diese Zeit hilft uns ebenfalls schneller in einen inneren Ruhezustand zu kommen. Selbstverständlich können wir heute Zerstreuung finden, wo wir nur wollen und das ist alles andere als Ruhe. Doch wenn wir langsam beginnen wollen, wieder mehr mit unserer inneren Uhr, mit unserem inneren Empfinden zu arbeiten, sollten wir diesen Verlockungen größtenteils widerstehen.

Auch die sogenannte 5. Jahreszeit – Karneval, Fasching oder Fassenacht - bietet eine Fülle von Möglichkeiten, ausgelassen zu sein und sich auszutoben. Diese Zeit hat ihre gute Berechtigung, denn ihr zugrunde liegt das Austreiben des Winters. Und es spricht nichts dagegen, sich ins Getümmel zu stürzen und sich zu freuen.

Dann allerdings sollte es auch wieder eine Zeit der Ruhe und Stille geben. Eine Konzentration auf unsere Ziele, die sich in diesem Jahr manifesterieren sollen.

Es ist wichtig, sich auf das Ziel zu fokussieren, denn ohne Fokus auf das, was wir wollen, sind wir wie ein Schiff, das ohne Navigationsgeräte den Hafen verlässt. So werden wir niemals ankommen – oder zumindest nicht dort, wo wir hinwollen. Vielleicht entdecken wir irgendwann ja eine neue Insel oder was auch immer. Nur war die wohl nicht unser Ziel.

Daher heißt es, sich zu erden, sich seiner Wurzeln bewusst zu sein und diese immer wieder mal zu visualisieren, wie sie in den Boden hineinwachsen und uns Stabilität geben. Die Rune Uruz vermag uns ebenfalls große Kraft zu verleihen.

Für die Erde stehen auch:

- Ackerscholle, Lehm, Ton, Stein, Sand, Hügel, Berge, Bäume, Kristalle
- in der Mythologie für Cernunnos, Cerridwen, Demeter, Gaia, Zwerge, Gnome und Riesen
- Mutter, Planet, Nahrung, Bodenständigkeit, Realität, Wachstum, Umsetzung, Urwissen und Weisheit, Saat, Ernte, Sichel und Schild, Tod
- an Instrumenten sind Cello, Pauke, Kontrabass und die Trommel zugeordnet
- der Ochse, Büffel, Stier, Kuh, Elefant
- in der Pflanzenwelt Baumwolle, Getreide, Kartoffel, Hafer,

- Roggen, Rüben, Weizen, Buche, Eiche, Farn, Eisenkraut
- in der Mineralwelt der Onyx, Rauchquarz, Jaspis, Landschafts-achat
- die ätherischen Öle von Zypresse, Geißblatt, Patchouli, Nelke, Benzoe, Weihrauch, Pfingstrose, Fichtennadeln
- die Metalle Blei, Eisen, Erz
- der Planet Saturn
- die Sternzeichen Stier, Jungfrau und Steinbock
- beruflich alles was mit Ackerbau, Landwirtschaft zu tun hat, auch Garten- und Landschaftsbau, Straßenbau, Hausbau sowie alles, was mit Pflegen und Kochen zu tun hat
- alles was schwer ist, was Form annimmt, gestaltend ist, alles Materielle, Stabilität
- die „Münzen“ der kleinen Arkana im Tarotdeck

Diese Qualitäten helfen uns dabei, uns zu erden, also innere Stabilität zu bekommen, aus der heraus wir im außen agieren können.

Vielleicht fragst Du Dich nun, wie eine Kuh, Rüben, der Straßenbau oder Rauchquarz Dir helfen können, in Deine innere Balance zu finden. Du kannst sie verwenden, um damit in Resonanz zu gehen und die stabilisierende Wirkung auf Dich zu übertragen. Suche Dir dazu etwas aus der Tabelle aus und arbeite damit.

Wenn Du gerne Rüben isst, dann iss' sie in dem Bewusstsein, dass Sie Dich erden. Wenn Du im Garten arbeitest, fühle, spüre in die erdende Wirkung. Trage einen Rauchquarz und spüre immer wieder in seine Wirkung auf Dich hinein. Vielleicht gehörst Du auch einem der erdigen Sternzeichen an. Dann hast Du bereits viele gute Anlagen, die Dir dabei helfen. Doch werde dabei nicht starr und unbeweglich. Erden heißt, seine Wurzeln zu stärken, ohne dabei hart und verbissen zu werden. In einem kleinen Ritual zeige ich Dir mehr zum Thema Erden.

Wenn wir nach Antworten suchen, können wir mit dem zweiten Element arbeiten, das im Nordosten enthalten ist: der Luft.

Luft / Osten

Um bei der Spurensuche nach Antworten fündig zu werden hilft es, wenn wir meditieren, schamanische Reisen unternehmen oder Rituale durchführen. Und die Himmelsrichtung Osten. Hier ist der Wind zu Hause, der unser Gehirn ordentlich durchpustet, damit wir wieder klarsehen können, damit wir alte, nicht dienliche Gedanken weiterziehen lassen und uns der Inspiration öffnen können.



Dem Osten ist der Anfang von Allem zugeordnet, Tagesanbruch, Frühling sowie Sehnsucht nach Wachstum.

Die Botschaft des Ostens erinnert an den Aufbruch und an die Umsetzung unserer Visionen.

Räucherungen sind dem Element Luft verbunden. Sie können uns helfen, mit unseren Visionen und Wünschen in Kontakt zu kommen.

Im erweiterten Sinne wird der Nordosten auch mit Meditation und innerem Wissen in Verbindung gebracht. Es ist die Fähigkeit der Selbstreflektion und der Inspiration durch höhere geistige Kräfte. So sind es also nicht nur unsere materiellen Projekte wie Job, Geld, Beziehung etc. die

wir besonders gut in der Imbolc-Energie beginnen können, sondern auch die geistig-spirituellen. Wir können unser Bewusstsein erweitern. Viele Einweihungen oder Aufnahmen neuer Hexen beispielsweise finden an Imbolc statt.

Neue spirituelle Kurse bekommen mit der Imbolc-Energie einen zusätzlichen Schub. Sie stehen quasi unter einem besonders guten Stern. Siehe auch Tarotkarten.

Für die Luft stehen auch:

- die sanfte Brise, der Windhauch, Sturm, Orkan, ein schneidender Wind sowie die warme Sommerluft
- in der Mythologie für Merkur, Athene und Minerva, Odin, Merlin, Feen und Geister
- das Windspiel und alle Blasinstrumente sowie die Orgel.
- Vögel, Schmetterlinge, Bienen, Sylphen
- in der Pflanzenwelt unter anderem für Ahorn, Bergamotte, Farn, Fliegenpilz, Haselnuss, Kiefer, Kümmel, Lavendel, Löwenzahn-Pusteblume, Mastix, Petersilie, Wegwarte und Zitronengras.
- in der Mineralienwelt für Amethyst, Beryll, Bergkristall und hellen Saphir
- Metalle wie Quecksilber und Kupfer
- die Planeten Venus, Uranus und Merkur
- die Sternzeichen Wassermann, Zwillinge und Waage.
- Kommunikationsberufe, Coach, alle Berufe, die mit Sprechen und Information zu tun haben.
- alles was filigran, schwebend, leicht ist.
- die „Schwerter“ der kleinen Arkana im Tarotdeck.

Auch hier kannst Du Dir wieder etwas aussuchen, um mit der Luft-Energie in Resonanz zu gehen.

3. Kräuter / Bäume / Harze

Für Räucherungen eignen sich zu Imbolc besonders folgende Pflanzen:

- **Salbei (Element Luft).**

Seine magischen Kräfte unterstützen: Schutz, Weisheit und Wünsche. Durch erwärmen über einem Teelicht oder durch das direkte Anzünden lösen sich aus den feinen Drüsenhärchen die ätherischen Öle. Der Duft ist würzig-erdig und sehr aromatisch.



Mit Salbei können wir unsere Wohnung reinigen und unsere Wünsche ins Universum schweben lassen. Der Duft von Salbei neutralisiert dichte, störende und als schwer empfundene Energien. Er zeigt Altem den Weg nach draußen und schafft eine Atmosphäre, die sich rein und klar anfühlt. Damit ist Raum und Platz für Neues.

Auf körperlich-geistiger Ebene verwenden wir ihn, um depressive Verstimmungen oder Stimmungsschwankungen aufzulösen, die Konzentration zu stärken, in die eigene Präsenz zu kommen und die Aura zu reinigen und zu klären. Außerdem hilft Salbei dabei, den Geist von belastenden Emotionen befreien und unterstützen, in die Ruhe und Klarheit zu kommen.

Damit eignet sich Salbei als alleiniges Räucherkraut oder in einer Räuchererbarmischung hervorragend beim Loslassen von Altem, nicht mehr Dienlichem und dabei in die Klarheit zu gelangen.

- **Birke (Element Wasser).**

Sie ist der Baum der Göttin Brigid, der keltischen Göttin, der Imbolc zugeordnet ist.

Die Birke ist ein Pionierbaum, also ein Baum, der sich auch in sonst unwirtlichen Gegenden anpflanzt und wächst dort nicht nur um ihrer selbst willen, sondern auch, um den Boden für andere Pflanzen zu bereiten.



Die Birke ist ein sehr weiblicher Baum, eine Lichtbringerin und sie symbolisiert hervorragend das Erwachen der Natur nach dem Winter. Sie steht für Erneuerung, Kreativität, Heilung, Schreib- und Redekunst. Sie bringt alles ins Fließen.

Zum Räuchern können wir alle Teile – Blätter, Blüten, Samen, Holz, Rinde – nutzen. Auf geistig-seelischer Ebene hilft die Birke dabei, die eigene Kreativität zu steigern und schützt vor übertriebenem Realismus. Je offener wir sind, desto leichter gelingt uns dann die Verbindung mit dem Universum/den Göttern/unseren geistigen Helfern.

Auf der körperlichen Ebene können Tees aus den Blättern der Birke oder ihr Saft Linderung verschaffen, wenn wir unter Kopfschmerzen leiden, unter geschwollenen Füßen, Blasenentzündung oder Hautaus-

schlägen. Birkensaft ist harntreibend, entschlackt, reinigt das Blut und stärkt Niere, Harnwege und Blase.

In der Räucherung unterstützt die Birke unsere Kreativität. Vielleicht stellen wir fest, dass es etwas auf dem Gebiet Kunst/Kultur/Spiritualität gibt, was wir nun beginnen wollen. Und die Birke hilft auch dabei, diese ersten feinen Gefühle und Visionen nicht sofort mit der „realistischen Klatsche“ zu erlegen.

• **Haselnuss (Element Luft).**

Die Haselnuss ist ein männlicher, magischer Strauch, der Glück, und Fruchtbarkeit anziehen soll, sowie Wünsche verwirklichen hilft. Wer unter einem Haselstrauch meditiert, soll leichten Zugang zu freundlichen Naturgeistern erhalten. Ein Stab aus Haselholz gefertigt, unterstützt uns dabei, in die Handlung zu kommen.



Verräucherte Haselblätter unterstützen unsere mentalen Kräfte und verleihen uns zudem noch Leichtigkeit, Flexibilität, gute Laune und Beweglichkeit im Alltag. Die Haselräucherung hilft uns außerdem einen klaren Kopf zu behalten, wenn es um sachliche Angelegenheiten in unserem Alltag geht.

Zur Räucherung können wir Blätter, Blüten, Rinde und/oder Holz verwenden.

Haselteile in der Räucherung unterstützen uns dabei, unsere Wünsche Wirklichkeit werden zu lassen und mit Leichtigkeit und guter Laune in die Umsetzung zu gehen. Und dabei noch einen klaren Kopf zu behalten.

- **Beifuß (Element Erde)**

Der Beifuß wurde seit jeher als heilige Pflanze geräuchert. Sie hat reinigende und schützende Eigenschaften, fördert übersinnliche Fähigkeiten, Heilung und Astralprojektionen.



An Imbolc befinden wir uns an einer Schwelle, an der wir Altes ablegen, und neu durchstarten. Die Räucherung mit Beifuß hilft uns außerdem, die eigenen Heilkräfte zu aktivieren, damit sich Körper und Seele selbst heilen können. Es wirkt ermutigend und kann uns neue Perspektiven eröffnen. Wenn wir uns jetzt in einer sich verändernden Lebenssituation befinden hilft es dabei, diese zu bewältigen.

Auf der körperlichen Ebene hilft es bei müden Füßen und Beinen (als Beifußwickel), bei Menstruationsbeschwerden (Tee) oder bei der Fettverdauung (Kraut direkt in die Speisen).

In der Räucherung unterstützt es unsere Visionen und gibt Hinweise auf das, was wir dieses Jahr angehen sollen.

- **Patchouli (Element Erde)**

Es riecht würzig-erdig und wird beim Räuchern gerne für Geld- und Wohlstandszauber verwendet. Falls Du also ein finanzielles Projekt startest, kann es nicht schaden, Patchouli in Deine Räuchermischung zu geben. Auch zur Anziehung eines neuen Partners wird es gerne in der Räuchermischung verwendet.

Es gibt selbstverständlich noch eine Menge mehr Kräuter, Harze und Hözer, die wir in einer Imbolc-Mischung verwenden können. Bernstein eignet sich zum Beispiel auch sehr gut, wegen seiner lichtvollen Energie. Sie alle aufzuzählen würde den Rahmen dieses Büchleins hier sprengen. Aber am Ende gibt es noch Literaturhinweise, wenn Du Dir selbst etwas zusammen stellen möchtest.

4. Götter und spirituelle Helfer

• Brigid

Imbolc ist das Fest der keltischen Göttin Brigid. Sie ist eine Göttin in drei Gestalten - der Jungfrau, der Mutter und der Alten Weisen. Zu Imbolc legt sie das Gewand der Alten Weisen ab und wird wieder zur Jungfrau.

Brigid ist die Muse der Weisheitssucher, der Heiler und der Sänger und sie ist die lichtvolle, menschenfreundliche Göttin, die in Reinheit, Licht und die Kraft des Neuanfangs in sich birgt.

Brigid hat eine Menge Aufgaben. Sie ist die



Bild: Vönix

Schutzgöttin der Schmiedekunst, der Huf-, Kunst- und Goldschmiede, des Metalls im Allgemeinen, all jener, die Kunst lehren und vermitteln, der Dichtkunst, der Heiler und Ärzte, sie ist die Göttin der Weisheit und der Poesie, Schutzgöttin der Künste und kulturellen Güter. Sie inspiriert Menschen mit Weisheit und Gelehrsamkeit und bringt alles in Fluss.

Brigid ist zudem die Schutzgöttin der Häuser, der Herdfeuer und der Familien. Sie bewacht Frauen an den entscheidenden und wichtigen Stationen ihres Lebens. Es wird gesagt, dass sie bei jeder Geburt anwesend ist und das Werkzeug der Hebammen beschützt.

Anschließend bewacht die Neugeborenen und Säuglinge in ihren Wiegen. Frauen hängen daher über die Wiegen gekreuzte Vogelbeer-Zweige, das sind Zweige einer Eberesche (diese gilt als Baum der Lebenskräfte), um damit Brigid herbei zu holen. Sie beschützt auch die Heilkräuter und -pflanzen und führt jene, die sie darum bitten, zur richtigen Pflanze. Speziell Eberesche, Klee, Mohn und Veilchen werden als ihre Pflanzen bezeichnet. Ihre starke Flamme lässt nicht nur Metall schmelzen, damit es geschmiedet werden kann.

Zu Imbolc und mit der Kraft der Brigid können wir besonders gut überprüfen, welche der Glaubenssätze, persönlichen Eigenschaften und Muster noch aktuell sind und welche man eigentlich frohen Herzens „entlassen“ und weiterziehen lassen kann.

An Imbolc geweihten Kerzen wird hohe Schutzkraft zugeschrieben, weshalb solche Kerzen vor allem bei Notsituationen, Geburten oder am Krankenbett angezündet werden. Die besten Plätze, um mit Brigid in Verbindung zu treten, ist bei Bächen und Quellen.

Mit der Brigid-Kraft können wir aber nicht nur am 2. Februar in Verbindung treten, wenn wir neue Visionen und Ideen bekommen möchten oder Kraft für neue Ziele brauchen. Sie eignet uns den Boden für die Aussaat. Sie ist eine Art Urkraft, die uns Licht und Wärme bringt. Alles

in allem ist Brigid eine Hoffnungsträgerin, die uns gut durch den Winter bzw. durch harte Zeiten unseres Lebens bringt.

Brigid ist darüber hinaus eine Schwellen-Göttin. Sie wird beispielsweise auch als Göttin der Küsten verehrt, denn die Küste ist weder Land noch Meer, hier treffen sich zwei Elemente. Brigid wird daher gerne an diesen magischen Übergangsorten angerufen und geehrt. Dazu gehören Türen, Tore, Pforten, Schwellen (in die Anderswelt), Zwischenwelten, wie Morgen- und Abenddämmerung, Übergänge im Leben, geheimen Treffpunkten, an denen sich unterschiedliche Menschen treffen, um Dinge auszuhandeln, angerufen und geehrt.

• Thor

Thor ist der Donnerer und der wohl kräftigste aller Götter in Asgard - dem germanischen Götterhimmel. Er ist der Beschützer der Menschen. Doch er hat viele Qualitäten. Unter anderem die des ungestümen Jugendlichen, weshalb er sehr gut in diese Zeit ab Imbolc passt. Seine Botschaft jetzt lautet: erkunde neugierig, was alles auf Dich wartet und fang an - sofort. Thors Gegenspieler sind die Riesen, die er in Schach halten muss.

Wer sind unsere Riesen? Vielleicht unsere inneren Schweinhunde, die wir überwinden



Bild: Vönox

müssen? Es kann sich aber auch um unsere Ängste handeln, die wir für unüberwindlich halten. Und dann gibt es da noch die Aussagen von: Wenn... dann... Wenn ich erstmal Geld habe, dann kann ich mich selbst-verwirklichen. Wenn ich erstmal einen Partner habe, dann bin ich glücklich.

Diese Glaubenssätze zerschlägt Thor mit seinem Hammer. Er ist ein geradliniger Typ. Er sieht, was getan werden muss und macht es. Und wenn wir jetzt mit Thors Energie arbeiten, sollten wir uns Fokussieren. Thor schlägt nicht wild mit seinem Hammer um sich. Er zielt, wirft, trifft. Dieses Bild sollten wir nun vor Augen haben, wenn wir etwas Neues beginnen. Unser Ziel ins Auge fassen, unsere Energie dorthin ausrichten und darauf zugehen.

Thors Stärke ist also nicht nur seine physische Kraft. Sie ist auch die Kraft, etwas durchzuführen. Dabei müssen wir nur aufpassen, dass wir nicht zu ungeduldig werden. Und dass wir nicht unsere ganze Energie beim Start verbrennen, um im Anschluss schlapp zu machen. Denn nach den ersten Erfolgen auf unserem Weg, wird es sicher phasenweise auch wieder etwas langsamer zugehen. So ist der Rhythmus der Natur.

Auf der etwas langsameren Strecke können wir wieder mehr Kräfte sammeln, unsere Pläne überdenken, neu ausrichten, um dann mit Schwung weiter zu gehen. Doch soweit ist es jetzt noch nicht. Mit Thor heißt es nun erst einmal einen kraftvollen Start hinzulegen.

• Ask und Embla

In der germanischen Mythologie sind Ask und Embla das erste Menschenpaar - von den Göttern aus Baumstämmen erschaffen. Die beiden stehen ebenfalls für den Neubeginn, allerdings auf menschlicher Ebene. Es geht auch darum, unseren Urzustand zu finden. Welche Träume und Ziele hatten wir einmal und wie weit sind wir davon abgewichen?

Es geht hier um die Selbstbetrachtung und um die Frage, aus welcher Intention heraus die Idee für den Neubeginn geboren wurde. Kommt sie wirklich tief aus unserem Inneren und bedeutet, dass wir uns nun auf den Weg der Verwirklichung begeben? Oder ist es ein „aufgesetztes“ Projekt/Vorhaben, mit dem wir unserem Ego gehorchen.

Bevor wir etwas Neues beginnen, das uns wirklich wachsen lässt, ist es wichtig unsere Mitte zu finden, unsere Anbindung an das Universum, die Quelle, das Göttliche... Nur so können wir mehr aus unserem Wesenskern heraus agieren. Dabei helfen uns Ask und Embla. Dieses erste Menschenpaar zeigt uns, dass wir uns auf uns selbst, unsere Stärken besinnen sollen. Das sind zum einen die männliche Kraft und den Mut und die weiblichen Attribute von Nähren und Pflegen.

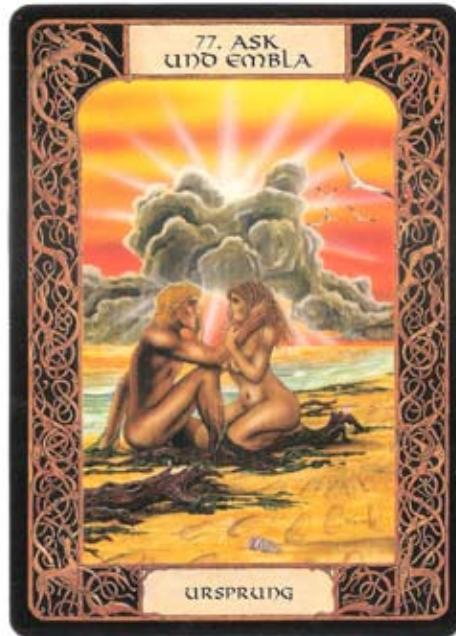


Bild: Vöönix

Wie oft haben wir schon Dinge begonnen und nur halbherzig verfolgt, oder sie nicht zu Ende gebracht, bevor wir wieder etwas Neues begonnen haben. Auf der Suche nach dem Besseren haben wir vielleicht schon eine Menge Zeit vergeudet, denn diese Aktionen haben uns immer weiter weggebracht vom Wesentlichen. Dadurch entstand eine innere Leere, die mit neuem Aktionismus gefüllt werden musste. Ein solcher Neubeginn wird auch in der Imbolc-Energie nicht gedeihen können. Denn hier ist das Wesen-tliche gefragt. Unsere Botschaft an die Welt, unsere Authentizität.

Ask und Embla helfen uns beim Beantworten der Fragen: Was gibt mir Kraft und macht mir Freude? Was macht mich wirklich glücklich, damit ich auch andere glücklich machen kann?

Wir müssen zunächst den Mut und die Kraft aufbringen, uns selbst zu nähren und zu pflegen. Bevor wir also Neues beginnen, sollten wir unsere Balance finden, aus der heraus wir dann Neues und Großes schaffen können.

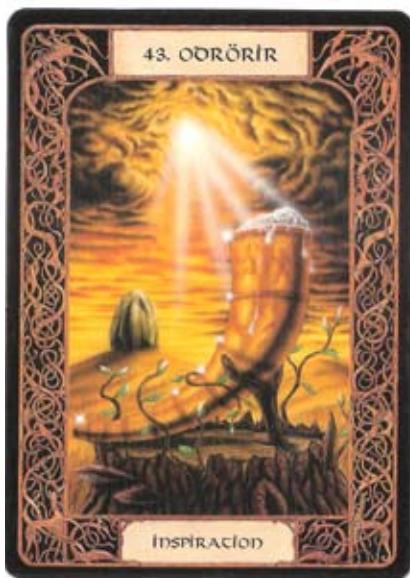
Verschaffen wir uns also zunächst diese innere Stabilität, bevor wir das Neue auf unseren Lebensweg bringen.

Wenn Du bereits Deine innere Balance gefunden hast, dann ist es jetzt an der Zeit der Umsetzung. Dann hast Du das nötige Selbstvertrauen und die Kraft, etwas anzugehen, was Du eventuell schon längere Zeit vor Dir hergeschoben hast.

• Odrörir

Odrörir ist der inspirierende Göttertrank in der germanischen Mythologie. Er ist der magische Dichter- und Zaubermet, der Schöpfergeist, Muse, Dichtkunst, Weisheit, Erinnerung und Erkenntnis verleiht.

Es heißt jetzt nicht, dass Du Dich betrinken sollst, um Inspirationen zu erhalten. Obwohl Schamanen aus aller Welt gerne Rauschmittel zu sich nehmen, um in diesen ekstatischen Zustand zu geraten, in dem sie Visionen haben und Heilbotschaften erhalten. Sie haben pflegen allerdings einen



sehr bewussten Umgang mit diesen Mitteln, weshalb sie auch nicht süchtig werden.

Der unbedarfe Umgang mit Drogen, wie er heute betrieben wird, hat mit den schamanischen Praktiken nichts zu tun. Dieser völlig von dem kulturellen Hintergrund losgelöse Einsatz führt zu Sucht und Leid, statt zu Erkenntnis und Heilung.

Odrörir fordert Dich allerdings auf, jetzt bewusstseinserweiternde Reisen nach innen zu unternehmen. Und sich generell für die Eingebungen aus der Anderswelt zu öffnen - möglichst ohne Rauschmittel. Meditationen, Atemtechniken oder Trommeln können solche Trance-Zustände ebenfalls sehr gut herbeiführen, in denen Dir geniale Ideen und wunderbare Einfälle nur so zufliegen. Lass Dich mitreißen, von diesem Zustand, Dein innerstes Potenzial anzuzapfen. Dort warten die größten Überraschungen auf uns. Und dann beginne mit der praktischen Umsetzung. Schmiede Pläne, entwickle Konzepte und fang an.

5. Heilsteine:

Schauen wir uns einmal in der Welt der Heilsteine um. Mineralien können uns auf allen Ebenen unseres Seins und unser Vorhaben unterstützen. In diesem Buch stelle ich nur einige vor, die sich für Neubeginn - auch Neubeginn auf einer neuen Entwicklungsstufe - eignen.

• Apatit:

Der Apatit (grüne oder gelbe Farbe) kann den Antrieb fördern und für Ausgeglichenheit sorgen. Er hilft Depressionen zu mildern und das Erinnerungsvermögen zu stärken, in die Lebensfreude zu kommen und optimistisch in die Zukunft zu schauen. Auf der körperlichen Ebene wird er unter anderem verwendet bei Darmstörungen, Entzündungen, Hautkrebs, Herzproblemen, Me-



tastasen. Der Stein kann als Schmuckstein getragen werden oder als Heilsteinwasser seine Kräfte innerlich wirken lassen. Oder wir legen den Stein auf die Stelle am Körper, auf die er bei körperlichen Beschwerden wirken soll.

Der Apatit ist dem 5. Chakra - dem Halschakra - zugeordnet und dem Sternzeichen Zwillinge.

• **Chalcedon:**



Der Chalcedon (Farbe Blau/Weiß) stärkt das Selbstvertrauen und unterstützt die Kommunikation, auch bei Sprachfehlern. Auch bei Hemmungen, Lampenfieber oder melancholischen Zuständen können wir ihn tragen. Zum Stärken der Psyche können wir ihn während einer Meditation betrachten und auf uns wirken lassen

Auf der körperlichen Ebene wird er unter anderem verwendet bei Arterienverkalzung, Bronchialkatarrh, eitrigen Wunden, Halserkrankungen, Husten, Kehlkopfproblemen, auch Kratzen im Hals, Schwierigkeiten mit den Stimmbändern, Rachenerkrankungen und Wechseljahrbeschwerden.

Der Chalcedon ist dem 5. Chakra (Halschakra) zugeordnet und dem Sternzeichen Krebs.

• **Eisenmeteorit:**

Der Eisenmeteorit unterstützt uns bei der Bewältigung von Problemen und Schuldgefühlen, die im Unterbewusstsein verankert sind. Er weckt neuen Lebenssinn und hilft uns dabei einen neuen Blickwinkel auf die eigene Existenz einnehmen zu können. Um die Psyche zu stärken, können wir ihn während einer Meditation betrachten und auf uns wirken las-

sen. Auf der körperlichen Ebene wird er unter anderem verwendet bei Schwierigkeiten mit dem Atemapparat, bei Fruchtbarkeitsproblemen, für die Geschlechtsorgane und bei Muskelverspannung.

Er ist dem 1. Chakra - dem Wurzelchakra - zugeordnet und dem Sternzeichen Widder.



• **Kupfer:**

Kupfer wird bei Angstzuständen verwendet und dabei die Entscheidungsfähigkeit zu fördern. Es hilft auch Harmonie und Liebe annehmen zu können. Zusätzlich unterstützt es uns dabei Mut zu entwickeln und unser Selbstbewusstsein zu stärken. Das Metall kann zudem über unser Unterbewusstsein den Sinn für eine regelmäßige und geordnete Lebensführung wecken. Auf der körperlichen Ebene findet er unter anderem Anwendung bei Gelenkabnutzung und -verkalkung, Infekten, schmerzendem Ischiasnerv, Krampf in der Beinmuskulatur und der Wade, rheumatischen Erkrankungen, Schweißausbrüchen. Und er wirkt wohltuend auf unser Gehirn.

Das Metall kann entweder als Glücksbringer in Schmuckform getragen werden, auf die entsprechende Stelle am Körper geklebt werden oder bei psychischen Leiden können wir ihn während einer Meditation betrachten und auf uns wirken lassen.

Kupfer ist dem 1. Chakra (Wurzelchakra) zugeordnet und dem Sternzeichen Schütze.



• **Magnesit:**

Der Magnesit (Farbe Weiß) hilft uns, Depressionen zu überwinden, Geduld und Gelassenheit zu integrieren, Ausgeglichenheit zu erlangen. Der Stein mindert Lustlosigkeit, hilft dabei, Schwäche zu überwinden, spirituelle Reife zu erlangen und Überempfindlichkeit abzulegen. Außer-

dem unterstützt er uns dabei, Zufriedenheit zuzulassen. Auf der körperlichen Ebene findet er unter anderem Anwendung im Bereich Galle (Gallenstein), Glase, Nieren. Er unterstützt unseren Abnehmwillen, wird



eingesetzt bei Magnesiummangel, Krampfadern, Krämpfen und vermehrter Schweißbildung.

Wir können den Magnesit zur inneren Anwendung als Heilsteinwasser trinken. Zur Unterstützung einer Nierenbehandlung können wir 5-7 Magnesitsteine als Steinkreis über Nacht um das Bett legen und bei psychischen Leiden eignet sich eine

Meditation, bei der wir den Stein betrachten und auf uns wirken lassen. Auch als Schmuckstück wird er gerne getragen.

Der Magnesit ist dem 7. Chakra - dem Kronenchakra - und dem Sternzeichen Widder zugeordnet.

• Mondolith:

Der Mondolith (Farbe Rot) hilft uns unser Lebensziel zu entdecken, optimistisch zu sein und Freude zu empfinden. Er kann gegen Angst vor Zahnarztbesuchen verwendet werden. Darüber hinaus wird ihm nachgesagt, dass er die Augen für das Wesentliche im Leben öffnen hilft, aber auch dabei familiäre Probleme zu erkennen und sie zu besprechen. Meiner Meinung nach ist er sehr geeignet, wenn wir noch auf der Suche nach dem richtigen Lebenweg sind und die damit eventuell verbundene Angst bewältigen wollen.



Auf der körperlichen Ebene wird er angewendet bei Diabetes, Wechseljahrbeschwerden, Mastdarm- und Steißbeinproblemen.

Der Mondolith kann bei eintretender Menopause seine Kraft entfalten, wenn er über Nacht unter dem Kopfkissen liegt. Direkt auf der Haut getragen, kann er seine Wirkkraft ebenso gut entfalten und bei psychischen Leiden hilft die Meditation mit dem Stein.

Der Mondolith ist dem 1. Chakra (Wurzelchakra) zugeordnet sowie dem Sternzeichen Krebs.

• **Schiefer:**

Aus der Mythologie wird gesagt, dass Schiefer (Farbe Schwarz) ein sehr alter Heilstein ist und von heilkundigen Schamanen und Hexen bei Problemen mit Darm, Knochen, Prostata und Zähnen eingesetzt wurde. Außerdem soll er den Lebenswillen stärken und die Motivation.

Besondere Wirkkraft soll er entwickeln, wenn er bei Zahlproblemen mehrere Minuten auf die Stirn gelegt wird. Bei Knochenkrankungen soll er nachts unter dem Kopfkissen platziert werden. Er eignet sich als Heilstein im Wasser und kann auch als Amulett getragen werden. Um den Lebenswillen und die Motivation zu stärken eignet sich die Meditation, bei der wir den Stein betrachten und seine Kraft auf uns wirken lassen.

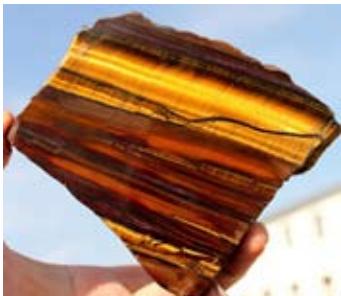
Schiefer ist dem 1. Chakra (Wurzelchakra) zugeordnet und dem Sternzeichen Skorpion.



• **Tigereisen:**

Tigereisen (Farbe Gelb-Rot-Braun-Schwarz) besteht aus einer Mischung von Hämatit, Jaspis und Tigerauge, was besonders interessant ist hinsichtlich der Heilwirkung.

Er hilft uns, wenn wir mehr Durchhaltevermögen bei einer Diät benötigen. Er verbessert die Konzentration, stärkt das Erinnerungsvermögen und steigert Lebenskraft und logisches Denken. Auf körperlicher Ebene



wirkt er positiv auf unsere Abwehrkräfte auf Blase und Blut (beispielsweise bei verminderter Aufnahme von Eisen). Er unterstützt uns beim Entschlacken und hilft bei Leber- und Lungenentzündungen. Auch bei Stoffwechselproblemen wird er angewendet.

Der Stein ist besonders wirksam, wenn er bei Konzentrationsstörungen auf die Stirn

gelegt wird. Zur Steigerung des Lebenswillens können wir ihn unter das Kopfkissen legen und bei Stoffwechselproblemen einen Kreis aus 5-7 Steinen um das Bett. Er entfaltet seine Wirkung auch im Heilsteinwasser und bei psychischen Problemen können wir ihn in der Meditation auf uns wirken lassen.

Das Tigereisen ist dem 1. Chakra (Wurzelchakra) zugeordnet und dem Sternzeichen Skorpion.

6. Orakel

1. Tarotkarten für Imbolc

• 0 Der Narr

Die Tarotkarte „Der Narr“ bezeichnet an dieser Stelle diesen inneren Drang zum Aufbruch. Egal, wohin die Reise geht. Er folgt nur seinem Herzen, zu Beginn ein wenig naiv, vielleicht auch ohne zu überlegen und einfach drauf los. Doch er setzt sich in Bewegung. Er ist neugierig, spontan und „verrückt“ im Sinne von ver-rückt. Etwas in seinem bisherigen Leben hat ihn aus seiner Bahn gerückt. Er ist das Kind in uns, das offen ist, neugierig und die Welt entdecken will. Raus aus der Enge, rein ins Abenteuer. Dabei ist es verspielt, manchmal auch ein wenig töricht. Es

lebt ganz in der Gegenwart.

Der Narr war auch der Weise. Er war in früheren Zeiten der einzige, der dem König die Wahrheit sagen konnte, ohne dafür geköpft zu werden.

Wenn wir mit dem Narren nun beginnen (er steht in seiner Weisheit auch am Ende des Jahreskreises und der Reise), dann können wir uns unsere Wünsche unsere Sehnsüchte anschauen. Vielleicht haben wir dabei das Gefühl „narisch“ zu sein, wenn wir den Gedanken sie umzusetzen weiterverfolgten. Jedoch will der Narr, dass wir uns unbekümmert aufmachen, um endlich diese Träume zu leben. Unbekümmert und unvoreingenommen.

In seinem Schatten ist der Narr auch das große Kind, das niemals erwachsen werden will. Jemand, der keine Verantwortung zu übernehmen bereit ist. Möglicherweise kann er sogar in einer Spitzenposition sitzen und dennoch. Er spielt seine Trümpfe aus, spielt mit den Menschen, seinen Mitarbeitern, Freunden. Jegliche Selbstverantwortung schiebt er gerne von sich, nach dem Motto: „Die Anderen sind schuld.“

Dazu zählt auch ein zu sorgloses Verhalten, bei dem Andere in Mitleidenschaft gezogen werden. Oder eine gewisse Leichtfertigkeit, ebenfalls zu Lasten Anderer. Hier heißt es genauer hinzusehen. Das ist ein schwieriges Kapitel, denn die meisten Menschen schauen nur ungern ihre Schatten an. Dabei liegen dort die größten Schätze verborgen. Beim Narren sind diese Schätze die Offenheit, die Neugier, die Unbe-



kümmерtheit. Und vor allem das Staunen, mit dem laut Platon alle Erkenntnis beginnt.

Er geht auf die Reise und weiß noch nicht, was ihn erwartet. Doch er geht. Und genau das ist es, was in der Zeit um Imbolc wichtig ist. Folge Deinem Herzen.

Eine normale Reaktion auf diese Sätze sind: „Ich kann doch nicht alles einfach stehen und liegen lassen und auf Reisen gehen“. Das kann ich gut verstehen. Es bedeutet auch nicht, wie der verantwortungslose Narr einfach sein Säcklein zu schnüren und loszuziehen. Es bedeutet, sein inneres Kind einmal wieder zu fragen, was es möchte. Wo sind Deine Träume und Wünsche hin? Grabe sie wieder aus und beginne damit, wenigstens einem dieser Wünsche, die tief aus Deinem Herzen aufsteigen, Raum zu geben.

Da wir noch in einer Welt leben, in der Geld wichtig ist, um seine Miete und sein Brot zahlen zu können, ist es sinnvoll, nach Möglichkeiten zu suchen, seine Träume neben dem bisherigen Alltag zu verwirklichen. Wichtig ist allerdings, diese Träume nicht mehr zu begraben und zu sagen: „Das wird ja doch nichts.“ Mit dieser Einstellung wird's tatsächlich nichts. Allerdings aufgrund der selbsterfüllenden Prophezeiung, nicht, weil Du es nicht könntest.

Kleine Schritte

Mein Tipp: Schone Deine Couch und den Fernseher und lies Bücher, die sich mit der Umsetzung Deiner Träume beschäftigen. Oder recherchiere im Internet. Hier gibt es alles an Wissen, was Du Dir nur vorstellen kannst. Sicher gibt es auch schon Leute, die eben Deinen Traum bereits leben. Von ihnen kannst Du lernen, wie es klappt, dass Du auch dorthin kommst. Und dann geh es Schritt für Schritt an. Wolltest Du schon immer in einer völlig anderen Branche arbeiten? Vielleicht kannst Du

in Deinem Urlaub ein Praktikum dort machen. Oder als Quereinsteiger erste Erfahrungen sammeln.

Hast Du Dein Single-Dasein satt und möchtest gerne wieder in einer glücklichen Beziehung leben? Dann gehe dorthin, wo Du die Menschen am ehesten antriffst, die auf Deiner Wellenlänge sind. Schließe Dich einer Gruppe an oder versuche es auch mal mit Online-Dating. Dort sind eine Menge „Narren“ beiderlei Geschlechts und sowohl liebenswerte, als auch „Schatten-Typen“ unterwegs. Doch einen Versuch ist es wert.

Um den Neubeginn erfolgreich zu gestalten, kannst Du mit der Tarotkarte „Der Stern“ arbeiten.

• XVII Der Stern:

Diese Tarotkarte unterstützt den Neubeginn auf allen Ebenen. Am liebsten mag der Stern solche Anfänge, die mit Deinem inneren Wachstum einhergehen, denn er hat Einblick in die höheren Zusammenhänge.

Der große Stern ist Sinnbild für Inspiration und Intuition. Ebenso für Harmonie und Gleichgewicht. Als Polarstern ist er der erste und der hellste am nächtlichen Himmel. Er zieht alle Blicke auf sich und es scheint, als ob er sein Licht direkt auf die Erde gerichtet hat. Er steht für die universellen Gesetze und für spirituelles Wissen.

Wir können den Stern als Navigationshilfe nehmen, wie die früheren Seefahrer es



taten. Er zeigt uns den Weg. Nach dem universellen Gesetz „wie außen, so innen, wie oben, so unten“ können wir unseren eigenen Stern aus unserem Inneren heraus strahlen lassen und als Wegweiser nutzen. Und andere werden diesen Stern ebenso wahrnehmen und ihm folgen.

Der Stern ist eine der drei Glücks- und Schutzkarten und somit kannst Du Dein Projekt, Deine neue berufliche Laufbahn, Deine neue Lebensaufgabe unter einem wahrhaft guten Stern beginnen. Achte darauf, dass Du neu beginnst, was Deiner inneren Wahrheit entspricht, dann ist der Stern dir ein treuer Navigator.

Was Du unter seinem Schutz planst oder beginnst, wird weit in die Zukunft reichen und höchstwahrscheinlich bist Du Dir der vollen Tragweite Deiner Entscheidung für den Neuanfang noch gar nicht bewusst. Er schützt die Saat, die Du im Sinne des unbedarften, seinem Bauchgefühl folgenden Narren legst. Auch sie braucht eine Weile, bis sie aufgeht.

Wie Du mit dem Stern arbeiten kannst, zeige ich Dir in einem kleinen Ritual.

2. Runen für Imbolc:

• Berkana:

Berkana ist die Rune der Göttin Brigid und der Birke. Das magische Zeichen steht für die weiblichen Wachstumskräfte des Frühlings. Damit zeigt die Rune im übertragenden auch das mütterliche Prinzip, die große Mutter an, in der im geschützten Raum Neues wächst. Wir können die Rune also für den Neubeginn verwenden.

Doch die Rune hat wie alle anderen auch, verschiedene Seiten. Bei der Berkana sind es die beiden Seiten des mütterlichen Prinzips. Schau mal in Deinem Leben, welches mütterliche Prinzip Deiner Aufmerksamkeit bedarf. Ist es die Familie, auch der enge Freundeskreis, Dein Haus, Deine



Firma. Auch unser Planet Erde gehört zu diesem mütterlich versorgenden Prinzip.

Nun können wir uns die Frage stellen, wo wir stehen. Sind wir noch das Kind, das die uneingeschränkte Liebe und Fürsorge der Mutter benötigt, weil es noch nicht alleine lebensfähig ist.

Oder sind wir dieser Entwicklungsstufe bereits entwachsen, beharren aber darauf, weiterhin versorgt und gepampert zu werden? Dann kann die Mutter schnell zu einer Furie werden - nicht weil sie nun die Böse ist, sondern weil sie uns zeigen will, dass wir ihrem Schutz längst entwachsen sind und unsere eigenen Fortschritte machen müssen.

Hier hakt es oft. Denn nicht nur Kinder bleiben oft viel zu lange im Hotel Mama und lassen sich hier verwöhnen. Was ihnen nicht gut tut, denn wenn sie dann mal auf eigenen Beinen stehen sollen, sind sie schnell am schwanken.

Auch Erwachsene, die selbst Kinder haben und vielleicht schon Enkelkinder können noch immer in diesem Stadium verharren. Dann ist es der Job, in dem man schon soviele Jahrzehnte ackert und sich eine ordentliche Pension aufgebaut hat, die man auf keinen Fall verlieren oder schmälern will. Hier sehen wir eine vermeintliche Sicherheit.

Oder es ist die Beziehung, in der wir ebenso lange geackert haben. Vielleicht gibt es Kinder, ein Haus, zwei Autos, drei Urlaube im Jahr, auf die man keinesfalls verzichten will. Gut, die Kinder - das kann ich verstehen. Allerdings sind es oft Vorwände, um aus dieser vermeintlichen Sicherheit hinauszuwachsen.

Was dabei auf der Strecke bleibt, ist unsere Seele. Wir wissen irgendwann gar nicht mehr, was wir eigentlich von tief innen heraus wollen.

Wir haben unsere Träume und Wünsche vergessen. Wir haben die notwendigen Fort-Schritte nicht getan. Wäre ja vielleicht mit dem Partner sogar möglich gewesen.

Die Berkana ist aber auch die Rune der Schwangerschaft. Wir gehen mit etwas Neuem schwanger. Das braucht Geduld. Und wenn das „Baby“ geboren ist, müssen wir es hegen und pflegen, ihm unsere ganze Aufmerksamkeit widmen, bis es erwachsen ist. Dann können wir es gehen lassen und etwas Neues auf den Weg bringen.

Wie Du mit der Rune Berkana arbeiten kannst, zeige ich Dir in einem kleinen Ritual (www.ashasol.de). Dort erfährst Du auch, wie Du eine Binde-Rune herstellen kannst, die noch mehr magische Kräfte vereint.

• Nauthiz

Die Nauthiz heißt auch Not und wird oft negativ empfunden. Denn ihre Bedeutung ist tatsächlich, dass etwas „notwendig“ geworden ist. Wenn



wir in Not geraten sind, dann braucht es unsere gesamte Aufmerksamkeit und Energie, um aus dieser Lage wieder heraus zu kommen. Die Nauthiz symbolisiert eine höhere Gewalt, die unsere ganze Konzentration und uns als ganzen Menschen verlangt. Damit passt sie gut zum Neubeginn. Wenn wir etwas beginnen, aber nur halbherzig dabei sind, wird's nix. Das kennen wir ja mittlerweile.

Die Nauthiz ermahnt uns also, unsere Konzentration auf das zu richten, was wir nun in die Welt (Berkana) bringen wollen.

Die Rune steht auch für Tod. Allerdings in den meisten Fällen nicht für den physischen Tod, sondern dafür, etwas sterben zu lassen, was sowie-

so nicht mehr zu uns gehört. Den Ballast abwerfen. Es reicht nicht mehr, uns nur Gedanken um eine Wandlung zu machen. Wir müssen sie jetzt auch vollziehen, um weiterzukommen. Das ist manchmal der „harte“ Weg. Erkenntnis allein nutzt nichts, sie muss in die Realität umgesetzt werden. Vielleicht müssen wir dafür auch alte Denkmuster und Handlungsweisen „sterben lassen“.

Die Nauthiz fordert von uns nun konkrete Taten, damit greifbare Ergebnisse sichtbar werden. Mit der Nauthiz zu arbeiten, bedeutet, unsere Erkenntnisse jetzt aktiv in unseren Alltag zu bringen, bevor eine Not entsteht, weil wir zu lange gewartet haben.

Noch ist unsere Freiheit nicht eingeschränkt, noch haben wir es in der Hand, etwas zu ändern und Neues zu beginnen. Wenn wir dem Rhythmus unseres Lebens nicht folgen, werden Notzeiten folgen. Doch auch sie sind nicht negativ. Denn sie wollen uns nur zeigen, dass wir irgendwo noch nicht die notwendige Erkenntnis hatten und wenn wir sie hatten, noch nicht in die Umsetzung gekommen sind.

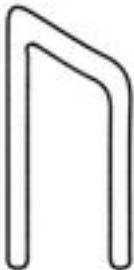
Not hat also, wie alle Orakel, ihre zwei Seiten. Sie fordert uns auf, das zu tun, was unsere Seele jetzt für notwendig hält. Wenn wir die Botschaften unserer Seele überhören, entsteht Zwang und Not. Dann müssen wir.

An Imbolc haben wir es also noch in der Hand, ob wir das, was wir schon lange in uns spüren, oder durch eine plötzliche Eingebung als richtig erkannt haben, umsetzen. Oder ob wir uns auf die Couch pflanzen, eine Tüte Chips in der einen, die Cola in der anderen Hand und lieber darauf waren, bis Nauthiz uns mit dem Baseballschläger weckt.

Selbst wenn wir derzeit in einer Notlage stecken, können wir wiederum in der Nauthiz völlig aufgehen. Wir können jammern und klagen. Doch wird es etws verändern? Wir können aber auch die Not annehmen und den Wink des Schicksals (unserer Seele) dahinter erkennen. Wenn wir

das geschafft haben und uns in Bewegung setzen, kann sich die Not wieder zurückziehen. Sie hat uns als Lehrer ihrer Lektion erteilt und wird nicht mehr gebraucht.

• Uruz



Ein Sinnbild von Uruz ist der Auerochse. Und das zeigt bereits, wieviel Kraft die Rune besitzt. Uruz ist die Kraft der Erde und bringt Stabilität. Wenn wir krank sind, verspricht Uruz uns Heilung. Allerdings nur dann, wenn wir unser eigener Heiler werden. Im Allgemeinen „bekämpfen“ wir eine Krankheit, oder eine Not. Kampf bedeutet allerdings Widerstand und der macht's im Prinzip nur schlimmer.

Uruz fordert uns vielmehr auf, in einen Ur-Zustand zu gehen, in dem es keinen Kampf gibt. Meditation könnte dabei ein guter Weg sein. In einer solchen Sitzung können wir uns die Krankheit oder die Not, in der wir uns befinden, einfach anschauen. Und indem wir sie anschauen, können wir erkennen was sie verursacht hat. Zumindest spüren wir etwas, dem wir nachgehen können. Oder wir haben nach der Meditation eine Eingebung, die uns zum Kern der Sache führen kann.

Mit der Kraft von Uruz können wir die Situation loslassen. Das hat nichts mit ignorieren zu tun. Es geht tatsächlich darum, in die Urtiefe unseres Wesens zu gelangen (funktioniert auch hervorragend mit einer schamanischen Reise), um dort die Situation anzuschauen und eine Idee zu bekommen, wie wir sie wandeln können.

Uruz deutet auch darauf hin, dass wir uns mit unseren Wurzeln beschäftigen sollen. Unseren eigenen - Herkunftsfamilie, unsere Kindheit und unsere Ahnenreihe - und die unserer Gesellschaft, unseres Landes.

An Imbolc können wir die Kraft nutzen, um unseren Urquell zu erforschen. Heißt also: In uns hineinzuhören, was uns wirklich glücklich macht. Was wir wirklich wollen, welche Träume wir noch haben. Bevor wir Neues beginnen, sollten wir diese Ur-Fragen klären.

Wenn wir wissen, wohin die Reise gehen soll, haben wir mit Uruz die Kraft und Ausdauer, allen Herausforderungen erfolgreich zu begegnen. Was wir jetzt in diesem Zeichen beginnen, wird dauerhaft Bestand haben. Auch wenn es einige schwierige Entscheidungen zu treffen gibt, werden wir in unserer Kraft bleiben, und in unserem Selbstvertrauen.

IV. Ritual

Ein Ritual zum Jahreskreisfest darf selbstverständlich auch nicht fehlen. Immerhin feiern wir das Leben. Wir feiern an Imbolc den Neubeginn und gutes Gelingen. Gerne gebe ich Dir hier einen Ritualvorschlag, doch wie Du es letztlich machst, das entscheidest Du. Denn im naturspirituellen Bereich gibt es kein Muss und keine starren Dogmen.

Selbst wenn Du nur eine Kerze anzündest reicht das vollkommen. Denn die Hauptsache ist, dass Du mit dem Rhythmus der Natur (wieder) in Kontakt kommst. Und da alles, was wir sehen, fühlen, hören etc. Energie ist, können wir uns durch ein Ritual sehr gut in das übergeordnete Energiefeld einklinken.

Nimm Dir also eine Stunde Zeit und suche einen ruhigen Ort auf, an dem Du Deine inneren Schwingungen mit denen des übergeordneten Energiefeldes verbinden kannst. Dabei ist es nicht ausschlaggebend, ob Du es das Universum, die Quelle, das Göttliche, die Götter oder das morphogenetische Feld nennst. Wichtig ist nur, dass es für Dich stimmig anfühlt.

Der Ritualablauf, den ich jetzt beschreibe, findet auf Basis des naturspirituellen Glaubens und in Verbindung mit den Kräften unserer keltischen/germanischen Vorfahren sowie des Schamanismus/Hexentums statt.

Wenn Du also etwas Zeit und Muße hast, dann kannst Du folgendes Ritual durchführen. Am stärksten ist seine Kraft am Imbolc-Vollmond. Du kannst es aber auch zu jeder anderen Zeit zwischen etwa 2. Februar und 21. März durchführen.

Du benötigst dazu:

- 1 weiße Tischdecke
- 1 weiße Blume
- 1 Stabkerze in Weiß und 1 in der Farbe Gelb (alternativ 2 weiße)
- viele Teelichter oder weiße/gelbe Kerzen
- Ein Pentakel
- Einen Heilstein Deiner Wahl
- Ein Kelch (kann auch ein Glas sein) mit Wasser
- Ein Räuchergefäß und Räucherkohle
- Für die Räucherung: Salbei, Beifuß und etwas Birkenholz oder -blätter
- Eine feuerfeste Schale (oder Hexenkessel)
- 3 weiße Zettel und einen Stift
- Trommel oder Rassel
- Salz

Infos zu den Utensilien:

• Weiß:

Die Farbe Weiß steht unter anderem für Licht, Reinheit, Vollkommenheit, für den Anfang, die Unschuld, Neutralität. Die Farbe Weiß verbinden wir Menschen auch mit strahlendem Schnee. In der Magie kommt diese Farbe bei Ritualen zum Einsatz, welche spirituelle Erleuchtung, Reinigung, Hellsehen, Heilung und Wahrheitsfindung zum Ziel haben. Weiß stellt die Ausgewogenheit aller Farben dar und kann für jede andere Farbe eingesetzt werden, da ihr Lichtspektrum nahezu alle Farben enthält.

• Gelb:

Die Farbe Gelb symbolisiert das Sonnenlicht, die Erkenntnis und das Gediehen. Sie steht ebenso für Wachheit, Kreativität, schnelle Auffassungsgabe und Vergnügen.

• Kerze

Die Kerze symbolisiert in diesem Ritual das Feuer und auch die Magie des Neubeginns.

• Pentakel

Ein Pentakel ist ein Pentagramm im Kreis. Es steht für die Erde. Wenn Du kein Pentagramm hast, kannst Du auch einen Stein oder ein Stück Holz verwenden.



• Heilstein

Den Heilstein legen wir auf unseren Altar, um ihn während des Rituals mit Energie aufzuladen. Du kannst Dir einen aus den aufgeführten Heilsteinen aussuchen, oder einen beliebigen anderen, der zu Deinem Anliegen passt.

• Kelch

Der Kelch oder das Glas wird mit Wasser gefüllt und steht auch für das Element Wasser.

• Räuchergefäß

Räuchergefäß und Räucherkohle benötigen wir für das Element Luft. Du kannst stattdessen aber auch ein Räucherstäbchen nehmen. Hauptsa-
che es raucht.

• Räucherung

Wenn Du Räuchergefäß und Kohle hast, dann kannst Du Dir eine Räu-
cherung zusammenstellen. Für Imbolc bieten sich die Kräuter, Hölzer
und Harze an, die oben beschrieben sind. Du kannst aber auch eine Mi-
schung aus dem Bauch heraus zusammenstellen, oder nur ein einzelnes
Kraut nehmen.

• Feuerfeste Schale

Die feuerfeste Schale oder den Hexenkessel aus Gusseisen verwenden
wir, um drei Wünsche zu verbrennen und damit ins Universum zu schi-
cken.

• Zettel für Wünsche

Zettel und Stift brauchen wir, um unsere drei wichtigsten Wünsche für
dieses Jahr aufzuschreiben. Diese verbrennen wir dann in der Schale. Du
kannst sie auch in Deinem Holzofen verbrennen, wenn Du magst.

• Trommel / Rassel

Um die Spirits zu rufen und den magischen Kreis zu schließen verwenden
wir eine Trommel oder Rassel. Wenn Du keins von beidem hast, kannst
Du auch eine Schüssel und einen Kochlöffel benutzen, um zu trommeln.
Oder Du baust Dir eine Rassel aus einer Dose mit Reiskörnern.

• Salz

Das Salz verwenden wir, um einen magischen Kreis zu ziehen, der alles abhält, was wir bei unserem Ritual nicht dabei haben wollen.

• Geschenke

Wein, Tabak, Nüsse und/oder Süßigkeiten

Durchführung des Rituals:

Wenn Du draußen feierst, bitte zunächst die Wesen des Platzes um Erlaubnis für Dein Ritual und lege die Geschenke ab. Am besten in Richtung Norden, hier ist der Sitz des Kleinen Volkes. Spüre in Dich hinein, ob die Erlaubnis erteilt wurde.

• Schutzkreis:

Wenn alles in Ordnung ist, dann ziehe mit dem Salz einen Kreis um die Stätte, an der Du feiern willst.

Du benötigst nur ein kleines Schälchen voll Salz, denn der Kreis muss keinen Durchmesser von 20 Metern haben, es sei denn Du feierst im größeren Rahmen. Sprich dabei: „Mit dem Salz der Erde weihe und segne ich diesen heiligen Raum“. Wiederhole den Satz, bis der Kreis fertig ist.

• Abräuchern:

Nun zünde das Räucherwerk an und räuchere als erstes den Platz und Dich ab. Stelle Dir dabei vor, wie alles, was Dich belastet einfach mit dem Rauch davonzieht.

• Kerzen:

Entzünde alle Teelichter, die Du bereitgestellt hast, inklusive der weißen Kerze im Süden. Nur die gelbe oder weiße Kerze in der Mitte noch nicht.

• Segen:

Mit Deiner linken Hand zeichne einen Halbmond auf Deine Stirn, in Höhe des dritten Auges und sage: Ich segne mich, meinen Körper, meinen Geist und meine Seele.

Dann breite Deine Hände aus mit den Handflächen nach unten und segne den Platz, indem Du sagst: Ich segne diesen Platz und alle Wesen, die hier mit mir sind.

• Mittelpunkt:

Lege die weiße Decke in die Mitte und darauf in Richtung Norden das Pentakel, alternativ den Stein oder das Holz, und das Schälchen mit dem Salz. In Richtung Osten kommt das Räucherwerk, in den Süden die weiße Stabkerze und in den Westen der Kelch oder das Glas, gefüllt mit Wasser.

Die Blume kannst Du in die Mitte stellen und rundherum die Teelichter verteilen. Außerdem kommt die gelbe Stabkerze in die Mitte. Lege auch Deinen Heilstein auf diesen kleinen Altar und die 3 Zettel.

• Spirits rufen:

Dann nimm Deine Trommel oder Rassel und stelle Dich in Richtung Osten. Während Du trommelst/rasselst rufst Du nun die Spirits der Himmelsrichtungen an.

Osten: Ihr Wesen der Luft und des Ostens, ich rufe Euch. Sanfte Brise und gewaltiger Sturm, der mein Hirn durchpustet und alle Gedanken fortweht, die nicht mehr dienlich sind. Weise Eule, die mir Inspiration und Visionen schenkt. Feen und Sylphen, Vögel und Bienen kommt herbei. Ich bitte euch um euren Schutz bei meinem Ritual.

Dann drehe Dich in Richtung **Süden** und rufe: Ihr Wesen des Südens und des Feuers, ich rufe euch herbei. Komm zu mir, kleiner Funke des Neubeginns, loderndes Feuer der Leidenschaft, ihr Salamander und Drachen,



Vulkan und Sonnenschein. Unterstütze den Neubeginn durch Kreativität, Mut und aktives Handeln. Ich bitte euch, unterstützt mein Ritual und gewährt mir euren Schutz.

Drehe Dich danach in Richtung **Westen** und rufe: Ich rufe euch, Ihr Wesen des Westens und des Wassers. Ich rufe dich, kleine sprudelnde Quelle, tosender Fluss, Regen, Schnee und Eis. Ich rufe euch, ihr Delphine,

ihr Nixen, Poseidon. Und ich bitte um Weisheit, die Verbindung mit dem Urwissen und meinen tiefen Gefühlen. Ich bitte um euren Schutz bei diesem Ritual.

Danach drehe Dich in Richtung **Norden** und rufe: Ihr Wesen des Nordens und der Erde, ich rufe euch. Kleiner Kiesel und großer Berg, duftende Wiese und dunkle Höhle. Ich rufe euch, ihr Büffel und Auerochsen, ihr Zwerge und Riesen. Mutter Erde, ich bitte um Stabilität und Struktur und um euer aller Schutz bei meinem Ritual.

Dann trommle/rassle nach oben und rufe die Geisthelfer aus der **oberen Welt**: Ihr Lehrer und Spirits aus der oberen Welt, ich bitte euch um Erkenntnis und Klarheit und um euren Schutz bei meinem Ritual.

Dann senke die Trommel/Rassel Richtung Boden und rufe die Geisthelfer aus der **unteren Welt**: Ihr Krafttiere und Spirits der unteren Welt, ich bitte euch um Antworten auf meine Fragen und ich bitte Euch um euren Schutz.

Danach halte die Trommel/Rassel etwa in Brusthöhe und rufe die Geisthelfer aus der **mittleren Welt**: Ich Wesen der mittleren Welt, Wächter des Platzes, Geist des Hauses, kleines Volk, ich danke für eure Aufnahme an diesem Ort und bitte euch um eure Unterstützung und euren Schutz für mein Ritual.

•**Göttin und Gott**

Danach lege die Trommel/Rassel beiseite, breite die Arme aus und spüre zum einen die Energie, die jetzt vorhanden ist. Zum anderen rufe mit ausgebreiteten Armen Brigid:

Brigid ich rufe dich in diesen heiligen Kreis. Ich rufe dich zum Imbolc-Fest zu deinen Ehren. Große Göttin, lege den Mantel der Alten Weisen ab und erscheine heute hier als Jungfrau, die den Neubeginn auf allen Ebenen

unterstützt. Du große Göttin der Heilung, der Kunst und des Handwerks, ich bitte dich um deine Anwesenheit und um Inspiration und Erkenntnis für meinen weiteren Weg.

Anschließend rufe den jungen Eichen-Gott in Gestalt von Thor in den heiligen Kreis:

Thor, ich rufe Dich in diesen heiligen Kreis und zu meinem Fest Dir zu Ehren. Komme zu mir und unterstütze meinen Neubeginn auf allen Ebenen durch deinen Mut und deine Kraft. Großer Gott, unter deinem Schutz stehen Bauern und einfache Leute, lass auch mich unter deinem Schutz stehen und hilf mir, bei meinem Herzensprojekt jetzt in die Handlung zu kommen.

• Gedicht /Gesang

Wenn Du magst, kannst Du jetzt ein Lied singen oder ein Gedicht sagen, das zu Imbolc passt. Oder sprich einfach von der Leber weg mit den Spirits, die nun um Dich herum sind.

Ein **schönes Lied**, das im Yggdrasil-Kreis gesungen wird (Kulturgeister.de), ist dieses hier. Das passt immer:

Feuer, Wasser, Luft und Erde
Tier des Waldes, Tier der Herde
Moos und Flechte, Baum und Blume
Kraft der Erde und der Ackerkrume

Gute Kraft, ich habe Dich erfahren,
Jeden Tag aufs Neue, schon seit vielen tausend Jahren
Gute Kraft, jeden Tag neu geboren
Du gibst und Frieden und nimmst fort unsre Sorgen

Du schenkst der Sonne ihre Kraft
Du schenkst der Nacht die Mondesmacht
Du schlenkst uns Licht und dunkles Schweigen
und die Kräfte, die den Weg uns zeigen.

Du kannst auch folgendes sagen:

Es ist die Zeit des Lichterfestes,
alle Kerzen strahlen und leuchten
und begrüßen den Neubeginn
Ich feiere die Göttin
ich feiere den Gott
Ich feiere den Neubeginn
Und ich feiere mein Leben.

Zünde jetzt die gelbe Stabkerze in der Mitte an. Schreite mit der Kerze in der Hand langsam die Kreislinie ab und sprich dazu Worte wie diese:

Das ganze Land ist in Kälte und Schnee getaucht,
Die Luft ist klar und rein
Noch bedeckt der Frost die Erde
Doch fast unbemerkt wurdest du, Herr der Sonne
von unserer segensreichen Göttin wiedergeboren,
der Herrin der Fruchtbarkeit.
Sei begrüßt junger Eichen-Gott,
sei begrüßt Große Göttin.

• **Heilstein**

Nimm nun den Heilstein und gehe zum Räucherwerk im Osten. Halte den Stein über den Rauch und sage: Mit der Kraft der Spirits im Osten weihe und segne ich dich.

Gehe dann zur brennenden Stabkerze im Süden, halte den Stein über die Flamme und sage: Mit der Kraft der Spirits im Süden, weihe und segne ich dich.

Im Westen benetzt Du den Stein mit etwas Wasser (wenn Du einen metallischen Stein hast, einfach nur über den Kelch halten) und sagst: Mit der Kraft der Spirits im Westen weihe und segne ich dich.

Im Norden nimmst Du etwas von dem Salz, mit dem Du den Kreis gezogen hast, lass es über den Stein rieseln und sage: Mit der Kraft der Spirits im Norden weihe und segne ich dich.

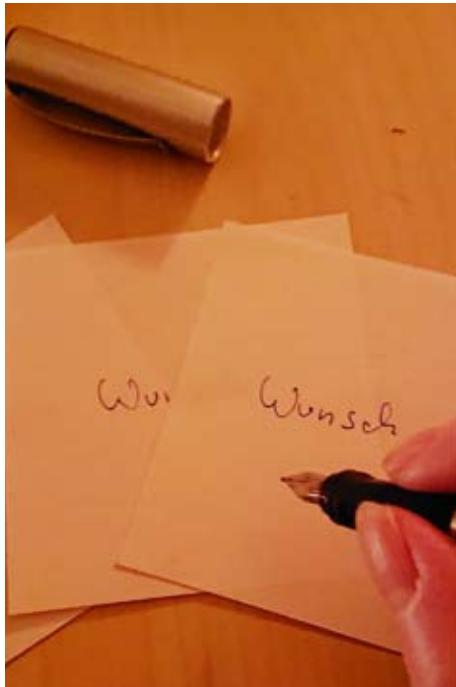
Nimm den Stein nun in beide Hände und verbinde Dich mit seiner Energie. Wenn Du Dich beispielsweise für den Magnesit entschieden hast, kannst Du nun die Augen schließen und visualisieren, wie seine Kraft der spirituellen Entwicklung auf Dich übergeht, oder notwendiges Durchhaltevermögen.

Halte diesen Fokus eine ganze Weile, bis Du merkst, dass es genug ist. Dann lege den Heilstein zurück auf den Altar. Später kannst Du ihn entweder an eine besondere Stelle in Deiner Wohnung legen, oder Du trägst ihn bei Dir. Du kannst ihn auch nachts unters Kopfkissen legen. Dann wirst Du sicher spannende Träume haben.

• Wünsche

Jetzt nimm die drei Zettel und schreibe auf je einen, was in diesem Jahr für Dich besonders wichtig ist. Was kommt von innen heraus? Welches Ziel hast Du im beruflichen/materiellen Bereich, welches hast Du im spirituellen Bereich und welches in Liebesdingen?

Selbstverständlich kannst Du auch ganz andere Ziele haben, dann schreibe die auf diese drei Zettel. Wichtig ist, dass es bei diesen 3 Zielen bleibt. Das sind die wichtigsten und die kannst Du ab sofort in Angriff nehmen.



Wenn Du Deine Zettel geschrieben hast, dann entzünde sie an der gelben Kerze und verbrenne sie nach und nach in der Feuerschale oder Deinem Hexenkessel. Schau Dir bei jedem einzelnen Zettel an, welche Muster und Formen beim Verbrennen entstehen. Vielleicht kannst Du etwas erkennen. Auch das ist Orakel.

• Visualisieren

Zum Schluss denke noch einmal an die Wirkkraft der Magie dieser Jahreszeit. Visualisiere im Feuerschein, wie Deine Ziele in Erfüllung gehen. Sieh' Dich zum von Dir gewünschten Zeitpunkt dort, wo Du sein willst. Halte dieses Bild fest und nimm es in Dein Herz.

• Verabschieden

Nun stelle Dich wieder mit ausgebreiteten Armen hin, bedanke Dich zuerst beim Gott für seine Anwesenheit und verabschiede ihn dann wieder in seine Welt. Dasselbe mache bitte mit der Göttin.

Dann nimm Trommel oder Rassel und beginne in der mittleren Welt, Trommel/Rassel auf Bauchhöhe:

Danke, Wächter des Platzes, Geist des Hauses, ihr Wesen der mittleren Welt für eure Unterstützung bei meinem Imbolc-Ritual. Und nun bitte ich euch, kehrt wieder in euer Reich zurück.

Dann die Wesen der unteren Welt: Danke ihr Krafttiere und Spirits der unteren Welt für eure Unterstützung und euren Schutz. Und nun bitte ich euch, kehrt wieder in euer Reich zurück.

Dann die Wesen der oberen Welt: Danke ihr Lehrer und Spirits der oberen Welt für eure Unterstützung und euren Schutz. Und nun bitte ich euch, kehrt wieder zurück in euer Reich.

Wende Dich dem Norden: Danke ihr Wesen der Erde, ihr Spirits aus dem Norden. Danke dass ihr hier wart und mich bei meinem Ritual unterstützt habt. Und nun bitte ich euch, kehrt wieder zurück in euer Reich.

Nun wende Dich gen Westen: Danke ihr Wesen des Wassers, ihr Spirits aus dem Westen. Danke, dass ihr hier wart und mich bei meinem Ritual unterstützt habt. Und nun bitte ich euch, kehrt wieder in euer Reich zurück.

Der Süden: Ich danke Euch, Ihr Wesen des Südens und des Feuers. Danke, dass ihr mich bei meinem Ritual unterstützt und geschützt habt und nun bitte ich euch: kehrt wieder zurück in euer Reich.

Und zum Schluss der Osten: Danke euch, ihr Wesen des Osten, Geister der Luft, dass ihr hier wart. Danke, dass ihr mich unterstützt und geschützt habt und nun bitte ich euch: kehrt wieder zurück in euer Reich.

Das Verabschieden ist ein wichtiger Punkt am Ende des Rituals und bittet die Energien auch nicht darum bei Euch zu bleiben. Das kann fatale Folgen haben. Eine Freundin beispielsweise hatte den Feuerwesen die Wahl gelassen, zu bleiben oder zu gehen. Sie sind geblieben und meine Freundin konnte in der darauffolgenden Nacht nicht schlafen. Sie hatte Kopfschmerzen und ständig wie Blitze vor den Augen.

Die Energien, die wir rufen, sind nicht zu unterschätzen. Und es zeigt sich immer wieder, dass wir keinen Hokuspokus fabrizieren, wenn wir solche Rituale durchführen. Vielmehr arbeiten wir in diesen Momenten ganz bewusst mit den Energien, mit den Elementen und mit unseren Helfern.

V. Schreiben

Wer schreibt, der bleibt. Wie wahr! Doch du bleibst nicht nur in Erinnerung, wenn Du schreibst, Du kannst Dir auch selbst immer wieder frühere Situationen anschauen und sehen, wie Du dich entwickelt hast.

Deshalb beginne jetzt damit, Deine „Heldenreise“ durchs Jahr und durch Dein Leben aufzuschreiben. Beginne jetzt in dieser Neubeginn-Phase damit, Deine Pläne, Deine Gedanken und Deine Schritte zu notieren.

Beginne damit, Dein Projekt / Deinen neuen Weg zu benennen. Schreibe genau auf, was Dein Ziel ist. Und dann schreibe wenigstens einmal die Woche auf, was Du erlebt hast und welche Erfahrungen Du auf Deinem Weg zum Ziel gemacht hast.

Die Reise durch dieses Jahr und Dein Projekt (das nicht zwingend ein Jahr dauern muss) wird Dich ein großes Stück weiterbringen, wenn Du dran bleibst. Nutze deshalb die Jahreszeiten-Energien, wie sie schon von unseren Vorfahren genutzt wurden. In grauer Vorzeit mussten sich die Menschen ganz einfach dem Rhythmus der Natur fügen, um überleben zu können. Heute haben wir ganz andere Möglichkeiten. Wir können die Nacht zum Tag machen und im Winter in die Sonne fliegen. Doch wenn wir den Rhythmus als einen in uns verankerten Wechsel von Start, Aktion, Ernte, Ruhe und dann wieder Aktion verinnerlichen, haben wir gute Chancen in unser inneres Gleichgewicht zu kommen, unsere Herausforderungen besser zu meistern und unsere Lebensaufgaben zu erfüllen.

Beginne daher nun mit der Geschichte Deines Startes. Überfordere Dich dabei nicht. Besorge Dir ein schönes Notizbuch und schreibe nur soviel Du willst. Doch bleibe dran. Schreibe vor allem Dein Ziel hinein und dann einen groben Plan, wie Du Dein Ziel erreichen willst. Beschreibe Dein „Baby“, das Du jetzt auf die Reise schickst. Ist es ein Berufswechsel, den Du nun planst, eine neue Partnerschaft, die Du eingehen willst oder eine spirituelle Weiterentwicklung, die Dir gut tut?

Oder bist Du im letzten Jahr irgendwo stecken geblieben und willst es jetzt nochmal neu in Angriff nehmen? Alles ist möglich.

Schreibe am besten mit der Hand, denn was sich als Idee auf dem Papier manifestiert, ist schon in der Welt.

Und dann sei gespannt, wie es ab Ostara (21. März, Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche) weiter geht. Welche Energien Dich dann unterstützen wollen, auf dem Weg in ein glücklicheres Leben. Auf Deiner Heldenreise.

Mehr zur Heldenreise und zu Ritualen für einzelne Themen findest Du (bald) auf meiner Homepage: www.ashasol.de

Hier geht's auch zu meinem Youtube-Kanal, auf dem ich regelmäßig Karten für die einzelnen Jahreskreisabschnitte lege.

Imbolc in Kurzfassung:

- 2. Februar (oder Vollmond um den 2. Februar)
- Lichterfest
- Qualität: Neubeginn
- Zeitspanne: 2. Februar bis 21. März
- Farben: Weiß und Gelb, Orange
- Himmelsrichtung Nordosten
- Elemente: Erde und Luft
- Kräuter: Salbei, Birke, Haselnuss, Beifuß und Patchouli
- Götter und Helfer: Brigid, Thor, Ask & Embla und Odrörir
- Heilsteine: Apatit, Chalcedon, Eisenmeteorit, Kupfer, Schiefer und Tigereisen
- Tarotkarten: Der Narr und der Stern
- Runen: Berkana, Nauthiz, Uruz
- Utensilien: Weiße/gelbe Kerzen, weiße Decke, Pentakel, Athame, Rauchgefäß und Räucherung, Wasserschale

Kontakt: www.ashasol.de.