

HEYNE <

DAS BUCH

Die Wurzeln der heimischen Magie reichen viel weiter, als das auf den ersten Blick ersichtlich ist: Hier treffen nordische Götter auf slawische Heiligtümer, germanische Elfen auf römische Bräuche, weise Kräuterfrauen auf uralte orientalische Amulette. Und all das trifft auf unsere urbanisierte Moderne.

Widersprüche muss es dabei nicht geben. Denn wie die weithin bekannte Hexe Claire aufzeigt, bereitet uns all das den Boden für ebenso kreative und heilwirksame wie zeitgemäße Magie. Für eine Magie, die das Leben zauberhaft verwandelt. Die vielfältigen magischen Kräfte unserer Vorfahren stecken bis heute in unseren Genen, wir müssen sie nur wiederentdecken.

DIE AUTORIN

Aufgewachsen inmitten einer reichen Fülle von alten, geheimnisvollen Bräuchen, interessierte sich Claire schon früh für die spirituelle Kraft der weißen Magie. Heute ist die Lebensberaterin und praktizierende Hexe eine der erfolgreichsten Autorinnen zum Thema Magie. Claire lebt in Leipzig.

www.hexe-claire.de

CLAIRE

Heimische HEXEN KUNST

Die Wiederentdeckung unserer
magischen Wurzeln

Das praktische Handbuch
für moderne Hexen

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

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

Taschenbucherstausgabe 07/2023

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,

© seyfettinoze / Getty Images, © sensationaldesign / Getty Images

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-70460-2

www.heyne.de

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?

Was 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.

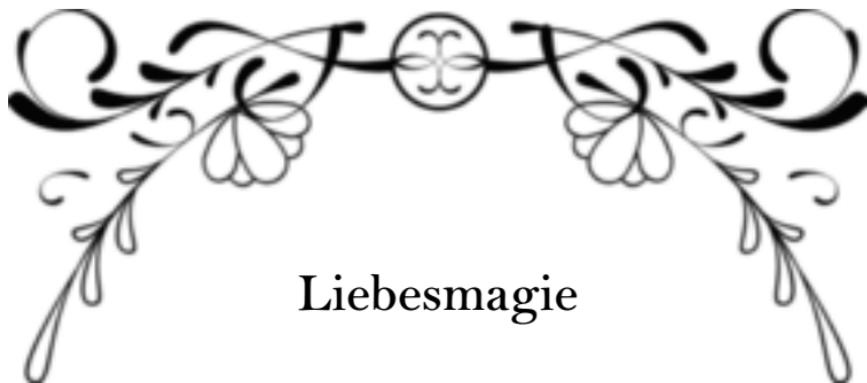
Diese Einstellung färbt auch auf das spirituelle Leben vieler Menschen ab. Praktische Rituale, Zeremonien, symbolische Handlungen, all diese Dinge sind das Herzstück des magischen Weges. Wir sind im Hier und Jetzt sinnliche, physische Wesen in einem Körper. Doch die Yang-lastige Sichtweise wertet das 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 Schiefelage.

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 lauler 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