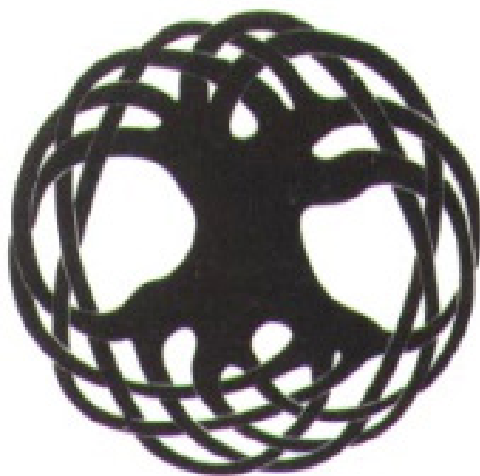


Heidense Hekserij

het pad van de heks binnen
het moderne paganisme



Jack Stoop

COLOFON

Heidense Hekserij,
het pad van de heks binnen het moderne Paganisme.

Tekst & research:	Jack Stoop
Redactie:	TextHex
Kritisch Lezer:	Ko Lankester
Lay Out en Vormgeving:	Ellen Karis
Kaft ontwerp:	Paula van Dam
Illustraties:	Jack Stoop en Ellen Karis
Uitgever:	Boekenbent
ISBN:	978-94-6203-650-5

© 2014 Jack Stoop

Meer informatie:
www.jackstoop.eu/yggdrasil.htm

INHOUDSOPGAVE HEIDENSE HEKSERIJ

INLEIDING	p 10
DE GESCHIEDENIS VAN HET HEIDENDOM	p 13
Oude Steentijd	p 13
Nieuwe Steentijd	p 16
Bronstijd	p 21
IJzertijd	p 23
De Kelten	p 24
De Germanen	p 28
De Romeinen	p 32
In de Lage Landen	p 36
De kerstening	p 37
DE GEBOORTE VAN HET MODERNE PAGANISME	p 41
De Romantiek	p 41
De eerste moderne Druïden	p 42
De nieuwe Germanen	p 42
Wicca en Hekserij	p 43
Modern Sjamanisme	p 48
Paganisme vandaag	p 49
PAGANISTISCH WERELDBEELD	p 53
Scheppingsmythen	p 53
De Aarde centraal	p 54
De Andere Wereld	p 55
De dood	p 55
Paganistische ethiek	p 56
Relativisme en priesterschap	p 58

GODEN EN GODINNEN	p 61
Godsbeelden	p 61
Het wezen van de goden	p 63
Werken met de goden	p 66
Offers	p 68
Enkele heksengoden	p 70
DE VIER ELEMENTEN	p 79
Polariteit	p 79
Aarde, Water, Lucht en Vuur	p 80
De elementen en het pentagram	p 83
Rituele werktuigen	p 86
De magische cirkel	p 88
Zelf rituelen doen	p 93
DE JAARFEESTEN	p 97
Het jaarwiel	p 97
De acht jaarfeesten	p 98
Richt je leven naar de natuur	p 99
Jaarfeesten vieren	p100
Joel	p101
Imbolc	p104
Ostara	p108
Beltane	p111
Midzomer	p114
Lammas	p116
Herfst	p120
Samhain	p121
Overgangsrutuelen	p124
HEKSERIJ	p129
Geschiedenis van de Hekserij	p131
Heks worden	p135
Heksenkunsten	p137

DIVINATIE	p141
Meditatie	p142
Astrologie en numerologie	p146
Schouwen	p147
Runen en Ogham	p148
Kaartleggen	p149
Symboliek	p152
HEALING	p157
Reiki	p158
De aura en chacra's	p161
Visualiseren	p167
MAGIE	p171
Maanmagie	p174
De schijngestalten van de maan	p175
De maan in de dierenriem	p177
Esbats	p182
SPELLS SPREUKEN	p187
Affirmaties	p188
Spells	p188
Chants	p192
Ritueel met chants en spellmagie	p194
NATUURMAGIE	p199
Kruiden en andere planten	p199
Wierook	p202
Bomen	p203
Stenen	p210
Het opladen van stenen	p214
Stenenmandala	p215

MAGIE MET KOORDEN EN KNOPEN	p219
Koordenmagie	p219
Knopenmagie	p222
MAGIE MET KAARSEN	p229
Kaarsenmagie	p229
Zelf een kaars maken	p231
TALISMANS	p233
Correspondenties	p233
Planeettalismans	p237
Talismans voor goden en godinnen	p239
RUNENMAGIE	p241
De Germaanse Futhark	p241
Magie met runen	p247
Runenmandala's	p251
MAGISCHE ZELFVERDEDIGING	p255
Heksenfles	p256
Afweer en Bindritueel	p257
SJAMANISME	p261
Geschiedenis van het Sjamanisme	p261
Sjamanisme en Hekserij	p265
TRANCE OPWEKKEN	p269
Drank en drugs	p269
Zang en dans	p270
Utiseteta	p271
Dromen	p272
Trancereizen	p275

WERKEN MET DE KRACHT VAN DIEREN	p281
Reisdieren	p282
Totemdieren	p283
Krachtdieren	p283
Diertalismans	p294
Shapeshifting	p295
Invocaties	p297
ZELFDEDICATIE	p301
DANKBETUIGING	p307
BRONNENVERANTWOORDING	p308

*Wanneer je ergens behoefte aan hebt,
eens per maand,
en beter is het als de maan vol is,
zullen jullie samenkomen op een geheime plaats
en de geest aanbidden van mij:
de Koningin van alle Hekserij.*

*Daar zullen jullie samenkomen
die ernaar verlangen alle Hekserij te leren
maar de diepste geheimen nog niet kennen,
hen zal ik dingen leren die nog onbekend zijn.
(Charge of the Goddess)*

INLEIDING

Dit boek gaat over heidense Hekserij, over het bedrijven van magie, divinatie en healing binnen het religieuze kader van een of meer moderne paganistische religies zoals Wicca, Druidisme en Asatru. Dit zijn spirituele stromingen die zich baseren op de heidense religies van het voorchristelijke Europa. Heidense Hekserij geeft een uitgebreide uitleg van de religieuze opvattingen en magische praktijken van moderne, paganistische heksen en veel beschrijvingen van rituelen waar de lezer direct mee aan de slag kan. Heidense Hekserij is geschikt voor beginners op het heksenpad, maar ook meer gevorderden zullen er veel inspiratie uit kunnen putten.

In dit boek versta ik onder heksen mensen die de kunsten magie, divinatie en healing beoefenen. Vaak zullen deze mensen als heks en priester ingewijd zijn in de wiccareligie of een van de andere stromingen binnen de Hekserij, maar ook binnen andere paganistische religies zijn er mensen die zich met deze kunsten bezighouden. Ook hen beschouw ik in dit boek als heidense heksen.

Zelf ben ik in 1993 ingewijd als Heks der Gewaaddragenden en in 1998 als heks en priester in een Gardneriaanse wiccacoven. Sinds 2002 ben ik weer soloheks en werk ik met elementen uit verschillende tradities, zoals de Ogham uit het Druidisme, de Runen uit de Noordse Traditie, de Spirit Flame uit de Streghería en krachtdieren uit het Sjamanisme. In mijn rituelen roep ik goden en godinnen uit verschillende pantheons aan: Pan en Cernunnos, Gaia, Freya en Diana. Ik baseer mijn rituelen op het Gardneriaanse Boek der Schaduwen, middeleeuwse grimoires en volksgebruiken en ik voeg er Oosterse technieken als Reiki en mandala's aan toe.

In mijn heksenketel vermeng ik dit allemaal tot een smakelijk en effectief brouwsel.

Dit boek, Heidense Hekserij, bestaat uit drie delen. Het eerste deel gaat over het Paganisme, de religie van de heidense heks. Eerst wordt de

geschiedenis van het oude Heidendom in Europa beschreven en aansluitend de ontwikkeling van het moderne Paganisme. Hierna komen verschillende levensbeschouwelijke onderwerpen aan bod zoals goden en godinnen, het paganistische wereldbeeld en de acht jaarfeesten. Het tweede deel van dit boek gaat specifiek over Hekserij en de heksenkunsten. Ook dit deel begint met een hoofdstuk over geschiedenis en daarna volgen hoofdstukken die uitgebreid ingaan op de heksenkunsten magie, divinatie en healing. Het derde deel van Heidense Hekserij behandelt het Sjamanisme en hoe sjamanistische technieken binnen de Hekserij toepasbaar zijn.

In Heidense Hekserij beschrijf ik veel verschillende rituelen en die heb ik zo opgesteld dat ze door één persoon uitgevoerd kunnen worden. Dit heb ik gedaan omdat de meeste heksen alleen of met een of twee anderen werken en geen lid zijn van een coven of heksengroep. Maar met een beetje creativiteit kunnen de rituelen eenvoudig herschreven worden voor gebruik door een (kleine) groep. De meeste rituelen geven de manier waarop ik zelf werk weer, het zijn eenvoudige rituelen met veel meditatie, het zingen van chants en het opwekken van een lichte trance. In het hoofdstuk over de jaarfeesten heb ik echter heel verschillende rituelen beschreven, zodat iedereen kan uitproberen welke stijl het beste bij hem of haar past.

Ik wens alle lezers veel plezier met dit boek en hoop dat het heksenpad jullie net zo veel zal bieden als het mij tot dusver geboden heeft.

**Blessed Be,
Jack Stoop
Herfst 2014**





DE GESCHIEDENIS VAN HET HEIDENDOM

Het moderne Paganisme baseert zich op de heidense religies van onze voorouders. Hun oude goden en godinnen worden opnieuw aangeroepen en vereerd, hun mythen weer verteld en hun rituelen in een nieuw jasje gestoken. Om het hedendaagse Paganisme te begrijpen is het noodzakelijk iets meer te weten van de verschillende religies van vóór het Christendom. In dit hoofdstuk bekijk ik de ontwikkeling van de heidense religies in Europa, vanaf de oude steentijd tot en met de kerstening.

OUDE STEENTIJD

De eerste tekenen dat mensen dieper voelden en dachten dan de bevrediging van hun basisbehoeften voedsel, beschutting en seks, vinden we ongeveer 80 000 jaar geleden in de manier waarop ze omgingen met hun doden. Rond deze tijd werden overledenen soms in foetushouding begraven, bestrooid met rode oker en/of voorzien van grafgiften. Dit wijst erop dat een overledene als meer dan slechts een dood lichaam beschouwd werd. De vondsten uit deze periode zijn zo schaars dat er niets afgeleid kan worden over de inhoud van de ideeën met betrekking tot de dood. We weten niet of men verwachtte dat de doden naar een hiernamaals gingen, dat ze als geest op aarde bleven zwerven of dat er iets heel anders met de overledene zou gebeuren. Maar we weten wel zeker dat in sommige gevallen het bijzetten van de overledene gepaard ging met symbolische, religieuze en magische handelingen. De eerste stappen op een lang spiritueel pad.

De volgende aanwijzingen voor een spiritueel leven bij onze voorouders vinden we vanaf 30 000 jaar vjt (vóór de jaartelling) in de vorm van kunst. Eerst bestond deze kunst uit gekraste tekeningen op steen en hertshoorn en later ook uit beeldjes en rotsschilderingen. Waarschijnlijk zijn er daarvoor ook al tekeningen en beeldjes uit hout en op huid gemaakt, maar die zijn niet bewaard gebleven. De beeldjes en krastekeningen stellen vooral dieren voor, maar in Duitsland is ook een beeldje gevonden van een menselijke figuur met een leeuwekop, van een mens met omhooggestoken armen en van erecte penissen. De beeldjes zijn individueel of in groepjes gevonden in grotten en het lijkt erop dat ze gebruikt zijn bij religieuze ceremonies.

Uit dezelfde periode zijn in Duitse grotten ook meerdere schedelnesten gevonden: groepjes schedels die als eieren in een nest bij elkaar gelegd zijn en waarbij in één geval zelfs kettingen gelegd zijn, geregen van in totaal 200 hertentanden en 4000 slakkenhuisjes. Naar de betekenis hiervan kunnen we alleen maar raden, maar de schedelnesten tonen wel aan dat grotten voor spirituele zaken gebruikt werden.

Van iets latere datum zijn de beroemdste voorbeelden van deze oude kunst: circa 35 beeldjes die vrouwen voorstellen waarvan de borsten, billen en vagina benadrukt zijn terwijl de voeten en het gezicht ontbreken. Er zijn ook drie reliëfs van vrouwen in dezelfde stijl bekend; de beroemdste hiervan heeft een bizonhoorn met dertien lijnen erop in haar hand. De beeldjes komen allemaal uit de periode van 25 000 vjt tot 23 000 vjt, net voor de laatste ijstijd. Ze zijn gevonden op twaalf locaties, van Spanje tot Siberië. De meest gangbare en aannemelijke interpretatie is dat ze een soort vruchtbaarheids- of moedergodinnen voorstelden. We weten alleen zeker dat de beeldjes sterk op elkaar lijken en in een uitgestrekt gebied gevonden zijn. Dat wijst erop dat het religieuze gedachtengoed erbij waarschijnlijk goed uitgewerkt en wijdverbreid was. De cultus rond deze venusbeeldjes heeft desondanks vrij kort bestaan, ongeveer 2000 jaar, en is daarna verdwenen.

Duizend jaar lang was het stil, maar daarna volgde een enorme productie van rotsschilderingen in grotten met hoogstwaarschijnlijk een spirituele betekenis. Ze werden veelal aangebracht in grotten, soms op goed toegankelijke plaatsen maar vaak ook op plekken die nauwelijks te bereiken waren. De meeste van deze schilderingen stellen dieren voor en men is er lang van uitgegaan dat ze te maken hadden met een vorm van jachtmagie. Tegenwoordig wordt hieraan getwijfeld omdat de meest afgebeelde dieren niet het meest gejaagd werden en omdat er relatief weinig jachtaferelen afgebeeld zijn. Naast dieren zijn er ook veel abstracte symbolen geschilderd. Enkele symbolen zijn te duiden als diersporen en van andere wordt vermoed dat ze een vroege vorm van schrifttekens zijn, maar van de meeste symbolen is de betekenis totaal onbekend.

Ongeveer drie procent van de schilderingen stelt mensen voor en hierbij zien we enkele interessante kenmerken. Vrouwen werden vooral naakt afgebeeld met een benadrukte vagina en mannen vooral in actie,

jagend of dansend en regelmatig verkleed als dier. Bij een grot in Frankrijk zijn aan beide kanten van de ingang naakte, liggende vrouwen geschilderd, de een boven een bizon en de ander boven een paard. Hun positie bij de ingang doet denken aan een soort wachters of bewakers. In een andere grot staan heel groot de rompen en bovenbenen van drie vrouwen geschilderd met benadrukte vagina. Hun grootte en plaatsing suggereert dat het geen gewone vrouwen zijn, maar dat ze een diepere betekenis hebben. Als dat zo is, zijn deze vrouwen de voorloopsters van de drievoudige godinnen die ruim 10 000 jaar later veel voorkwamen. Waar de geschilderde vrouwen als godin geïnterpreteerd werden, moesten de mannen het met een lagere status doen. Er zijn enkele schilderijen van dansende en fluitspelende mannen in een dierenkostuum die als tovenaars of sjamaan geduid worden. Die rol is niet onwaarschijnlijk, omdat enkele van de grotten met schilderijen aantoonbaar als plek voor religieuze bijeenkomsten gediend hebben.

Waarschijnlijk is vruchtbaarheid een belangrijk onderwerp geweest in de religie van deze periode. Enkele van de geschilderde mannen en mannelijke dieren hebben een grote erecte penis en er zijn ook enkele schilderijen van mensen die seks hebben. Verder zijn er in de grotten beeldjes van penissen gevonden die hier ook op wijzen.

De gewoonte om schilderijen te maken in grotten eindigde rond 8000 vjt, toen de laatste ijstijd definitief voorbij was. Het koude toendralandschap van Europa was deels ondergelopen door de stijging van de zeespiegel en deels veranderd in een enorm woud. De leefwijze van mensen veranderde sterk, ze leerden op ander wild jagen, vissen en begonnen zelfs runderen en herten als vee te houden. De middensteentijd was aangebroken. Over deze periode van drie millennia is weinig bekend. De grote veranderingen van klimaat, omgeving en leefwijze zullen zeker hun weerslag hebben gehad op de spirituele beleving van de mensen, maar deze heeft helaas weinig sporen achtergelaten. De enige aanwijzing vinden we in Engeland, waar een stel geweistangen is gevonden die zo bewerkt zijn dat ze op een hoofddekseel bevestigd konden worden. Een dergelijk hoofddekseel is te onpraktisch om als camouflage bij de jacht te dienen. Het ligt daarom voor de hand dat het gedragen werd bij religieuze rituelen door de opvolgers van de afgebeelde tovenaars uit de Franse grotten.

NIEUWE STEENTIJD

Zo rond het jaar 5000 vjt had zich een stille revolutie voltrokken in het leven van de mens: hij leefde van de akkerbouw, beheerste de kunst van het pottenbakken en woonde en werkte op een vaste plek. Deze nieuwe leefwijze bracht enorme veranderingen met zich mee in de manier waarop de samenleving was georganiseerd, in de cultuur en ook in de religie. En omdat mensen zich op een vaste plek vestigden, ontstonden er grote regionale verschillen in de manier waarop de veranderingen uitkristalliseerden. Uit deze nieuwe steentijd zijn heel veel aanwijzingen met betrekking tot het spirituele leven van de mensen bekend, die onderling ontzettend van elkaar verschillen. Dat maakt de interpretatie erg lastig.

Als we alleen al kijken naar de religieuze monumenten van aarde en grote stenen uit deze periode, zien we een beeld dat varieert van individueel rechtop geplaatste stenen (menhirs) tot meerdere stenen die in lange rijen staan opgesteld (zogenaamde alignments), van een klein hunebed tot enorme heuvels met meerdere ganggraven erin; en van steencirkels tot complete tempelcomplexen. De monumenten die van hout en/of aarde gemaakt zijn vertonen een even grote diversiteit. Deze enorme verscheidenheid van monumenten, waarover vaak ook relatief veel bekend is, maakt de nieuwe steentijd tot een intrigerende periode in onze geschiedenis.

Maar deze grote diversiteit in een paar alinea's beschrijven is helaas ondoenlijk. Daarom zal ik me beperken tot die elementen die voor het moderne Paganisme van belang zijn.

VOOROUDERCULTUS

De grote stenen monumenten uit de nieuwe steentijd zijn lang in de eerste plaats als graven beschouwd. Een hunebed zou het collectieve grafmonument zijn van een lokaal stamhoofd en zijn familie. Dat beeld is niet in overeenstemming met de werkelijkheid. Er werden in hunebedden zeker doden bijgezet, maar de functie van het monument ging veel verder dan alleen die van een graf. 'Vooroudertempel' komt waarschijnlijk meer overeen met de werkelijkheid. Er zijn uit verschillende landen en perioden voorbeelden bekend waarbij is aangetoond dat de

doden niet alleen in een hunebed of ander stenen monument bijgezet werden, maar er regelmatig ook weer uit werden gehaald. Hun botten werden waarschijnlijk gebruikt bij religieuze rituelen en/of feesten en daarna weer teruggelegd.

Verder kregen de doden bij hun bijzetting vaak grafgiften mee, in de vorm van potten met voedsel of gebruiksvoorwerpen. Waarschijnlijk werden dergelijke giften niet alleen bij de eerste bijzetting gedaan, maar herhaald telkens als er een ritueel of feest bij het monument werd gehouden.

Dit wijst op het geloof dat de overledenen op de een of andere manier voortleefden en betrokken waren of konden worden bij de activiteiten van de levenden. Ook het gegeven dat er verschillende typen monumenten zijn met permanente openingen wijst hierop. De geesten van de doden konden daar vrijelijk naar binnen of naar buiten gaan.

Hiernaast is het zeer aannemelijk dat de bijzetting van een dode kracht gaf. Er zijn veel voorbeelden bekend waarbij een dode is bijgezet in een monument dat overduidelijk geen graffunctie had. Zo werden er soms ook lichamen begraven onder de aarden wal van monumenten die verder geen graffunctie hadden, evenmin als de zogenaamde *henges*.

ZON EN SEIZOENEN

De hunebedden in Nederland hebben globaal een oost-westligging met een ingang op het zuiden en een dichte kant naar het noorden. Ook in het buitenland zijn monumenten bekend met een ligging die georiënteerd is op de vier windrichtingen en dus op de baan van de zon. De exacte betekenis hiervan is niet te achterhalen, maar een verband met de seizoenen (en/of de dagdelen) ligt voor de hand.

De ganggraven Newgrange in Ierland en Maes Howe in Schotland zijn zo gebouwd dat de zon er met Midwinter kort naar binnen schijnt, bij Newgrange met zonsopgang en bij Maes Howe met zonsondergang. De kamer waar de beenderen van de doden liggen wordt zo elk jaar eventjes verlicht. Het ganggraf Knowth in Ierland en een tempel op Malta zijn gericht op de lente-equinox van 21 maart, als de dag en de nacht

even lang zijn. De Engelse steencirkel Stonehenge is gericht op de langste dag, Midzomer. Hiernaast zijn er in heel Europa meerdere monumenten uit steen, aarde of hout bekend die gericht zijn op de windrichtingen en/of de zonnewendes of equinoxen. We kunnen dus wel concluderen dat de baan van de zon door de dag en door het jaar (de seizoenen) een spirituele betekenis had voor de mensen uit de nieuwe steentijd. Een die zo belangrijk was dat hij in de architectuur van hun monumenten werd opgenomen.

Overigens geldt dit ook voor de maan. Er zijn verschillende monumenten, vooral steencirkels, bekend die gericht zijn op de uiterste opkomst- of ondergangsposities van de maan. Hiernaast zijn er monumenten die gericht zijn op landschapselementen zoals heuvels en bergen of op andere monumenten. Van de overgrote meerderheid van de monumenten zijn overigens geen speciale gerichtheden bekend.

VRUCHTBAARHEID

Net zoals in de oude steentijd zijn er ook in de nieuwe steentijd aanwijzingen dat vruchtbaarheid een belangrijk spiritueel thema was. In Bretagne zijn deze aanwijzingen het sterkst. In deze Franse streek staan veel menhirs, grote rechtop geplaatste stenen die bij de eerste aanblik al fallische associaties oproepen. Op verschillende menhirs staan ook gravures van mannelijke symbolen zoals bijlen, dolken, gehoornde dieren en slangen. Menhirs werden vaak opgericht op laaggelegen, natte plekken in het landschap en soms werden ze na een tijd weer neergehaald om als deksteen voor een dolmen te dienen. De Bretonse dolmens hebben vaak een vorm die verondersteld wordt een gestileerd vrouwenlichaam voor te stellen. Door deze af te dekken met een mannelijke menhir werd vermoedelijk de bevruchting nagebootst.

Ook op de Britse Eilanden vinden we aanwijzingen voor het belang van vruchtbaarheid. In Avebury loopt een weg van een klein monumentje, dat *sanctuary* gedoopt is, naar het grote monument bij het dorpje Avebury. Dit monument bestaat uit een henge, een ronde aarden wal met een greppel eromheen, met daarin twee steencirkels. De weg van het sanctuary naar de henge is aangegeven door paren stenen. Aan de ene kant staan brede stenen en daartegenover aan de andere kant smallere

stenen. Een mogelijke interpretatie hiervan is dat de brede stenen een vrouwelijk symbool zijn en de smalle stenen een mannelijk symbool.

En zelfs het feit dat de zon met Midwinter bij Newgrange en Maes Howe naar binnen schijnt, kan als vruchtbaarheidssymbool worden uitgelegd. Dit gebeurt immers met Midwinter, als het plantenleven op aarde zo goed als afgestorven lijkt te zijn.

Midwinter is het keerpunt in deze koude en doodse periode. Vanaf dan worden de dagen weer langer en na verloop van tijd komen de eerste planten weer boven de grond. Het is goed voor te stellen dat de aarde hiervoor eerst bevrucht moest worden door de zon en dat dit uitgebeeld werd door de zon diep in de kamer van een stenen en aarden ganggraf te laten schijnen.

GODEN EN GODINNEN

Er is heel weinig bekend over wat voor geestelijke wezens de mensen destijds vereerden. Waarschijnlijk vereerden ze verschillende soorten goddelijke wezens, die per streek en per tijdvak verschilden. Er zijn uit de nieuwe steentijd zowel symbolische afbeeldingen als naturalistische afbeeldingen met vermoedelijk een spirituele betekenis bekend, maar de precieze betekenis laat zich slechts raden.

Bij de ganggraven in de Ierse Boynevallei komen spiralen, zigzagmotieven, driehoeken en concentrische cirkels veel voor, naast allerlei andere motieven. Bij Newgrange is de (drievoudige) spiraal het meest in het oog springend en dit symbool komt vooral voor op stenen die verband houden met het binnenvallen van het zonlicht.

Bij de andere ganggraven is er telkens een bepaald symbool dat naast andere het meest voorkomt. Het zou erop kunnen wijzen dat elk ganggraf aan een bepaald spiritueel wezen gewijd was, maar ook dat elk ganggraf bij een bepaalde familie, stam of clan hoorde.

Bij het aardewerk uit deze tijd zien we veel stijlverschillen tussen verschillende cultuurgroepen, maar het valt wel op dat er naast abstracte symbolen ook vaak dieren en vrouwelijke symbolen zijn afgebeeld. Aanwijzingen voor de verering van een godin en een god vinden we

ook bij de vondsten op Malta en Çatalhöyük in Turkije. Hier zijn veel tempels opgegraven en vinden we heel veel afbeeldingen, zowel geschilderd als in de rots gekrast en beeldjes, die er sterk op wijzen dat er als belangrijkste goddelijk wezen een godin vereerd werd die verband hield met vruchtbaarheid en dood. Maar deze godin moest haar plek in de religie van deze mensen delen met andere spirituele wezens. Op beide plaatsen zijn ook aanwijzingen gevonden voor mannelijke spirituele wezens: op Malta in de vorm van fallussen en in Çatalhöyük in de vorm van gehoornde mannelijke dieren.

ANDERE WERELDEN

Het is waarschijnlijk dat de mensen in de nieuwe steentijd geloofden dat er naast onze gewone wereld van mensen, dieren en planten ook nog andere werelden waren, waar spirituele wezens woonden. Er zijn door heel Europa duizenden offerplaatsen uit deze periode bekend en hierbij valt op dat deze zich vaak bevonden bij rivieren, meren, moerassen, bronnen, grotten, aan de kust of juist op hooggelegen plaatsen zoals bergtoppen. Ook werden er tientallen meters diepe putten gegraven waarin offers werden gebracht.

Dit wijst erop dat men geloofde dat onder het wateroppervlak, onder de grond, diep in bronnen en hoog in de lucht de woonplaats was van de wezens die met deze offers vereerd werden. Ook de kunst uit deze periode wijst hierop. Rotsgravures – veelal eenvoudige symbolische motieven zoals concentrische cirkels – zijn vaak op dergelijke plekken gevonden.

Concluderend kunnen we zeggen dat er in de nieuwe steentijd grote verschillen in de religieuze beleving en praktijk waren tussen verschillende regio's en verschillende periodes. Wel zien we overal dat religie erg belangrijk was en dat de mensen veel tijd en moeite staken in het bouwen van monumenten met een religieuze betekenis. Deze wijzen erop dat er grote gezamenlijke religieuze bijeenkomsten waren. Verder weten we dat het brengen van offers een belangrijk onderdeel van de religieuze praktijk was. In de religie was een grote rol weggelegd voor de overleden voorouders en voor andere spirituele wezens van beide geslachten.

Vruchtbaarheid, de zon en de kringloop van de seizoenen waren belangrijke thema's in de religies van de nieuwe steentijd. In de volgende historische periode, de bronstijd, zou dat zo blijven.

BRONSTIJD

De bronstijd in Europa valt tussen 2000 vjt en 800 vjt en slaat op de periode waarin brons als materiaal zijn intrede deed. In de periodes hiervoor was het gebruik van metaal nog onbekend en waren steen, hout, hoorn en bot de belangrijkste materialen om werktuigen en wapens van te maken.

Tegen het einde van de nieuwe steentijd was ook het bewerken van koper al bekend, maar dit metaal is te zacht om veel nut te hebben voor andere zaken dan sieraden. Brons is een legering van koper en tin en kan voor veel doeleinden toegepast worden. Deze nieuwe uitvinding is gedaan in het Nabije Oosten rond 2500 vjt en heeft zich daarna verspreid over de wereld. Rond 1800 vjt was brons ook in Europa redelijk algemeen.

Dit nieuwe materiaal zorgde echter niet voor een grote breuk met de nieuwe steentijd; steen, hout, bot en hoorn bleven naast brons belangrijke materialen en de culturele veranderingen in de bronstijd vloeiden voort uit veranderingen die al tegen het eind van de nieuwe steentijd waren ingezet. De grote megalithische monumenten raakten uit de tijd, ze werden kleiner en vervangen door aardn monumenten. Vooral de bouw van grote grafheuvels in verschillende vormen nam in de bronstijd sterk toe. Ook werden bestaande grafheuvels uit de nieuwe steentijd uitgebreid en voorzien van nieuwe bijzettingen. Verder kwam het cremieren en bijzetten in urnen in deze periode op.

Er zijn uit deze periode verschillende heiligdommen bekend. We weten van meerdere offerplaatsen in Duitsland op berg- of heuveltoppen. Hier werden offers gebracht door voorwerpen te verbranden of in een diepe rotsspleet te gooien. We weten niet voor welke spirituele wezens deze offers bedoeld waren, maar het vermoeden bestaat dat er een verband was met de zon, de maan en de sterren.

Op de Mittelberg in Duitsland is een beroemde vondst gedaan: de hemelschijf van Nebra. Op deze bronzen schijf staan de zon, de maan en

verschillende punten, die sterren kunnen voorstellen. Verder staan er twee gebogen lijnen op waarvan er een, gezien vanaf de vindplaats, de plek van de zonsoudergang met zowel Midzomer als Midwinter aan de horizon aangeeft.

Een andere vondst die wijst op een cultus waarin zon en maan belangrijk waren, is de 'zonnewagen van Trondheim'. Dit is een klein beeldje van paard en wagen met op de wagen een ronde schijf die aan de ene kant blinkt en aan de andere kant veel doffer is. Hij is gemaakt rond 1400 vjt en geofferd in een veen in Denemarken.

Er zijn uit de bronstijd veel offers in het veen bekend. Spectaculair zijn de luren (grote trompetachtige instrumenten) uit Denemarken en de gouden hoeden uit Duitsland. De versieringen op deze hoeden zijn geïnterpreteerd als zonnekalender, maar deze interpretatie is speculatief en zeer omstrede. Deze offergaven wijzen er wel op dat de spirituele wezens waaraan in het veen geofferd werd, belangrijk genoeg waren om kostbaarheden aan te offeren die veel tijd, geld en vakmanschap gekost hadden.

Het offeren in venen, meertjes en stromend water was een gewoonte die al duizenden jaren bestond maar in de bronstijd in belang toenam. Bijlen van steen en brons waren de belangrijkste offergaven, naast allerlei andere voorwerpen zoals geweien, hoorns, wielen, wapens, ketels, sieraden en de kostbaarheden zoals hierboven beschreven. Er waren bovendien speciale houten platforms om vanaf te offeren, die te bereiken waren met knuppelpadjes door het veen.

In het Drentse Barger-Oosterveld is zelfs een klein tempeltje in het veen gevonden. Het gaat om een klein houten gebouwtje (twee bij twee meter) in een kring van keien. Het dakhout is bewerkt om het op runderhoorns te laten lijken. We weten niet hoe lang het tempeltje in gebruik is geweest, maar wel dat het na enige tijd is afgebroken en dat de balken elders in het veen zijn achtergelaten of geofferd.

Afgezien van het feit dat de zon en maan een religieuze betekenis hadden en dat er veel geofferd werd in veengebieden, water en op hoge plaatsen is er weinig bekend over de religie van de mensen uit de bronstijd.

IJZERTIJD

Toen de ijzertijd rond 800 vjt aanbrak, leken de religieuze opvattingen uit de bronstijd zich eerst voort te zetten, maar daarna traden er grote veranderingen op. Het offeren in veengebieden en water ging in deze periode door. Wel zien we dat er naast de voorwerpen die in de bronstijd al geofferd werden, nu ook mensen als offer in het veen eindigden. Soms kregen deze offers een drievoudige dood. Zo is het 'meisje van Yde', dat rond het begin van de jaartelling in een Drents veen geofferd werd, eerst gewurgd en doodgestoken voor ze in het veen verdronken werd. Ook uit andere landen is een dergelijke behandeling bekend.

Dat de zon, en wellicht ook de maan, een belangrijke plek hielden in het spirituele gedachtengoed blijkt uit de rotstekeningen in met name Scandinavië, waarin wielen met vier of meer spaken veel voorkomen. Deze wielen stellen hoogstwaarschijnlijk de zon voor.

Bij diezelfde tekeningen vinden we vanaf de ijzertijd mensfiguren die vermoedelijk goden voorstellen die we kennen uit de latere pantheons van de Germanen en Kelten. Zo zijn er afbeeldingen van een man met een bijl en een man met een speer die vermoedelijk voorlopers van Thor en Odin zijn. Uit de Italiaanse Alpen kennen we een rotstekening die hoogstwaarschijnlijk de latere Keltische god Cernunnos voorstelt.

Ook de aarde en de landbouw hadden in deze periode een religieuze betekenis. Er zijn meerdere ploegen in het veen geofferd en er zijn ook ploegen afgebeeld als rotstekening. Bij enkele van deze tekeningen heeft de ploegende boer een erecte penis. Ploegen is een handeling waarbij de aarde geopend wordt om haar te kunnen bevruchten met zaaigoed. Wat later in de ijzertijd zien we grote veranderingen optreden in de religieuze praktijken van de mensen. De oude heilige plekken uit de bronstijd en de nieuwe steentijd raakten in onbruik en werden respectloos behandeld. Nieuwe heiligdommen uit de ijzertijd waren niet meer overwegend rond zoals voorheen, maar meestal vierkant of rechthoekig. Het offeren in velen bleef belangrijk, maar er werd tevens steeds meer in rivieren geofferd. Vooral wapens waren daar populair als offer.

In Europa ontstonden er nieuwe cultuurgroepen: de Kelten, Germanen en Romeinen. Het huidige Nederland ligt in het overgangsgebied tussen

de Keltische en de Germaanse cultuur en heeft vier eeuwen lang een sterke invloed van de Romeinen ondergaan. Daarom zal ik deze cultuurgroepen, hoewel er grote overeenkomsten tussen hen zijn, afzonderlijk behandelen.

DE KELTEN

Het ontstaan van de Kelten is lastig te dateren. De Grieken gebruikten het woord *keltoi* rond 500 vjt om de stammen aan te duiden in de omgeving van het huidige Marseille. Later noemden ze alle 'barbaren' zo. Feit is dat er destijds in grote delen van Europa, van Spanje via de Britse Eilanden, Frankrijk, Zuid-Duitsland en Oostenrijk tot in Bohemen in het huidige Tsjechië, talen werden gesproken die horen tot de Keltische taalfamilie. De eerste vorm van een materiële cultuur die we nu Keltisch noemen, ontstond in de bronstijd (rond 1200 vjt) bij de Oostenrijkse plaats Hallstatt. In de eeuwen hierna verspreidde deze cultuur zich over de Keltisch-sprekende volken van Europa, tot ze rond 500 vjt vrij algemeen was. Er ontstond een samenleving die strak hiërarchisch georganiseerd was rondom een krijgerselite, ingesteld op strijd te paard.

Rond 450 vjt ontstond er in de Moezelvallei en de Marnevallei een nieuwe stijl, die de La Tène-cultuur genoemd wordt. Deze stijl, gebaseerd op ingewikkelde vlecht patronen, ging in hoog tempo de Hallstattcultuur overvleugelen. Met de overgang naar de La Tène-cultuur kwam het krijgerselement nog sterker naar voren. Leiders uit de Hallstattperiode werden begraven in vierwielige karren met ceremoniële en jachtwapens en de La Tène-leiders in strijdwagens met oorlogswapens. Als grafgift werd vaak drinkgerei met Grieks en Etruskisch aardewerk meegegeven, want de La Tène-krijgerselite stond bekend om zijn drinkgelagen.

Over de religie van de Kelten weten we redelijk veel. Het is echter moeilijk om tot een eenduidig beeld te komen. Er zijn weliswaar ruim vierhonderd namen van goden en godinnen bekend, maar de meeste komen slechts een enkele keer voor. Waarschijnlijk waren het lokale godheden die alleen in hun eigen gebied of door hun eigen stam vereerd werden. De Kelten hadden, net als de andere volken uit deze periode, voor bijna elke rivier, elk gebergte, elk bos en elke streek een eigen godheid. De verpersoonlijking van een streek of landschap kenmerk met een

godheid ging heel ver. Zo heerste Dea Arduenna niet over de Ardennen, ze wás de Ardennen. De godin Sequana was de bronnen van de Seine en Rura was de rivier de Roer.

De Kelten kenden enkele godheden die in een veel groter gebied vereerd werden. De god Lugh is hier het bekendste voorbeeld van. Lugh had bijnamen als 'de veelzijdige', 'met de lange arm' en 'met de lange speer' en werd in het hele Keltisch-sprekende gebied vereerd. Ook de dondergod Taranis werd in het hele Keltische gebied aanbeden. Andere goden waren van regionaal belang, zoals de god Cernunnos, die vooral in Gallië en Belgica vereerd werd.

Veel Keltische goden en godinnen hadden een specifiek onderwerp waarover ze heersten, zoals een bepaald ambacht of dier. Oghma was zo de god van de schrijvers en Epona de godin van de paarden en ruiters. Ook hier gaat de personificatie ver: de god Oghma wás het Keltische Ogham-alfabet en Epona betekent letterlijk 'paard'. Desondanks valt het te betwijfelen of een god die in een groter gebied vereerd werd ook overal dezelfde functie had. Zo was de god Maponos in Gallië een genezer, in Brittannië een muzikant en in Wales een jager. Opvallend is dat de Kelten met hun krijgerscultuur de oorlog juist aan godinnen zoals Morrigan, Badb en Macha toevertrouwden en niet aan goden.

Een ander opvallend detail is dat Keltische godheden vaak in drievoud afgebeeld werden. De bekendste voorbeelden hiervan zijn de Matres of Matrones en de 'bemutste geesten'. De eersten waren moedergodinnen en het tweede drietal waarschijnlijk goden van voorspoed.

De Kelten kenden ook aan de zon een religieuze betekenis toe. Ze hadden een zonnegod die in Oostenrijk Belenus heette en op andere plaatsen wellicht andere namen had. Hiernaast is er een 'Keltische Jupiter' geweest, die vrij algemeen vereerd werd en misschien dezelfde godheid als Taranis was. Hij werd vaak afgebeeld met een zonnewiel zoals we dat al eerder in Scandinavië zagen.

Er zijn geen godheden bekend die verbonden waren met de maan, maar het valt wel op dat amuletten die gewijd zijn aan een genezingsgodin vaak de vorm van een maansikkel hebben. Verder is er in het heiligdom bij de helende bronnen van de godin Sulis Minerva een beeld van de Romeinse maangodin Luna gevonden. Ook weten we dat de Kelten hun

kalender op de maan baseerden en bij religieuze rituelen rekening hielden met de stand van de maan.

De Kelten hielden hun goden en godinnen vooral in ere door aan ze te offeren. Hiertoe werden de offerpraktijken uit de bronstijd in venen en water voortgezet en hiernaast werden er vaak dieren geofferd. Geofferde dieren werden na hun dood vaak opgegeten en/of gebruikt om te divineren, de wil van de goden te duiden. Zo kon bijvoorbeeld de vorm van de lever van een offerdier een boodschap van de goden bevatten of werden er beelden gezien in een vat met bloed van offerdieren. Een ander beschreven voorbeeld is de 'stierenslaap', waarbij iemand het vlees van een offerstier at en daarna door vier druïden in slaap gezongen werd. Tijdens die slaap zou hij dromen krijgen over het lot van de koning of het stamhoofd.

De Kelten offerden ook mensen aan de goden. Hiervoor gebruikten ze verschillende methodes. Het offeren van mensen in het veen is al eerder genoemd en past in het rijtje van doodsteken, doodschieten, ophangen, verbranden en verdrinken. Het lijkt erop dat bepaalde goden hun offers op een bepaalde manier gebracht wilden hebben. Zo zouden offers aan Esus opgehangen worden, aan Teutatus verdrinken en aan Taranis verbrand.

Veel van deze offers vonden plaats in heiligdommen. Deze heiligdommen waren in eerste instantie heilige bossen, meestal natuurlijke bossen maar soms ook aangeplante, of zelfs door rechtopstaande boomstammen nagebootste bossen. Uit veel vondsten blijkt dat bomen voor de Kelten een belangrijke spirituele betekenis hadden. Hiernaast kenden de Kelten ook gebouwen die als heiligdom diensdeden.

Er zijn in Frankrijk op heuveltoppen enkele tempelcomplexen uit de eerste en tweede eeuw vjt met stenen muren en poorten gevonden. Deze tempels laten ons tevens een ander element van de Keltische religie zien, namelijk het koppensnellen. Het gebruik om vijanden te ont-hoofden en hun hoofden te bewaren is door de Romeinen beschreven en er zijn twee poorten gevonden die ons dit laten zien. De poort van het tempelcomplex in Entremont is versierd met stenen hoofden en de poort van het tempelcomplex in Roquepertuse met echte schedels.

Beide tempelcomplexen stammen uit een tijd dat de Kelten nog niet onderworpen waren aan de Romeinen, die het offeren van mensen hardhandig uitbanden. Later zien we bij de Kelten de opkomst van omuurde stenen tempels naar Romeins voorbeeld met een binnenplaats. Vermoedelijk waren er verschillende soorten tempels. Sommige zullen de heiligdommen van een bepaalde stam zijn geweest terwijl andere aan een bepaalde godheid gewijd waren en door leden van verschillende stammen werden bezocht. Andere tempels waren verbonden aan (de godheid van) een heilige bron, rivier of bos.

Mensen gingen voor verschillende zaken naar verschillende tempels toe. Zo zijn er tempels gevonden waar zieken heen gingen om te genezen. Ze konden er afbeeldingen van het zieke lichaamsdeel aan de godheid offeren en daarnaast wellicht ook medische behandelingen krijgen. Maar ook voor andere doeleinden waren er tempels. Zo zijn bij de tempel van Sulis Minerva in Bath vooral plakATEN gevonden waarin gelovigen de godin vragen om verloren of gestolen goederen terug te bezorgen en de dieven zwaar te straffen.

In de tempels werkten waarschijnlijk priesters en priesteressen, maar we weten weinig over hen. Waarschijnlijk waren sommigen van hen gebonden aan een bepaalde godheid of tempel terwijl anderen een ruimer werkgebied hadden. Vermoedelijk waren er ook priesters die zich specialiseerden in zaken als offeren, divineren of genezen. De druïden, de bekendste priesterklasse van de Kelten, werden door de Romeinen hardhandig vervolgd en verloren als priesterkaste snel aan betekenis.

Een laatste belangrijk gegeven over de Keltische religie dat ik nog noemen wil, betreft de religieuze feesten. Hiervan zijn er vier aan ons overgeleverd, namelijk Samhaín, Imbolc, Beltane en Lammas. De viering ervan viel, volgens onze huidige kalender, rond respectievelijk 1 november, 1 februari, 1 mei en 1 augustus. De namen van de feesten zijn grotendeels Iers, maar er zijn aanwijzingen dat de feesten in het overgrote deel van de Keltische wereld gevierd werden. Samhaín was hierbij het einde van de zomer en tevens het begin van het nieuwe jaar. Er werd veel vee geslacht in deze periode en men vereerde (en vreesde) de geesten van de overledenen en andere wezens uit de Andere Wereld die

in de donkere tijd vrij spel hadden op aarde. Met Imbolc werd gevierd dat de schapen gingen lammeren en werd alle kwaad uit de donkere tijd verjaagd. Beltane was het begin van de zomer en markeerde het moment dat het vee naar de weidegronden ging. Lammas ten slotte was een oogstfeest en het moment waarop mensen zich verzamelden om handel te drijven, overeenkomsten te sluiten en recht te spreken. Hiernaast had elke stam zijn eigen feesten om de goden te eren en belangrijke momenten in het jaar te vieren.

DE GERMANEN

Rond 2000 vjt ontstond er in Denemarken, Noord-Duitsland en Zuid-Scandinavië een groep stammen die verwante talen spraken. In de loop van de bronstijd verspreidde deze groep zich over het grootste deel van Noord-Europa en in 90 vjt werden deze volkeren door de Griek Poseidonios voor het eerst Germanen genoemd.

De religie en cultusgebruiken van de Germanen verschilden niet veel van die van de Kelten en andere volken in Europa. Ze vereerden meerdere goden en godinnen en offerden voorwerpen, dieren en mensen in venen, water en op heilige plaatsen. Deze plaatsen konden, net als bij de Kelten, natuurlijke plekken zoals moerassen of bossen zijn maar ook door mensen gebouwde heiligdommen.

Evenals de Kelten kenden de Germanen een sterke krijgercultuur, maar in tegenstelling tot hen waren ze daarnaast sterk op de landbouw gericht. De Germanen kenden dan ook twee godengeslachten, namelijk de Wanen en de Asen. De Wanen waren aardse vruchtbaarheidsgoden en de Asen waren meer strijdende hemelgoden. Vermoedelijk is de Wanencultus ouder dan die van de Asen, maar beide bestonden al heel vroeg naast elkaar. Bij de rotstekeningen uit de bronstijd vinden we al sporen van beide godengeslachten.

Omdat de Germanen niet door de Romeinen veroverd zijn, en dus ook niet door hen beschreven, is er over hun religie minder bekend dan over de Keltische religie. Pas in de vroege Middeleeuwen en daarna in de Vikingtijd zijn er meer geschreven bronnen te vinden. En hoewel de rotstekeningen uit de bronstijd wijzen op een zekere continuïteit in de

religie, zullen er tussen verschillende periodes en regio's ook grote verschillen in zijn geweest.

De Germanen kenden een groot aantal goden en godinnen. De meeste hiervan zullen alleen in een bepaald gebied of door een bepaalde stam vereerd zijn. Voorbeelden hiervan zijn de godin Hludana, die in Friesland vereerd werd, en de Saksische stamgod Saxnot. Andere godheden waren aan een bepaald levensgebied of ambacht verbonden, zoals de godin Haeva, die de beschermster van het huwelijk en kinderen was, en de oorlogsgodin Baduhenna.

De bekendste god van de Germanen was Odin, ook wel Wodan of Woden genoemd. Deze god met zijn zesbenige paard Sleipnir en zijn speer is in zijn oervorm al terug te vinden op de rotstekeningen uit de bronstijd. De Romeinen stelden hem later gelijk aan Mercurius en schreven dat hij een van de belangrijkste Germaanse goden was. In de mythologie uit de Vikingtijd (achtste tot twaalfde eeuw) was hij de Alvader, de oppergod van de Asen. Hij werd vooral vereerd door de adel, krijgersheren en dichters. Odin ontdekte de Runen, bedreef magie en was constant op zoek naar wijsheid.

Ook de bekende dondergod Thor of Donar is al in de bronstijd terug te vinden. Als hij met zijn bokkenwagen over de wolken reed, veroorzaakte hij de donder en door zijn strijdhamer Mjölfnir te gooien, de bliksem. Thor was de bestrijder van de reuzen die de wereldorde bedreigden. Vanwege zijn enorme kracht en zijn strijdlust was hij erg populair onder krijgers. Zij droegen vaak zijn strijdhamer als amulet om hun hals. Odin en Thor behoren beiden tot het Asengeslacht.

De bekendste Germaanse godin was Freya, de godin van de liefde, seksualiteit en overvloed. Ook was Freya de godin van de vrouwelijke toverkunsten, de Seidr, en mocht ze zich de helft van alle gesneuvelde krijgers toe-eigenen. De andere helft behoorde aan Odin toe. Freya werd vooral door vrouwen vereerd.

Frey was de tweelingbroer van Freya en ook hij was vooral een vruchtbaarheidsgod, die vaak met een erecte penis wordt afgebeeld. De zon en de regen die de aarde vruchtbaar maken en de gewassen doen groeien,

waren de geschenken van Frey. Hij was dan ook vooral populair bij boeren. Frey en Freya zijn behalve tweelingbroer en -zus ook elkaars minnaar geweest. Tweelinggoden die elkaars minnaar zijn komen in het Wanengeslacht vaker voor.

Frey en Freya waren de kinderen van de tweeling Njord en Nerthus. Njord was de god die heerste over het zeeoppervlak en die voor de goede resultaten van vissers en handelaren erg belangrijk was. Zijn tweelingzus en minnares Nerthus was een aardgodin. Ter ere van haar werd jaarlijks een door koeien getrokken wagen rondgereden door de velden om de vruchtbaarheid van de aarde te bevorderen.

De Germanen zagen, zeker in de latere Vikingtijd, hun godheden als individuen met een menselijk uiterlijk, een menselijk karakter en bovenmenselijke krachten en macht. De goden waren wel verbonden met natuurkrachten maar verpersoonlijkten deze niet. Thor wás niet de donder maar veroorzaakte deze slechts. De goden konden mensen helpen op allerlei levensgebieden maar konden hen ook tegenwerken. Door middel van offers konden de goden gunstig gestemd worden en konden ze worden bedankt voor bewezen diensten.

Naast goden en godinnen kenden de Germanen een veelvoud aan andere (semi)goddelijke wezens, zoals reuzen, dwergen, alven, landgeesten en *disir*. De reuzen waren verbonden met krachten als vorst en vuur en waren de aartsvijanden van de goden. Dwergen waren bekwame ambachtslieden en magiërs. Alven waren mooie wezens die onder de aarde woonden en voorspoed en geluk konden brengen, maar ook onheil als ze kwaad werden. De landgeesten waren verbonden met de vruchtbaarheid van het land en moesten in ere gehouden worden.

In een oude IJslandse wet staat dat naderende Vikingschepen de drakenkoppen van de boeg moesten verwijderen om de landgeesten niet te laten schrikken. De *disir* waren vrouwelijke wezens die het lot van mensen positief of negatief konden beïnvloeden. Aan alven, landgeesten en *disir* werden net als aan goden offers gebracht om hen gunstig te stemmen. Al deze wezens bewoonden een wereld die zich, tenminste in de mythologie uit de Vikingtijd, bevond in de wereldes Yggdrasil. Yggdrasil was

een enorme boom waarin zich negen werelden bevonden, die met elkaar verbonden waren. Asgard en Vanaheim waren de werelden van de Asen en de Wanen, Lichtalfheim en Zwartalfheim de werelden van de alven en de dwergen, Muspelheim en Jotunheim werden bewoond door reuzen en de doden verbleven in de werelden Niflheim en Hel. Midgard ten slotte was de wereld der mensen. Yggdrasil werd constant bedreigd door herten die van zijn bladeren aten en een draak die aan de wortels knaagde. Op het moment dat de goden en hun bondgenoten zouden strijden tegen de reuzen en hun bondgenoten, en verliezen, zou Yggdrasil hieraan ten onder gaan. De latere Germaanse mythologie kende dus een vergaan van de wereld waarin zelfs de goden zouden sterven. Gelukkig zouden enkelen van hen later herboren worden en een nieuwe wereld stichten.

De ondergang van Yggdrasil laat in elk geval zien hoe sterk de Germanen geloofden dat alles bepaald werd door het lot in de persoon van de Nornen. De Nornen waren drie schikgodinnen die bij een bron aan de wortels van Yggdrasil woonden en het lot van elk mens sponnen. Hun namen waren Urd ('wat geworden is'), Verdandi ('wat in wording is') en Skuld ('wat komen zal') en duiden op verleden, heden en toekomst. Zelfs de goden waren onderworpen aan het lot dat de Nornen voor hen bepaald hadden.

Binnen de Germaanse religie was het brengen van offers aan de goden en andere goddelijke wezens de belangrijkste vorm van ritueel. Het offeren gebeurde op heilige plaatsen in de natuur of in tempels. Bij kleine persoonlijke offers was het waarschijnlijk het familiehoofd dat de offers bracht, maar hiernaast kenden de Germanen een aparte priesterklasse: mannen, en vermoedelijk ook vrouwen, die als taak hadden de erediensten te leiden en de offers te brengen. Het priesterschap kon gepaard gaan met allerlei taboes. Zo mocht een Saksische priester geen wapens dragen en niet op een hengst rijden. Naast priesters waren er ook ziene-ressen, die van hoeve naar hoeve trokken om daar in trance vragen te beantwoorden en voorspellingen te doen.

De Germanen kenden minstens drie religieuze feesten: een offerfeest aan het begin van de winter, een feest met Midwinter en een offer met Midzomer. Opvallend is dat de Germanen hun belangrijkste religieuze

feesten aan de zon koppelden, maar geen zonnegod kenden. Alleen uit de bronstijd zijn er veel Scandinavische afbeeldingen bekend van het zonnewiel, maar in latere periodes lijkt de zon geen cultische betekenis meer te hebben. De god Balder heeft weliswaar veel elementen in zich die met de zon in verband gebracht kunnen worden, maar hij is geen zonnegod te noemen. Naast de feesten die met de kringloop van de zon te maken hebben, zullen verschillende stammen in verschillende streken en periodes ook andere feesten gevierd hebben met betrekking tot de goden van de stam of streek.

DE ROMEINEN

Uit archeologische bronnen weten we dat de stad Rome rond 800 vjt is gesticht en uit de mythen en legenden is bekend dat Romulus medestichter en de eerste koning van de stad was. Rond 500 vjt werd Rome een republiek, die in de komende eeuwen haar territorium fors uitbreidde tot heel Italië, het Griekse rijk, Noord-Afrika en de mediterrane kust van Frankrijk. Toen in 44 vjt Julius Caesar aan de macht kwam, begon de periode waarin het Romeinse Rijk enorm groeide en het hele gebied rond de Middellandse Zee besloeg – en verder: van Egypte in het zuiden tot aan Engeland in het noorden. In onze streken was de Rijn de grens van het Romeinse Rijk.

Dit wereldrijk bleef bestaan tot de laatste Romeinse keizer, Romulus Augustulus, in 476 door invallende Germanen gedwongen werd af te treden. Het oostelijke deel van het Romeinse Rijk, met Byzantium (Constantinopel, het huidige Istanbul) als hoofdstad, bleef bestaan tot de verovering door de Turken in 1453.

Net als bij hun tijdgenoten draaide de religie van de Romeinen om het uitvoeren van rituelen en het brengen van offers die de vrede tussen de mensen en een ontelbaar aantal goden en godinnen moesten bewaren. In ruil voor de rituelen en offers van de mensen zouden de goden dan zorgen voor hulp, genezing, welvaart en voorspoed. Elk aspect van het leven werd door een of meerdere goden beheerst en was daarom met rituelen omgeven.

De eerste rituele feesten en de eerste tempel voor Jupiter zijn al ingesteld door Romulus (753-715 vjt). Zijn opvolger stelde het systeem van priesterklassen in en hij maakte de eerste rituele kalender. Tarquinius,

de eerste Etrusk die koning van Rome werd, introduceerde de godinnen Juno en Minerva en hiermee was het fundament voor de Romeinse religie gelegd.

De goden en godinnen van de Romeinen hadden in eerste instantie nauwelijks vorm of persoonlijkheid. Ze waren vooral *numina*, geesten of krachten met een naam, die middels rituelen voor een bepaald doel geactiveerd konden worden. De *numina* Vervactor ('Ploeger'), Reparator ('bereidt de aarde voor') en Imporcitor ('ploegt met een brede voor') bijvoorbeeld waren allemaal verbonden met het ploegen. Uit deze *numina* zijn waarschijnlijk de goden ontstaan.

Zo hoorde de landbouw bij de Romeinen tot het taakgebied van de godin Ceres. Maar deze godin, wier naam 'groeien' of 'vermeerderen' betekent, bestond eigenlijk uit tien verschillende godinnen of *numina*, die ieder een deeltaak binnen de landbouw vertegenwoordigden. Zo waren er Ceres de ploegster, Ceres de zaaister, Ceres de bemestster, Ceres de wiedzter, enzovoort.

Later werd Ceres meer als een godin gezien met meerdere taken en werkgebieden. Zo was ze ook een moedergodin met namen als 'Voedende Moeder' en 'Moeder van de Velden', en behoorde tevens de dood tot haar werkterrein. Bij het overlijden van een familielid werd er vaak een varken aan Ceres geofferd en het dodenrijk werd ook wel als de 'wereld van Ceres' aangeduid. Aanvankelijk waren de Romeinse goden dus weinig meer dan een naam met verschillende taken, ontstaan uit gecombineerde *numina*, voor wie bepaalde rituelen uitgevoerd moesten worden. Een voorbeeld hiervan is Bona Dea (Goede Godin), die verbonden was met geneeskrachtige kruiden.

Toen later, in de derde eeuw vjt, de invloed van de Griekse cultuur op de Romeinen toenam, werden de Griekse goden gelijkgesteld aan hun Romeinse tegenhangers. Jupiter werd gezien als de Romeinse variant van Zeus en Venus als de Romeinse Aphrodite. Ze werden ook in Griekse stijl met menselijke vormen afgebeeld. Nog later, in de eerste eeuw vjt, werden de Griekse mythen verbonden aan de Romeinse goden en godinnen. Op de rituelen, feesten en andere religieuze praktijken had dit verder weinig tot geen invloed.

De Romeinen koppelden soms drie goden aan elkaar om gezamenlijk te vereren. De bekendste combinatie van goden is Juno, Jupiter en Minerva, ontstaan uit een Romeinse god en twee Etruskische godinnen. Deze triade was vooral populair bij de Romeinse adel, de patriciërs. Jupiter was de god van het licht en het vuur, een hemelgod, wiens naam 'Stralende' betekent. Juno (Jonge Vrouw) heerste over vrouwenzaken en hielp met name bij zwangerschap en bevalling. Verder was ze de beschermgodin van het Romeinse grondgebied. Minerva ten slotte was de beschermvrouwe van de ambachtslieden, kunstenaars en artsen.

Een tweede drietal was de combinatie Ceres, Liber en Libera. Deze triade was erg populair bij het gewone volk en was verbonden met de landbouw en de vruchtbaarheid. Liber en Libera waren de god en godin van het mannelijke en vrouwelijke zaad en dus van de menselijke vruchtbaarheid. Ceres als landbouwgodin is hiervoor al besproken. Later werd Ceres onder invloed van de Griekse mythen gelijkgesteld aan Demeter en daardoor werd Libera beschouwd als haar dochter Persephone. Zo werd Ceres vooral een graangodin en Libera de heerseres over de onderwereld en de vruchtbaarheid van het land. Liber werd gelijkgesteld aan de wijngod Dionysos.

Een laatste drietal zijn de Matrones, die besproken zijn in het hoofdstuk over de Kelten.

De Romeinen stonden niet vijandig tegenover de goden van de door hen overwonnen volken. Ze werden vaak gelijkgesteld aan de Romeinse goden en kregen er een Romeinse naam bij. De Britse godin Sulis werd bijvoorbeeld vereerd onder de naam Sulis Minerva. De inheemse religies en rituelen mochten meestal naast de Romeinse blijven bestaan. Soms werd een uitheemse god of godin zelfs opgenomen in het Romeinse pantheon. Zo was de Egyptische godin Isis in het hele Romeinse Rijk populair.

Ook de aarde, zon en maan werden als goden vereerd, in de personen van Tellus, Sol Invictus en Luna. Tellus vooral door boeren, Luna door boeren en bestuurders van een tweespan paarden en Sol door boeren, bestuurders van een vierspan, de keizer en zijn legioenen.

De verering van goden en godinnen kon allerlei vormen aannemen. De meeste mensen deden vooral mee aan de grote openbare rituelen en vererden daarnaast de goden van hun stad, familie of ambacht.

Enkelen wijdden zich met name aan één god en werden lid van een mysterieschool. Dit waren religieuze groepen die zich richtten op de cultus van een bepaalde godheid. De rituelen en leringen waren geheim en alleen leden die waren ingewijd, werden hierbij toegelaten. De bekendste mysterieschool was de cultus rond de Perzische god Mithras. Zijn heiligdommen zijn in het hele Romeinse Rijk teruggevonden en werden vooral door legionairs bezocht.

Naast deze en vele andere goden en godinnen kenden de Romeinen nog meer spirituele wezens die met rituelen te vriend gehouden werden. Elke plek had zijn eigen beschermgeest, de *genius loci*, waaraan geofferd kon worden. In huis waren de *penates* (goden van de voorraadkamer) belangrijk, samen met de *lares*, de voorouders van de familie. Ook mensen konden na hun dood een bijna goddelijke status krijgen en vereerd worden als *divus*.

Een ander belangrijk aspect van de latere Romeinse religie was de verering van de keizer. Hij vertegenwoordigde de macht en de stabiliteit van de Romeinen en werd geëerd met offers.

De Romeinse goden en godinnen werden vooral vereerd in stenen tempels waar priesters (bij goden) en priesteressen (bij godinnen) de rituelen uitvoerden. Het gewone volk kon daar terecht om offers te brengen als dank voor verleende gunsten, om de raad van de goden te vragen en bij religieuze feesten. Er waren verschillende priesterklassen. Het belangrijkste waren de *flamines*, die zich wijdden aan de rituelen voor een bepaalde godheid. Slechts vijftien goden en godinnen hadden flamines tot hun dienst. De andere priesters en priesteressen dienden meerdere goden. Alle priesters, tempels en religieuze zaken stonden onder toezicht van de *pontifices*, priesters belast met het toezicht op de religie. Hiernaast waren er de *augures*, priesters die gespecialiseerd waren in divinatie, het duiden van de wil van de goden.

De Romeinen kenden een religieuze kalender waarop de belangrijkste feesten werden vastgesteld. Dit waren er ongeveer 45. Sommige van deze feesten duurden een dag, andere enkele dagen. Het kwam ook voor dat er op één dag meerdere feesten vielen. Aan de belangrijkste religieuze feesten deden veel mensen mee en aan andere alleen de vereerders van de desbetreffende godheid. Naast deze officiële feesten werden er in bepaalde streken of door bepaalde groepen ook andere religieuze feesten gevierd.

De religie van de Romeinen was, kort gezegd, een bont geheel van goden, godinnen en andere spirituele wezens waarvoor een complex geheel van rituelen en feesten werd gehouden.

IN DE LAGE LANDEN

De Lage Landen waren in de Romeinse tijd (14 vjt-400) een overgangsgebied van Keltische en Germaanse stammen én een grensgebied van het Romeinse Rijk. Grofweg was het gebied onder de Rijn bezet door de Romeinen en daarboven niet. We vinden in onze streken dan ook invloeden van alle drie de beschreven culturen. In onze contreien treffen we bijna alle Romeinse goden en godinnen aan, maar zijn de meeste gevonden altaren gewijd aan de Matrones of aan Mercurius. Toch waren ook Jupiter en Mars populair in de Lage Landen. De moeilijkheid is echter dat inheemse goden vaak de naam van hun Romeinse tegenhanger kregen. Met Mercurius wordt bijvoorbeeld ook regelmatig een vroege vorm van Odin bedoeld. Maar we treffen ook puur Keltische godheden aan, zoals Cernunnos op een altaar uit Luxemburg en een munt uit België. Er zijn riviergoden zoals Rhenus, de god van de Rijn, en Rura, de godin van de Roer, en stamgoden zoals de Friese godin Hludana. De godin Arcanua duikt soms op in Limburg en de Betuwe en er zijn tientallen goden en godinnen waarvan we alleen de naam kennen, zoals Salus, Hrustrga, Exoma en Galopia.

De bekendste godheden van de Lage Landen zijn toch wel Hercules Magusanus en Nehalennia. Magusanus is waarschijnlijk de stamgod van de Bataven geweest en is later met Hercules verbonden. Hercules was een (half)god voor veehouders en strijders en dat paste goed bij de Bataven. Hij werd vereerd in tempels bij Empel (Brabant) en Elst (Gelderland), en

op altaren werd hij afgebeeld als de Romeinse Hercules met een knuppel en een (driekoppige) hond. Het feit dat er drie grote tempels aan hem gewijd waren, laat zien hoe belangrijk hij was.

De Godin Nehalennia werd vereerd in Zeeland, waar ze minimaal twee tempels had. Er zijn meer dan honderd altaren gevonden die aan haar gewijd waren. Dit zijn altaren die als dank voor een gunst van de godin aan de tempel geschonken zijn. Nehalennia wordt afgebeeld als een zittende vrouw met meestal een hond en een mand fruit bij zich. Haar naam betekent iets in de trant van 'stuurvrouw' en ze zorgde voor behouden en succesvolle handelsreizen over zee en rivieren.

Na de Romeinse tijd vestigden zich Germaanse stammen in de Lage Landen en werden hier Germaanse goden vereerd zoals Wodan (Odin), Donar (Thor) en Saxnot, maar over deze periode is weinig bekend. De inhoudsopgave van een verder verloren gegaan boek, de *Indiculus Superstitionem* uit de negende eeuw, geeft wel wat aanwijzingen. Zo waren er godenhutten, tempels en heiligdommen in bossen en werd er geofferd bij bronnen en rotsen. Er waren feesten voor Wodan en Donar en men had godenbeelden uit hout, brood en textiel. Ook blijkt uit de inhoud dat er veel aan magie en divinatie gedaan werd. De exacte religieuze praktijken kunnen we helaas niet meer achterhalen.

DE KERSTENING

Met de kerstening kwam er een einde aan de heidense religies in Europa en werd het Christendom in al zijn varianten de dominante religie. In de eerste eeuw was het Christendom nog slechts een kleine sekte van joodse oorsprong die werd vervolgd omdat de aanhangers weigerden te offeren aan de keizer en de andere goden belachelijk maakten. Dit veranderde toen keizer Constantijn zich in 312 tot het Christendom bekeerde en het tot staatsgodsdienst uitriep.

Hierna bekeerden steeds meer mensen zich tot de nieuwe religie en nu waren het de heidenen die vervolgd werden. Rond het jaar 600 was het zuidelijke deel van de Lage Landen, dat bij het Romeinse Rijk gehoord had, grotendeels christelijk. In de achtste eeuw kerstenden de Franken ook het noordelijke deel, soms vreedzaam en soms te vuur en

te zwaard. In de eeuwen daarna werden tevens Scandinavië, Polen en Hongarije gekerstend en als laatste kwam in de veertiende eeuw Litouwen aan de beurt. De nomadische Sami werden pas vanaf de achttiende eeuw bekeerd.

Het nieuwe Christendom nam veel elementen van de heidense religies in zich op: kerken werden op heidense heilige plaatsen gebouwd en heilige bronnen aan christelijke heiligen gewijd. Kerkelijke feestdagen vielen op dezelfde data als oude heidense feesten en heidense rituelen werden tot christelijke omgesmeed. Een geschrift uit 1393 uit Zürich geeft aanwijzingen hoe namen van heidense goden in spreuken vervangen moeten worden door die van heiligen. In de magische geschriften uit de Middeleeuwen zijn al geen heidense goden of rituelen meer te vinden.

De oude heidense religies met hun tienduizenden jaren lange geschiedenis en ontwikkeling, hun enorme diversiteit aan goden en godinnen en hun verscheidenheid aan rituelen, feesten en gebruiken zijn met de kerstening helemaal uitgeroeid en verdwenen. Alleen in de praktijken van de nieuwe godsdienst, in de volksgebruiken en het volksgeloof zijn er nog vervormde sporen van terug te vinden.



DE GEBOORTE VAN HET MODERNE PAGANISME

Na de kerstening werd het Christendom in zijn verschillende vormen de dominante religie in Europa, vaak zelfs de enig toegestane religie. Het oude Heidendom werd als duivelse afgoderij of achterlijk bijgeloof beschouwd en heidense heilige plaatsen waren gekerstend of vernield. Alleen het geloof in bovennatuurlijke wezens (zoals aardmannetjes en elfen) en in heidense praktijken als magie en divinatie bleef onder het volk bestaan als marginaal verschijnsel naast het Christendom.

Toch zijn er altijd mensen geweest die het Christendom als *'one size fits all-religie'* niet bij zich vonden passen en naar het oude Heidendom neigden. Mensen die gefascineerd werden door oude heidense monumenten als hunebedden, grafheuvels en menhirs en die de mystiek en spiritualiteit hiervan aanvoelden. Een vroeg voorbeeld hiervan is de predikant William Stukeley, die in de achttiende eeuw onderzoek deed naar archeologische sites in Groot-Brittannië en deze toeschreef aan de Kelten en hun priesters, de druïden. Zijn preken kregen steeds meer een Keltisch karakter en zijn prekenbundel uit 1763 is opgedragen aan de aardsdruïde Veleda. Zijn tuin liet hij aanleggen als bosheilighdom en hij voerde er een Keltisch ritueel uit voor zijn doodgeboren kind. William Stukeley was de eerste moderne paganist en druïde.

DE ROMANTIEK

De ontwikkeling van het moderne Paganisme begon pas echt op gang te komen ten tijde van de Romantiek, aan het einde van de achttiende eeuw. Deze stroming zette zich af tegen het rationalisme, dat alles verstandelijk wilde verklaren, en legde de nadruk op het gevoel, de intuïtie, het onderbewuste en de natuur.

In de literatuur en de schilderkunst wilde men het ontzag voor de natuur en de natuurkrachten uitdrukken en vaak werd dit verbonden met spiritualiteit. Hiervoor werd vaak teruggesproken naar de spiritualiteit van onze heidense voorouders. De dichter William Wordsworth verwoordde het begin negentiende eeuw zo: *'I'd rather be / a pagan suckled in a creed outworn; / So might I, standing on this pleasant lea,*

/ have glimpses that would make me less forlorn; / have sight of Proteus rising from the sea; / or hear old Triton blow his wreathèd horn.’
Tijdens de Romantiek groeiden de interesse voor en kennis van het Heidendom sterk. De Griekse en Romeinse mythen werden weer bekend en vormden samen met de druïden een belangrijk thema in de kunst.

DE EERSTE MODERNE DRUÏDEN

In Groot-Brittannië ontstond grote belangstelling voor de Kelten, vooral voor de druïden, en de monumenten die aan hen toegeschreven werden. In 1781 richtte Henry Hurle de Ancient Order of Druids op, een genootschap dat zich bezighield met de Keltische cultuur.

Dit was de eerste in een hele reeks van druïdenordes die nog opgericht zouden worden (vaak afsplitsingen van eerdere ordes) en die zich van culturele genootschappen meer tot spirituele stromingen zouden ontwikkelen, met rituelen bij monumenten zoals Stonehenge die als Keltisch beschouwd werden.

Ook in Frankrijk deed zich een dergelijke ontwikkeling voor en ontstonden er vergelijkbare druïdenordes. Op dit moment is de in 1963 opgerichte Order of Bards, Ovates en Druids (OBOD) de grootste druïdenorde, met duizenden leden in heel Europa en de Verenigde Staten. Het aantal moderne druïden van alle ordes samen laat zich moeilijk vaststellen, maar zal op enkele tienduizenden uitkomen.

DE NIEUWE GERMANEN

Ook in niet-Keltische landen stimuleerde de Romantiek een nieuwe interesse in de geschiedenis en spiritualiteit van de heidense voorouders.

In 1873 noemde de IJslandse schrijver Grieg de religie van de Vikingen Asatru, wat ‘trouw aan het godengeslacht van de Asen’ betekent. In 1907 werd in Duitsland de eerste organisatie voor aanhangers van de Germaanse goden opgericht, de *Germanische Glaubens Gemeinschaft*. In de jaren dertig van de vorige eeuw richtte Alexander Rud Mills in Australië de First Anglecyn Church of Odin op, een rechts-extremistische spirituele organisatie voor mensen van Noord-Europese afkomst. In de jaren zestig en zeventig kreeg Asatru een flinke zet in de rug

doordat de IJslandse schrijver en zanger Sveinbjörn Beinteinsson zich inzette voor verspreiding en erkenning van deze religie. In 1972 werd Asatru in IJsland een erkende godsdienst.

Tegenwoordig spreken paganisten veelal van de Noordse Traditie om de verschillende spirituele stromingen en organisaties (zoals Asatru en Odinisme, die geïnspireerd zijn op de Germaanse religie) aan te duiden. De onderlinge verschillen tussen deze Noordse Traditiegroepen en -stromingen zijn erg groot. Sommige groepen zijn sterk rechts georiënteerd en hebben uitsluitend leden van 'Germaanse' afkomst, terwijl de meeste groepen apolitiek zijn en openstaan voor iedereen. Er zijn groepen die hun geloofsovertuiging en rituelen zo nauw mogelijk laten aansluiten op die van de oude Germanen of Vikingen en er zijn groepen waarvoor de geschiedenis slechts een inspiratiebron is.

De Noordse Traditie heeft momenteel enkele tienduizenden aanhangers in Europa en de Verenigde Staten.

WICCA EN HEKSERIJ

Hekserij, waar Wicca ook onder valt, is op dit moment zonder meer de grootste en belangrijkste stroming binnen het Paganisme en bovendien het hoofdonderwerp van dit boek. Ik zal de geschiedenis van Hekserij en Wicca dan ook wat uitgebreider bespreken.

Net zoals bij de vorige stromingen ligt de oorsprong van de Wicca en de moderne Hekserij bij de Romantiek. In deze stroming was grote belangstelling voor het onderbewuste, occultisme en magie. Er werd veel onderzoek gedaan naar folklore, volksgeloof en volksmagie en er kwamen veel genootschappen op waarbinnen occultisme en spiritisme beoefend werden. Dit maakte een onderwerp als Hekserij interessant en acceptabel voor een groter publiek.

Buiten dit gunstige geestelijke klimaat maakten drie schrijvers de weg vrij voor de geboorte van de Wicca en de moderne Hekserij. In 1899 publiceerde Charles Leland het boek *Aradia, or the Gospel of the Witches*, waarin hij beweerde de overgeleverde geheime religie van Italiaanse heksen te beschrijven. In 1921 verscheen het boek *The witch-Cult in Western Europe* van de Egyptologe en antropologe Margaret

Murray, in 1933 gevolgd door *The God of the Witches*. In deze boeken stelde zij dat de heksen die tijdens de heksenjachten verbrand zijn de volgelingen waren van een heidense religie waarin een gehoornde god vereerd werd. Deze hypothese heeft tientallen jaren standgehouden. Een andere schrijver die van grote invloed is geweest, was Robert Graves. Deze Engelse schrijver publiceerde in 1948 zijn boek *The White Goddess* over mythologie, waarin hij stelde dat alle Europese godinnen personificaties zijn van één godin die drie aspecten had: geboorte, liefde en dood, die samenhangen met de schijn gestalten van de maan. Deze drie auteurs leverden het raamwerk voor de wiccareligie die in de jaren vijftig ontstond en momenteel een van de belangrijkste stromingen binnen het Paganisme en de Hekserij is.

De geestelijk vader van de Wicca is Gerald B. Gardner. Hij publiceerde in 1949 de roman *High Magic's Aid* over Hekserij; in 1954, nadat in 1951 het verbod op Hekserij was opgeheven, verscheen het boek *Witchcraft Today* en in 1959 *The Meaning of Witchcraft*. In deze boeken beweerde Gardner dat hij was ingewijd in een traditionele heksengroep, een *coven*, in het Engelse New Forest en dat hij toestemming had om over deze religie te publiceren om het uitsterven ervan te voorkomen. Hij beschreef Hekserij als een religie waarin een Gehoornde God en een Drievoudige Godin vereerd werden en waarin jaarlijks acht seizoensfeesten gevierd werden, de sabbats, en twaalf of dertien volle manen, de esbats. Deze heksenreligie was een vruchtbaarheidsreligie die hij Wicca noemde en waarin het bedrijven van magie een belangrijke rol vervulde.

Gardner richtte een eigen coven op en wijdde in 1953 Doreen Valiente in als hogepriesteres van deze coven. Doreen herschreef een groot deel van de rituelen van Gardner en gaf zo het 'Boek der Schaduwen' vorm, waarin de rituelen van de Wicca staan. In de jaren hierna werden veel mensen ingewijd in de Wicca en ontstonden er meerdere nieuwe covens. De wiccatraditie van Gerald Gardner bestaat tot op de dag van vandaag onder de naam Gardnerian Wicca.

In 1963 werd Alex Sanders ingewijd, die in 1965 een eigen coven startte met zijn latere vrouw Maxime. Alex Sanders zocht vaak en veel de publiciteit en noemde zich de Koning der Heksen. Hij veranderde een en

ander aan het Boek der Schaduwen en vormde een nieuwe wiccastroming, de Alexandrian Wicca.

De Wicca verspreidde zich snel en kreeg steeds meer aanhangers, in Groot-Brittannië maar ook in Europa en de Verenigde Staten. Vooral in de VS groeide het aantal covens snel; desondanks oversteeg de vraag het aanbod. Hierdoor kwamen er door heel het land groepen en individuen op die aan Hekserij deden zonder te zijn ingewijd in de Wicca. Vaak beweerden zij, net als Gerald Gardner, de Hekserij geleerd te hebben van traditionele heksen.

Een van hen was Zsuzsanna Budapest, een feministisch activiste die in 1975 *The Feminist Book of Lights and Shadows* publiceerde over Hekserij en godinnenverering voor vrouwen. De nadruk lag hier sterk op De Godin en Hekserij werd ingezet voor de *empowerment* van vrouwen en politieke en maatschappelijke acties. Haar stroming is nog steeds erg populair onder de naam Dianic Wicca.

Naarmate de bekendheid van de Wicca toenam en zich meer mensen tot deze religie aangetrokken voelden, ontstonden er steeds meer verschillende vormen van Hekserij, zoals SEAX Wicca, Stregheria en Greencraft. Inmiddels zijn er tientallen wiccastromingen en andere varianten van Hekserij, die samen wereldwijd enkele honderdduizenden aanhangers hebben.

WICCA EN HEKSERIJ IN DE LAGE LANDEN

Wicca en Hekserij waren in de eerste jaren nog puur Angelsaksische verschijnselen en er waren uitsluitend Engelstalige boeken beschikbaar. In Nederland en België verscheen slechts heel af en toe een artikel over de Wicca in de media en dan nog uitsluitend over Wicca in Engeland.

Wie meer wilde weten, moest naar Engeland en daar is in 1971 dan ook de eerste Nederlandse wicca ingewijd door Alex Sanders. Een paar jaar later waren er een stuk of vier Nederlandse Alexandrian wicca's, die echter geen coven vormden. De eerste Gardnerian wicca's waren Morgana en Merlin, die in 1979 in Engeland werden ingewijd en datzelfde jaar het Nederlands-Engelse tijdschrift *Wiccan Rede* begonnen. De eerste covens in Nederland ontstonden in de jaren tachtig van de

vorige eeuw, een Gardnerian coven van Morgana en Merlin en een Alexandrian coven van Elsy Kloeg en Kobus van Doorne. Vrijwel alle huidige Gardnerian en Alexandrian covens in Nederland komen uit deze twee eerste covens voort. Ook de eerste Dianic wicca's en solitaire heksen begonnen in deze periode op te komen in ons land.

In 1992 begonnen de Alexandrians Hera en Arghuicha in Amsterdam een coven waarin ze sterk afweken van de gangbare Alexandrian traditie. Ze noemden hun wiccastroming Greencraft. Deze stroming zou vooral in Vlaanderen groot worden en in 2004 waren er 22 Greencraft-covens in België, Nederland en de Verenigde Staten.

In de tweede helft van de jaren negentig begon er een heksenhype in Nederland. Er verschenen veel Nederlandse boeken over Wicca en Hekserij en op internet waren veel websites en fora te vinden over het onderwerp. Vooral de boekenreeks, workshops en cursussen van Joke en Ko Lankester hadden veel invloed in deze tijd. Het tijdschrift *Wiccan Rede* kreeg meer abonnees en in 1997 introduceerden Morgana en Merlin het eerste heksencafé, in Utrecht. Dit waren (en zijn) maandelijks bijeenkomsten van wicca's, heksen, andere paganisten en geïnteresseerden in openbare cafés. Momenteel zijn er enkele tientallen heksencafés in Nederland en België.

Het aantal wicca-covens groeide sterk en het aantal heksen dat solitair of in informele groepjes werkte, nam nog veel sterker toe. Vaak ging het hierbij om mensen die geen geschikte coven konden vinden of bewust niet voor inwijding en covenlidmaatschap kiezen. Ook waren veel van de nieuwe heksen jonge meiden die op basis van tv-series als 'Charmed' via Hekserij aan hun *girlpower* werkten. Halverwege het eerste decennium van de eenentwintigste eeuw nam de hype af en bleven de serieuze beoefenaars van Wicca en Hekserij over. Een ruwe schatting is dat er in Nederland en België ongeveer vijfhonderd wicca's en twee- tot drieduizend andere heksen zijn.

Cijfers over Wicca en Hekserij in Nederland

Sinds de Wicca- en Hekserij-hype van eind vorige en begin deze eeuw zijn deze paganistische stromingen veel bekender en meer geaccepteerd geworden. Het wordt meestal niet gek meer gevonden als je zegt een wicca of moderne heks te zijn en hierdoor zijn veel mensen nu uit de bezemkast gekomen. Ook de wetenschap heeft de Wicca en Hekserij ontdekt; er zijn inmiddels ook in Nederland verschillende serieuze onderzoeken naar deze spirituele stromingen gedaan. Hierdoor weten we iets meer over de achtergronden van de aanhangers van deze stromingen.

De gegevens hieronder zijn afkomstig uit drie onderzoeken. Het eerste onderzoek is een afstudeeronderzoek van een cultureel antropologe uit Leiden uit 2002 die twintig wicca's en heksen heeft geïnterviewd, vijftien vrouwen en vijf mannen. Het tweede onderzoek is een enquête uit 2003 onder lezers van de *Wiccan Rede*, waaraan honderd vrouwen, vijftien mannen en één echtpaar hebben meegedaan. Het derde onderzoek is uit 2009 en gedaan door een masterstudent Social and Public Affairs van de International School for Humanities and Social Studies. Hieraan hebben 37 wicca's en heksen meegedaan, 28 vrouwen en negen mannen.

De eerste, niet erg verrassende, conclusie over de populatie wicca's en heksen laat zich dan ook meteen al trekken: Wicca en Hekserij zijn vooral populair onder vrouwen!

Qua leeftijd zijn Wicca en Hekserij vooral een aangelegenheid van wat jongere mensen. In onderzoeken 2 en 3 is respectievelijk 31% en 48% tussen de 20 en 30 jaar, 27% en 19% tussen de 30 en 40 jaar en 29% en 30% is ouder dan 40 jaar. Dit komt waarschijnlijk doordat Wicca en Hekserij pas relatief laat tot Nederland zijn doorgedrongen.

Wicca's en heksen in Nederland zijn relatief hoogopgeleid. Van de deelnemers aan de onderzoeken 2 en 3 had respectievelijk 38% en 80% een hbo- of universitaire opleiding afgerond. Dit relatief hoge opleidingsniveau laat zich verklaren doordat veel boeken over Wicca en Hekserij nog steeds in het Engels zijn en daarmee mogelijk een drempel vormen voor lager opgeleiden.

Uit onderzoek 2 bleek dat 70% van de deelnemers getrouwd was of samenwoonde, 15% een relatie had en 15% alleenstaand was. Onderzoek

3 laat zien dat 65% een baan heeft. De meerderheid werkt in de dienstverlening, waarvan 33% in de commerciële en 46% in de niet-commerciële dienstverlening. In onderzoek 1 is naar het stemgedrag gevraagd en daarbij bleek dat 85% op een linkse partij (SP, GroenLinks, PvdA) stemde.

Deze cijfers laten zien dat wicca's en heksen heel gewone mensen zijn en een heel normaal leven leiden. Wel hebben veel wicca's en heksen een linkse politieke voorkeur en werken ze waarschijnlijk daarom ook liever voor een non-profitorganisatie. Het is wel verrassend dat uit onderzoek 1 blijkt dat de deelnemers niet bovengemiddeld milieubewust of milieuvriendelijk zijn, ondanks hun verering van Moeder Aarde.

In onderzoeken 2 en 3 is gevraagd naar de religie waarin de deelnemers zijn opgevoed en daarbij bleek dat de overgrote meerderheid van de deelnemers van huis uit een christelijk geloof had meegekregen. Van de deelnemers aan onderzoek 2 had 38% een katholieke en 59% een protestantse achtergrond en bij onderzoek 3 was dat 43% en 25%. Aan onderzoek 2 deden geen deelnemers mee met een atheïstische achtergrond en bij onderzoek 3 had slechts 24% van de deelnemers die. Dat zijn opmerkelijke cijfers, aangezien volgens de Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid in 2005 ruim 48% van de Nederlandse bevolking geen religie had en slechts 27% en 16% katholiek of protestants was. Blijkbaar hebben Wicca en Hekserij vooral aantrekkingskracht op mensen die van huis uit een (christelijke) religie meegekregen hebben.

MODERN SJAMANISME

Een volgende stroming binnen het Paganisme is het moderne Sjamanisme. De term 'sjamaan' verwijst in de eerste plaats naar de traditionele genezers en zieners van inheemse volken uit Siberië, maar wordt momenteel gebruikt voor alle traditionele genezers die in trance met geesten werken. Het moderne Sjamanisme is opgekomen in de jaren zestig van de vorige eeuw onder invloed van boeken als *The Teachings of Don Juan* van Carlos Castaneda, waarin het gebruik van planten met een hallucinerend effect voor spirituele ontwikkeling wordt beschreven. In deze periode stond het gebruik van hallucinogene middelen volop in de belangstelling en werd er veel mee geëxperimenteerd.

Ook was er veel belangstelling voor de leefwijze en religie van traditionele natuurlvolken. Omdat veel van deze volken sjamanistische technieken gebruikten binnen hun religie en hun geneeswijzen, werd hierover steeds meer bekend. In 1980 publiceerde de Amerikaanse antropoloog Michael Harner zijn boek *The Way of the Shaman*, waarin hij een aantal sjamanistische technieken aanwees die vrij universeel gebruikt werden bij natuurlvolken. Hij maakte deze technieken los van hun culturele context en ging ze therapeutisch toepassen op en onderwijzen aan moderne westerlingen onder de naam kernsjamanisme.

In de jaren daarna nam de belangstelling voor het Sjamanisme sterk toe en gingen steeds meer mensen in de Verenigde Staten en Europa het beoefenen. In eerste instantie haalde men hierbij vooral inspiratie uit de tradities van de Noord-Amerikaanse Indianen en later ook steeds meer uit de tradities van inheemse volken van Siberië en Lapland. Hiernaast gingen allengs paganisten die zich baseren op de Keltische of Germaanse religies, sjamanistische elementen in hun spiritualiteit en rituelen toepassen. Ze baseerden zich hierbij op archeologische en historische bronnen die wezen op de sjamanistische praktijken van deze volken.

Het moderne Sjamanisme is de meest veelvormige stroming binnen het Paganisme en heeft waarschijnlijk ruim tienduizend beoefenaars in Europa en een veelvoud daarvan in de Verenigde Staten.

PAGANISME VANDAAG

Naast de hierboven beschreven stromingen Druïdisme, Noordse Traditie, Wicca/Hekserij en Sjamanisme kent het Paganisme nog een groot aantal kleinere stromingen. Deze diversiteit sluit goed aan op de traditie van het oude Heidendom, waarin ook een veelvoud aan religies en spirituele praktijken naast elkaar bestond die elkaar beïnvloedden.

Het Paganisme in al zijn verschijningsvormen groeit flink en trekt veel nieuwe aanhangers. In de Verenigde Staten zijn de Wicca en Hekserij de snelstgroeiende religies en ook in Europa neemt het aantal paganisten sterk toe. De diversiteit aan stromingen biedt iedereen iets dat bij hem of haar past en het gebrek aan dogma's en spirituele leiders spreekt veel mensen tegenwoordig aan.

Om de belangen van het Paganisme en zijn aanhangers te behartigen is in 1971 in Groot-Brittannië de Pagan Federation opgericht. Mede door de inspanningen van deze organisatie is het Paganisme inmiddels in veel landen erkend als religie, mogen er wettelijk geldige paganistische huwelijken gesloten worden en kunnen zieken en gevangenen een paganistische pastor krijgen voor geestelijke bijstand. Verder informeert de Pagan Federation instanties en het grote publiek over Paganisme om vooroordelen en discriminatie te bestrijden.

Buiten Groot-Brittannië, onder meer in Nederland en België, heeft de Pagan Federation verschillende zusterorganisaties opgericht onder de naam Pagan Federation International.

Naast de Pagan Federation en haar zusterorganisaties zijn er tegenwoordig nog tal van andere verenigingen waar paganisten van dezelfde of verschillende stromingen bij elkaar komen en hun religie praktiseren. Er zijn veel tijdschriften, websites en fora waarin paganisten informatie uitwisselen en er worden veel bijeenkomsten, rituelen en workshops georganiseerd. Er zijn veel boeken op de markt en paganisten in spe kunnen allerlei cursussen volgen.

Kortom, het Paganisme is een verzameling van moderne religies en spirituele stromingen, geïnspireerd op het oude Heidendom, maar gericht op de mens van tegenwoordig.



PAGANISTISCH WERELDBEELD

Omdat het Paganisme een verzameling verwante religies is, is er niet één paganistisch wereldbeeld: verschillende stromingen houden er verschillende wereldbeelden op na. Toch zijn er genoeg overeenkomsten om iets zinnigs te kunnen zeggen over de manier waarop paganisten naar de wereld kijken en antwoord geven op levensvragen. In dit hoofdstuk zal ik beschrijven hoe het wereldbeeld van paganisten er in grote lijnen uitziet.

SCHEPPINGSMYTHEN

De oude heidense volken van Europa hielden er verschillende scheppingsmythen op na. Sommige zijn bewaard gebleven en andere helaas verloren gegaan. Tegenwoordig zullen de meeste paganisten vooral geloof hechten aan de wetenschappelijke theorieën van de Big Bang en de evolutietheorie. De scheppingsmythen van de heidense religie waar hun stroming zich op baseert, zullen ze vooral als een symbolische beschrijving van de wetenschappelijke werkelijkheid zien.

Het Griekse verhaal waarin Chaos de aardgodin Gaia voortbrengt, die vervolgens de hemelgod Ouranos baart, sluit tamelijk goed aan bij de oerknaltheorie. Volgens de Germanen ontstond de wereld doordat ijs en vuur samenkwamen in de grote lege afgrond Ginnungagap en daar de reus Ymir deden ontstaan. De goden Odin, Vili en Ve vermoordden hem en gebruikten zijn lichaam om de wereld vorm te geven. Deze mythe vergt van de aanhanger van de Noordse Traditie wat meer fantasie, maar ook hier ontstaat de wereld door het samenkomen van grote krachten in een lege ruimte.

Wat beide mythen gemeen hebben, is dat de wereld niet een levenloze brok materie is, maar een bezielde en levend wezen, de godin Gaia of de reus Ymir. Dit denkbeeld zullen de meeste paganisten onderschrijven.

Zelf stel ik me voor dat er bij de Oerknal uit het Niets een Iets ontstond. Dit Iets is het heelal met al zijn sterren, planeten, rode reuzen en zwarte gaten, die allemaal om elkaar heen draaien. Het heelal zet op dit moment nog uit, maar zal ooit weer gaan krimpen om vervolgens

te imploderen. Bij deze Oerplof wordt Iets weer Niets en kan de cyclus weer opnieuw beginnen.

Voor mij is het Iets, het heelal of de kosmos, een groot levend wezen. De sterren en planeten die allemaal om elkaar draaien en zo de kosmos vormen, zijn te vergelijken met de elektronen die om een kern van protonen en neutronen draaien en samen de materie vormen waar bijvoorbeeld mijn lichaam uit bestaat. De verschillende sterrenstelsels zijn te vergelijken met de organen van een lichaam en de planeten met de cellen waaruit een orgaan bestaat. In deze optiek is de kosmos dus een groot levend geheel waarvan ons zonnestelsel, de aarde en ook wij onderdeel zijn.

Veel paganisten zullen op een vergelijkbare manier tegen de wereld en haar ontstaan aankijken en de kosmos als een levend wezen zien, wellicht zelfs als een goddelijk wezen en/of de bron van alle leven. Toch zullen de meeste paganisten zich in hun religieuze beleving niet intensief met de kosmos bezighouden. Die is voor mensen te groot om te kunnen bevatten en ligt achter de sluiers van het kenbare. Het is ook te groot om relevant te zijn voor mensen, net zoals een voor klein bootje alleen de volgende golf relevant is en niet de hele oceaan.

DE AARDE CENTRAAL

De paganistische religies zijn natuurreligies en stellen de aarde centraal. Net zoals de kosmos voor paganisten een groot levend wezen is, beschouwen zij ook de aarde als een groot levend wezen waar alle planten, dieren en mensen een onderdeel van zijn. Voor paganisten is Moeder Aarde letterlijk onze moeder. Wij zijn samengesteld uit aardse materie en voeden ons daar ook mee. Ondanks alle technologie van tegenwoordig zijn wij nog steeds voor honderd procent afhankelijk van de aarde en wat zij ons kan bieden.

De meeste paganistische stromingen kennen dan ook een aardgodin, zoals Gaia, Nerthus of Tellus Mater. Ook de zon en de maan zijn vaak goden, bijvoorbeeld Sol en Luna. De groei van planten wordt toegeschreven aan de werking van een godheid: denk aan Faunus, Flora of Cernunnos; en ook andere natuurverschijnselen – zoals onweer en aardbevingen – zijn het werk van goden als Thor en Poseidon.

Het idee van de aarde als godin is het meest uitgewerkt in de Wicca en andere vormen van moderne Hekserij. In deze stromingen is de aarde het lichaam van De Godin en zijn alle planten, dieren en mensen haar kinderen. Wicca's en andere heksen vereren deze Godin, viëren de seizoenscyclus die zij ondergaat en danken haar voor het voedsel en de andere gaven die ze ons geeft. Naast de aarde is voor wicca's en andere heksen de maan een belangrijke verschijningsvorm van de Godin. In de schijngestalten van de maan zien ze de levensfasen van de Godin: maagd, moeder en wijze oude vrouw.

In deze stromingen worden de zon en de levenskracht van de natuur gezien als uitingsvormen van De God. De God is zowel de zoon als de partner van De Godin en hun samenspel brengt alle levensvormen op aarde voort.

De belangrijkste religieuze feesten van wicca's en andere heksen zijn dan ook de acht jaarfeesten, waarin de kringlopen van de seizoenen in de natuur en de landbouw gevierd worden. Deze jaarfeesten worden verderop in dit boek nog uitgebreid behandeld.

DE ANDERE WERELD

Naast de 'normale', fysieke wereld erkennen de meeste paganisten ook nog het bestaan van een Andere Wereld. Dit idee bestond in de een of andere vorm bij de meeste oude heidense volken en komt nog bij veel natuurlvolken voor.

Deze Andere Wereld is niet materieel maar geestelijk en energetisch van aard; hij bestaat parallel aan de fysieke wereld en overlapt die deels. In deze Andere Wereld wonen allerlei wezens, zoals goden, geesten, natuurwezens en andere spirituele wezens. Deze wezens kunnen de fysieke wereld betreden en mensen kunnen naar de Andere Wereld reizen. Dit gebeurt bijvoorbeeld in dromen en in trance.

Bij de bespreking van sjamanistische technieken kom ik nog uitgebreid op de Andere Wereld terug.

DE DOOD

De vragen en antwoorden rondom de dood vormen een belangrijk onderdeel van bijna elke religie. Binnen het Paganisme wordt er op verschillende manieren over de dood gedacht. Een enkeling gaat ervan

uit dat het leven ophoudt bij de dood, maar de overgrote meerderheid gelooft dat de dood slechts een overgang naar een andere levensfase is. De manieren waarop men naar deze andere levensfase kijkt, verschillen echter sterk. Hieronder vertel ik vooral hoe ik zelf naar de dood kijk.

Ik hoor bij de groep paganisten die denken dat bij de dood een geestelijk deel van de mens zich losmaakt van het lichaam en naar de Andere Wereld gaat. Sommige overledenen blijven nog een lange of korte tijd dicht bij de aarde en maken soms contact met hun nabestaanden. Zo is een van mijn beste vrienden me eens persoonlijk komen vertellen dat hij overleden was.

Hierna gaan de overledenen volgens mij naar een plek waar ze uitrusten, samen met anderen die eerder heengegaan zijn; ze voegen zich bij de voorouders. Veel wicca's noemen deze plek het Zomerland. In veel paganistische tradities zijn sjamanistische technieken bekend om in de fysieke wereld contact te maken met de overledenen, de voorouders, en hen om raad te vragen. Vanuit dit Zomerland keren veel voorouders op een gegeven moment weer terug om op aarde herboren te worden. Binnen het Paganisme is de dood echter niet zo belangrijk. De religieuze beleving richt zich voornamelijk op de aarde en op het leven in het hier en nu.

PAGANISTISCHE ETHIEK

De verschillende stromingen binnen het Paganisme houden er verschillende meningen over ethiek op na. Bij sommige stromingen, zoals de Noordse Traditie, is de ethiek uitgewerkt in de 'Negen Nobele Waarden', bij andere stromingen bestaan hier nauwelijks richtlijnen voor. Binnen Wicca en Hekserij zijn er groepen die werken met een groot aantal 'heksenwetten', maar de meeste wicca's en heksen kennen alleen de *Wiccan Rede* ofwel de 'Oude Raad' als ethische leidraad. De *Wiccan Rede* luidt kort en bondig: 'Doe wat je wilt, mits het niemand schaadt.' Deze raad is de basis van de ethiek van wicca's en heksen.

Het feit dat de *Wiccan Rede* een raad, een advies, is, geeft al meteen het anarchistische karakter van Wicca en Hekserij weer. Mensen zijn vrije wezens die zelf hun beslissingen nemen en niet allerlei wetten en regels opgedrongen willen krijgen. Het eerste deel van de raad, 'doe wat je

wilt', benadrukt deze vrijheid nogmaals. Het tweede deel geeft wel een beperking aan het vrije handelen van mensen, namelijk: het wordt afgeraden – en in de praktijk vaak afgekeurd – om met je handelen iemand schade te berokkenen. Dit is mijns inziens meteen de enige logische reden om regels op te stellen. Iemand iets verbieden waarmee hij of zij niemand kwaad doet, is onzinnig en volgens mij (en veel andere wicca's en heksen) ook onethisch.

In de praktijk is het echter onmogelijk om de Wiccan Rede strikt na te leven. Vaak sta je in het leven voor keuzes waarbij je met je handelen altijd iets of iemand schade berokkent, hoe minimaal ook. Als je bijvoorbeeld aangevallen wordt en je kunt kiezen om jezelf wel of niet te verdedigen schaad je óf jezelf (als je het niet doet) óf de ander (als je het wel doet). Bij de keuze om een abortus te laten plegen schaad je het ongeboren kind en bij de keuze om het niet te doen wellicht de moeder.

Hierom is de Wiccan Rede ook geen wet, maar een advies en gaat het er bij de naleving ervan om, dat je telkens weer bij je handelen een afwijking maakt en zoekt naar manieren om te doen wat je wilt en daarbij zo min mogelijk schade veroorzaakt. Zo zal de een op basis van de Wiccan Rede een pacifistische veganist worden en de ander ervoor kiezen om met mate scharrelvles te eten.

Een ander aspect van de Wiccan Rede is dat je wordt uitgenodigd om je 'Ware Wil' te volgen, dus om te streven naar de vervulling van je diepste wensen. Als je een kantoortaan hebt die je niet bevredigt en je eigenlijk liever een biologische kruidenkwaker zou zijn, dan adviseert de Wiccan Rede je om manieren te zoeken dit ook te gaan doen. De Wiccan Rede is een oproep om je dromen en je levensdoel te verwezenlijken en je niet te laten tegenhouden door wetten en praktische bezwaren. (Mits het niemand schaadt, uiteraard.)

Naast de Wiccan Rede zijn er uit het Paganisme nog andere ethische adviezen te destilleren. Als je er in je religie van uitgaat dat de aarde je moeder is, is het een logische gevolgtrekking dat je je best doet om haar te beschermen tegen uitbuiting en vernietiging. Als je planten en dieren net als jezelf beschouwt als kinderen van de aarde, gun je hun ook de

ruimte om te leven. Milieubewustzijn en streven naar een natuur-, dieren- en mensvriendelijk leven zijn een logisch ethisch uitvloeisel van het Paganisme.

Ook de houding ten aanzien van het lichaam en seksualiteit is een aspect van ethiek, een dat in veel religies negatief beoordeeld wordt. Binnen het Paganisme is dat niet het geval. Het lichaam wordt door de meeste paganisten gezien als een onderdeel van de natuur en daardoor als onderdeel van het goddelijke. Mede hierom doen wicca's en heksen hun rituelen vaak naakt.

Seksualiteit wordt gezien als een natuurlijk, plezierig en heel nuttig onderdeel van het leven, zeker als het erop gericht is om nieuw leven voort te brengen. Binnen de Wicca, die in essentie een vruchtbaarheidsreligie is, wordt seksualiteit als heilig gezien en is de vereniging van man en vrouw, van Godin en God, op symbolische wijze een vast onderdeel van de rituelen.

Ook niet-heteroseksuele relaties en seks worden binnen het Paganisme over het algemeen beschouwd als heilige uitingen van liefde en lust.

RELATIVISME EN PRIESTERSCHAP

Paganisten denken niet dat zij de religieuze waarheid in pacht hebben en staan open voor de waarheden en religies van anderen. Dat doen ze binnen het Paganisme en ook daarbuiten. Een druïde zal niet vinden dat Odin niet bestaat en dat aanhangers van de Noordse Traditie een dwaalleer volgen of aan afgoderij doen. Een wicca zal het bestaan van hindoegoden als Shiva en Kali erkennen en hun afbeeldingen en tempels als heilig beschouwen. Paganisten gaan ervan uit dat de waarheid vele gezichten kent en dat iedereen de waarheid op zijn of haar eigen manier ervaart en beleeft.

Zij zullen de religie van anderen dan ook respecteren en zelf niet streven naar bekeerlingen. Wel verzetten veel paganisten zich tegen het fundamentalisme van andere religies, die hun waarheid en hun waarden en normen aan anderen proberen op te dringen.

Omdat paganisten ervan uitgaan dat iedereen op zijn eigen wijze de

waarheid en het goddelijke ervaart, heeft deze religieuze stroming geen gelovige leken. Iedere paganist is zijn of haar eigen priester of priesteres. Niemand kan een ander tenslotte vertellen hoe hij of zij het goddelijke moet beleven of wat hij of zij moet geloven. Bij paganistische rituelen zijn er geen toeschouwers, maar doen alle aanwezigen actief mee.

Wel zal een paganistische groep of ritueel vaak geleid worden door priesters en priesteressen met meer kennis en ervaring. In wiccacovens zijn dit vaak de hogepriesteres en de hogepriester, maar deze titels wijzen niet zozeer op een verschil in rang als wel op een verschil in taak en functie binnen de groep. Buiten de groep zal iedereen als zijn of haar eigen priester of priesteres zelf rituelen doen naar eigen smaak en inzicht.



GODEN EN GODINNEN

Net als de oude heidenen zijn de meeste paganisten van tegenwoordig polytheïsten: ze geloven in meerdere goden en godinnen. Wel kijken ze op heel verschillende manieren tegen die goden en godinnen aan. Voor sommigen zijn de goden echte individuele persoonlijkheden en voor anderen niet meer dan archetypen die in de menselijke geest werkzaam zijn. Ook de manier waarop paganisten met de goden omgaan verschilt sterk. Sommige paganisten hebben een persoonlijke band met een of meer goden en anderen doen er weinig mee. De een houdt zich alleen bezig met de goden en godinnen van een bepaald pantheon, terwijl de ander rituelen doet voor de goden waar hij of zij op dat moment behoefte aan heeft. In dit hoofdstuk zal ik deze verschillen nader toelichten en beschrijven hoe ik zelf de goden zie en met ze werk.

GODSBEELDEN

Er is een kleine groep paganisten die niet in goden en godinnen gelooft en er dus ook niets mee doet. Vaak zullen zij wel de aarde en alles wat daar in en op leeft als een samenhangend levend organisme beschouwen, maar deze Moeder Aarde niet als goddelijk zien. Zij vieren de jaarfeesten en misschien de kringloop van de maan zonder daar een religieuze interpretatie aan te geven.

Een andere, veel grotere, groep beschouwt de goden als archetypen die werkzaam zijn in de menselijke psyche. Archetypen zijn onbewuste ideeënstructuren rond een bepaald thema die in de menselijke geest aanwezig zijn. Een voorbeeld hiervan is het thema 'moeder'. Het begrip 'moeder' roept bij praktisch iedereen het beeld op van een vrouw die liefdevol haar kinderen voedt, verzorgt en beschermt. Door ervaringen met de eigen moeder kan het begrip 'moeder' natuurlijk andere associaties oproepen, maar in het algemeen is het beeld voor iedereen ongeveer hetzelfde. 'Moeder' is hiermee een archetype en dat archetype en de bijbehorende associaties kunnen worden bovengedaald door beelden in de kunst, in sprookjes en in mythologie. De godin Demeter die treurt om haar dochter Persephone, die door Hades naar de onderwereld is

ontvoerd, is een beeld dat het archetype Moeder activeert, evenals de Matrones die een zuigeling aan de borst hebben. Goden en godinnen kunnen ook meerdere archetypen vertegenwoordigen. Zo verenigt Odin de archetypen Vader, Krijger en Magiër in zich.

Paganisten die de goden als archetypen beschouwen, gebruiken ze in hun rituelen om de desbetreffende archetypen in hun eigen geest op te roepen, te versterken en toe te passen. Zo zal iemand die zijn zelfvertrouwen en kracht wil versterken in rituelen kunnen werken met Thor of Hercules. De keuze van een bepaalde godheid hangt af van iemands affiniteit met de god of het pantheon waar deze bijhoort en het specifieke doel waarvoor het archetype geactiveerd wordt. Als iemand kracht nodig heeft voor een paar zware taken, ligt Hercules meer voor de hand; maar als er kracht nodig is om een strijd aan te gaan zal eerder voor Thor gekozen worden.

Veel paganisten echter, net als hun heidense voorgangers, beschouwen de goden en godinnen als reëel bestaande, individuele spirituele wezens. Wezens met een grotere kracht, macht en wijsheid dan mensen, wezens waar je contact mee kunt maken en die de mens met raad en daad kunnen bijstaan of tegenwerken. Deze visie komt veel voor bij paganisten die werken met een bepaald pantheon, zoals de druïden of aanhangers van de Noordse Traditie. Maar ook veel eclectische paganisten, die met meerdere pantheons werken, beschouwen de goden als individuele spirituele wezens.

Aanhangers van dit godsbeeld erkennen de archetypische werking van de goden tijdens rituelen op hun geest, maar gaan er ook vanuit dat de hulp van de goden hier niet bij ophoudt. Zij vragen tijdens rituelen de goden om hulp of advies en gaan ervan uit (of hopen) dat de desbetreffende god of godin hier gehoor aan geeft. Vaak brengen ze hierbij, al dan niet symbolisch, een offer aan de god of godin en beloven ze een tegenprestatie als de godheid zijn of haar hulp verleent.

Toen ik een praktijk begon als kaartlegger vroeg ik in een ritueel de godin Fortuna mij hierbij te helpen. Een paar weken later kreeg ik de opdracht een cursusboek over de tarot te schrijven en als dank heb ik

de afbeelding van Fortuna uit de serie 'Goddess Cards' in dat cursusboek opgenomen.

Een laatste veelvoorkomende manier om naar de goden te kijken is hen te beschouwen als aspecten van één God en één Godin. Deze manier van naar de goden kijken komt vooral voor binnen de Wicca, de moderne heksenreligie waarin de Drievoudige Godin en de Gehoornde God vereerd worden. De Drievoudige Godin heeft binnen de Wicca drie verschijningsvormen, namelijk maagd, moeder en oude vrouw. Alle godinnen uit de verschillende pantheons zijn verschijningsvormen van deze Drievoudige Godin en vertegenwoordigen een deelaspect van haar. De Gehoornde God is haar zoon en partner en vertegenwoordigt de levenskracht die de cyclus van geboorte, leven, dood en wedergeboorte in de natuur op gang zet en in beweging houdt. Ook hier zijn alle andere goden verschijningsvormen van de Gehoornde God die verschillende deelaspecten van hem vertegenwoordigen. In dit godsbeeld zijn Diana en Selene verschijningsvormen van aspecten van de Drievoudige Godin als maagd, Isis en Demeter als moeder en Hecate en Hel als oude vrouw. Pan, Cernunnos en Frey zijn verschillende manieren waarop de Gehoornde God zich manifesteert.

HET WEZEN VAN DE GODEN

Los van de kwestie of de goden en godinnen nu als archetype, individueel spiritueel wezen of als aspect van de Drievoudige Godin of de Gehoornde God gezien worden, staat de vraag wat het wezen of de betekenis van een bepaalde god of godin is. Wie is Odin, wat zijn de kenmerken van Pan en wat is de betekenis van Cernunnos? Dit zijn vragen die niet zo gemakkelijk te beantwoorden zijn.

Een deel van de antwoorden is te halen uit de mythologie. Hoe gedraagt een godheid zich in de verhalen, wie zijn zijn ouders, wie zijn partner, wat is zijn beroep? Ook de rituelen en feesten die op een godheid betrekking hebben en de manier waarop hij of zij afgebeeld wordt, kunnen een deel van het antwoord geven.

Maar toch geven ook deze antwoorden alleen aanwijzingen en geen zekerheid. Zo was de god Liber vermoedelijk eerst de god van de mannelijke

vruchtbaarheid en werd hij later, onder invloed van de Griekse mythen, een god van de wijnoogst. Het Romeinse feest van de Lupercalia werd aan de god Faunus gekoppeld toen het feest al zo oud was dat niemand meer wist wat er eigenlijk gevierd werd. Jupiter werd in de oudste tempel vereerd in de vorm van een stuk vuursteen dat uit de hemel gevallen zou zijn en kreeg later een menselijke vorm. Goden en godinnen zijn dan ook, net als mensen, geen statische begrippen maar levende wezens die veranderen in de loop der tijd en voor verschillende mensen verschillende dingen betekenen. Voor de een zal Odin vooral de magiër zijn die de Runen onderwijst en voor de ander een sterke leider.

Om te weten wat een god of godin voor jou betekent, is het van belang om die godheid goed te bestuderen: de mythen, de afbeeldingen, de rituelen en zijn of haar plek in het desbetreffende pantheon. Verder is het goed om te mediteren over deze kennis, en zelf een tekening, schilderij, beeld of gedicht te maken over de godheid. Je kunt een symbool voor de godheid als sieraad bij je gaan dragen.

Hierna kun je als volgende stap contact leggen met de god of godin van je keuze. De beste manier is een ritueel doen waarin je hem of haar uitnodigt om contact te maken. Hiervoor kun je een aanroeping gebruiken die je baseert op zijn of haar namen en titels en wat je verder over de godheid weet. Ook kun je in trancereizen contact met hem of haar zoeken. Deze techniek komt later nog aan de orde.

Door een godheid grondig te bestuderen, op hem (of haar) te mediteren en hem regelmatig aan te roepen leg je op den duur een goed contact met hem, waardoor je zijn wezen beter leert begrijpen. En net als bij mensen zul je hem telkens beter leren kennen en ook telkens nieuwe kanten blijven ontdekken.

Als afsluiting van deze paragraaf over het wezen van de goden volgt hieronder een ritueel om Odin aan te roepen. De aanroeping is gebaseerd op mythologische namen en titels uit de verhalen in de Edda's en dient om Odin uit te nodigen contact met je te maken. Het helpt als je het ritueel op een passende plek uitvoert, zoals een hoogte met veel wind, of aan zee of een rivier.

Om contact te leggen met andere goden en godinnen kun je een vergelijkbaar ritueel uitvoeren.

Maak een altaar met voorwerpen die betrekking hebben op Odin. Je kunt denken aan een tekening van een valknut of een set Runen. In je hand houd je een lange stok met een spitse punt als speer. Mediteer een moment en spreek dan hardop de volgende aanroeping uit:

*Odin,
Alvader, Grote God,
Ik roep U aan!
Verberger, Veranderlijke,
Gemaskerde, Manteldrager,
Gehuld in hoed,
Grijsbaard, Hangsnor,
Eenoog, Oude,
Ik roep U aan!
Legerlust, Legerleider,
Speerman, Helmdrager,
Strijddruiter, Buitraper,
Zegevader,
Vader van gevangenen,
Vader van gevallenen,
Ik roep U aan!
Verschrikkelijke,
Bezoeker van gehangene,
Galg, Lus,
Heer der raven,
Ik roep U aan!
Zwerver, Moede Reiziger,
Wegkenner, Veelweter,
Vorser, Waaier,
Ik roep U aan!
Runenmeester, Magiër,
Vader van spreuken,
Dichter van magische liederen,
Drager der Staf,
Wakkere, Wijze,*

*Ik roep U aan!
Beschilderd Schild,
Verleider, Voeder,
Weldoener,
God der mensen,
Man, Ase,
Ik roep U aan!
Odin, Alvader,

Ik roep U aan!*

Hierna leg je uit waarom je contact wilt maken met Odin en dan roep je negen keer de rune Ansuz (zie het hoofdstuk over runenmagie). Vervolgens mediteer je een tijdje. Misschien zul je in je meditatie al contact met Odin ervaren, maar waarschijnlijker is dat dit pas later gebeurt. Ten slotte vul je een drinkhoorn met mede en offer je de helft als dank aan Odin. De andere helft drink je zelf op.

Na het ritueel ga je gewoon door met je studie en meditatie rond Odin en binnen enkele dagen of weken zul je merken dat er contact komt. Dit contact kan verschillende vormen aannemen zoals ingevingen, een gevoel van contact, dromen over Odin etcetera. Het is elke keer weer anders, maar als het zich voordoet, zul je het zonder meer herkennen.

WERKEN MET DE GODEN

Het Paganisme is een religie waarbij doen veel belangrijker is dan geloven. De meeste paganisten geloven in veel goden en godinnen, maar werken in de praktijk slechts met een paar godheden waar ze een goed contact mee hebben opgebouwd.

De meest eenvoudige manier van werken met een godheid is tegen hem of haar te praten en dingen aan hem of haar te vragen, kortom te bidden.

Dit kan op elk gewenst moment met een geïmproviseerde tekst zoals 'Odin, laat de wind alstublieft in mijn rug waaien nu ik deze berg op fiets' of 'Vrouw Venus, laat alstublieft de vonk tussen mij en mijn date overslaan vanavond'.

Als het gaat om een verzoek dat vaker terugkomt, is het goed om een standaardgebed voor die gelegenheid te hebben. Als ik in de clinch lig met instanties en voor ik met hen de strijd aanga, spreek ik vaak het volgende, Engelstalige, gebed aan Thor uit:

Thor, Lord of Thunder, grant me the power of thy mighty hammer to smash away all obstacles imposed on me by bureaucratic molochs!

Dit gebed spreek ik met krachtige stem en op stoere toon uit omdat het dan het meest effectief is. Net als bij de communicatie tussen mensen zijn bij bidden de intonatie, manier van spreken en lichaamstaal van invloed op de effectiviteit. Een gebed aan Venus kun je beter wat zachter en vriendelijker uitspreken dan het gebed aan Thor.

De bovenstaande gebeden zijn gericht aan goden waarvan het gevraagde tot het taakgebied behoort. Liefdesaangelegenheden horen bij Venus, wind bij Odin en strijdkracht bij Thor. Bij algemenere gebeden spreek ik de goden liever in het algemeen aan. Zo bedank ik elke avond voor de dag met het volgende gebed:

Goden, godinnen en geesten mij goed gezind, ik dank u voor deze dag. Ik dank u voor (bijvoorbeeld) de grote hoeveelheid werk die ik heb kunnen verzetten vandaag, het mooie weer, het feit dat ik zestien mooie kermisfoto's heb kunnen maken en dat ik een gezellige avond heb gehad met mijn vriendin en zoon. En ik vraag u om een goede nachtrust. Dank u!

En na mijn dagelijkse meditatiesessie spreek ik het gebed uit: *Mogen de kracht, liefde en wijsheid van de goden en godinnen de leidraad van mijn leven zijn.*

Een andere manier om met de goden te werken is een gebed achter op hun afbeelding te schrijven en de afbeelding op een strategische plek te bewaren. Zo heb ik jarenlang een afbeelding van Lakshmi (Indiase godin van onder meer overvloed) in mijn beurs gehad met achterop de wens dat ik altijd voldoende geld zou hebben. Op een notitieboek waarin ik aantekeningen maakte voor het schrijven van dit boek, zit een afbeelding van

Thot. Hij is de Egyptische god van kennis, wijsheid en het schrift en ik heb hem om hulp gevraagd bij het schrijfproces.

De belangrijkste manier om met goden te werken is echter het doen van een ritueel. Hierbij leg je op het altaar allerlei dingen die verband houden met de desbetreffende godheid, je brandt een toepasselijke wierook en/of een kaars in de juiste kleur en je roept hem of haar aan. Je vertelt wat je probleem is, vraagt de godheid je te helpen en vertelt wat je als tegenprestatie gaat doen. Ten slotte bedank je alvast voor de hulp. Meestal zul je als aanvulling ook nog een magische techniek toepassen om je doel te bereiken en daarna sluit je je ritueel af. Vervolgens ga je gewoon zelf aan de slag en je zult ervaren dat je hulp krijgt vanuit allerlei onverwachte hoeken. Een ontmoeting, een berichtje in de media, een aanbod van een vriend of een andere toevalligheid die je verder brengt. Later, als je je doel bereikt hebt en je tegenprestatie aan de godheid geleverd, kun je de godheid nogmaals aanroepen in een ritueel en hem of haar dan formeel bedanken.

OFFERS

Van oudsher is het brengen van offers aan de goden een belangrijk onderdeel van het Heidendom, en ook in het moderne Paganisme is offeren belangrijk. Het is een manier om iets terug te doen voor de goden als dank voor hun hulp, advies of gewoon voor het contact dat je met hen hebt.

In het Heidendom bestond het brengen van offers vooral uit het achterlaten van voorwerpen op heilige plaatsen. In vennen, bronnen en rivieren zijn honderden offergaven gevonden zoals bijlen, wapens, sieraden en andere voorwerpen.

Ook moderne paganisten laten nog steeds voorwerpen achter op dergelijke plekken, alleen letten we er tegenwoordig op dat deze voorwerpen biologisch afbreekbaar zijn en het milieu niet vervuilen. Een metalen voorwerp kan nog net, maar plastic is uit den boze.

Het offeren van dieren zoals dat in het Heidendom gebruikelijk was, is tegenwoordig een zeldzaamheid geworden en wordt alleen door een

heel kleine minderheid nog gedaan. Zij slachten het dier dan op rituele maar zo diervriendelijk mogelijke wijze, bereiden het en eten het op tijdens of na hun rituelen. Mensenoffers komen uiteraard helemaal niet meer voor. Wel offeren sommige paganisten soms een beetje van hun eigen bloed. Zo wijd ik zelf een nieuw Boek der Schaduwen in door in mijn vinger te prikken en een druppel bloed op de eerste pagina te laten vallen.

Ook het verbranden van voorwerpen als offer komt bij moderne paganisten voor. Vaak gaat het hier om talismans of papiertjes waarop een spreuk of wens geschreven is. Dit soort offers maakt vaak deel uit van een magisch ritueel. Het branden van wierook tijdens een ritueel wordt ook wel als brandoffer aan de goden gezien.

Het meest voorkomende offer in rituelen bestaat echter uit voedsel en drank. Een wiccaritueel eindigt vrijwel altijd met het zegenen van koekjes en wijn. Een deel hiervan wordt opgegeten door de deelnemers en een deel wordt buiten achtergelaten voor de goden (of de vogels, muizen en andere beestjes).

Binnen de Noordse Traditie is het brengen van offers in de vorm van een heildronk op de goden een belangrijk onderdeel van de rituelen. Bij zo'n heildronk of *sumbl* wordt een drinkhoorn met mede omhooggehouden en brengt men een toost uit op de goden. Vaak wordt hierbij een wens of een woord van dank uitgesproken. Ook hierbij drinken de deelnemers eerst zelf van de mede en wordt daarna een deel van de mede in een schaal geschonken, die later buiten op de aarde leeggegoten wordt.

Een andere methode die wel gebruikt wordt, is na elk ritueel wat kleingeld in een spaarpotje te stoppen en dit later aan een goed doel te doneren.

De belangrijkste manier om aan de goden te offeren is echter tijd en energie aan ze te besteden door hen te bestuderen, contact te leggen, rituelen te doen, hun eer te bewijzen en hun lessen en advies in de praktijk te brengen. Ook het leveren van een tegenprestatie na bewezen diensten is een vorm van offeren.

ENKELE HEKSENGODEN

Tot slot van dit hoofdstuk wil ik nog enkele goden en godinnen bespreken die in het Paganisme, en vooral binnen de Hekserij, erg belangrijk zijn.

Pan

De Griekse god Pan was een van de eerste goden die binnen het Paganisme weer vereerd werden. Tijdens de Romantiek, vanaf de tweede helft van de achttiende eeuw, kwamen de Griekse mythen, goden en godinnen weer volop in de belangstelling en de god Pan was degene die het meest tot de verbeelding sprak. Hij kwam veelvuldig voor in de literatuur, schilderkunst en als (tuin)beeld, en kreeg ook weer vereerders. In de begintijd van de Wicca en de moderne Hekserij werd Pan vaak gezien als de personificatie van De God.

Oorspronkelijk was Pan een god in de Griekse streek Arcadië en vanaf de vijfde eeuw vjt werd hij in heel Griekenland populair. Pan heeft een half menselijk, half dierlijk uiterlijk: hij heeft de achterpoten, staart en hoorns van een bok en verder een menselijk lichaam. Hij is de zoon van de god Hermes en de vrouw Penelope en hij werd na zijn geboorte vanwege dit uiterlijk verstoten door zijn moeder en opgevoed door nimfen. Pan werd vereerd in grotten die in de eerste plaats aan de nimfen gewijd waren.

Zijn relatie met de nimfen was desondanks niet erg goed. Hij probeerde wanhopig hun liefde te winnen maar dat liep vaak uit op (poging tot) verkrachting. Een verkrachting werd in Griekenland aangeduid als een 'Panhuwelijk' en anale seks als 'Pan eren'. Pan is dan ook de god die de lust en de driften personifieert.

Maar in de eerste plaats is Pan een herdersgod. Hij heerste over de geiten en de jaarlijkse trek van herders van de ene naar de andere weide. Zijn verlangen naar liefde en seks deelt hij met de herders, die maanden van hun geliefde gescheiden zijn, en net als zij leeft hij zijn lusten soms uit op loslopende nimfen, vrouwen of dieren.

Evenals de herders is Pan een figuur die op de grens van de wildernis en de beschaving leeft. Hij is veel in de vrije natuur, maar soms ook

onder de mensen. Net als de aan hem gewijde geit is hij half wild en half tam. Hij brengt orde in de wildernis door de jaarlijkse herderstrek in te stellen en hij brengt chaos in menselijke gezelschappen door met zijn muziek en dans iedereen tot wilde vervoering te brengen. Bezetenheid, bijvoorbeeld door epilepsie, werd vaak aan Pan toegeschreven.

Pan is geen strijder, maar kon wel paniek teweegbrengen in legers en die zo op de vlucht doen slaan.

Tegenwoordig wordt Pan vooral gezien als de God van de vrije natuur en alles wat wild is in de mens, zoals lust, seksualiteit, drift en extase.

Diana

Diana (bij de Grieken: Artemis) is een Romeinse godin die vooral vereerd werd op heilige plekken in bossen. Pas in de zesde eeuw vjt kreeg ze haar eerste echte tempel. Ze is de godin van het woud, het wild en de jacht en werd dan ook vereerd door jagers. Vooral het hert en de beer zijn aan haar gewijd. Ze is de dochter van Jupiter en de Titanendochter Latona en de tweelingzus van Apollo. Meestal wordt ze afgebeeld als jageres met een boog. Ze is verbonden met de nieuwe maan, het eerste maansikkeltje dat zichtbaar is na de maanloze nachten.

Diana is een maagdelijke godin en werd vooral vereerd door vrouwen en slaven.

Diana werd tot in de zesde of zevende eeuw nog vereerd door vrouwen; rond 900 werd ze door de kerk 'de Godin van de Heidenen' genoemd en met Hekserij in verband gebracht. In het boek *Aradia, or the Gospel of the Witches* wordt beschreven hoe Italiaanse heksen Aradia, de dochter van Diana, vereren en in 1921 opperde de antropologe Margaret Murray dat de heksen die in de Middeleeuwen verbrand waren, de god Dianus en de godin Diana vereerden. Op basis hiervan werd Diana in de beginperiode van de Wicca en de moderne Hekserij een belangrijke godin voor heksen. De feministische wiccatraditie van Zsuzsanna Budapest heet daarom nog steeds Dianic Wicca.

Hecate

Hecate is een heel oude Griekse godin, de dochter van de Titanen Phoebe en Koios en de kleindochter van Gaia en Ouranos. In de strijd tegen de Titanen streed ze aan de zijde van Zeus en werd zo de enige Titaan die haar positie behield na de overwinning van de Olympische goden.

Hecate wordt afgebeeld als vrouw met zes armen en drie hoofden, soms alle drie menselijk en soms met de koppen van een hond, paard en slang. Ook wordt ze afgebeeld als drie vrouwen met hun ruggen tegen een pilaar. Meestal heeft ze een toorts en een mes bij zich, maar soms ook een sleutel, een touw of een Grieks kruis. Regelmatig heeft ze gezelschap van raven, slangen of uilen. Verder heeft ze twee spookhonden die met hun geblaf haar komst aankondigen. Haar beeld werd vaak op driesprongen geplaatst.

Hecate werd aangeropen door vrouwen tijdens de bevalling en ze is de beschermster van jonge kinderen. Ook zeelieden riepen haar aan voor bescherming, evenals veehouders, van wie ze de kuddes beschermde. Haar belangrijkste associatie is echter die met de dood. Ze is de godin van overledenen die geen rust kunnen vinden en loopt vaak met haar honden over kerkhoven.

Hecate is de koningin van de Onderwereld en via haar kan men contact leggen met de overledenen. Ook helpt ze bij het bedrijven van magie. Op veel kruispunten, driesprongen en poorten en deuren stonden altaren voor Hecate, waar om middernacht honden geofferd en magie bedreven konden worden.

In de Hekserij wordt Hecate momenteel steeds populairder, vooral bij mensen die veel werken met de geesten van overledenen of met mediumschap.

Odin

Odin is de oppergod en alvader van de Germanen en al eerder kort beschreven. Hij wordt afgebeeld als een oudere, bebaarde man met één oog en een donkere hoed op. Vaak rijdt hij op een paard met zes benen en heeft hij een wolf en twee raven bij zich. Odin heeft een speer als wapen.

Odin wordt vooral vereerd binnen de Noordse Traditie, maar ook binnen de Hekserij heeft hij veel aanhangers. Deze laatste groepen vereren hem vooral in zijn aspecten van zoeker naar wijsheid en runenmeester. In de mythologie van de Edda's staan veel verhalen waarin Odin door de negen werelden reist om reuzen en dwergen te bezoeken en hen uit te horen over hun mythologische kennis en wijsheid. Hij offert zelfs

zijn oog om te mogen drinken van de bron van Mimir, waarin veel wijsheid zit.

Odin is ook een magiër die de geest van een overleden zieneres uit het graf oproept om haar te ondervragen over het lot van zijn vermoorde zoon Balder. Hij kent veel toverspreuken, kan van gedaante veranderen en hij heeft de magische Runen ontdekt. Odin is ook een genezer; de beroemde Merseburger toverspreuk om botbreuken te genezen is van hem afkomstig. Odin wordt er zelfs van beschuldigd dat hij de magie van vrouwen heeft beoefend, in de Vikingtijd schandelijk voor een man.

Freya

Freya is in de Germaanse godenwereld de belangrijkste godin van het godengeslacht der Wanen. Ze is de tweelingzus van de vruchtbaarheidsgod Frey en neemt naast Odin de belangrijkste plaats in onder de goden. Freya wordt afgebeeld als een mooie, strijdbare vrouw met een gouden halsketting die haar onweerstaanbaar maakt. Haar naam hangt samen met het oud-Duitse *Fro*, dat zowel 'vrouw' als 'vrij' en 'vrolijk' betekent.

Freya is de godin van liefde en seksualiteit, ze heeft talrijke minnaars – waaronder haar eigen broer. Soms verleent ze zelfs seksuele diensten tegen een vergoeding. Zo sliep ze eens met vier dwergen opdat zij de halsketting voor haar smeedden die haar onweerstaanbaar maakt voor mannen. Ze houdt erg van liefdesliedjes en verhoort vaak de gebeden van vrouwen en mannen die ongelukkig zijn in de liefde.

Freya is ook de godin van weelde en overvloed. De namen van haar dochters Hnoss en Gersimi betekenen 'kostbaarheid' en als ze huilt, zijn haar tranen van rood goud. Het vrouwelijke everzwijn waar ze op rijdt, heeft gouden borstels en is zowel een symbool van vruchtbaarheid als van overvloed.

In andere mythen rijdt ze op een strijdswagen die getrokken wordt door twee katten of vliegt ze door de lucht met een kleed van valkenveren. Deze dieren verwijzen naar Freya als godin van de vrouwelijke magie. Freya was de godin die vrouwen onderwees in Spá en Seidr, sjamanistische

manieren van divinatie en magie op basis van trance. Een van haar titels is Draagster van de Seidrstaff.

Daarnaast staat Freya in verband met de dood van krijgers: na de strijd kiest zij de helft van alle gevallen krijgers om haar te vergezellen naar haar paleis in Asgard. Hierna is de andere helft voor Odin.

Freya is tegenwoordig nog steeds erg populair binnen de Noordse Traditie en binnen de Hekserij.

Cernunnos

Cernunnos wordt binnen de Wicca vaak gezien als de personificatie van De God en heeft de plaats van Pan ingenomen als belangrijkste god binnen de Hekserij. Er is weinig meer bekend over deze Gallische godheid dan een tiental afbeeldingen en zijn naam, en waarschijnlijk is dat ook de belangrijkste reden van zijn populariteit. De afbeeldingen van Cernunnos spreken tot de verbeelding en er is geen mythologie bekend die nare trekjes van zijn karakter laat zien.

De oudst bekende afbeelding van Cernunnos is een rotstekening uit Italië uit de vierde eeuw vjt waarin hij een gewei op zijn hoofd heeft en omwikkeld is door een slang. De bekendste afbeelding staat op de ketel van Gundestrupp, een Keltische ketel uit de eerste eeuw vjt die in een Deens veen is gevonden. Hierop zit de god in kleermakerszit met een gewei op zijn hoofd en een slang met ramskop in de ene hand en een torc (een halsketting van goud die alleen gedragen werd door de rijke adel van de Kelten) in de andere. Om hem heen zijn allerlei bosdieren afgebeeld.

Deze houding, het gewei, de slang en de torc zijn Cernunnos' meest karakteristieke kenmerken.

De naam Cernunnos betekent 'Gehoорnde' of 'Geweidrager' en staat onder een afbeelding van deze god op een altaar dat in de jaren zeventig van de vorige eeuw in Parijs gevonden is. De naam komt zonder afbeelding voor op twee inscripties uit Luxemburg.

Omdat er geen mythen over Cernunnos bekend zijn, moeten we zijn betekenis afleiden uit de manier waarop hij is afgebeeld. Uit het gewei

en de associatie met bosdieren weten we dat Cernunnos een bosgod is, verbonden met het wild en het bos zelf. Een beeld van Cernunnos uit Frankrijk heeft twee gaten in het hoofd waarin geweistangen gezet konden worden en weer uit verwijderd, afhankelijk van het seizoen. Een edelhert werpt zijn gewei namelijk in de herfst af en krijgt een nieuw in het voorjaar. Hiermee volgt het de bomen in hun seizoenskringloop. Ook het feit dat Cernunnos soms werd afgebeeld met een zonnewiel wijst hierop.

Cernunnos is verder een god van rijkdom en overvloed. Hij wordt meestal afgebeeld met een torc. Ook staat er vaak een beurs afgebeeld op de altaren van Cernunnos en uit Luxemburg is een afbeelding bekend van een hert (Cernunnos) dat munten uitbraakt. Ook staat hij zelf afgebeeld op munten.

Verder werd Cernunnos in elk geval ook vereerd door kooplieden. Het altaar uit Parijs is opgericht door schippers die handel dreven over de Seine. Waarschijnlijk is dit altaar geschonken als dank voor behouden en geslaagde zakenreizen.

Cernunnos houdt ten slotte ook verband met leven en dood. Dat kunnen we afleiden uit de slang met ramskop die hem vaak vergezelt. De slang is giftig en staat zo voor de dood, maar vaak ook voor de penis en zo voor mannelijke vruchtbaarheid. Slangen vernieuwen periodiek hun huid en symboliseren zo dood en wedergeboorte. Dat de slang van Cernunnos een ramskop heeft, wijst erop dat het geen gewone slang is maar een wezen uit de Andere Wereld. Cernunnos is waarschijnlijk een god die contact onderhield met het dodenrijk, net zoals de goden Hermes en Mercurius, waarmee hij een paar keer een altaar deelt.

Cernunnos komt uit zijn afbeeldingen naar voren als een populaire god met veel verschillende aspecten. Dit maakt het voor veel moderne Paganisten gemakkelijk om een band met hem te ontwikkelen.

Groene Man

De naam Groene Man verwijst in de eerste plaats naar afbeeldingen van mannelijke gezichten die verscholen zijn in gebladerte of waar zelfs

gebladerte uit groeit. Zij vormen de bekendste voorbeelden van een categorie afbeeldingen waarin mensen (mannen en vrouwen), dieren en andere wezens gecombineerd worden met vegetatie.

De eerste afbeelding van wezens met vegetatie vinden we bij de oude Grieken. De vorm waarin ze het meest bekend zijn, het gezicht met vegetatie, stamt waarschijnlijk af van de Romeinse theatermaskers. Het bijzondere is dat dergelijke afbeeldingen vanaf de heidense tijden tot nu toe blijven voorkomen in kerken en de kunst.

De betekenis van de Groene Man, de Groene Vrouw en andere groene wezens is niet helemaal duidelijk, maar hoogstwaarschijnlijk stellen ze een personificatie van de levenskracht van de plantenwereld voor. Verschillende goden en godinnen die met de vegetatie en levenskracht van de natuur samenhangen, zoals Dionysos, Bacchus en Gaia, werden soms als Groene Man of Vrouw afgebeeld. Hiernaast komt de Groene Man voor op altaren van verschillende goden en godinnen, zoals op een Nehalennia-altaar uit Zeeland. Verder staat hij vaak afgebeeld op de bovenkant van pilaren in Romeinse tempels en op graven. In dit laatste geval symboliseert hij waarschijnlijk dat de vegetatie in de herfst weliswaar afsterft, maar in de lente weer herboren wordt.

Na de kerstening werd de gewoonte om de Groene Man af te beelden in tempels overgenomen door de christenen. Een vroeg voorbeeld hiervan staat op het graf van Saint-Abre in een Franse kerk uit ongeveer het jaar 400. Tot op de dag van vandaag zijn de Groene Man en de Groene Vrouw, samen met andere groene wezens, een veelvoorkomend thema in kerken en andere gebouwen.

Hedendaagse paganisten vereren de Groene Man en de andere groene wezens als verpersoonlijking van de levenskracht van de vegetatie en de natuur in het algemeen.

Gaia

De laatste godheid in dit hoofdstuk is de godin Gaia. Oorspronkelijk was zij een Griekse godin van de aarde. Gaia kreeg vorm in Chaos en werd geschapen uit de elementen Aarde, Water, Lucht en Vuur. Uit Gaia

werd de hemelgod Ouranos geboren en hij verwekte bij haar allerlei kinderen: reuzen, Cyclopen en Titanen.

Ouranos voelde zich bedreigd door zijn kinderen en daarom at hij ze op. Gaia vroeg echter haar jongste zoon Kronos haar te helpen en gaf hem een zeis om zijn vader te castreren. Kronos nam de macht van zijn vader over en verwekte bij zijn zus Rhea de goden en godinnen. Meteen na de geboorte at ook hij zijn kinderen echter op en alleen Zeus kon door zijn moeder gered worden. Hij doodde zijn vader en bevrijdde zijn broers en zussen. Hierna overwonnen ze met hulp van Gaia de Titanen en vestigden Zeus en zijn broers en zussen zich op de berg Olympus, waar ze de goden van de Grieken werden.

Tegenwoordig wordt Gaia vooral gezien en vereerd als de verpersoonlijking van Moeder Aarde, de voortbrengster van alle planten, dieren en mensen. Gaia is de planeet waarop wij wonen en brengt het voedsel voort dat we eten. Als een echte moeder schenkt ze ons het leven en verzorgt ze ons. En na de dood keert ons lichaam, al dan niet gecreëerd, weer naar haar terug.

Voor veel paganisten, wicca's en heksen is Gaia de belangrijkste godin en wordt ze vereerd als Grote Moeder en als verpersoonlijking van De Godin.



DE VIER ELEMENTEN

Binnen het Paganisme zijn de vier elementen Aarde, Water, Lucht en Vuur en daarmee samenhangend het begrip polariteit van groot belang. De vier elementen en polariteit komen in de meeste paganistische stromingen voor, maar zijn vooral binnen de Wicca goed uitgewerkt. Dit komt doordat ze erg belangrijk zijn bij het bedrijven van magie en divinatie.

POLARITEIT

De meeste paganistische stromingen gaan ervan uit dat de hele kosmos, de aarde en alles daarop bezielde zijn door één, goddelijke, levensenergie. Deze levensenergie heeft twee verschijningsvormen, die in de Wicca De Godin en De God genoemd worden. Ook heksen die met meerdere goden werken, zien deze tweevoudigheid terug in het bestaan van goden en godinnen. De ene goddelijke, bezielende levensenergie heeft dus twee verschijningsvormen, een vrouwelijke en een mannelijke. Deze vrouwelijke en mannelijke vorm zijn verschillend maar ook hetzelfde, het zijn twee kanten van dezelfde medaille. Het vrouwelijke draagt de kiem van het mannelijke in zich en brengt het mannelijke voort, net zoals het mannelijke het vrouwelijke in zich draagt en voortbrengt. Dit wordt goed uitgebeeld in het yin-en-yangsymbool.

Dit verschijnsel waarbij twee dingen tegengesteld aan elkaar zijn maar toch samen een geheel vormen, heet polariteit. Polariteit komt in alles terug. Elke man heeft iets vrouwelijks in zich en elke vrouw heeft ook mannelijke kanten. Zonder duisternis heeft het licht geen plek om te schijnen en uit alle negatieve dingen komt iets positiefs voort, net zoals alle positieve dingen ook negatieve gevolgen hebben.

Polariteit is een voorwaarde om tot ontwikkeling te komen, alle ontwikkeling komt voort uit het samenspel van tegenpolen. Elektriciteit werkt niet als het niet van positief naar negatief kan stromen; alleen als beide polen een dynamisch evenwicht vormen gaat de lamp branden en treden apparaten in werking.

In de natuur zijn mannen én vrouwen nodig om nieuw leven voort te brengen, het vormloze goddelijke heeft goden én godinnen nodig om

zichzelf te manifesteren, zonder de dood is er geen ruimte voor geboorte en zonder afbraak geen ruimte voor groei.

In de Wicca vormt polariteit de basis van de religie. De Wicca is in essentie een vruchtbaarheidsreligie die het leven viert dat voortkomt uit de polariteit tussen De God en De Godin, tussen de goden en godinnen en tussen mannen en vrouwen. De Wicca en de meeste andere paganistische stromingen vieren de kringloop van de seizoenen die ontstaat door de polariteit tussen de aarde en de zon; ze vieren de geboorte van nieuw leven in de lente en ook de afbraak daarvan in de herfst omdat ze weten dat beide nodig zijn om de kringloop in stand te houden. Binnen de Wicca worden De Godin, godinnen, de aarde, de elementen Aarde en Water, duisternis, passiviteit, ontvankelijkheid en materie als vrouwelijk, negatief, als yin beschouwd. Hiertegenover worden De God, goden, de zon, de elementen Vuur en Lucht, licht, actie, geven en geest als mannelijk, positief, als yang beschouwd.

Het samenspel van beide polen wordt uitgedrukt in de Grote Rite, de seksuele vereniging van man en vrouw. Meestal gebeurt dit tijdens rituelen in symbolische vorm door de athame (het heksenmes) in een kelk te steken en zo de wijn daarin te zegenen. De wijn stelt de vruchten voor die De Godin, de aarde, samen met De God, de zon, voortbrengt en die de mens tot voedsel dienen en hem in staat stellen om te leven.

AARDE, WATER, LUCHT EN VUUR

De levensenergie die alles bezielt, uit zich niet alleen in een mannelijke en een vrouwelijke vorm, maar ook in de vier elementen Aarde, Water, Lucht en Vuur. Deze vier elementen zijn de energieën waaruit de planeet aarde en alles wat daarop leeft, zijn samengesteld. Veel heksen werken hiernaast nog met een vijfde element, Ether of Geest, dat de vier elementen samen voorstelt. Zelf denk ik dat deze Ether of Geest de goddelijke levensenergie zelf is in haar samenspel van mannelijke en vrouwelijke aspecten en ik gebruik dan ook het yin-en-yangsymbool om dit aan te duiden.

De vier elementen Aarde, Water, Lucht en Vuur spelen in de Hekserij een grote rol bij het doen van rituelen, magie en divinatie en de meeste heksen voelen zich sterk verbonden met de elementen.

Element Aarde

Het element Aarde vertegenwoordigt de materie en vormt de basis van ons bestaan, het is onze planeet en ons lichaam. Voor mensen, en zeker voor heksen, is het heel belangrijk om goed in dit element geworteld te zijn.

Aarde staat voor stevigheid en wie zich met spiritualiteit wil bezighouden zonder weg te zweven, moet zijn voeten op de aarde houden. Dageelijks buiten zijn en vaak in de natuur vertoeven is voor heksen die met goden en godinnen werken, divineren en aan magie doen van levensbelang.

Zonder een goed contact met het element Aarde kun je doorslaan in je spiritualiteit, het contact met de fysieke realiteit verliezen en in het ergste geval zelfs verstrikt raken in waanideeën en psychoses.

Zoals gezegd staat Aarde voor stabiliteit, stevigheid en materie. In magie is Aarde het element dat zorgt voor de fysieke realisatie van het doel van je magie. Aarde geeft vorm en duurzaamheid. Als je een snelle ontwikkeling doormaakt, kan Aarde deze afremmen en je een houvast bieden. Aarde geeft rust en regeneratie en kan genezend werken. Samen met het element Water kan Aarde een vruchtbare bodem vormen voor nieuwe projecten.

Aarde is een vrouwelijk element en verbonden met stenen, metalen, fossielen en de sterrenbeelden Stier, Maagd en Steenbok.

Voor ik verder ga met het beschrijven van de andere elementen, volgt nu eerst een oefening om jezelf goed te 'aarden'. Jezelf goed aarden is aan te raden voor én na elk ritueel, divinatie, healing of meditatie. Hier volgt de oefening:

Ga zo comfortabel mogelijk op de grond zitten, liefst buiten met je rug tegen een boom of een steen. Adem een paar keer diep in en uit en sluit dan je ogen. Voel de grond onder je billen en je rug tegen de boom of steen, voel hoe stevig dat zit. Stel je dan voor dat er een rode lijn vanuit je stuit naar beneden loopt, diep de aarde in. Maak in je verbeelding deze rode lijn dik en stevig en laat hem vertakken als de wortels

van een boom. Dit is jouw grondingslijn met de aarde. Ga hierna met je aandacht naar je lichaam en voel hoe je zit, ga na of er plekken in je lichaam zijn die wat extra aandacht nodig hebben en geef ze die aandacht. Voel dan hoe zwaar je bent en hoe dat gewicht moeiteloos gedragen wordt door de aarde en ondersteund door de boom of steen. Blijf zo een tijdje zitten en als je ervaart dat je stevig geworteld bent in de aarde kun je opstaan en beginnen met je ritueel, divinatie, healing of meditatie.

Element Water

Het stabiele en stevige karakter van Aarde staat in contrast met de stroming en beweeglijkheid van het element Water. Water hoort bij onze emoties en gevoelens en bij de diepte van ons onderbewuste. Het element Water is verbonden met de maan.

Water dat onbelemmerd stromen kan, zorgt voor overstromingen en water dat niet kan stromen, hoopt zich op tot het op een gegeven moment met een enorme kracht kan losbarsten en alles meesleurt dat in zijn weg komt. Bij emoties en gevoelens werkt het net zo. Onbelemmerd stromende gevoelens kunnen je met zich meeslepen en opgekropte emoties kunnen zorgen voor destructieve emotionele uitbarstingen. Mediteren over het beeld van een stromende beek of rivier of het beeld van water dat uit een bron opwelt, kan erg helend zijn bij emotionele problemen.

Het element Water is erg behulpzaam bij healing en magie, het werkt zuiverend, breekt door blokkades heen en maakt vruchtbaar. Water zorgt voor stroming en vormt net als Lucht een medium om te bewegen en te verplaatsen. De emoties die je in je rituelen stopt, zorgen ervoor dat je magie stroomt naar de plek waar je hem hebben wilt. Water is ook de weg naar je onderbewuste en alle kennis en kracht die daar opgeslagen ligt.

Water is, net als Aarde, een vrouwelijk element en verbonden met schelpen en de sterrenbeelden Kreeft, Schorpioen en Vissen.

Element Lucht

Lucht is een vormloos element met als belangrijkste kenmerk snelheid. Het element Lucht is verbonden met onze geest, wilskracht en

gedachten. Lucht staat voor ideeën, communicatie en verbondenheid. Alle mensen, dieren en planten ademen dezelfde lucht in en die verbindt hen met elkaar. Waar Water de draaggolf voor emoties en gevoelens is, is Lucht de draaggolf voor ideeën die via trillingen – klanken en woorden – overgebracht worden.

Het element Lucht zorgt ervoor dat magie in werking treedt: een wens of spreuk komt tot leven door hem uit te spreken. Runen en mantra's worden geactiveerd door ze te zingen. Wilskracht en energie kunnen gericht worden door een bewuste ademhaling. Bij het opladen van een talisman of een ander magisch voorwerp kun je de gebruikte symbolen letterlijk erin blazen om ze te activeren. Een wens die of gebed dat je vaak herhalen wilt, kun je op een vlag schrijven en door de wind laten verspreiden.

Het element Lucht is mannelijk en verbonden met klank, geuren, veren en de sterrenbeelden Tweelingen, Weegschaal en Waterman.

Element Vuur

Vuur is het minst stoffelijke element, het is pure energie. Het element Vuur staat voor kracht, warmte, licht, bezieling, inspiratie, creatie, vernietiging en verandering. De belangrijkste verschijningsvorm van Vuur is uiteraard de zon en hierdoor is Vuur verantwoordelijk voor de cycli van dag en nacht en van de seizoenen.

Vuur is het element dat kracht geeft aan rituelen en magie. Het wordt gebruikt om wensen te vervullen en veranderingen tot stand te brengen. De lichtgevende eigenschap van vuur wordt gebruikt om zaken te verhelderen en duidelijk te krijgen.

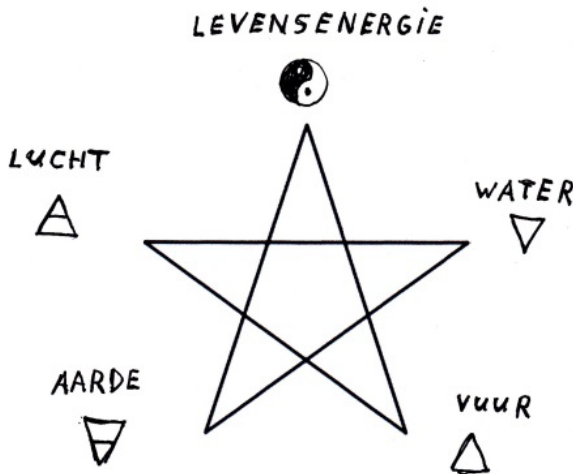
Vuur is een mannelijk element, verbonden met kaarsen en olielampen en met de sterrenbeelden Ram, Boogschutter en Leeuw.

DE ELEMENTEN EN HET PENTAGRAM

De vijfpuntige ster ofwel het pentagram is het belangrijkste symbool van de Wicca en veel andere vormen van Hekserij. Het pentagram stelt het proces van schepping of manifestatie voor en is als zodanig verbonden met de vier elementen.

De bovenste punt van de ster is verbonden met de levensenergie, de goddelijke energie waardoor alles wat bestaat, is beziel. Deze levensenergie is het startpunt van het proces van manifestatie waarbij de fysieke wereld ontstaat. In het pentagram zijn de verschillende stadia van dit proces met de klok mee weergegeven. De richting met de klok mee, deosiel in heksentermen, is een opbouwende richting. De richting tegen de klok in, widdershins, is afbrekend.

Het proces van manifestatie begint met de levensenergie bij de bovenste punt van het pentagram. Deze energie is de vonk die het proces op gang zet. Hierna gaan we deosiel naar de volgende punt, rechtsonder, waar het element Vuur bij hoort. Vuur is de eerste stap in het manifestatieproces, het is pure energie, maar wel te zien en te voelen in de fysieke wereld. Vervolgens gaat het proces deosiel verder naar de volgende punt, linksboven, waar het element Lucht bij hoort. Lucht is veel stoffelijker dan Vuur, voelbaar maar nog niet grijpbaar. Na Lucht komt rechtsboven het element Water. Dit element is al behoorlijk fysiek. Het is tastbaar en heeft ook vorm, zij het een veranderlijke vorm. Na Water gaan we, nog steeds deosiel de lijnen van het pentagram volgend, verder naar het laatste element Aarde bij de punt linksonder. Aarde is pure materie, tastbaar en met vaste vorm. Bij het element Aarde is het proces van manifestatie van levensenergie naar fysieke materie voltooid.

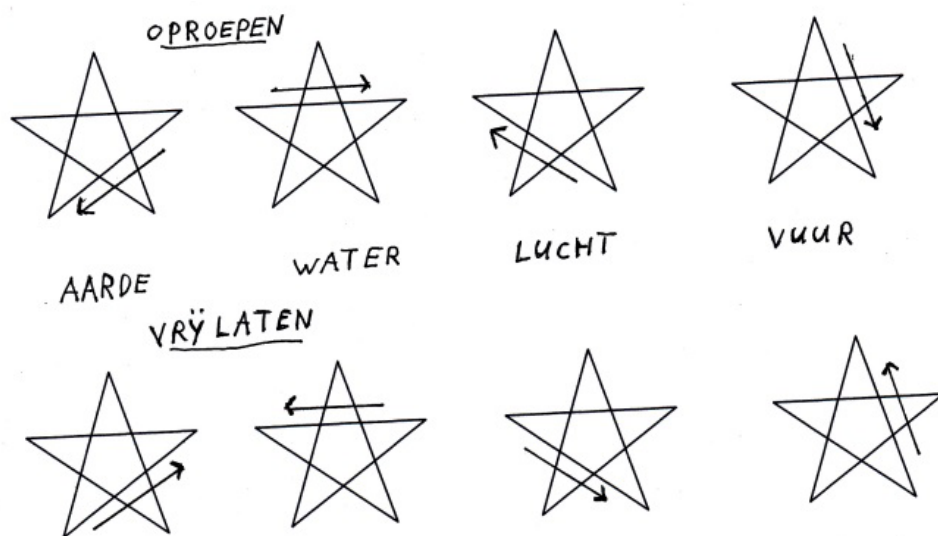


Het pentagram en de vier elementen

Het pentagram geeft behalve het proces van manifestatie ook de mens weer. De onderste punten stellen hierbij de benen voor en geven aan waar de mens uit bestaat, namelijk Vuur en Aarde, energie en lichaam. De beide punten daarboven stellen de armen voor en laten de drijfveren van het menselijk handelen zien. Lucht staat voor het verstand en Water voor de gevoelens en emoties. De bovenste punt is het hoofd, dat het geheel moet besturen en hierbij hoort de goddelijke levensenergie.

Het pentagram wordt in rituelen ook gebruikt om de krachten van de elementen op te roepen. Dit gebeurt door met een staf, mes of met de hand een pentagram in de lucht te tekenen en hierbij een tekst uit te spreken. Bij elk element wordt het pentagram op een andere manier getekend. De meeste wicca's en heksen gebruiken hiervoor de manier die door de Golden Dawn, een Engelse magische orde, is ontwikkeld, maar ik beschrijf hier een methode die ik logischer en even effectief vind.

Ik teken het pentagram om een element op te roepen door te beginnen bij de punt van het element voor de punt van het element dat ik oproepen wil en vervolgens met de klok mee (deosiel) het pentagram te tekenen. Als ik bijvoorbeeld Aarde wil oproepen, begin ik het pentagram te tekenen bij Water, ga dan naar Aarde en vervolgens naar de punten van Levensenergie, Vuur, Lucht, Water en weer naar Aarde. Ik begin en eindig dus met de lijn die met pijl in de tekening staat aangegeven. Het is een ingewikkeld verhaal, maar met wat oefening gaat het na een tijdje als vanzelf.



Het tekenen van de pentagrammen bij het oproepen en vrijlaten van de elementen bij het trekken en afbreken van de cirkel.

Bij de andere elementen werk ik op dezelfde manier. Om na afloop van het ritueel het opgeroepen element weer vrij te laten of te deactiveren, trek ik hetzelfde pentagram in omgekeerde volgorde, widdershins (dus tegen de klok in). Hierbij trek ik voor Aarde dus weer als eerste en laatste de lijn die is aangegeven met de pijl, maar dan de andere kant op.

RITUELE WERKTUIGEN

De vier elementen zijn ook verbonden met enkele rituele werktuigen van de heks zoals de staf, het mes of zwaard, de beker of ketel en het pentakel. Hiermee worden rituele en magische handelingen verricht die passen bij de werking van de elementen.

Het pentakel

Het belangrijkste rituele werktuig van de heks is het pentakel. Het pentakel is een metalen of stenen schijf, al dan niet versierd met symbolen, die op het altaar ligt.

Het pentakel als vertegenwoordiger van het element Aarde staat voor fysieke manifestatie en het wordt gebruikt om magie te laten aarden en

manifesteren. Als ik een talisman of een ander voorwerp zegen of voor een bepaald doel oplaad met energie, leg ik het daarna op het pentakel. Hierdoor komt het in contact met het element Aarde en zal zegening of magie zich ook fysiek manifesteren en zijn doel bereiken.

De athame

De athame is een tweesnijdend mes met een zwart handvat dat door veel heksen in rituelen gebruikt wordt om de cirkel te trekken en de elementen op te roepen. De athame is verbonden met het element Lucht en wordt gebruikt om de wilskracht te versterken en te richten. Een spreuk die uitgesproken wordt met de athame in de hand krijgt extra kracht, evenals een magisch opgeladen voorwerp dat met de athame wordt aangeraakt.

De staf

De staf is het bekendste rituele voorwerp van heksen en magiërs. De ideale staf is traditioneel even lang als je arm en gemaakt van een toepasselijke houtsoort. De staf hoort bij het element Vuur en wordt gebruikt om goden en godinnen, krachten en energieën en andere wezens op te roepen. Voor een deel overlapt de functie van de staf met die van de athame want hij wordt door veel heksen in plaats hiervan gebruikt om elementen op te roepen, spreuken kracht bij te zetten en magische voorwerpen extra kracht te geven. Het verschil is dat de athame je eigen kracht versterkt en dat de staf gebruikt wordt om krachten buiten jezelf op te roepen.

De kelk

De kelk is als ritueel voorwerp verbonden met het element Water en wordt gebruikt om, samen met de athame, symbolisch de Grote Rite uit te voeren en om wijn, bier of andere drank uit te offeren en te drinken. Een ander ritueel werktuig dat verbonden is met het element Water, is de ketel of *cauldron*. Dit is de koperen of gietijzeren heksenketel met drie pootjes die de levengevende en helende kwaliteit van Water en/of De Godin verbeeldt. In rituelen wordt de ketel op verschillende manieren gebruikt: soms is hij gevuld met aarde en groeit er graan in, soms gevuld met water om in te schouwen of voor een healingsritueel en soms worden er papiertjes met spreuken in verbrand.

Het altaar

Het altaar hoort bij de levenskracht waarin alle elementen zich verenigen en waar ze uit voortkomen. Het is het belangrijkste punt in je rituele ruimte.

Tijdens rituelen liggen alle rituele voorwerpen die op dat moment niet gebruikt worden op het altaar. Het altaar is de plek waar alle krachten die tijdens een ritueel opgeroepen worden zich bevinden. Behalve de rituele voorwerpen liggen of staan er beelden of symbolen op voor de goden en godinnen waarmee gewerkt wordt, zoals bijvoorbeeld een valknut en een runenset bij de beschreven aanroeping van Odin. Hierdoor zijn de goden en godinnen zelf aanwezig op je altaar. Verder kun je er naar eigen smaak nog andere voorwerpen met een spirituele betekenis op leggen, zoals bijvoorbeeld een plant als symbool voor de groei­kracht van de natuur, een geërfd sieraad als symbool voor de voorouders of natuurlijke voorwerpen als bloemen en vruchten die bij het seizoen horen. Je kunt er kaarsen en wierook op branden en er je Boek der Schaduwen op bewaren.

Het altaar staat tijdens rituelen meestal in het Noorden of in het centrum van de cirkel. Vaak hebben heksen in huis een vast altaar waar ze meditaties, divinaties en kleine rituelen doen en richten ze voor grotere en uitgebreidere rituelen een apart, tijdelijk altaar in voor dat specifieke ritueel. Als je een tuin hebt, kun je daar ook een klein altaartje neerzetten voor buitenrituelen. Als je rituelen in de natuur doet, kun je bij elk ritueel een altaartje maken met steentjes, takjes, veren, haren, botjes, slakkenhuizen, vruchten, paddestoelen enzovoort die je op die plek gevonden hebt. Die kun je daar dan ook laten liggen.

DE MAGISCHE CIRKEL

De meeste heksen beginnen hun rituelen met het trekken van een cirkel om zich heen en het oproepen van de vier elementen in de vier windrichtingen. Deze magische cirkel vormt een plek buiten tijd en ruimte en is tevens de tempel waar de heks zijn of haar religieuze en magische rituelen doet. De cirkel met de vier elementen in het Noorden, Oosten, Zuiden en Westen vormt een symbolisch schaalmodel van de aarde. Als mens bevinden we ons tenslotte altijd in het centrum van een grote cirkelvormige horizon tussen de vier windrichtingen. Omdat de elementen aan

de windrichtingen gekoppeld zijn, vormt de magische cirkel ook de plek waar het samenspel tussen de elementen plaatsvindt en waar de krachten van de elementen gemakkelijk gebruikt kunnen worden bij rituelen en magie. Verder staat de magische cirkel symbool voor het cyclische verloop van de tijd. De cirkel beeldt de kringlopen van geboorte, leven, dood en wedergeboorte uit, van de vier seizoenen en van de acht jaarfeesten.

De magische cirkel heeft verder een beschermende functie: hij vormt een energetische muur die ongewenste gasten, zowel spiritueel als fysiek, uit de buurt houdt terwijl de heks bezig is met zijn of haar ritueel. Nog een andere functie van de magische cirkel is dat hij de kracht en energie die de heks tijdens het ritueel oproept, vasthoudt tot de heks deze wegstuurt.

Het trekken van de magische cirkel is het standaardbegin van bijna elk ritueel dat heksen doen. Door elk ritueel op deze manier te beginnen komt je geest tijdens het trekken van de cirkel meteen al in de juiste stemming om rituelen te doen. Het trekken van de cirkel is dus niet alleen het maken van de plaats waar je ritueel gaat plaatsvinden en het beschermen hiervan, het is ook de warming-up voor de rest van het ritueel. En voor het afbreken van de cirkel aan het einde van elk ritueel geldt hetzelfde. Het is niet alleen het energetisch opruimen van de tempel maar ook een soort coolingdown, een manier om weer te aarden en te wennen aan het terugkomen in de tijd en plaats van de 'normale' wereld.

Behalve het trekken en afbreken van de cirkel is ook de koekjes-en-wijnceremonie een vast onderdeel aan het eind van de rituelen van veel heksen. De koekjes en wijn hierbij vormen een offer voor de goden en godinnen, maar zijn ook een manier om alvast wat te aarden. Door iets te eten en te drinken gaat de energie vanuit je hoofd meer naar je maag en kom je weer meer bij jezelf.

Hieronder ga ik rituelen bespreken om de magische cirkel te trekken, een koekjes-en-wijnceremonie te doen en de cirkel weer af te breken. Zij vormen het begin en het einde van bijna elk ritueel. Ik beschrijf hier de manier waarop ik deze rituelen zelf doe en uiteraard staat het iedereen vrij om zijn of haar eigen manier te ontwikkelen.

Ik ga er bij de beschrijving van uit dat het altaar in het Noorden staat

en dat er in elk geval een pentakel, een athame, een kelk en een staf op liggen of staan om de vier elementen te vertegenwoordigen en dat er verder een kaars en wierook branden voor de goden en godinnen. Ook zijn er wijn en koekjes bij de hand.

Trekken van de cirkel

Ga voor je altaar staan en neem de brander met wierook in je handen. Bewierook eerst het altaar en vervolgens jezelf. Hierna loop je deosiel de cirkel rond met de wierook en je wuift de rook naar de rand van de toekomstige cirkel. Als je rond bent zet je de wierook weer terug en neem je de athame.

Je loopt weer de cirkel rond met de athame naar buiten wijzend en tijdens het lopen spreek je de volgende tekst uit:

Ik schep een ruimte tussen de werelden van goden en mensen, een ruimte van liefde en blijdschap, de cirkel waarin ik werk.

Als je rond bent en weer voor het altaar staat, spreek je de volgende tekst uit om het element Aarde op te roepen:

Aarde, vruchtbare akker en harde rots, werk met mij en waak over mij in het Noorden.

Dan teken je met de athame het pentagram in de lucht waarmee het element Aarde wordt opgeroepen. Vervolgens loop je een kwart van de cirkel verder naar het Oosten en roept daar het element Lucht op:

Lucht, lentebries en bloesemgeur, werk met mij en waak over mij in het Oosten.

Je tekent nu het pentagram om Lucht op te roepen en loopt daarna verder naar het Zuiden, waar je Vuur oproept:

Vuur, verwarmende en verwoestende vlam, werk met mij en waak over mij in het Zuiden.

Nadat je het pentagram voor Vuur hebt getekend, loop je verder naar het Westen om Water op te roepen:

Water, regendrup en diepe zee, werk met mij en waak over mij in het Westen.

Hier trek je het oproepende pentagram voor Water en daarna loop je verder de cirkel rond naar het altaar. Je legt de athame weg en je legt je beide handen op het altaar. Je kijkt naar het altaar en laat het goed op je inwerken. Dan zeg je de tekst:

Gaia, Machtige Aardmoeder; Cernunnos, Gehoornde Heer van Leven en Dood; ik vraag u bij mijn ritueel aanwezig te zijn, mij te helpen en te zegenen.

(Uiteraard vervang je hier de namen en titels van Gaia en Cernunnos door de goden en godinnen waar je zelf mee werkt. Het gaat erom dat je aan het eind een moment van bezinning en afstemming hebt, kijkt naar het altaar, en de goden en godinnen uitnodigt.)

Hiermee is het trekken van de magische cirkel afgerond en kan nu het eigenlijke ritueel plaatsvinden.

Koekjes-en-wijnceremonie

De koekjes-en-wijnceremonie vindt plaats aan het einde van de meeste rituelen in combinatie met de Grote Rite, de symbolische vereniging van God en Godin. Met dit ritueel wordt aangegeven hoe uit de vereniging van Godin en God, en van man en vrouw, het leven voortkomt. Het graan en de druiven symboliseren de vegetatie die de aarde voortbrengt en die ons tot voedsel dient en zo ons in staat stelt om te leven. De koekjes-en-wijnceremonie dient om dit te vieren en onze dankbaarheid te tonen.

De koekjes-en-wijnceremonie volgt na afloop van het eigenlijke ritueel voor een jaarfeest, maanviering of magie. Je gaat voor het altaar staan, neemt de kelk met wijn in je linkerhand en houdt de athame met je rechterhand boven de kelk. Dan spreek je de volgende tekst uit:

*De liefdevolle samenkomst van Godin en God is de bron van alle leven.
Je laat de athame in de kelk zakken en zegt:
Wees gezegend!*

Vervolgens haal je de athame uit de kelk en zet je de kelk weer op het altaar. Je pakt de schaal met twee koekjes en raakt elk koekje even aan met de punt van de athame en zegt:

Ik zegen en deel dit voedsel in naam van Gaia en Cernunnos.

Hierna leg je de athame en de schaal met koekjes terug op het altaar en je neemt de kelk en een koekje van de schaal. Je eet het koekje op en drinkt van de wijn. De kelk met wat overgebleven wijn zet je bij de schaal met het overgebleven koekje op het altaar. Na afloop van het ritueel verkruimel je buiten het overgebleven koekje voor de vogels en giet je de overgebleven wijn als offer op de aarde.

Afbreken van de cirkel

Na de koekjes-en-wijnceremonie is het ritueel afgelopen en kun je de magische cirkel weer afbreken. Hierbij ga je eerst voor het altaar staan en bedank je de goden en godinnen met de volgende tekst of een variatie daarop:

Gaia, Machtige Aardmoeder; Cernunnos, Gehoornde Heer van Leven en Dood; ik dank u voor uw aanwezigheid bij mijn ritueel, voor uw hulp en uw zegen. Dank u.

Dan neem je de athame van het altaar en loopt met de punt naar buiten widdershins naar het Westen. Daar teken je het wegsturende pentagram van Water en zegt hierbij:

Water, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

Hierna loop je verder naar het Zuiden, tekent het wegsturende pentagram van Vuur en zegt:

Vuur, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

Vervolgens teken je in het Oosten het wegstuurplegram voor Lucht en zegt:

Lucht, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

En ten slotte sta je weer voor het altaar, waar je het wegstuurplegram voor Aarde tekent en daarbij zegt:

Aarde, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

Dan leg je de athame neer en je legt je beide handen op het altaar, je kijkt ernaar en laat het goed op je inwerken. Dan zeg je de tekst:

De cirkel is open maar ongebroken. In vreugde hebben we elkaar ontmoet, in vreugde gaan we ieder ons weegs en in vreugde zullen we elkaar weer ontmoeten; wees gezegend.

ZELF RITUELEN DOEN

Paganisme, en daarbinnen ook Hekserij, is een religie waarbij de eigen ervaring en beleving van het goddelijke voorop staan en voor deze eigen ervaring en beleving is het zelf doen van rituelen van het grootste belang. In het begin zullen dit vooral rituelen zijn die iemand anders geschreven heeft, maar na verloop van tijd bedenken de meeste paganisten en heksen hun eigen rituelen, die helemaal toegespitst zijn op de eigen beleving, behoefte en smaak.

In het begin is het vaak spannend om een ritueel te doen. Je kunt je grote zorgen maken of je het wel allemaal goed doet, of de gordijnen wel goed dicht zijn en, als je buiten werkt, of er geen wandelaars aankomen. Deze spanning is normaal en verdwijnt als je meer ervaring hebt. Dan weet je dat het niet erg is om iets 'fout' te doen. Als je een foutje maakt, lach je daar gewoon even om (dat doen de goden ook) en daarna herstel je wat je verkeerd deed. Je zult merken dat de meeste burens niet bij jou naar binnen gluren en dat het de meeste wandelaars niet opvalt dat er heksen in het bos een ritueel doen. En de buurman of wandelaar die het wel opvalt, kun je gewoon vertellen dat je een ritueel aan het doen bent en meestal vragen ze daarna niet verder.

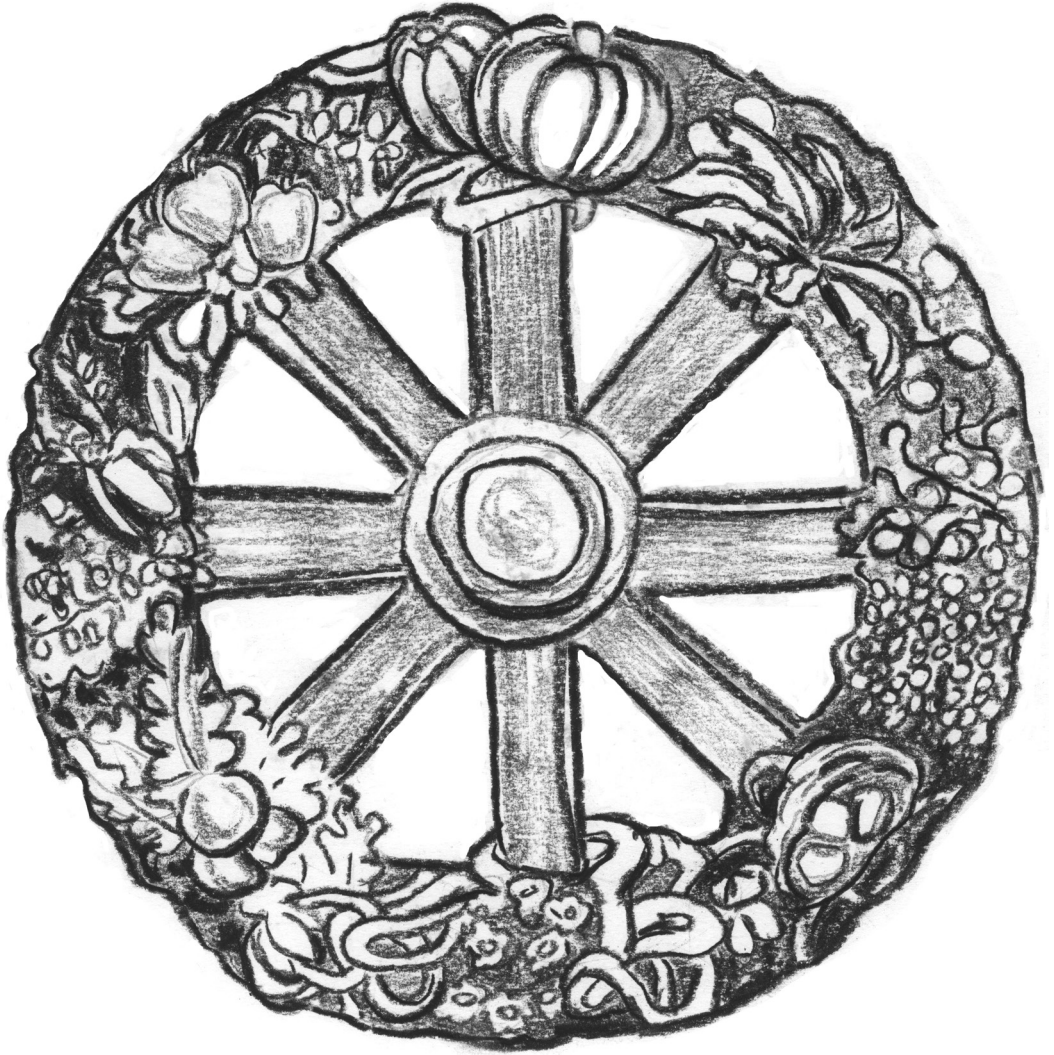
Vaak voelt het in het begin onwennig aan om een altaar in je kamer te hebben, met een mes pentagrammen in de lucht te tekenen en andere vreemde handelingen te doen. Ook dat is normaal en het went vanzelf. Vooral het hardop uitspreken van allerlei vreemde teksten vinden veel heksen in het begin moeilijk en daarom kiezen velen ervoor om hun rituelen in stilte te doen. Dat is uiteraard hun goed recht, maar ik wil het toch met klem afraden. Het hardop uitspreken van een

tekst versterkt de kracht ervan enorm en vooral bij magie is dat een groot voordeel.

Belangrijk bij het doen van rituelen is de plaats waar je ze doet. Dat kan thuis binnen zijn maar ook buiten in de natuur. Beide hebben hun voor- en nadelen. Thuis is het droog, warm en veilig en heb je alles wat je nodig hebt bij de hand. Zelf geef ik er daarom meestal de voorkeur aan om mijn rituelen thuis te doen. Maar buiten rituelen doen heeft ook zijn charme. De krachten van de elementen zijn er veel sterker en de goden, godinnen en andere spirituele wezens zijn er veel dichterbij. Daarom doe ik ook geregeld rituelen op een beschutte en afgelegen plek buiten, maar ik hou die wel veel eenvoudiger zodat ik weinig spullen nodig heb.

Een andere afweging is de vraag of, en welke, kleding je draagt tijdens rituelen. Veel wiccagroepen doen hun rituelen naakt, *skyklad*, om de heiligheid van het lichaam te benadrukken en zichzelf te laten zien zoals ze zijn. Andere groepen dragen tijdens rituelen juist speciale gewaden die versierd zijn met allerlei symbolen. Zelf heb ik hierin niet echt een voorkeur. In de coven waarin ik gezeten heb, deden we onze rituelen *skyklad* en ik zie daar zeker de meerwaarde van, maar als ik in mijn eentje een ritueel doe, draag ik meestal een gewaad.

Een laatste kwestie is of je je rituelen alleen doet of in een groep. De rituelen in dit boek zijn, tenzij anders aangegeven, geschreven voor de soloheks die zijn of haar rituelen alleen doet. Zelf doe ik ook de meeste rituelen alleen en werk ik slechts af en toe met anderen samen. Op deze manier kan ik precies doen waar ik zin in en behoefte aan heb. Daarnaast heb ik ook lange tijd in een coven en in andere groepen gezeten en daar heel veel van geleerd. Ik kan het dus zelfs de meest verstokte soloheks aanraden om af en toe aan groepsrituelen deel te nemen en zich daardoor te laten inspireren.



DE JAARFEESTEN

In het Paganisme worden de aarde en de natuur als goddelijk beschouwd en de kringlopen van de seizoenen en de landbouw worden dan ook in elke paganistische stroming gevierd met jaarfeesten. De vorm waarin dit gebeurt, kan verschillen, maar de meeste stromingen baseren hun feesten op de acht jaarfeesten zoals die in de Hekserij gebruikelijk zijn. Het zijn dan ook deze acht jaarfeesten die ik in dit hoofdstuk beschrijf.

HET JAARWIEL

De kringloop van seizoenen die de natuur tijdens een zonnejaar doormaakt, wordt vaak symbolisch voorgesteld als een wiel. Een wiel dat op een bepaald punt begint te draaien en als zijn ronde klaar is weer verder draait, alle punten nogmaals aandoet en dit blijft herhalen.

Elk jaar wordt het na de winter weer lente, zomer, herfst en weer winter, waarna het weer lente wordt. Jaar in, jaar uit gaat deze cyclus door. Elk jaar komt de vegetatie in de lente weer op, bereikt haar volle wasdom in de zomer, draagt vrucht in de herfst en sterft daarna af, waardoor ze in de winter afwezig lijkt. Natuurlijk zijn er planten die het hele jaar groen blijven of die juist in de lente vrucht dragen, maar dat zijn uitzonderingen. De meeste planten komen in de lente op, groeien de hele zomer door en produceren in de herfst zaad dat in de volgende lente kan ontkiemen. Hierna sterven ze af om plek te maken voor de nieuwe vegetatie in de lente.

Mensen en dieren zijn voor hun voedsel, en dus voor hun overleven, totaal afhankelijk van deze cyclus. Graan, groenten en fruit moeten in de lente opkomen, groeien en kunnen daarna geoogst worden om als voedsel en zaai- en pootgoed voor het volgende jaar te dienen. Als het incidenteel misgaat met deze cyclus, heeft dat mislukte oogsten tot gevolg.

Tegenwoordig kunnen wij in het rijke Westen dan nog wel voedsel importeren uit andere streken, maar vroeger bestond deze mogelijkheid niet en betekende een slechte oogst een onherroepelijke hongerdood.

Daarom heeft de mens al in de steentijd rituelen ontwikkeld om belangrijke momenten in de kringlopen van de seizoenen en de landbouw te vieren en, indien nodig, ten goede bij te sturen.

De oudste sporen van jaarfeesten vinden we dan ook al in de megalithische monumenten uit de nieuwe steentijd, die regelmatig gericht zijn op de wisseling van de seizoenen. Er zullen in deze periode ongetwijfeld ook rituelen en feesten geweest zijn die verband hielden met de kringloop van de landbouw, maar zeker weten we dat pas vanaf de ijzertijd bij de Kelten, Germanen en Romeinen. Landbouwgerelateerde jaarfeesten als Imbolc, Beltane of Walpurgisnacht en Lammas zijn pas in deze periode voor het eerst beschreven.

Deze heidense landbouwfeesten en -rituelen waren voor de mens van levensbelang en zijn dan ook na de kerstening in de christelijke periode blijven bestaan. Vaak werden ze gekoppeld aan christelijke feestdagen en in christelijke vorm gegoten en zijn ze tot het begin van de twintigste eeuw blijven bestaan in de vorm van volksgebruiken en folklore.

DE ACHT JAARFEESTEN

De acht jaarfeesten die binnen de Hekserij en andere paganistische stromingen gevierd worden, zijn in de jaren vijftig van de vorige eeuw door Gerald Gardner en zijn coven ontwikkeld op basis van Keltische feesten en folklore en volksgebruiken uit Groot-Brittannië. De beschreven acht jaarfeesten zijn dan ook vooral van toepassing op de kringlopen in de natuur en de landbouw van West-Europa en minder geschikt voor andere klimaatgebieden. Joel is hierbij het feest met Midwinter om te vieren dat de donkere tijd aan het voorbijgaan is en het licht en de vegetatie weer terug zal keren; Imbolc het feest van ploegen en zaaien; Ostara is de lente-equinox, waarbij de terugkerende vegetatie en de jonge dieren gevierd worden; Beltane het begin van de zomerperiode en het vieren van vruchtbaarheid; Midzomer het vieren van de groei en bloei van de natuur; Lammas een feest om te danken voor de oogst; de herfstequinox is een feest om de oogst van vruchten te vieren en stil te staan bij de komende herfst; en Samhaín ten slotte een feest voor de voorouders en het begin van de donkere wintertijd.

De acht wiccajaarfeesten

Traditioneel worden binnen de Wicca de kringlopen van de seizoenen en de landbouw gekoppeld aan het samenspel van De Godin en De God en als zodanig gevierd. Tegenwoordig baseren veel heksen hun jaarfeesten vooral op wat er concreet in de natuur of de landbouw gebeurt op het moment van het feest. Dat doe ik bij de beschrijving van de jaarfeesten in dit hoofdstuk ook. Toch koppel ook ik elk jaarfeest aan een god of godin die op dat moment een belangrijke rol vervult in de jaarlijkse kringlopen.

Behalve de jaarlijkse kringlopen van de natuur en de landbouw geven de acht jaarfeesten ook de cyclus van leven, dood en wedergeboorte weer die elke plant, elk dier en elk mens doormaakt. Hierbij staat Imbolc voor de periode in de baarmoeder, Ostara voor de geboorte, Beltane voor de kindertijd en jeugd, Midzomer voor volwassenheid, Lammas voor de middelbare leeftijd, de herfstequinox voor de ouderdom, Samhaïn voor het sterven en Joel voor het dood zijn, de periode tussen sterven en wedergeboorte.

RICHT JE LEVEN NAAR DE NATUUR

Binnen het Paganisme gaat men ervan uit dat de natuur goddelijk is en dat de mens deel uitmaakt van de natuur. De kringlopen in de natuur zijn dus ook op de mens van invloed. Veel mensen hebben bijvoorbeeld in de winter meer slaap nodig dan in de zomer en de meeste mensen worden in het voorjaar veel sneller verliefd dan in de herfst. Jezelf verbinden met de natuur is ook jezelf verbinden met het goddelijke en met jezelf. Je leven naar de natuur richten, jezelf op de natuur afstemmen en je ermee verbinden is dan ook de kern van alle paganistische stromingen.

Dit kun je natuurlijk op veel verschillende manieren doen. Veel buiten in de natuur zijn om te wandelen, te fietsen of een andere buitenactiviteit te ondernemen, in alle weertypen en alle seizoenen, is uiteraard de eenvoudigste manier om je met de natuur te verbinden. Zo maak je kennis met alle seizoenen en merk je wat ze met de natuur om je heen en met jezelf doen.

Een andere manier is tuinieren. Zelf sierplanten, bloemen, kruiden of groente zaaien of planten, verzorgen, oogsten en ervan genieten brengt

je in heel nauw contact met de seizoenen en de cycli van de landbouw. Nog beter is het om hiernaast ook in de vrije natuur op zoek te gaan naar planten en vruchten om te oogsten. Eetbare planten en kruiden zoeken in het bos, limonade maken van vlierbloesem en wijn van vlierbessen, noten en paddestoelen zoeken zijn manieren om je bewuster te worden van wat er voor overvloed groeit in de natuur in je omgeving.

Naast al deze praktische manieren zijn voor paganisten de acht jaarfeesten een ideale manier om zichzelf met de natuur, de cycli van de seizoenen en de landbouw en het goddelijke te verbinden. Jaarfeesten worden gevierd met rituelen waarbij je heel bewust stilstaat bij wat er op dat moment van de kringloop gebeurt in de natuur en waarbij je jezelf hiermee verbindt. Hierdoor kom je meer in harmonie met de natuur, het goddelijke en met jezelf. Daarom zijn voor mij de jaarfeesten het hart van het Paganisme en de Hekserij!

JAARFEESTEN VIERN

Het vieren van een jaarfeest kun je het beste doen door een ritueel uit te voeren waarbij je stilstaat bij wat er op dat moment van de kringloop gebeurt in de natuur en jezelf hiermee verbindt.

Dit ritueel kun je het beste buiten in de natuur doen maar als dat (weertechisch) niet mogelijk is, kan het ook binnen. In dit laatste geval is het wel goed om voor en/of na het ritueel de natuur in te gaan. Je versiert je altaar met natuurlijke voorwerpen die bij het jaarfeest horen en je neemt als wijn en koekjes iets wat bij de tijd van het jaar past. Misschien wel iets dat je zelf gemaakt hebt van je eigen oogst.

Je kunt elementen uit de volksgebruiken en folklore rond het jaarfeest in je ritueel verwerken, een toepasselijk gedicht voordragen of mediteren op een bijpassende afbeelding of mandala. Het is belangrijk dat zo veel mogelijk elementen van je ritueel naar het betreffende jaarfeest verwijzen. Verwerk ook wat zang, muziek of dans in je ritueel, een jaarfeest is immers een feest. Blijf daarom na het afbreken van de cirkel nog een tijd zitten en eet en drink wat lekkere dingen. Maak er een picknick van als je het jaarfeest buiten viert, en offer royaal aan de planten, dieren, natuurwezens en goden.

De meeste rituelen in dit boek zijn geschreven om door één persoon gedaan te worden en dat geldt ook voor de jaarfeestrituelen. Van oudsher waren de jaarfeesten echter evenementen waar het hele dorp bij betrokken was en speelden ze een belangrijke rol in het versterken van de sociale banden. Als soloheks mis je dat element van de jaarfeesten.

Daarom raad ik iedereen aan om af en toe een jaarfeest met een groep mee te vieren. Er zijn veel paganistische organisaties en heksencafés die openbare jaarfeesten organiseren waaraan je kunt meedoen. Verder vallen veel jaarfeesten ongeveer samen met christelijke of folkloristische evenementen waaraan je kunt deelnemen. Zo kun je voorafgaand aan je Beltaneviering meedoen aan Koningsdag, je joelviering onder de kerstboom doen en paaseieren zoeken rond Ostara. Rond Midzomer en Lammis zijn er vaak evenementen rond oude ambachten en oogstfeesten die prima aansluiten op de jaarfeesten.

In de volgende paragrafen licht ik elk van de acht jaarfeesten afzonderlijk toe en beschrijf voor elk een ritueel om uit te voeren. Hierbij kun je de cirkel trekken, de koekjes-en-wijnceremonie doen en de cirkel weer afbreken op de manier die al eerder beschreven is.

JOEL

Joel, ook Midwinter genoemd, is het eerste feest in het jaar en het eerste in de cyclus van acht jaarfeesten. Joel valt meestal op 21 december, op de winterzonnepunt. Met Joel is de donkere winterperiode op haar hoogtepunt en vanaf dit moment gaan de dagen weer lengen. De zon komt vanaf Joel elke dag iets vroeger op om langer en krachtiger te schijnen. Joel betekent letterlijk 'wiel' en is het moment waarop het jaarwiel weer in beweging komt. Een goede reden voor een feest!

Van oudsher is Joel een van de belangrijkste jaarfeesten in West-Europa. Tijdens de wintermaanden was er in de landbouw relatief weinig te doen en samen met de kou en duisternis gaf dit een grote behoefte aan afleiding en gezelligheid. Er was eten en drinken in overvloed omdat de wintervoorraad voedsel en drank nog lang niet uitgeput was en mensen reisden naar familieleden en vrienden om samen Joel te vieren. In de Germaanse landen duurde het joelfeest twaalf dagen, of eigenlijk

twalf nachten. Het Duitse woord *Zwölfte*n voor Kerstmis en het Engelse *Twelfth Night* en het Nederlandse Dertiendag voor Driekoningen herinneren hier nog aan.

Het belangrijkste kenmerk van het joelfeest is de terugkeer van het licht in de donkere winterperiode: de zon komt weer in beweging en de dagen worden weer langer. Om dit tot uitdrukking te brengen werden vroeger met Midwinter alle draaiende dingen, zoals spinnewielen en klokken, stilgezet en na Joel weer in beweging gebracht. Alle lichten en vuren werden gedoofd en ceremonieel opnieuw ontstoken. In de Germaanse landen werd hierbij vaak een speciaal blok eikehout, het joelblok, in het vuur gelegd en verbrand. Het restant van dit blok werd bewaard om het volgende jaar het nieuwe joelblok mee aan te steken.

Een ander belangrijk aspect van Joel is de vruchtbaarheid van het land. In de winterperiode kan er weinig voedsel verbouwd worden en na Joel wordt de vruchtbaarheid van het land geacht terug te keren. Om dit te vieren haalde men allerlei takken van groene planten zoals den, spar, hulst, klimop en maretak ter versiering in huis en strooide men de as van het joelblok uit over de akkers.

Volgens de volksverhalen zwierf tijdens de joeltijd ook de Wilde Jacht over het land om de vruchtbaarheid terug te brengen. Dit betekende dat Odin met zijn leger van gevallen krijgers tijdens de winterstormen door de lucht reed, de winterreuzen bestreed en het land de vruchtbaarheid teruggaf. In andere verhalen werd de Wilde Jacht aangevoerd door de godin Holda, Vrouw Holle.

Een andere manier om de winterreuzen te verdrijven en de vruchtbaarheid van het land terug te roepen was het maken van veel lawaai. In Nederland herinneren het Thomasluiden en het midwinterhoornblazen hier nog aan. Het Thomasluiden is het gebruik dat in sommige plaatsen in Noord-Nederland de kerkklokken vanaf Sint-Thomas, 21 december, tot Kerstmis dagelijks luiden.

Het midwinterhoornblazen is een gebruik in Twente waarbij men tussen Allerheiligen (1 november) en Driekoningen (6 januari) dagelijks op een houten hoorn blaast. Vaak boven een put voor extra volume.

Een laatste, onderschat, aspect van Joel is het stilstaan bij de duisternis. Het duister wordt in onze cultuur vaak als iets negatiefs gezien, maar in feite is het even noodzakelijk als het licht. De donkere en koude winterperiode is een tijd van afbraak en dood maar ook van rust en herstel, en ook dit mag met Joel gevierd worden.

Joelritueel

Het joelritueel doe je bij voorkeur 's avonds of in een verduisterde kamer. Als voorbereiding versier je het altaar met groene takken en voorwerpen die verband houden met Joel. Je zet acht brandende kaarsen in een cirkel om je heen en een grote kaars voor de goden en een nieuwe kaars op het altaar. Dit wordt je 'jaarkaars'. Verder heb je een hoorn, bel of klankschaal bij de hand. Hierna trek je de cirkel op de manier die eerder beschreven is.

Als je de cirkel getrokken hebt, spreek je de volgende tekst uit:

Joel valt in de donkere wintertijd, doods en koud.

Hierna doof je alle kaarsen zodat het helemaal donker is. Je gaat rustig zitten en ervaart de duisternis. Probeer de rust te voelen die van het duister uitgaat.

Als je zo een tijd hebt gemediteerd, sta je weer op, steek je de kaars voor de goden op het altaar weer aan en zegt de tekst:

Heer Odin en Vrouwe Holda, de winter vol duisternis en kou heeft zijn nut gehad, het is Midwinter, de tijd voor herstel en vernieuwing is aangebroken. Heer Odin en Vrouwe Holda, laat het wiel weer gaan draaien!

Hierna steek je de acht kaarsen in de cirkel aan en daarna blaas je acht keer op de hoorn of slaat acht keer op de bel of klankschaal waarbij je zegt: *Het is Joel, het wiel draait weer.*

Dan neem je de nieuwe kaars van het altaar en met stukjes of stiften bijenwas (te koop in hobbywinkels) versier je hem met symbolen

voor bijvoorbeeld de goden en het jaarwiel. Als je hiermee klaar bent, neem je hem in je handen en zegt:

Ik zegen en wijd deze kaars tot mijn jaarkaars, dat hij gedurende deze draai van het wiel mijn rituelen mag verlichten en versterken.

Je houdt de kaars naar het Noorden en zegt: *Aarde, laat mijn magie wortelen.*

Dan naar het Oosten: *Lucht, breng mijn magie op gang.*

Dan naar het Zuiden: *Vuur, geef mijn magie kracht.*

Vervolgens naar het Westen: *Water, laat mijn magie stromen.*

Hierna weer naar het altaar: *Mogen de goden mijn magie versterken zodat hij altijd zal werken.*

Ten slotte zet je de kaars op het altaar op het pentakel, zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

En daarna steek je de kaars aan.

Je hebt nu een kaars opgeladen die je gedurende het jaar kunt gebruiken bij al je rituelen. De bedoeling is dat je bij de volgende joelviering alleen nog maar een stompje over hebt, dat je kunt gebruiken voor het aansteken van de andere kaarsen in het ritueel en dat je daarna dooft en wegdoet, net als een oud en opgebruikt joelblok. De tekst waarmee je de kaars hebt opgeladen met de vier elementen en de goden kun je ook gebruiken voor het opladen van andere magische voorwerpen, zoals talismans.

Hierna kun je naar keuze nog mediteren, een gedicht lezen, wat zingen of het ritueel afsluiten met de koekjes-en-wijnceremonie en de cirkel afbreken. Als passende wijn kun je mede of Glühwein nemen en wellicht wafels of oliebollen als koekjes.

IMBOLC

Imbolc is op 1 februari het tweede jaarfeest in de cyclus en, in tegenstelling tot Joel, niet gekoppeld aan de zon en de seizoenen. Imbolc is,

net als Beltane, Lammas en Samhaín, meer verbonden met de landbouw en veeteelt en geïnspireerd op de Keltische en Germaanse folklore. Verder hangen die vier feesten voor mij samen met de schijn gestalten van de maan.

Imbolc is hierbij het feest dat samenhangt met het lammeren van schapen en met het ploegen en inzaaien van de akkers. In de natuur valt het samen met de periode in februari waarin het vaak een tijdje mooi weer is tussen het einde van de winter en het begin van de lente. Imbolc is voor mij hiernaast verbonden met de maan in het eerste kwartier.

Een eerste aspect van Imbolc is zuivering. Moestuinen werden bladvrij gemaakt, akkers geploegd en het oude stro werd uit de stallen van het vee gehaald. Allemaal ter voorbereiding op een nieuwe landbouwcyclus. Deze handelingen gingen in heel Europa gepaard met allerlei rituelen. Zo werd in sommige streken van Ierland vee dat naar de weidegronden ging tussen twee vuren door gedreven om gezuiverd te worden en de vruchtbaarheid te bevorderen. In veel streken was het gebruikelijk om voor het begin van het eigenlijke ploegen eerst een ploegvoor rond de hele akker te trekken en op andere plaatsen in Europa werden soortgelijke rituelen gedaan.

Het tweede aspect van Imbolc is zwangerschap en geboorte. Rond deze tijd zijn vooral schapen al drachtig en werpen jongen die moeten zorgen voor melk, vlees en het instandhouden van de veestapel. Voor de mens was het van groot belang dat deze draagtijden en het uiteindelijke lammeren goed verliepen en ook hierbij moesten de Imbolc-rituelen helpen.

Ook bij de aarde is zwangerschap in deze periode een belangrijk thema. Enerzijds natuurlijk in de vorm van de akkers die ingezaaid gaan worden en voedsel moeten gaan voortbrengen en anderzijds ook in de natuur als geheel. Rond Imbolc is de winter nog niet voorbij en de lente nog niet begonnen. De vegetatie is nog niet voltallig terug, maar kondigt zich in de vorm van vroege bloemen al wel weer aan.

De plant die het meest bij Imbolc hoort, is dan ook het sneeuwkllokje. De godin die bij Imbolc hoort, is de Ierse Brigid, ook wel Bride, Brigantia of Brigandu genoemd en na de kerstening vereerd als Sint-Brigitta.

Brigid is een vruchtbaarheidsgodin die hielp bij zwangerschap en bevaling en ook als graangodin vereerd werd. Haar bekendste symbool is een graankruis met vier gelijke armen dat mensen in West-Ierland elkaar met Imbolc cadeau doen en ter bescherming boven de deur hangen.

Brigid is een vuurgodin. In het Ierse Kildare was een klooster gewijd aan Sint-Brigitta, waar negentien nonnen een heilige vlam eeuwig brandend hielden. Brigid was de patroonheilige van genezers, dichters en smeden en zij schonk hun inspiratie. Ook dit past goed bij Imbolc, want inspiratie is de zwangerschap waaruit kunstwerken geboren worden.

Imbolcritueel

Versier het altaar met dingen die met Imbolc te maken hebben, zoals een Brigittakruis en sneeuwkllokjes. Leg drie papiertjes, een pen, een vuurvast schaalpje en een zuiverende wierook zoals salie klaar. Trek hierna de cirkel op de gewone manier en zeg dan de volgende tekst:

Vrouwe Brigid, laat uw heilige vlam mij zuiveren.

Steek de wierook aan met de jaarkaars en bewierook jezelf er grondig mee. Begin bij je voeten en ga omhoog naar je hoofd en dan weer terug. Zet dan de wierook weg, spreek de volgende tekst uit en mediteer een tijdje:

Zo ban ik de winter uit, zo verwelkom ik de lente. Zo neem ik afscheid van wat dood is, zo groet ik wat leeft.

Dan neem je de drie papiertjes en de pen en je schrijft drie dingen op die je komend jaar wilt gaan doen. Je kunt dit woordelijk opschrijven, bijvoorbeeld: 'Ik wil me in astrologie gaan verdiepen', of met een symbool aanduiden door bijvoorbeeld het symbool van je sterrenbeeld te tekenen te midden van de symbolen van de planeten. Als je zo drie dingen opgeschreven hebt, leg je telkens aan Brigid uit wat je wilt gaan doen, vraagt haar hulp, houdt het papiertje in de kaarsvlam en laat het opbranden in het vuurvaste schaalpje. Bijvoorbeeld:

Vrouwe Brigid, ik wil me dit jaar in astrologie gaan verdiepen en vraag u mij hierbij te helpen. Inspireer mij en laat de vlam van mijn interesse voldoende motivatie zijn om dit voornemen uit te voeren.

Als je alle drie je verzoeken gedaan hebt, zeg je de volgende tekst en mediteert dan een tijdje:

Zo ban ik de winter uit, zo verwelkom ik de lente. Zo neem ik afscheid van wat dood is, zo groet ik wat leeft. Zo ban ik de winter uit, zo verwelkom ik de lente.

Hierna zeg je het volgende gedicht op:

*Alles staat stil
de aarde rust
teruggetrokken in zichzelf
onder een witte deken
koud en doods
Alles is donker
de nachten zijn lang
de dagen kort
somber en kaal het bos
mager de weinige dieren
En toch
draait het wiel door
De dagen lengen alweer langzaam
de zon zal zich vaker laten zien
de sneeuw zal smelten, de aarde ontdooien
ontwaken uit haar slaap en weer tot leven komen
Zaden zullen kiemen, bomen botten uit
vlinders en vogels keren weer uit het warme zuiden
De mensen zullen zich verheugen, de dieren weer gaan paren
en het zal zomer zijn
En ook dan
draait het wiel
door*

Hierna ga je rustig zitten en begint de volgende *chant* te zingen:
Fire in my blood, fire in my heart, fire in the heart of the universe

Chants zijn rituele liedjes met een korte tekst die je blijft herhalen. Melodie, tempo en volume kun je tijdens het zingen laten wisselen.

Met het zingen van chants kom je in een lichte trance en roep je energie op. Je blijft ze herhalen tot je voelt dat het genoeg is en dan zing je zachter en langzamer tot het als vanzelf wegsterft.

Hierna kun je de koekjes-en-wijnceremonie doen met een zoete witte wijn en krakelingen en daarna de cirkel afbreken. De as van de zuiverende wierook en de papiertjes kun je op de aarde of de sneeuw strooien (misschien wel bij de sneeuwkllokjes).

OSTARA

Ostara is het feest van de lente-equinox op 21 maart. Dit is het moment waarop dag en nacht even lang zijn en de lente begint. De naam Ostara komt van Eostra, de Germaanse godin van de dageraad. We vinden deze naam ook terug in de Duitse en Engelse naam voor Pasen, namelijk *Ostern* en *Easter*.

De betekenis van Ostara is het vieren van de lente met haar nieuwe leven en energie. De vegetatie is teruggekeerd na de doodse winter en alles gaat weer groeien en bloeien. De meeste kou en vorst liggen achter ons, er zijn veel jonge dieren en alles bruist van levenskracht. Hoera, feest!

Veel volksgebruiken rond Ostara hebben te maken met het verbranden van stropoppen en het ontsteken van vreugdevuren. Hiermee worden enerzijds de laatste restjes winter uitgebannen en wordt anderzijds uitdrukking gegeven aan de hernieuwde levensenergie in de natuur. De paasvuren in de Achterhoek, Drenthe en Overijssel, de Saksische gebieden van Nederland, zijn de bekendste voorbeelden hiervan.

Vuur speelde bij de vorige twee jaarfeesten een belangrijke rol en zal dat ook bij dit en de volgende jaarfeesten blijven doen. Deels komt dit doordat het element Vuur een metafoor is die bij veel verschillende gelegenheden past en deels omdat vuurtje stoken gewoon erg leuk is. Een andere reden is dat vuur vroeger onontbeerlijk was als je een feest vierde dat tot 's nachts duurde omdat het een bron van licht is.

Een ander opvallend volksgebruik rond de lente is het springen. Op veel plekken in Europa zijn er voorbeelden bekend van mannen die hun vrouwen hoog de lucht in tilden op lentefeesten, jongens die meisjes zo hoog mogelijk probeerden op te gooien en cafégasten die met

stoel en al opgetild werden. In het Luxemburgse Echternach wordt na Pasen zelfs een springprocessie gehouden. Dit springen dient om de levenskracht en levensvreugde van de lente uit te drukken en te versterken. De beroemdste springer rond deze tijd is uiteraard de (paas)haas. De springerige en vruchtbare haas symboliseert bij uitstek de energie van Ostara en de lente.

Een laatste symbool dat rond Ostara een grote rol speelt in volksgebruiken is het ei. Dit symboliseert het nieuwe leven in de lente, de planten die uit de aarde tevoorschijn komen en de jonge dieren die geboren worden. In heel Europa worden rond Ostara eieren beschilderd om er vervolgens allerlei spelletjes mee te spelen.

Ostara is een jaarfeest om de levenskracht van de lente te vieren en tot uitdrukking te brengen. Doe dit ritueel bij voorkeur buiten op een mooie plek in de natuur met veel vers groen, bloemen en het gezang van vogels. Zorg voor ruimschoots lekker eten en drinken zodat je na het ritueel kunt picknicken en offer gul aan de natuur.

Ostararitueel

Versier het altaar met bloemen en andere zaken die bij Ostara en de lente horen. Zorg dat je drie hardgekookte eieren hebt en leg verder een paar grote vellen papier en flink wat kleurpotloden, stiften en eventueel verf en kwasten klaar.

Hierna trek je de cirkel en zegt het volgende gedicht op:

*Eostra,
Vrouwe van het Ochtendgloren,
Vrouwe van de Dageraad,
Laat de wind voorzichtig waaien
over het prille lenteleven.
Laat de zon mild zijn warmte schenken
aan bloesem, bloem en knop.
Laat de regen zachtjes vallen
op het verse voorjaarsgroen.
Laat de aarde zich vullen
met een overvloed aan leven.
Eostra,*

*Laat de eieren rollen,
laat de hazen dollen,
laat de hoofden tollen
van liefde en geluk.*

Eostra,

Laat het lente zijn.

Hierna beschilder je de drie eieren en laat ze dan kort drogen terwijl je een moment mediteert. Dan zeg je de volgende tekst:

Er is nieuw leven, er is nieuwe energie, er is overvloed. Dit nieuwe leven wil ik vieren, deze nieuwe energie versterken en de overvloed wil ik delen. Alles met dank aan Vrouwe Eostra.

Dan neem je een ei in je hand en gooit het van de ene hand in de andere en weer terug. Terwijl je dit doet, spring je van het ene been op het andere. Dit blijf je doen tot je ei op de grond is gevallen. Als het kapot is, pel je het en offert het aan de dieren en anders raap je het op en ga je verder tot het kapot is. Dit doe je ook met het tweede ei. Het derde ei eet je ten slotte zelf op als het kapot is.

Hierna ga je zitten en mediteert over Ostara. Kijk om je heen en neem het nieuwe leven in de natuur waar, voel de wind en de zon, hoor de vogels, let op de andere dieren. Ervaar de lente, de hernieuwde, uitbundige en overvloedige energie van dit seizoen.

Als je de levenslust en levenskracht van de lente in jezelf kunt voelen, neem je je tekenspullen en je gaat een tekening maken waarin je deze symbolisch tot uitdrukking brengt.

Maak je geen zorgen of het wel mooi genoeg is en of je wel adequaat naar de natuur tekent, daar gaat het niet om. Waar het om gaat, is dat je jouw lentegevoel over deze Ostara tot uitdrukking brengt in een kleurrijke tekening. Maak er eventueel een paar, zodat je later kunt kiezen welke het meest geslaagd is en je je daar niet meteen in hoeft te verdiepen. Gebruik de creatieve energie van het seizoen om iets moois te maken.

Als je klaar bent met je tekening, ruim je eerst je tekenspullen op en daarna zeg je de volgende tekst:

Vrouwe Eostra, duizelend van de vele bloemen, duizelend van de vele

kleuren, duizelend van nieuwe energie en nieuw leven dank ik u voor deze lente.

Hierna doe je de koekjes-en-wijnceremonie met een bloemige wijn (zoals vlierbloesemwijn) en eierkoeken. Daarna breek je de cirkel af en tenslotte picknick je nog (lang) na.

BELTANE

Beltane is het vruchtbaarheidsfeest dat op de vooravond van 1 mei gevierd wordt. Het feest heeft een Keltische naam maar door heel Europa werden onder verschillende namen begin mei soortgelijke feesten gevierd. In Nederland heette dit Meiavond. Het Beltanefeest is voor mij verbonden met de volle maan en is gewijd aan de godin Freya.

‘Vruchtbaarheid’ is het centrale thema van Beltane. De akkers zijn rond deze tijd al ingezaaid met zaaigoed en de gewassen komen al boven de grond. In de natuur zijn praktisch overal bloemen die bestoven worden door bijen, hommels en andere insecten. Dit is nodig om later vruchten en zaad te laten groeien. Hiernaast werd Beltane gezien als het begin van de zomer.

Zoals gezegd werden er in heel Europa feesten gevierd in deze periode en bij al deze feesten werd vruchtbaarheid gevierd. Vaak werden er symbolische huwelijken gesloten tussen een meikoning en -koningin of een meibruid en -bruidegom. Zij vertegenwoordigden de mannelijke en vrouwelijke krachten in de natuur. Op veel plaatsen werd een meiboom of meipaal opgericht, een boom of paal die werd versierd met groene takken, bloemen en kleurrijke linten. Hier werd tijdens het feest omheen gedanst en soms werden er tijdens het dansen linten om de boom of paal gevlochten. Op deze meifeesten bloeiden vaak liefdes op en ongetwijfeld vierden veel stelletjes er na nog een privéfeestje op rustige plekjes.

Tijdens de meifeesten was ook water erg belangrijk. Water is noodzakelijk voor planten om te groeien en is als zodanig ook een vruchtbaarheidssymbool. In Groot-Brittannië en Ierland werden begin mei bronnen versierd en gezegend en aan hun water werd een genezende en vruchtbaarheid gevende werking toegeschreven. In andere streken

zei men dat de dauw deze kwaliteiten had. Van de dauw op het meifeest zouden vrouwen vruchtbaar en mooi worden. Het gebruik om met Hemelvaart te gaan dauwtrappen is van dit volksgeloof afkomstig. Verder is Beltane een goed feest om de heiligheid van het lichaam en de seksualiteit te vieren.

Beltaneritueel

De meeste rituelen in dit boek zijn geschreven om door één persoon uitgevoerd te worden. Dit Beltaneritueel zal ik echter zo beschrijven dat het door twee personen gedaan kan worden omdat dat beter past bij het karakter van het feest. Verder ga ik ervan uit dat je dit ritueel *skyklad* (naakt) uitvoert.

Het altaar is versierd met bloemen en andere zaken die naar Beltane verwijzen. Verder staat er een staf van circa twee meter bij het altaar en liggen er een grote denneappel en veel kleurige linten. Op het altaar staan verder een kelk met water en een bakje zout.

Na het trekken van de cirkel ga je voor het altaar staan en zegt:
*De natuur zindert van zinnelijkheid en lust, klaar om bevrucht te worden.
Bloemen worden bestoven, dieren paren.*

Als je een vrouw bent, zeg je hierna: *Vrouw Freya, ik vraag uw zegen over mijn lichaam, mijn seksualiteit en mijn vruchtbaarheid.*

Dan neem je het bakje zout en giet het zout in het water. Met je athame roer je erin zodat het zout oplost en zegt daarbij:
Aarde en Water, ik voeg uw krachten samen, houd zuiver wat zuiver en heilig wat heilig is.

Als je dit ritueel met iemand anders doet, gaan jullie tegenover elkaar staan en besprenkel je eerst de voeten, knieën, geslacht, borst(en) en lippen van de ander met water en daarna kus je achtereenvolgens deze lichaamsdelen van de ander, waarbij je de onderstaande tekst gericht op de ander uitsprekt. Je zegt dus eerst 'Gezegend je voeten, waarmee je op de aarde staat' en kust dan de voeten van de ander. Hierna doet de ander dit ritueel bij jou. *Gezegend mijn voeten, waarmee ik op de aarde sta.*

*Gezegend mijn knieën, waarmee ik mij voortbeweeg.
Gezegend mijn geslacht, dat leven voortbrengt.
Gezegend mijn borst, waarin mijn hart liefdevol klopt.
Gezegend mijn lippen, waarmee ik kussen kan.*

Als je dit ritueel alleen doet, besprenkel je je eigen voeten, knieën, geslacht, borst(en) en lippen met water en zegt hierbij de tekst hierboven. Binnen de Wicca wordt dit ritueel de 'vijfvoudige kus' genoemd en gebruikt om het lichaam te eren als de tempel van De God of De Godin. Het wordt vaak uitgevoerd bij inwijdingen en invocaties, rituelen waarbij een godin wordt opgeroepen in het lichaam van een wiccapriester of een god in het lichaam van een priesteres. In een later hoofdstuk komen invocaties nog uitgebreid aan de orde. Hierna spreek je de volgende tekst uit:

*Vrouwe Freya
lust en liefde
seks en sensualiteit
hierover heerst u
het orgastisch genot is uw geschenk
u geeft het graag
u geeft het gretig
Talrijk zijn uw minnaars
u behaagt hen aan uw borsten
laat hen komen tussen uw benen
zij bekoren u
Luisterend naar liefdesliedjes
verhoort u de gebeden
van hopeloos verliefden
en wanhopig onbeminden
U geeft gul
rijkdom en vruchtbaarheid
uw tranen zijn van goud
kostbaarheden van uw dochters
de ooievaar is aan u gewijd
U bent de meest geliefde
de meest beminde onder de godinnen*

Hierna mediteer je een tijd over de uitgesproken tekst(en) en daarna neem je de staf, de linten en de denneappel. Je bevestigt de denneappel met een lint boven op de staf zodat hij een fallisch uiterlijk heeft en zegt dan:

De natuur is vruchtbaar, de natuur moet bevrucht worden. Liefde is heilig, lust is heilig, seks is heilig, alle leven komt eruit voort.

Vervolgens knoop je allebei een lint boven aan de staf vast, wikkel het er mooi omheen en spreekt hierbij een wens uit: *Dat alle bloemen bestoven mogen worden.* Hierna neem je een volgend lint en doet hetzelfde met een andere wens: *Dat iedereen liefde mag vinden.* Zo ga je door tot alle linten om de staf gewikkeld zijn. De staf zet je dan weer bij het altaar en na afloop kun je hem in je tuin of kamer zetten.

Hierna doe je het koekjes-en-wijnritueel met een bloemige wijn en honingkoekjes en je breekt de cirkel af.

MIDZOMER

Midzomer is het feest dat valt op de midzomerzonnepunt, de langste dag, op 21 juni. De zon is op zijn hoogste punt aan de hemel en de natuur staat in volle bloei. De groei-kracht is nu het sterkst, de gewassen staan te rijpen op de akker en jonge dieren die in de lente geboren zijn, groeien op tot volwassenheid. Midzomer is het feest om de levenskracht in de natuur in haar volle glorie te ervaren en te eren. Dit is het feest van de Groene Man en de Groene Vrouw.

Midzomerritueel

Dit midzomerritueel is anders dan de andere rituelen in dit boek: het is een ontdekkingsreis om de Groene Man en Vrouw in hun eigen domein op te zoeken en te leren kennen. Je gaat ervoor naar een groot natuurgebied op een dag dat er niet zo veel wandelaars en andere recreanten zijn en je brengt er de hele dag door. Neem eten en drinken mee en een scherp mes, een snoeischaar en een rol dun touw van natuurlijk materiaal.

Als je bent aangekomen, wandel je rustig door de natuur op zoek naar een plek om je ritueel te doen. Het moet een plek zijn waar je niet gestoord wordt en waar je van natuurlijk materiaal een cirkel, een altaar en een 'beeld' van de Groene Man en/of Vrouw kunt maken. Als je een geschikte plek gevonden hebt, ga je er een tijdje rustig mediteren.

Je voelt of de plek het goed vindt dat je er je ritueel gaat doen. Als dit zo is, verkruimel je een stuk brood en strooit dat in de vier windrichtingen als offer voor de dieren. Hierbij zeg je de volgende tekst: *Groene Man en Groene Vrouw, planten en dieren van dit gebied, geesten van deze plaats, ik wil hier mijn midzomerritueel uitvoeren om jullie te leren kennen en te eren. Ik wil in dit gebied oogsten om een cirkel, een altaar en een beeltenis te maken ter ere van jullie en als dank dat jullie er zijn.*

Eet zelf ook wat en daarna ga je weer op pad. Je verzamelt bloemen, takken, veren, steentjes, botjes, planten, paddestoelen, mossen, schimmels, braakballen, galappels, bessen, vruchten, zaden enzovoort om te verwerken op je plek. Hiervoor neem je de tijd, je hebt de hele dag. Loop rustig door het gebied en laat je verrassen door wat je vindt. Stop regelmatig om even te zitten en 'er gewoon te zijn'. Kijk welke planten, dieren en andere natuurverschijnselen je ziet. Als je genoeg natuurlijke materialen zoals bloemen, takken enzovoort verzameld hebt, blijf je op je plek en begint met je eigenlijke ritueel. Maak een cirkel van bloemen en planten waarbinnen je straks je ritueel doet. Maak op de plek een altaar waar de vier elementen en andere natuurlijke zaken op vertegenwoordigd zijn. Maak van de takken, bloemen, veren etcetera een beeltenis van de Groene Man of Vrouw.

Het zal een hoop geknutsel zijn en niet altijd gemakkelijk, maar dat is niet erg. Het gaat meer om het proces dan om het resultaat. Terwijl je bezig bent, eet je niet meer, maar je drinkt wel. Neem alle tijd; je hebt de hele dag.

Als je klaar bent met je cirkel, je altaar en je beeltenis van de Groene Man en/of Vrouw, ga je midden in je cirkel voor het altaar en het beeld zitten en je kijkt naar je werk. Je voelt de voldoening van je resultaat en je voelt hoe je de plek nu ervaart. Ervaar hoe het is om nu op je plek midden in de natuur te zitten.

Na een tijdje sta je op en je zegt:

Groene Man en Groene Vrouw, planten en dieren van dit gebied, geesten van deze plaats, ik dank u dat ik hier mag zijn. Ik dank u dat ik de

hele dag door dit gebied heb mogen zwerven, dat ik heb mogen oogsten wat ik nodig had en dat ik deze plek heb mogen inrichten als mijn rituele cirkel. Ik dank u voor de planten die ik gezien heb en voor alle dieren die ik heb mogen ontmoeten. Groene Man en Groene Vrouw, planten en dieren van dit gebied, geesten van deze plaats, ik dank u dat ik hier mag zijn, op uw plek, op mijn plek.

Dan neem je de wijn en de koekjes, bij voorkeur bloemen- of vruchtenwijn en vruchtenkoekjes, en zegt:

Ik zegen deze wijn en koekjes in naam van al het leven in de natuur.

Je neemt zelf een slok van de wijn en een hap van het koekje en de rest offer je aan de dieren en de aarde. Je blijft nog een tijd op je plek picknicken en genieten van de natuur en daarna ruim je de cirkel op. Je maakt van de bloemen, planten en takken van de cirkel een boeket voor thuis op je altaar. Het altaar en de beeltenis van de Groene Man en/of Vrouw laat je staan en het eten dat je over hebt, laat je achter voor de dieren.

LAMMAS

Lammas is een oogstfeest dat voor mij bij de afnemende maan hoort. Het valt op 1 augustus. De oogst is het belangrijkste moment van de landbouwcyclus: een goede oogst betekende immers voldoende voedsel om de winter door te komen en voldoende zaaigoed om volgend jaar nieuw voedsel te kunnen verbouwen. Het binnenhalen van de oogst was veel en zwaar werk en als deze klus geklaard was, was er alle reden voor een groot feest. Lammas is een Angelsaksische naam voor het oogstfeest, maar in heel Europa, eigenlijk overal ter wereld waar men van de landbouw leefde, waren er grote feesten verbonden met de oogst.

Het oogsten werd gezien als een heilige handeling en was met veel rituelen omgeven. Deze rituelen leefden tot in de twintigste eeuw nog voort in allerlei volksgebruiken die van streek tot streek verschilden. Vooral het begin en het einde van de oogst waren belangrijke momenten.

De eerste en de laatste korenschoven kregen vaak een bijzondere behandeling. De eerste schoven werden apart gelegd als offer voor de muizen

of gewijd in de kerk. Soms werd er van de eerstgemaaide halmen een talisman voor bescherming gemaakt die men bij zich droeg tijdens de oogstwerkzaamheden. De laatste schoven werden vaak tot pop verwerkt en feestelijk binnengehaald. Dit kon een manshoge pop zijn, maar vaak werden er ook allerlei kleine poppen en andere figuren van gemaakt, die in huis bewaard werden.

Deze poppen, of *corn dollies* in het Engels, stelden de Graangod of Graangodin voor, die zijn of haar leven had gegeven om de mens van voedsel te voorzien. In de Wicca draait Lammas om dankbaarheid voor dit offer. De Godin, in de vorm van de aarde, geeft bij de oogst haar kind, in de vorm van het graan, aan de mens om te eten. De God, in de vorm van het graan, geeft zijn levenskracht om de mens te voeden en om volgend jaar opnieuw te kunnen zaaien. In het volksgeloof hadden deze goden namen als Roggemoeder, Haverman, Grootmoeder of Grootvader. Bij de Germanen waren het Wodan en Holda die met de oogst verbonden waren, bij de Kelten de god Lugh en de godinnen Taltiu en Brigid en bij de Romeinen de godin Ceres. In het ritueel voor Lammas zal ik de oude volksnamen Korenmoeder en Graanman gebruiken voor de Graangodin en de Graangod.

Lammasritueel

Versier je altaar met dingen die te maken hebben met de oogst en leg er een bos korenaren op. Verder zet je een bloempot met aarde en een rood lint klaar. Je trekt de cirkel en zegt daarna de volgende tekst:

Korenmoeder, u hebt uw gewas aan ons afgestaan opdat wij kunnen leven. Ik dank u daarvoor.

Graanman, u geeft uw levenskracht opdat wij voedsel hebben en opnieuw kunnen zaaien. Ik dank u daarvoor.

Dan neem je de bos graan en verdeelt deze in vieren. Eén deel ga je uitpellen, je haalt de graankorrels uit de aren en eet deze op. Hierbij zeg je: *Korenmoeder, Graanman, het graan is voedsel voor mij. Ik dank u.*

Het tweede deel pel je ook uit maar de graankorrels uit deze aren stop je onder de grond in de bloempot. Hierbij zeg je: *Korenmoeder, Graanman, het graan is zaad voor de volgende oogst. Ik dank u.*

Het derde deel bind je tot een bosje met het rode lint en hierbij zeg je: *Dit bosje graan hou ik bij me om me te herinneren aan het offer van de Korenmoeder en de Graanman.*

Het vierde bosje graan leg je, tijdens of na je ritueel, buiten ergens neer met de woorden: *Korenmoeder, Graanman, ik deel de overvloed van de oogst met de dieren.*

Hierna lees je de mythe van Demeter en Persephone, dit hoeft niet hardop:

‘De godin Demeter had een dochter, Persephone, die erg mooi was. Ze werd begeerd door goden en mensen, maar wees alle aanzoeken af. Ook Hades, de god van de onderwereld, wilde haar hebben en vroeg aan zijn broer Zeus of dat mocht. Zeus beloofde hem de hand van Persephone zonder dat zij of haar moeder daarvan wisten.

Toen de bekoorlijke Persephone op een dag in buurt van de stad Enna met de dochters van Oceanos speelde en bloemen plukte om kransen van te maken, zag zij een mooie narcis staan. De narcis is gewijd aan Hades en werd door hem gebruikt om Persephone te lokken. De list werkte. Persephone zonderde zich af van haar vriendinnen om deze prachtige bloem te plukken.

Op het ogenblik dat zij zich naar de bloem voorover bukte, opende zich plots de aarde in een kloof en daaruit kwam Hades rijden op een gouden, met vier zwarte paarden bespannen wagen. Hij greep Persephone en ontvoerde haar naar zijn rijk in de onderwereld. De aarde sloot zich weer achter hen voordat Persephone de tijd had om om hulp te roepen. Ze verdween zonder een spoor achter te laten.

Toen Demeter hoorde dat haar lieflijke dochter verdwenen was, raakte ze in paniek. Ze deed haar sieraden af en hulde zich in rouwkleren. Ze stak een fakkel aan aan de Etna en ging haar dochter zoeken. Zonder te eten of te drinken zocht ze negen dagen en negen nachten de hele wereld af naar een spoor van Persephone.

Op de tiende dag kreeg de zonnegod Helios, die alles ziet en alles hoort, medelijden met haar en vertelde wat Persephone was overkomen.

Demeter was buiten zichzelf van woede en verdriet en verliet de Olympus om in eenzaamheid te rouwen. In deze periode verloor de aarde haar vruchtbaarheid, planten verdorpen, oogsten mislukten en de mensen leden honger.

Tevergeefs stuurde Zeus de ene bode na de andere op Demeter af om haar te bewegen naar de Olympos terug te keren. Zij zwoer echter dat zij niet weer gewassen en vruchten zou laten groeien, vóór haar dierbare kind haar was teruggegeven.

Hierop stuurde Zeus Hermes naar de onderwereld om Hades ertoe te brengen Persephone terug te laten keren naar haar moeder. Na lang onderhandelen stemde hij toe. Toen hij Persephone liet gaan, gaf hij haar een granaatappel aan, maar die weigerde ze. Na veel aandringen nam ze echter een granaatappelpit mee als voedsel voor onderweg. Door van deze liefdesvrucht te eten werd ze verliefd op Hades en hierdoor bleef Persephone aan de onderwereld gebonden.

Zij sloot een overeenkomst met Hades dat ze terug mocht naar haar moeder, maar een derde deel van elk jaar bij hem in de onderwereld zou verblijven. En sindsdien keert Persephone elk jaar in de lente terug uit de onderwereld om bij haar moeder te zijn en brengt ze elke winter door bij Hades in de onderwereld. In deze periode is haar moeder Demeter zo verdrietig, dat ze de planten niet laat groeien.'

Nu mediteer je een tijd over deze mythe, je laat het verhaal goed op je inwerken en probeert je in te leven in de hoofdpersonen. Mijmer over de betekenis van de mythe.

Hierna zing je de volgende chant:

*Hoof and horn, hoof and horn
All that dies shall be reborn,
Corn and grain, corn and grain,
All that falls shall rise again*

Je blijft dit herhalen tot je voelt dat het genoeg is en dan mediteer je een tijdje. Hierna doe je de koekjes-en-wijnceremonie met graanjenever en brood.

HERFST

Het herfstfeest, soms Mabon genoemd, valt op 21 september tijdens de herfstequinox, het tweede moment in het jaar waarop de dag en nacht even lang zijn. Het is een periode van overvloed aan bessen, noten en fruit en waarin de natuur zich voorbereidt op de komende winter. De meeste loofbomen gaan hun bladeren verliezen en veel planten sterven af of trekken zich terug in de aarde. Sommige vogels en vlinders beginnen nu naar het zuiden te trekken.

De god die bij het herfstfeest hoort, is voor mij Cernunnos, een Keltische god, afgebeeld als een mens met een hertegewei. Cernunnos is een bosgod die overvloed geeft en verbonden is met leven en dood en de cyclus van de seizoenen. Zoals bomen in de herfst hun bladeren verliezen om in de lente nieuwe te krijgen, verliezen herten in de herfst hun gewei en groeit er in de lente weer een nieuw.

De betekenis van het herfstfeest is enerzijds danken voor de oogst en anderzijds het loslaten van dingen die niet meer nodig zijn.

Herfstritueel

Versier het altaar met dingen die naar de herfst verwijzen en zet er ook een metalen heksenketel en een schaal met bessen, noten en een appel op. Leg verder vier goed droge herfstbladeren en een pen klaar. Trek de cirkel en zeg de volgende tekst:

Cernunnos, Heer van het Woud en de Andere Wereld, Schenker van overvloed, leven, dood en wedergeboorte, Heer der Herten, ik dank u voor de overvloed in de natuur.

Hierna neem je de appel en snijdt hem in vier stukken. Je neemt telkens een stuk in je hand en noemt iets waar je dankbaar voor bent. Bijvoorbeeld: 'Ik heb de basisbeginselen van de astrologie geleerd afgelopen jaar en daar ben ik erg blij mee' of 'Ik ben dankbaar dat ik een goede relatie heb met mijn vriend/vriendin'. Hierna eet je het stuk appel op. Dit doe je vier keer en dan mediteer je een tijdje over je zegeningen. Vervolgens neem je de schaal met bessen en noten en je zegt:

Ik wil de overvloed delen met de dieren van het bos en hen helpen de winter door te komen.

Dan leg je de bessen en noten ergens neer voor de dieren. Als je dit ritueel binnen doet, leg je de bessen en noten na afloop ergens buiten neer voor de dieren.

Hierna zing je de volgende chant, net zo vaak tot je voelt dat het genoeg is:

The Earth is our Mother, she will take care of us (2x)
Hey yunga, ho yunga, hey yung yung
The Earth is our Mother, we must take care of her (2x)
Hey yunga, ho yunga, hey yung yung

Dan neem je de vier herfstbladeren en de pen van het altaar en je schrijft op een papiertje iets wat je in de herfst achter je wilt laten. Bijvoorbeeld: 'Ik stop met roken' of 'Ik zet mijn Nintendo op Marktplaats'. Je spreekt hardop uit wat je achter je wilt laten, steekt het blad aan met een kaars van het altaar en laat het verbranden in de heksenketel. Als je dit met de vier bladeren hebt gedaan, kun je de as op de aarde laten vallen (als je het ritueel binnen doet, dan doe je dat na afloop buiten).

Hierna doe je de koekjes-en-wijnceremonie met (kersen)bier en appeltaart en daarna breek je de cirkel weer af.

SAMHAÍN

Samháin (spreek uit als sou-wen) is het laatste feest van de jaarcyclus en is verbonden met de donkere maan. Het is afgeleid van het Keltische dodenfeest, dat tevens het begin van de winter en het nieuwe jaar was. Veel heksen laten de cyclus van de jaarfeesten dan ook beginnen met Samháin. Zelf vind ik het logischer om de jaarfeesten te laten aansluiten bij de cyclus van de zon en te beginnen met Joel.

Samháin valt op 1 november, in een tijd dat de donkere winterperiode begint. Veel vegetatie is al afgestorven en de bomen zijn praktisch kaal. Er werd vroeger in deze periode veel gejaagd en op de boerderijen werd alle overtollige vee geslacht om voer uit te sparen en een vleesvoorraad aan te leggen voor tijdens de winter. Ook voor mensen was de winterperiode erg spannend: oude en zieke mensen

hadden een groot risico om deze niet te overleven. Kortom, de dood was voelbaar aanwezig in deze periode.

De heidense volken van Europa geloofden dat in de donkere wintertijd die rond Samhaín begon, de poorten naar de Andere Wereld wagenwijd open stonden. De geesten van de overledenen, en ook andere wezens zoals elfen, pixies, trollen, aardmannetjes en dergelijke, konden zich vrij over de aarde bewegen en de levenden bezoeken.

Het Samhaínfeest bij de Kelten – en soortgelijke feesten bij andere volken – was bedoeld om de overledenen en andere wezens uit de Andere Wereld gunstig te stemmen. Deze dodenfeesten werden na de kerstening in het Christendom opgenomen als Allerzielen en Allerheiligen en de meer heidense gebruiken van deze feesten bleven voortleven in de gebruiken rond Sint-Maarten en Halloween. Hierbij worden optochten gehouden met ‘lampions’ van uitgeholde bieten en pompoenen en grote vuren ontstoken op de akkers en velden.

Verder werd er met Samhaín op allerlei manieren aan divinatie gedaan om de overledenen en de andere wezens uit de Andere Wereld te raadplegen over het komende jaar.

Bij Samhaín horen goden en godinnen die met de dood en de Andere Wereld te maken hebben, zoals Don, Hades, Cernunnos, Odin, Morrigan, Cerridwen of Hecate. Maar omdat Samhaín ook sterk te maken heeft met niet-goddelijke bewoners van de Andere Wereld zal ik in het ritueel vooral hen aanroepen.

Samhaínritueel

Versier het altaar met allerlei dingen die verwijzen naar Samhaín, de dood, de slacht en naar wezens uit de Andere Wereld. Zorg ook voor een lampion van een uitgeholde pompoen, een vuurvast schaalpje, een glas, een fles spiritus, lucifers, een fles whiskey en een worstebroodje of stuk pompoencake. Hiernaast zijn een brandblusser of een blusdeken aan te raden (want we gaan met vuur spelen).

Trek de cirkel op de gewone manier en zeg dan de volgende tekst:

Wezens uit de Andere Wereld, voorouders, overledenen, fairies, pixies, aardmannen, trollen, geesten, alven, dwergen en wie u nog meer mag zijn; ik heet u welkom bij mijn Samhainviering en ik schenk u een glas whiskey in.

Je schenkt een glas whiskey in en zet het op het altaar. Daarna zeg je de volgende tekst:

Goden en Godinnen van het Schaduwrijk, Schenkers van Leven en Dood, ik vraag u de poort te openen waardoor wij allen eens gaan moeten, laat onze geliefden die eerder gegaan zijn deze nacht terugkeren om met ons het Samhainfeest te vieren.

Dan steek je de kaars in de pompoen aan, je gaat in stilte zitten om de overledenen te laten komen. Na een tijdje noem je een voor een de namen van familieleden, vrienden en bekenden die overleden zijn en je vertelt ze wat je ze vertellen wilt. Als je iemand niets te zeggen hebt, dan heet je hem of haar gewoon welkom.

Als je alle overledenen benoemd en welkom geheten hebt, vul je het vuurvaste schaalte tot ongeveer een centimeter onder de rand met spiritus en doet er daarna nog een scheutje whiskey bij. Je gaat vervolgens op ongeveer een meter van het schaalte af zitten en wel zo dat het schaalte net onder ooghoogte staat. Dan zeg je:

*Voorouders, vormoeders en voorvaderen,
Ik roep u op in een vlam te uwer ere;
Wilt u mij uw wijsheid geven?
Ik heb uw raad nodig.*

Hierna stel je je vraag en steek je met een lucifer de vloeistof in de kom aan. Hou rekening met een (steek)vlam van ongeveer een halve meter hoog! Als je van de schrik bekomen bent, ga je voor de vlam zitten en kijkt er aandachtig naar. Probeer niet na te denken over de vlam of over je vraag, maar kijk er gewoon vol aandacht naar. Dit blijf je doen tot de vlam gedoofd is. Dit kan ongeveer een kwartier tot twintig minuten duren.

Als de vlam uit is, heb je waarschijnlijk het antwoord op je vraag al ontvangen, maar het kan ook die nacht in een droom gegeven worden of gedurende een van de dagen erna opeens in je opkomen. In elk geval bedank je je voorouders meteen nadat de vlam gedoofd is:

Vorouders, voormoeders en voorvaderen, ik dank u voor uw wijze raad.

Deze manier van divineren heet Spirit Flame en is afkomstig uit de Stregheriatraditie van Italiaanse Hekserij. Eventueel kun je de divinatie uitbreiden door voor het aansteken van de vlam drie tarotkaarten of runenstenen te trekken en deze te interpreteren als de vlam uit is.

Hierna zeg je: *Wezens uit de Andere Wereld, voorouders, overledenen, fairies, pixies, aardmannen, trollen, geesten, alven, dwergen en wie u nog meer mag zijn; ik dank u voor uw aanwezigheid bij mijn Samhain-ritueel en ik groet u: vaarwel.*

Dan doe je de koekjes-en-wijnceremonie met whiskey en worstebrood of pompoencake en je breekt de cirkel weer af.

OVERGANGSRITUELEN

De jaarfeesten zijn religieuze feesten die belangrijke momenten in de jaarlijkse cycli van de seizoenen en de landbouw markeren. Het zijn rituelen om jezelf af te stemmen op deze cycli en op wat er op dat moment in de natuur gebeurt. Hiernaast kent het Paganisme, net als elke andere religie, ook rituelen om belangrijke momenten in het leven zoals geboorte, huwelijk en overlijden te benadrukken en te vieren. Dit soort rituelen worden *rites of passage* ofwel overgangsrituelen genoemd. In deze paragraaf zal ik enkele overgangsrituelen beschrijven als inspiratie om je eigen rituelen te bedenken. Het is bij overgangsrituelen nog meer dan bij jaarfeesten van belang dat ze goed aansluiten bij je eigen smaak en beleving.

Verhuizen

Een verhuizing is een belangrijke gebeurtenis: je woning is je thuis, een plek waar je jezelf kunt zijn en waar je je veilig voelt. Het is goed om daar bij een verhuizing bij stil te staan en met dit ritueel te versterken.

Dat begint al bij de woning die je achterlaat. Als al je spullen zijn ingepakt, zou je de woning met wierook kunnen reinigen. Je bewierookt elke kamer en spreekt hierbij uit dat je goede herinneringen aan deze ruimte hebt, benoemt deze herinneringen, en reinigt de ruimte van jouw energie. Je kunt hierbij de volgende tekst gebruiken:

Ik heb veel plezier gehad in deze kamer, ik heb me er prettig en veilig gevoeld maar nu verlaat ik hem. Met deze wierook reinig ik hem van al mijn persoonlijke energie en zegen hem voor de volgende bewoner.

Als je later de nieuwe woning hebt ingericht, ga je ook daar met wierook alle kamers rond en zegt hierbij:

Ik reinig deze ruimte van alle energieën en zegen hem als mijn nieuwe thuis. Dat ik hier veel blijdschap mag ervaren en me er veilig en thuis mag voelen.

Vervolgens ga je naar het altaar, trekt de cirkel, haalt je sleutelbos door de wierook en zegt: Ik zegen deze sleutelbos en daarmee mijn woning opdat het een fijn en veilig thuis mag zijn.

Hierna laad je de sleutelbos op zoals beschreven in het joelritueel. Je doet de koekjes-en-wijnceremonie en breekt de cirkel weer af.

Huwelijk

Een huwelijk wordt binnen de hekserij vaak 'handvasting' genoemd, naar het oude gebruik om twee mensen die gaan trouwen met de handen aan elkaar te binden. Een paganistisch heksenhuwelijk zou er als volgt kunnen uitzien:

Je versiert het altaar met veel bloemen en legt ongeveer anderhalve meter voor het altaar een heksenbezem of een staf op de grond. Hierna trek je de cirkel op de gewone manier.

Jij en je partner hebben allebei een lint om jullie pols gebonden en gaan tegenover elkaar staan. Vervolgens zeg je tegen de ander:

Ik wil mijn leven met jou delen en je handvasten zolang liefde ons bindt.

Hierna spreek je een gelofte uit waarin je de ander vertelt waarom je met hem of haar wilt handvasten en wat je de ander hierbij belooft, zoals liefde en trouw. Dan knoop je jouw lint aan dat van de ander. Die spreekt vervolgens de hierboven staande tekst uit, doet jou een belofte en knoopt de andere uiteinden van de linten aan elkaar.

Hierna springen jullie samen over de bezem en kussen dan elkaar. Als laatste doen jullie de koekjes-en-wijncremonie met taart en champagne en breken jullie de cirkel weer af.

De linten kun je daarna ergens in huis ophangen.

Dit ritueel kun je naar eigen smaak uitbreiden met het uitwisselen van ringen, muziek, zang en dergelijke.

Geboorte

De geboorte van een kind is ook een bijzonder moment om te vieren. Van oudsher is het geven van de naam aan het kind omgeven met rituelen. In het Christendom gebeurt dat bij de doop en wordt een kind meteen tot christen gemaakt. Binnen het Paganisme hebben kinderen zelf de keuze om al dan niet een religie aan te hangen en zijn rituelen rondom de geboorte vooral bedoeld om de goden te danken voor de geboorte en om bescherming van het kind te vragen.

Bij een dergelijk ritueel gaan beide ouders na het trekken van de cirkel voor het altaar staan met het kind bij zich. Een van beiden voegt water en zout samen zoals beschreven in het Beltaneritueel en druppelt daarna wat zout water op het kind met de woorden: *Ik zegen Merlijntje met Aarde en Water*. Hierna houdt de ander het kind even boven de wieroek en zegt: *Ik zegen Merlijntje met Lucht en Vuur*.

Vervolgens zegt een van de ouders de tekst: *Element Aarde, zegen en bescherm Merlijntje*. Hierna loopt de ouder met het kind naar het Oosten en zegt een ouder: *Element Lucht, zegen en bescherm Merlijntje*. Vervolgens loopt de ouder met het kind nog naar het Zuiden en het Westen, waarbij de zegen en bescherming van de elementen Vuur en Water worden gevraagd.

Ten slotte komen ouder en kind weer aan bij het altaar en de ouders zeggen: *Wij danken de goden dat Merlijntje bij ons geboren is en we*

vragen u om Merlijntje te zegenen en te beschermen en ons te helpen hem tot een volwassen man te laten opgroeien. Hierna is er beschuit met muisjes en een bloemige wijn.

Overlijden

Hoe iemand zijn uitvaart regelt, is een persoonlijke zaak. Daarbij moet ook rekening gehouden worden met de nabestaanden, die wellicht geen affiniteit met het Paganisme hebben. Een heidens ritueel dat ze niet begrijpen zal voor hen verwarrend kunnen werken en het afscheid moeilijker maken. Zo'n ritueel kan het beste in kleine kring gedaan worden. Het volgende ritueel is heidens, maar volgens mij begrijpelijk en neutraal genoeg dat iedereen eraan kan deelnemen.

Er staan vier brandende kaarsen op de kist met de overledene. Eerst loopt iemand naar de kaars in het Noorden, zegt: *Element Aarde, Hein is heengegaan* en blaast de kaars uit. Dan gaat hij widdershins naar de kaars in het Westen, zegt: *Element Water, Hein is heengegaan* en blaast ook deze uit. Dit doet hij ook in het Zuiden en Oosten voor de elementen Vuur en Lucht.

Dan zegt hij: *We komen allemaal van de goden en naar hen keren we allemaal terug, zoals een regendruppel naar de oceaan vloeit.*

Hierna loopt hij weer naar de kaars in het Oosten, zegt: *Element Lucht, geef Heins ziel vleugels* en steekt de kaars weer aan. Dan loopt hij deosiel naar het Zuiden, zegt: *Element Vuur, verlicht het pad van Heins ziel* en steekt de kaars weer aan. In het Westen zegt hij: *Element Water, zuiver de ziel van Hein* en steekt de kaars aan. Ten slotte zegt hij in het Noorden: *Element Aarde, geef de ziel van Hein geborgenheid* en steekt de laatste kaars weer aan.

Vervolgens wordt de chant 'Hoof and Horn' uit het Lammasritueel gezongen. Hierna kunnen de gebruikelijke toespraken en muziek plaatsvinden. Om daar een heidens tintje aan te geven zou elke spreker voor zijn toespraak een slok mede kunnen drinken uit een drinkhoorn en een toast kunnen uitbrengen op de overledene.

Na afloop hiervan kunnen de kaarsen gedoofd worden en meegegeven aan de nabestaanden.



HEKSERIJ

Tot nu toe gingen de hoofdstukken in dit boek 'Heidense Hekserij' vooral over het Paganisme en de religie van de heidense heks. De komende hoofdstukken gaan vooral over de heksenkunsten van divinatie, healing en magie.

Zoals ik in de inleiding heb geschreven, versta ik onder een heks iemand die healing, divinatie en magie bedrijft. Een astroloog die of een kruidenvrouwje dat alleen aan divinatie of healing doet, is dus geen heks, evenmin als een magiër die uitsluitend met magie werkt. Een heks beoefent in principe alle drie deze kunsten ten bate van zichzelf en/of anderen.

Verder is het kenmerkend voor heksen dat ze meestal werken met natuurlijke en eenvoudige dingen uit hun directe omgeving zoals kruiden, stenen, bomen en alledaagse voorwerpen zoals ketels, kaarsen, spiegels en touwtjes. De rituelen van heksen zijn over het algemeen eenvoudig en intuïtief van opzet, kort en zonder veel poespas. Heksen baseren zich bij hun werk vooral op volksgebruiken, volksgeloof en volksmagie.

Heksen kunnen in principe aanhanger zijn van elke religie. Er zijn joodse, islamitische, boeddhistische, hindoeïstische, taoïstische, atheïstische en zelfs christelijke heksen. Dit boek gaat echter alleen over heidense heksen, heksen die een religie binnen het Paganisme zoals de Wicca, de Noordse Traditie of het Druïdisme aanhangen en hun heksenkunsten baseren op de rituelen, mythes en symbolen van deze stromingen.

Voor heksen is het doen van healing, divinatie en magie een integraal onderdeel van hun religie, een manier om zichzelf beter af te stemmen op het goddelijke, dat beter te leren kennen en ermee samen te werken. Heksen gebruiken hun kennis en kunde van healing, divinatie en magie in de eerste plaats voor zichzelf en hun directe omgeving en hiernaast op verzoek ook voor anderen. Meestal zal dit zijn om iemand beter te maken, te adviseren of anderszins te helpen.

Dit in tegenstelling tot heksen in sprookjes en volksverhalen, die hun kunsten vooral gebruiken om anderen schade toe te brengen.

Het beeld van de kwaadaardige heks die kinderen doodt, het vee ziek maakt, de melk zuur laat worden en voor allerlei ander onheil verantwoordelijk is, komt voort uit de angst voor mensen met geheimzinnige, bijzondere gaven. Deze angst en de behoefte om een zondebok aan te wijzen voor grote en kleine tegenslag in het leven waar niet direct een oorzaak voor aan te wijzen was, hebben het beeld geschapen van de boze heks die er een dagtaak aan heeft om anderen kwaad te doen. Dit waanidee heeft vanaf de Oudheid tot op de dag van vandaag vele onschuldige slachtoffers gemaakt.

Uiteraard is een heks prima in staat om iemand op magische wijze schade te berokkenen en een enkele keer zal een heks haar kunsten ook daadwerkelijk inzetten om iemand te benadelen of te schaden. Maar over het algemeen zal dit alleen maar gebeuren uit (zelf)bescherming of om iemand een noodzakelijke les te leren en zo ergere schade te voorkomen.

Heksen zijn namelijk heel terughoudend in het gebruik van dit soort 'zwarte' magie omdat ze weten dat je zult oogsten wat je gezaaid hebt! Sommige heksen geloven zelfs dat ze alles wat ze doen in drievoud zullen terugkrijgen, maar dat vind ik zelf onzin. Toch is het duistere beeld van de heks in sprookjes en volksverhalen niet helemaal uit de lucht gegrepen.

Zo doen de meeste heksen hun rituelen inderdaad bij voorkeur 's nachts, al dan niet met volle maan, op een geheime plek zonder pottenkijkers. Heksen gebruiken inderdaad een magisch mes, een ketel, een bezem en allerlei 'enge' dingen zoals giftige planten, botjes en vreemde symbolen bij hun werk. Het heksenpad is nu eenmaal geheimzinnig en vaak ook duister. Bovendien neigen veel heksen qua smaak wel een beetje naar *gothic* en 'zwarte Romantiek' en gebruiken ze het beeld van de heks uit de Middeleeuwen en sprookjes als krachtig archetype bij hun kunsten.

GESCHIEDENIS VAN DE HEKSERIJ

Om beter te begrijpen wat een heks eigenlijk is en hoe er tegen heksen aangekeken wordt, zal ik hier de geschiedenis van de hekserij globaal beschrijven.

Wanneer de geschiedenis van Hekserij precies begint, is niet duidelijk vast te stellen. In het hoofdstuk over de geschiedenis van het Heidentom hebben we gezien dat de mens zich al vroeg in de geschiedenis bezighield met religie en rituelen en vermoedelijk ook met de heksenkunsten healing, divinatie en magie. Waarschijnlijk zullen er al in de oude steentijd talentvolle mensen zijn geweest die zich hierin specialiseerden en hun kunsten beoefenden ten bate van de gemeenschap. Zij waren de eerste sjamanen, medicijnmannen en tovenaars zoals we die nu ook nog kennen bij traditionele volkeren.

Ofschoon deze mensen magie, healing en divinatie bedreven, kunnen we hen nog niet echte heksen noemen. Sjamanen, medicijnmannen en tovenaars hebben namelijk een duidelijke plaats en taak binnen hun sociaal systeem. Ze bedrijven hun kunsten openlijk, binnen het kader van de heersende religie en ten dienste van hun kleine gemeenschappen. Deze mensen werden gerespecteerd en namen een belangrijke plek in binnen de groep of stam. Heksen daarentegen doen hun werk meestal in het geheim of privé en buiten de officiële religieuze structuren om.

Later in de geschiedenis groeide de bevolking en nam de complexiteit van de samenlevingen toe. De religie en de bijbehorende rituelen voor healing, divinatie en magie werden meer geformaliseerd en de sjamaan kreeg steeds meer het officiële ambt van priester. Vanwege het aanzien en de macht die bij het priesterschap hoorden, stond dit ambt niet meer open voor iedereen met voldoende talent en aanleg, maar werd het gereserveerd voor leden van bepaalde klassen of families.

Andere mensen met talent gingen hun kunsten in het geheim en buiten de officiële religieuze structuur om beoefenen voor zichzelf en anderen. Zij werden door de bevolking gewaardeerd vanwege hun dienstverlening, maar ook gevreesd om hun vermogen om iemand kwaad te berokkenen. De priesters, de officiële beoefenaars van healing, divinatie en magie, beschouwden hen als gevaarlijke concurrenten en probeerden hen in een negatief daglicht te stellen en te laten vervolgen. Deze groep mensen vormde de eerste 'echte' heksen.

Dit proces speelde zich waarschijnlijk af bij de overgang van de oude naar de nieuwe steentijd, maar dat is helaas niet met zekerheid vast te stellen. Pas duizenden jaren later, in de Oudheid, zien we bewijzen voor het bestaan van heksen die zich bezighouden met healing, divinatie en magie naast de officiële priesters, die zich toen ook met deze kunsten bezighielden. Een goed voorbeeld hiervan is een Keltische inscriptie uit het Franse Larzac, die beschrijft hoe een groep vrouwen een andere groep met magie het leven zuur maakte en hoe de laatsten zich voor hulp en advies tot een groep wijze vrouwen wendden.

In het Romeinse Rijk waren healing, divinatie en magie de gewoonste zaak van de wereld. Er waren speciale tempels en priesters waar de goden middels divinatie bevraagd konden worden, waar je voor genezing naartoe kon gaan of waar je via magie je wensen kon laten uitkomen. Maar ook buiten dit officiële circuit waren er veel mensen die aan healing, divinatie en magie deden om mensen te helpen of te schaden. Volgens de Romeinse wetten stond er de doodstraf op om iemand met magie te vermoorden, ziektes te verspreiden onder het vee of het gewas of oogsten te verwoesten. Deze wetten werden strikt nageleefd en mensen die divinatie of magie ten kwade aanwendden, werden genadeloos vervolgd en terechtgesteld.

Rome heeft hierdoor de twijfelachtige eer om de eerste grote heksenvervolgingen op zijn naam te hebben. Via de Romeinse wetten komt het verbod op hekserij in de Oudheid en de vroege Middeleeuwen in de wetten van de meeste Europese landen terecht.

Tot aan de kerstening bleven healing, divinatie en magie als onderdeel van de verschillende heidense religies algemeen in gebruik, zowel bij officiële beoefenaars als bij heksen. Een negende-eeuwse tekst noemt onder meer het gebruik van amuletten, bindsels, toverspreuken, het duiden van voortekenen en het lezen van vuur als gebruikte methoden. Met de komst van het Christendom werden magie en divinatie als bijgeloof beschouwd en door de kerk veroordeeld; desondanks werden deze kunsten daarom niet minder beoefend. Wel probeerde de kerk, met succes, de heidense praktijken te vervangen door christelijke methoden. Hierdoor ontstond in de Middeleeuwen een uitgebreid repertoire aan spreuken en rituelen die gebaseerd waren op het Christendom. In plaats van heidense

goden werden nu Christus en diverse heiligen aangeropen in spreuken en rituelen om magie, divinatie en healing te bedrijven.

Deze vormen van christelijke magie werd enerzijds gepraktiseerd door kloosterlingen en lagere priesters maar anderzijds ook buiten de kerk om: door getalenteerde leken ten bate van zichzelf en anderen, heksen dus.

Hiernaast ontstond er in deze periode een magische stroming die sterk geïnspireerd was op de kabbala, de astrologie en de demonologie en die we ceremoniële magie noemen. Deze vorm van magie kenmerkte zich door het oproepen van allerlei demonen en duivels middels ingewikkelde rituelen en werd vooral in de praktijk gebracht door de rijke, geletterde bovenlaag van de bevolking, zoals de adel. Aangezien zij zich met name met magie bezighielden, kunnen we hen in de strikte zin van het woord niet als heksen beschouwen.

Rond 1300 ontstond binnen de kerk het idee dat heksen en magiërs hun vermogen om magie te bedrijven en te divineren, verkregen door een pact met de duivel te sluiten. Dit zorgde voor een grote angst voor heksen onder de bevolking en gaf de kerk een sterk argument om alle magische praktijken de kop in te drukken.

Dit verergerde door een boek dat in 1486 verscheen, de *Malleus Maleficarum of Heksenhamer*, waarin heksen werden beschreven als volgelingen van de duivel die als doel hadden christenen kwaad te doen. Het stereotiepe beeld van de heks die op haar bezem naar de sabbat vliegt om de duivel te vereren, raakte door dit boek wijdverbreid.

Ook werden hierin verschillende methodes beschreven om door marteling te ontdekken wie er allemaal heks waren. In 1484 gaf de paus de Inquisitie opdracht om heksen op grote schaal te vervolgen en uit te roeien.

Dit was het begin van de grote heksenvervolgingen in Europa, die duurden tot ongeveer 1650 en aan circa 60 000 mensen het leven kostten.

Overigens werden in deze periode ook protestanten en andere afvalligen vervolgd en gedood door de katholieke kerk, evenals katholieken door de verschillende protestantse kerken.

De heksenvervolging heeft overigens niet zo veel invloed gehad op het

gebruik van healing, divinatie en magie omdat de mensen het gebruik van deze kunsten voor positieve doeleinden niet als hekserij beschouwen, maar als legitieme methoden om de problemen van alledag aan te pakken. Ook bleven er heksen bestaan in de zin van gespecialiseerde beoefenaars van deze kunsten.

In het archief van de Lutherse kerkeraad van Amsterdam zijn tussen 1578 en 1697 in totaal 91 gevallen opgetekend waarin een gemeentelid beschuldigd werd van toverij. Hierbij ging het tien keer om liefdes- of relatieproblemen, negentien keer om verlies of diefstal, drie keer om bezetenheid en 35 keer om het genezen van een zieke. Ook werd er 24 keer een waarzegger geraadpleegd.

Tot aan het begin van de twintigste eeuw was het gebruik van talismans ter bescherming, spreuken voor allerlei doeleinden en verschillende divinatiemethoden, vooral op het platteland, nog heel gangbaar. Ook het geloof in boosaardige heksen die voor onheil zorgden was nog wijdverbreid. In 1928 stond in de *Wageningsche Courant* nog een artikel over een man die beschuldigd was van het ziektoveren van een kind en die hierover zijn beklag deed bij de rechtbank.

En ook nu, in de eenentwintigste eeuw, is het gebruik van healing, divinatie en magie nog een normaal verschijnsel bij grote groepen mensen. Wel is het beeld van de heks sterk veranderd.

Aan het eind van de negentiende eeuw kwam de theorie op dat heksen volgelingen waren van de oude heidense religies van Europa en door de eeuwen heen hun geloof ondergronds beleden hadden vanwege de onderdrukking door de kerk. Die theorie bleek onwaar, maar heeft het beeld van de heks als duivelaanbidder wel naar de achtergrond gedrongen.

Veel mensen zien heksen tegenwoordig vooral als mensen die talent hebben voor healing, divinatie en magie en deze kunsten inzetten om anderen te helpen, als zogenaamde 'witte heksen'. Een andere grote groep ziet hedendaagse heksen als een zweverig onderdeel van de New Age-stroming, geschift maar onschuldig.

Alleen christelijke (en misschien islamitische) fundamentalisten geloven nog steeds dat heksen een pact met de duivel gesloten hebben en zich bezighouden met kwalijke praktijken, maar zij vormen een kleine minderheid.

HEKS WORDEN

Tegenwoordig zijn de meeste heksen in de westerse wereld aanhanger van een paganistische spirituele stroming als de Noordse Traditie of het Druïdisme en in het bijzonder de wiccareligie en aanverwante stromingen. De meeste moderne heksen zijn dus heidense heksen die hun spirituele beleving en hun heksenkunsten vooral baseren op de voorchristelijke religies van Europa. De meesten van hen voelen zich in eerste instantie aangetrokken tot de religieuze kanten van het Paganisme en ontwikkelen dan later een affiniteit met de heksenkunsten healing, divinatie en magie. Een minderheid van circa 17% (volgens de Silver Circle-enquête) geeft aan zich van kindsaf tot hekserij aangetrokken te voelen.

Ik behoor ook tot deze groep. Als kind vond ik heksen erg boeiend en wilde ik al heks worden; toen ik wat ouder was en (foutief) begreep dat heksen niet bestonden, was dat een grote teleurstelling voor me. Tot mijn twaalfde deed ik soms 'ritueeltjes' die ik nu magisch of divinatie zou noemen. Als ik iets wilde hebben kraste ik dat soms in een tak en begraf die op een akker, vaak werkte dat. Het antwoord op een ja/nee-vraag kreeg ik soms door in een 'moeilijke boom' te klimmen. Als het me lukte, was het antwoord ja en als het me die keer niet lukte boven te komen, was het antwoord op mijn vraag nee.



Jack als kind

Ik werd me pas weer bewust van het feit dat heksen nog steeds bestaan toen ik op de havo zat en iemand een spreekbeurt over moderne hekserij hield. Ik hoorde het allemaal voor het eerst maar desondanks wist ik alles al, ik was stomverbaasd! Hierna ben ik begonnen met alles te lezen wat ik over heksen en hekserij kon vinden en ik maakte een klein altaartje op mijn kamer, waar ik soms een klein ritueel deed. Hekserij was voor mij vooral het bedrijven van magie.

Het religieuze aspect van Hekserij kwam voor mij duidelijk op de tweede plaats. Ik was katholiek opgevoed, maar omdat ik helemaal niets had (en heb) met celibataire pastoors en een god die bijna alles verbiedt wat leuk is, heb ik me al vroeg uit de kerk laten uitschrijven. De religieuze opvattingen van de Wicca spraken me erg aan, vooral de Gehoornde God, maar het duurde nog zeker tien jaar voor ik de Wicca, en later meer algemeen het Paganisme, echt als mijn religie beschouwde. Dit in tegenstelling tot de meeste andere moderne heksen, bij wie juist de religieuze aspecten op de voorgrond staan.

Pas op mijn 22^e leerde ik iemand kennen die met Hekserij bezig was. Hij heeft mij geleerd met de tarot en reiki te werken en me een inwijding als heks gegeven. Een jaar later verhuisde ik vanuit Zuid-Limburg naar Nijmegen en verwaterde het contact tussen ons. Ik heb me toen aangesloten bij de Green Circle Nederland, een genootschap van mensen uit allerlei stromingen binnen het Paganisme. De maandelijkse bijeenkomsten van de Green Circle in Utrecht waren altijd erg leerzaam en gezellig, te vergelijken met de heksencafés van tegenwoordig.

Vandaag de dag zijn er door heel Nederland heksencafés waar paganisten uit verschillende stromingen elkaar ontmoeten en zijn er veel verschillende organisaties en losse groepjes waar een nieuwkomer zijn of haar weg in het Paganisme en de Hekserij kan vinden. Ook worden er veel cursussen aangeboden en zijn er talrijke boeken en websites met informatie beschikbaar waar beginners uit kunnen putten. Volgens de Silver Circle-enquête komt 51% van de heksen via boeken en 19% via internet op het heksenpad.

Ik kwam zelf via de Green Circle in contact met een Gardnerian Wiccacoven en ben daar na een opleiding van bijna twee jaar in 1998 in

ingewijd als heks en priester. In de vier jaar waarin ik lid ben geweest van deze coven heb ik ongelooflijk veel geleerd over het doen van rituelen, de Wicca als religie, magie, divinatie, healing, mystiek en nog veel meer. In 2002 heb ik als tweedegraads Gardnerian heks en hogepriester afscheid genomen van mijn coven. Sindsdien ben ik weer een solitaire heks die slechts af en toe met iemand samenwerkt en verder de Hekserij alleen bedrijft en beleeft.

Tegenwoordig werkt het grootste deel van de heksen voornamelijk alleen. Zij bekwamen zich verder in de heksenkunsten door cursussen en workshops te volgen, door boeken en websites te lezen en door kennis en ervaringen uit te wisselen in heksencafés en op internetfora. Dit zijn prima manieren om je vaardigheden aan te scherpen, maar toch zou ik iedereen willen aanraden om ook een paar jaar in een coven of een andere heksengroep mee te draaien. In mijn ervaring leer je op geen enkele andere manier zo veel over het doen van rituelen en de verschillende religies binnen het Paganisme als door lid te zijn van een coven of een andere rituele groep!

HEKSENKUNSTEN

Een heks is in mijn ogen iemand die de heksenkunsten van healing, divinatie en magie gebruikt voor zichzelf en anderen. Deze kunsten vormen een integraal onderdeel van de religie van de heks.

Healing betekent 'heel maken' en bestaat uit energetische en spirituele technieken om ziektes van lichaam, geest en ziel te genezen. Healing is niet slechts het verbinden van een wond, maar werkt altijd op alle niveaus, op de mens als geheel.

Het idee achter healing is dat lichaam, geest en ziel met elkaar verbonden zijn en dat een ziekte of probleem op alle niveaus aangepakt moet worden. De heks gebruikt hier natuurlijke en energetische middelen voor, zoals kruiden, stenen en handoplegging. Deze methoden kunnen aangevuld worden met divinatie om de bron van het probleem te achterhalen en magie om de healing te versterken.

Door healing geneest iemand niet alleen van zijn ziekte maar komt hij of zij ook meer in balans en wordt meer zichzelf. Hierdoor helpt healing

hem of haar om beter afgestemd te raken op het goddelijke in en buiten zichzelf.

Divinatie betekent letterlijk 'het duiden van de wil der goden' en bestaat uit verschillende technieken om op spirituele wijze informatie te krijgen over allerlei onderwerpen, zoals de oorzaak van een ziekte of probleem, de toekomst of iemands persoonlijkheid. Divinatie kan ook gebruikt worden om advies van hogerhand te vragen en letterlijk de wil der goden te duiden.

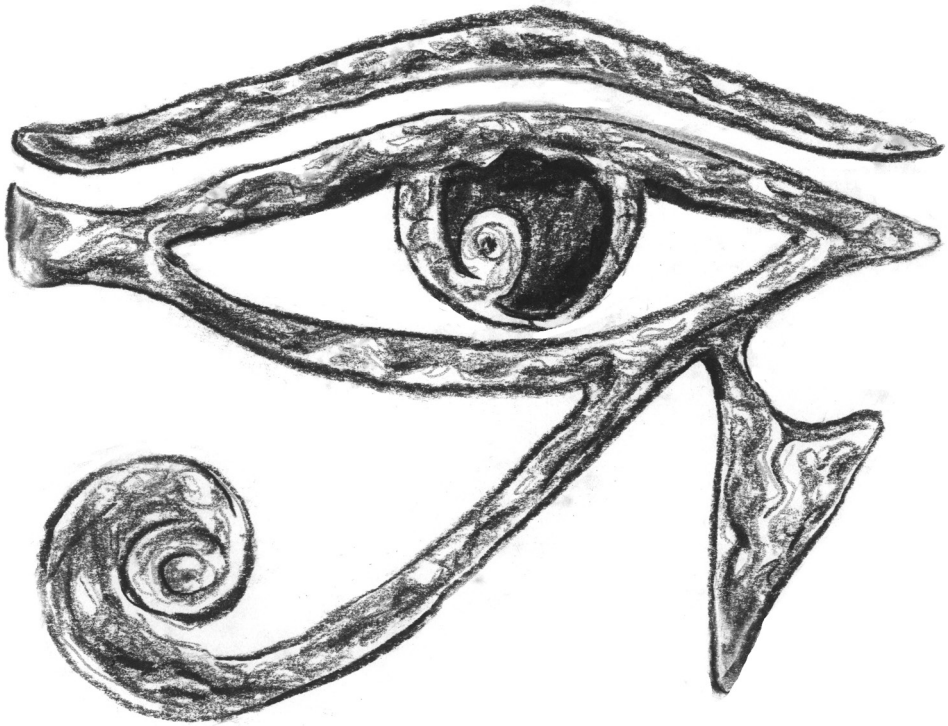
Methodes die heksen veel gebruiken, zijn astrologie, numerologie, Runen, kaartleggen, handlezen en schouwen. Heksen gebruiken de informatie die ze hiermee verkrijgen bij het beoefenen van de Hekserij en om zichzelf en anderen beter af te stemmen op zichzelf en het goddelijke.

Magie is de meest tot de verbeelding sprekende van de heksenkunsten. Magie is het bereiken van doelen door het richten van de wil en het aanwenden van spirituele krachten door gebruik te maken van symboliek. Dit kan door het maken van een amulet, het opladen en branden van een kaars, door het uitspreken van spreuken en op talloze andere manieren. Heksen gebruiken magie voor allerlei doeleinden ten behoeve van zichzelf en anderen. Een belangrijk nevendoeel is dat je door het bestuderen en beoefenen van magie inzicht krijgt in de manier waarop het goddelijke zich manifesteert in de wereld.

In de volgende hoofdstukken worden deze heksenkunsten uitvoerig behandeld, waarbij de nadruk vooral op magie zal liggen. Healing en divinatie worden wat beknopter besproken en hierbij zullen vooral die aspecten aan bod komen die ook voor magie relevant zijn.

Hiervoor heb ik gekozen omdat magie de kunst is die het dichtst bij de kern van Hekserij ligt: veel heksen zullen hun divinatie en healing vaak gepaard laten gaan met magie. Bovendien is er over de verschillende methoden van healing en divinatie veel meer literatuur beschikbaar en worden er ook veel meer cursussen over aangeboden dan over magie.

Goed of slecht, zwart of wit
Ik kan helen, ik kan doden
ik help vrouwen met bevallen
ik leg ook hun lijken af
mijn magie is heilzaam
mijn magie brengt schade toe
mijn woorden zijn als wapens
ik lees de tekenen en zeg waar
ik word bewonderd en gevreesd
duivelsklauw en monnikskap
Goed of slecht, zwart of wit
Ik werk in de schaduw, achter de heg
goed of slecht, zwart of wit
ik ben beide
ik ben een heks.



DIVINATIE

De eerste heksenkunst die ik hier bespreek, is divinatie of waarzeggen, het op spirituele wijze verkrijgen van informatie over allerlei onderwerpen in het heden, het verleden en in de toekomst.

Er zijn sinds de Oudheid veel verschillende manieren overgeleverd om te divineren. Sommige, zoals het 'lezen' van de ingewanden van offerdieren, worden niet meer gebruikt en andere, zoals astrologie en Runen, zijn nog steeds populair. In dit hoofdstuk zal ik enkele divinatiemethoden bespreken die goed passen binnen de Hekserij met de bedoeling een beeld te geven van wat divinatie is, hoe het werkt en waarvoor het te gebruiken is. Hierna kan iedereen zelf kijken welke methode of methodes hem of haar aanspreken en zich hier verder in bekwamen. Over de behandelde divinatiemethoden is voldoende literatuur beschikbaar en worden voldoende cursussen gegeven om er zelf mee aan de slag te kunnen.

De exacte werking van divinatiemethoden is een mysterie dat waarschijnlijk per methode zal verschillen. Bij de astrologie is het idee dat de verschillende planeten en sterren in hun samenstand een subtiele invloed uitoefenen op de mens en dat deze invloed op basis van ervaring door de eeuwen heen is ontcijferd. Bij de tarot is het waarschijnlijk zo dat de symbolen op de kaarten je intuïtie toegang geven tot je persoonlijke en het collectieve onderbewuste en daar de informatie vandaan halen. Andere verklaringsmodellen gaan er weer van uit dat er helemaal geen oorzakelijk verband zit tussen de gebruikte divinatiemethode en de verkregen informatie, maar dat deze samenhang berust op synchroniciteit, betekenisvol toeval.

De meeste divinatiemethoden bestaan uit een set symbolen die in een bepaalde combinatie antwoord geven op de gestelde vraag. Bij astrologie zijn deze symbolen de planeten en hun stand ten opzichte van elkaar en in de tekens van de dierenriem, en bij de tarot zijn dit de verschillende kaarten en de symbolen die hierop staan. De kunst van het divineren bestaat vooral uit het juist interpreteren van deze symbolen. Hiervoor is het belangrijk je geest in de juiste stemming te krijgen.

Voor divinatie heb je een ontspannen, lege geest nodig die de symbolen op je intuïtie laat inwerken en de alertheid om de ingevingen vanuit je intuïtie te ontvangen en te vertalen naar het antwoord op je vraag. Een dergelijke meditatieve geestestoestand gebruik je ook bij de andere heksenkunsten, healing en magie. Voor ik de verschillende divinatiemethoden ga bespreken, zal ik daarom eerst aandacht besteden aan manieren van meditatie.

Persoonlijk vind ik de exacte werking van de divinatiemethoden niet zo belangrijk. Het gaat erom dat ik de methodes zo kan toepassen dat ik bruikbare antwoorden krijg. Ik heb tenslotte ook geen idee hoe mijn pc werkt, maar ik weet wel hoe ik ermee moet omgaan om de gewenste resultaten te krijgen.

MEDITATIE

Meditatie is een manier om je geest leeg te krijgen van alle gedachten aan dagelijkse beslommingen en hem naar je innerlijk te richten. Hierdoor breng je je dagelijkse bewustzijn tot rust en krijgt je onderbewuste de kans om aan de slag te gaan.

In je onderbewuste bevinden zich heel veel ervaringen, kennis en informatie waar je alleen via je intuïtie toegang toe hebt. Als je bijvoorbeeld een ruimte vol mensen binnengaat en daar meteen een 'slecht gevoel' bij hebt, kan dat komen doordat je onderbewuste heeft waargenomen dat de andere aanwezigen erg gespannen zijn en zich net iets anders gedragen dan normaal. Je bewuste geest pikt deze signalen niet op, maar je onderbewuste wel en geeft ze via je intuïtie aan je door.

Door meditatie versterk je dit proces en maak je jezelf ontvankelijk voor signalen uit je onderbewuste via je intuïtie. Behalve je persoonlijke onderbewuste kun je via meditatie je geest ook ontvankelijk maken voor het collectieve onderbewuste, waar zich volgens Jung de ervaringen, kennis en informatie van de hele mensheid bevinden.

Een meditatieve geesteshouding is erg belangrijk bij zowel divinatie als healing en magie en daarom is het verstandig om meerdere malen per week, liefst dagelijks, te mediteren. Ook is het zeer aan te raden om voor elke divinatie- of healingssessie en voor elk ritueel te mediteren. De meeste

meditatietechnieken die wij nu kennen komen voort uit het Boeddhisme en het Hindoeïsme, maar onze voorouders hadden ongetwijfeld vergelijkbare methoden om een meditatieve toestand te bereiken.

Bij meditatie is het de bedoeling je geest leeg te maken, maar omdat dit voor de meeste mensen niet weggelegd is, richt je bij de meeste meditatietechnieken je geest op slechts één ding, namelijk je ademhaling. Hieronder eerst een paar meditatietechnieken die erg geschikt zijn om mee te beginnen en die je daarna op specifieke momenten kunt blijven gebruiken.

Balanceren van beide hersenhelften

Om de linker- en rechterhersenhelft, en daarmee verstand en gevoel, in balans te brengen doe je de volgende oefening gedurende circa vijf à tien minuten.

Druk met je duim je linkerneusgat dicht en adem door je rechterneusgat in. Druk vervolgens je rechterneusgat dicht en adem door je linker uit, hierna adem je door dit neusgat ook weer in. Druk nu het linkerneusgat dicht en adem door je rechterneusgat uit. Vervolgens adem je ook door je rechterneusgat in, maar hierna duw je het rechterneusgat dicht en adem je links weer uit. Waar het om gaat, is dat je telkens door eenzelfde neusgat uit- en inademt en vervolgens door het andere neusgat uit- en inademt. Deze oefening kun je toepassen telkens als je behoefte hebt aan balans.

Ritmisch ademen

Je gaat rustig zitten en ademt met aandacht in gedurende vier tellen, je houdt je adem drie tellen vast en ademt dan weer met aandacht in vier tellen uit en houdt je longen gedurende drie tellen leeg alvorens je weer aandachtig gedurende vier tellen inademt. Dit blijf je gedurende tien minuten herhalen.

Deze oefening kun je toepassen om rustig te worden en bij jezelf te komen voor je iets stressvol gaat doen.

Verbonden ademen

Je begint met de ademhalingstechniek zoals hierboven beschreven, maar laat na een paar minuten het tellen los. Je ademt in tot je longen volzitten

en houdt dan je adem vast tot je voelt dat je weer wilt uitademen. Hierna houd je je longen leeg tot je voelt dat er weer een inademing wil komen en ademt dan in tot je longen vol zitten. Dit blijf je herhalen. Bij deze techniek is het belangrijk dat je niets forceert. Het gaat er niet om om je adem zo lang mogelijk in te houden, maar om hem net zo lang in te houden totdat je vanzelf, van nature, weer wilt uitademen. Dit geldt ook voor het leeghouden van je longen, dat doe je net zolang tot er van nature weer een inademing komt. En bij het in- en uitademen geldt: vol is vol en leeg is leeg. Ook hierbij niets forceren.

Deze techniek kun je gebruiken om een diepe ontspanning en balans te bereiken waarbij je helemaal bij jezelf komt. Je kunt hem bijvoorbeeld doen voor je een trancereis of visualisatie gaat doen. Doe deze techniek wel met aandacht, het is (meestal) niet de bedoeling om in slaap te vallen.

Je adem tellen

Hierbij ga je rustig zitten en je ademt in je normale natuurlijke ritme. Dan begin je met je ademhaling te tellen. Je inademing is één, je uitademing twee, je volgende inademing drie en de volgende uitademing is vier. Zo ga je door tot je tot twintig geteld hebt en dan begin je weer bij één. Als dit je drie keer gelukt is zonder de tel te zijn kwijtgeraakt, ga je een stap verder en tel je alleen nog maar de inademingen.

Op het moment dat je dit ook een keer of drie kunt zonder de tel kwijt te raken, kun je overstappen naar de volgende meditatiemethode, Vipassana.

Vipassana

Dit is de belangrijkste meditatievorm van het oorspronkelijke Boeddhisme. Hierbij tel je niet meer maar je ademt gewoon in je natuurlijke ritme in en uit, waarbij je je constant bewust bent van je ademhaling. Ik geef hier de instructies weer zoals Joseph Goldstein ze verwoordt in zijn boek *Vipassana, inzichtmeditatie als pad tot bevrijding*.

Ga gemakkelijk zitten en sluit je ogen. Adem in je natuurlijke ritme in en uit en richt je aandacht op de luchtstroom door je neus of mond.

Wees je bewust van je adem vanaf het begin van de inademing tot het einde van je uitademing. Wees niet te ambitieus. Richt je aandacht op één ademhaling, volg deze van begin tot einde en richt je dan pas op de volgende.

Soms (vaak) zul je merken dat je aandacht afdwaalt en er gedachten komen. Dat is niet erg, dat is normaal. Als je merkt dat je bent afgedwaald, merk dat dan op en richt je aandacht opnieuw op je adem. Wees niet teleurgesteld, boos of verdrietig, maar mediteer gewoon verder.

Soms zul je ook pijn, jeuk of andere lichamelijke ongemakken voelen. Ook dit is normaal. Merk het op en richt je aandacht weer op je adem. Als de lichamelijke sensatie aanhoudt, kun je ook deze een tijdje object van je aandacht maken. Blijf een tijdje aandachtig bij deze fysieke gewaarwording en als deze niet meer storend is, ga je met je aandacht terug naar je adem.

Dit kun je ook doen als je storende geluiden hoort. Richt je aandacht even op het horen van de geluiden, zonder er bewust naar te luisteren. Neem waar dat er geluiden zijn en ga dan met je aandacht terug naar je adem.

Je kunt ook alle afleidende sensaties benoemen. Dan zeg je in gedachten 'denken' tegen jezelf als je afgedwaald bent in gedachten en gaat weer met aandacht naar je adem. Als je geluiden hoort, zeg je 'geluid'; of 'pijn' of 'jeuk' als deze sensaties je afleiden.

Waar het om gaat, is dat je het opmerkt als je afgeleid wordt en dan je aandacht weer richt op die ene ademhaling van dat moment. En daarna op de volgende. En de volgende.

De Vipassanameditatie is een krachtige meditatietechniek en zeer geschikt om vaak te doen. Hij helpt om een diepe meditatieve geestestoestand te bereiken die de hele dag doorwerkt!

Een laatste meditatietechniek die ik wil aanstippen is het in gedachten herhalen van een bepaald woord, een zogenaamde mantra. In de oosterse religies worden hier vaak godennamen voor gebruikt en het in je hoofd veelvuldig herhalen hiervan is een methode om jezelf beter af te stemmen op deze goden.

Vaak wordt een dergelijke mantra 108 maal (of een veelvoud hiervan) herhaald en om de tel bij te houden wordt een gebedssnoer gebruikt.

Dit is een ketting met 108 kleine en één grote kraal die tussen de middelvinger en de duim gehouden wordt. Bij elke keer dat je de mantra herhaalt, schuif je een kleine kraal op en als je rond bent, heb je de mantra 108 keer herhaald. Ik herhaal de mantra 'Gaia Cernunnos' 108 keer telkens na het trekken van de cirkel, als manier om me op de goden af te stemmen als ik een ritueel doe.

ASTROLOGIE EN NUMEROLOGIE

Astrologie en numerologie zijn twee verschillende divinatietechnieken die vergelijkbare resultaten opleveren: ze worden allebei vooral gebruikt om informatie te krijgen over iemands persoonlijkheid en levensloop en om te bepalen of een bepaald moment gunstig of juist ongunstig is voor bepaalde activiteiten. Beide technieken bepalen deze informatie echter op een totaal andere manier.

Bij astrologie wordt gekeken naar de stand van planeten ten opzichte van elkaar en ten opzichte van bepaalde sterrenbeelden, de zogenaamde dierenriem. Het berekenen van deze stand was vroeger een tijdrovend en ingewikkeld karwei, maar tegenwoordig kan dat vrij eenvoudig op de computer.

De stand van de planeten op het moment van iemands geboorte bepaalt hierbij iemands karakter, persoonlijkheid, talenten en zwakke punten. Dit is de zogenaamde geboortehoroscoop.

Door deze geboortehoroscoop te vergelijken met de stand van planeten en dierenriem op bepaalde momenten in iemands leven kun je kijken welke invloeden er op dat moment werkzaam zijn. Op dezelfde manier kun je bepalen of bepaalde momenten gunstig of ongunstig zijn voor bepaalde activiteiten. Als bijvoorbeeld de actieve, rusteloze en agressieve planeet Mars in een bepaalde periode erg sterk is, is dat geen goed moment om een meditatiecursus te gaan doen, maar wel om te gaan sporten.

Astrologie is een heel oude en, ook bij heksen, heel populaire divinatietechniek die ook gebruikt kan worden bij healing en magie. Op dit magisch gebruik kom ik later nog uitgebreid terug.

Een eenvoudiger methode is de **numerologie**. Bij de numerologie hebben getallen een bepaalde betekenis. Doordat alleen de getallen 1 tot en met 9, 11, 22 en 33 van belang zijn is het rekenwerk bij numerologie veel eenvoudiger dan bij astrologie.

Elke letter van het alfabet heeft een bepaalde getalswaarde en door alle letters van iemands naam en de cijfers van iemands geboortedatum op verschillende manieren bij elkaar op te tellen, krijg je een overzicht van iemands karakter, persoonlijkheid, sterke en zwakke punten. Door de geboortedatum te vergelijken met jaartallen en data kun je bepalen welke invloeden er op dat moment voor iemand spelen. Tot dusver is de informatie die via numerologie te verkrijgen is vergelijkbaar met die van de astrologie. Hiernaast kun je via numerologie ook aanvullende informatie krijgen via naamsveranderingen, woonplaatsen, adressen, telefoonnummers en dergelijke.

Over zowel astrologie als numerologie is veel informatie beschikbaar en daarom ga ik er nu niet verder op in.

SCHOUWEN

Schouwen is een totaal andere manier van divineren, die door heksen veel gebruikt wordt. Bij schouwen staart de heks of waarzegger meditatief naar een bepaald voorwerp, waardoor de gewenste informatie zich intuïtief openbaart, al dan niet in de vorm van beelden.

Schouwen kan in een kristallen bol, een zwarte spiegel, een vlam, een vloeistof, naar de wolken, naar vallende bladeren of naar welk ander rustig beeld dan ook. Het voorwerp waarnaar je staart of schouwt, is eigenlijk niet zo van belang, het gaat om de meditatieve geesteshouding die erdoor wordt opgeroepen. Langdurig schouwen is een vorm van meditatie waarbij de geest leeg wordt en ontvankelijk voor informatie uit het onderbewuste via de intuïtie.

Deze informatie kan afhankelijk van de persoon op verschillende manieren doorkomen. Sommige mensen zullen bij het schouwen daadwerkelijk beelden zien in de kristallen bol of de zwarte spiegel terwijl anderen de gewenste informatie zullen halen uit de patronen in het vloeistofoppervlak, de vallende bladeren, de vlammen of de voorbij

zwevende wolken. Weer anderen zullen niets van dit alles zien maar na kortere of langere tijd na het schouwen intuïtief het antwoord op hun vragen weten.

RUNEN EN OGHAM

Divineren met de runen- of oghamtekens is afkomstig uit respectievelijk de Noordse Traditie en het Druïdisme maar wordt ook door heksen uit andere stromingen gebruikt. Oorspronkelijk zijn de Runen de lettertekens die door de Germanen gebruikt werden en de oghamtekens de letters van de Ierse en Britse Kelten. Behalve om mee te schrijven werden (en worden) ze ook voor divinatie en magie gebruikt.





















Van de Runen zijn verschillende alfabetten, ofwel futharks, bekend, waarvan de Oudere of Germaanse Futhark met 24 runen en de Jongere of Vikingfuthark met zestien runen de bekendste zijn. Elke rune heeft behalve een letterbetekenis ook nog een naam en een spirituele betekenis, die bij divinatie en magie gebruikt wordt. Zo heet de eerste rune Fehu, wat 'vee' betekent. Hij staat voor de letter f en heeft onder meer roerende goederen, welvaart en energie als spirituele betekenis.

De Runen zijn behalve voor divinatie ook heel geschikt voor magisch werk en ik zal ze bij het hoofdstuk over runenmagie dan ook nog uitvoerig behandelen.

Het Ogham-alfabet heeft twintig lettertekens, elk bestaande uit een 'stam' met 'zijtakken'. Elke letter is gekoppeld aan een bepaalde boom en heeft daarnaast een spirituele betekenis voor divinatie en magie. Zo is het oghamteken Duir de letter d en hoort het bij de eik. De eik staat in het Druïdisme voor wijsheid en het vinden van je spirituele pad en bestemming. Over de spirituele betekenis van bomen vertel ik meer in het hoofdstuk over natuurmagie.

De oghamletters kunnen horizontaal en verticaal geschreven worden en kunnen goed gebruikt worden als magisch alfabet om spreuken op te schrijven.

OGHAM

	Quert Q appel		Ido I saucus
	Coll C haselaar		Edhad E populier
	Tinne T hulst		Ur U heide
	Duir D eik		Omn O steekbrem
	Fluath H meidoorn		Ailm A den
	Muinn N es		Ruis R vlier
	Saille S wilg		Straif STR vleedoorn
	Fearn F els		Ngfal NG riet of brem
	Luis L lijsterbes		Gort G klimop
	Besh B berk		Muin M wijnrank

Het Ogham-alfabet verticaal

KAARTLEGGEN

Verreweg de meest bekende en gebruikte methode van divinatie is het leggen van kaarten. Hierbij kan het gaan om gewone spelkaarten of om een van de vele kaartensets speciaal voor divinatie. Maar welke set je ook gebruikt, de manier van werken is altijd eender. Je stelt een vraag, schudt de kaarten en legt een of meerdere kaarten op tafel. Hierna duid je de symboliek en de betekenis van de kaarten om antwoord te krijgen op de gestelde vraag.

Globaal zijn er drie soorten divinatiekaarten beschikbaar: waarzegkaarten, inzichtkaarten en tarotkaarten.

Waarzegkaarten zijn kaartensets die uitsluitend geschikt zijn voor het beantwoorden van vragen over allerlei belangrijke en minder belangrijke concrete onderwerpen in het menselijk leven zoals liefde, bedrog, ziekte en erfenis. De bekendste set uit deze categorie zijn de waarzegkaarten van Mlle Lenormand. Over dit soort divinatiekaarten wordt

vaak wat lacherig gedaan omdat ze associaties oproepen met waarzegsters op de kermis. En inderdaad werken die meestal met een dergelijke set. Toch vind ik dit lacherige onterecht omdat vragen over liefde, bedrog, ziekte en erfenissen weliswaar weinig spiritueel zijn, maar toch voor veel mensen erg belangrijk.

Inzichtkaarten zijn sets die minder geschikt zijn om middels een legpatroon vragen te beantwoorden, maar waarbij één enkele kaart inzicht in een vraag of onderwerp geeft. Het zijn vaak kaarten met veel symboliek die uitnodigen tot meditatie en associatie. De kaart is dan een meer trigger om intuïtief over een vraag te mijmeren of te denken dan een concreet antwoord.

Een bekend voorbeeld is de kaartenset Sjamaans Spiegelorakel van Roelien de Lange.

De laatste soort divinatiekaarten is de tarot in al zijn varianten. Onder tarotsets versta ik kaartensets die bestaan uit 22 Grote Arcana-kaarten en 56 Kleine Arcana-kaarten. Deze 56 Kleine Arcana-kaarten zijn weer onderverdeeld in vier reeksen van Staven, Bekers, Zwaarden en Schijven. Waar en wanneer de tarot ontstaan is, weet niemand. De eerste sets duiken rond 1370 op in Italië en voorbeelden van deze oude sets zijn de Visconti Sforza-tarot en de Marseilletarot. De tarot is sinds die tijd in gebruik als divinatieset bij de adel, occultisten en heksen. De tarot heeft een brede toepasbaarheid en grote diepgang. De Grote Arcana-kaarten geven grote universele principes als gerechtigheid, liefde en dood weer en de Kleine Arcana-kaarten betreffen meer alledaagse dingen, zoals concurrentie, begin van een project of huiselijk geluk. Samen vormen ze een combinatie waarmee praktisch alle vragen beantwoord kunnen worden.

De bekendste en meest gebruikte set tegenwoordig is de Rider Waite-tarot, die in 1910 gemaakt is door Edgar Arthur Waite en Pamela Coleman Smith. Hun tarotset was afwijkend van alle eerdere versies omdat ook de Kleine Arcana van plaatjes was voorzien. Verder was dit de eerste set die in grote oplage werd gedrukt en verspreid. Waite en Coleman Smith waren beiden lid van de Golden Dawn. In deze magische orde werd

de tarot uitgebreid onderwezen en bestudeerd. De tarot zoals wij die nu kennen, is grotendeels gebaseerd op de leringen van de Golden Dawn.

In 1944 publiceerde een ander lid van de Golden Dawn een tarotset, de Crowley Thot-tarot. Waren de afbeeldingen van de Rider Waite-tarot nog vrij eenvoudig, die van de Crowleyset stonden bol van de occulte symboliek en van expliciete verwijzingen naar de astrologie. Een andere nieuwigheid was dat elke kaart een titel heeft. Ook deze set is tot op heden nog erg populair.

Binnen de Hekserij is de Tarot of the Old Path erg populair omdat die set qua symboliek goed aansluit op de Wicca en Hekserij. Heksen die meer in een andere stroming werken, kunnen beter een set kiezen die daarop aansluit. Voor praktisch elke heidense stroming zijn meerdere tarotsets in de handel.

Tarotkaarten kunnen in een groot aantal legpatronen gebruikt worden die elk voor een specifiek soort vragen bruikbaar zijn. Het beroemdste legpatroon is het Keltisch Kruis, dat voor algemene vragen gebruikt wordt, maar er zijn ook relatielegpatronen, beslissingslegpatronen enzovoort. Binnen zo'n legpatroon heeft elke kaart een specifiek deelantwoord op de vraag, zoals de oorzaak van het probleem, de invloeden van heden en verleden en uiteraard de oplossing.

140Behalve een groot aantal kaarten en een groot aantal bruikbare legpatronen heeft de tarot ook een grote diepgang. Zo zijn de Grote Arcana-kaarten elk verbonden met een bepaalde planeet of sterrenbeeld en elke Kleine Arcana-kaart met een planeet in een sterrenbeeld. De Grote Arcana is verder gerelateerd aan de 22 paden van de kabbalistische levensboom en de genummerde kaarten van de Kleine Arcana aan de tien sephiroth van deze boom. Daarnaast hangt de Kleine Arcana met haar vier reeksen van Staven, Bekers, Zwaarden en Schijven nauw samen met de vier elementen.

Vanwege deze complexe symboliek is de betekenis van een kaart ook niet altijd precies hetzelfde. Het interpreteren is een intuïtieve bezigheid, waarbij niet altijd dezelfde symbolen eruit springen. Zo zal bij het duiden van de Dwaas de ene keer de driesprong in de verte de aandacht trekken (keuzes in het verschiet, meerdere wegen open) en de andere

keer de jongeman die op weg gaat (nieuwe wegen inslaan). Soms is de baby die naar het vuur kruipt belangrijk (gevaar) en soms de aanstormende moeder (bescherming en hulp is onderweg).

Ook over kaartleggen zijn veel goede literatuur en cursussen beschikbaar, daarom weid ik er nu niet verder over uit.

SYMBOLIEK

De tarot is behalve een goede divinatiemethode ook erg handig om te leren werken met symboliek. Dit is belangrijk omdat bijna elke vorm van divinatie gebruikmaakt van symbolen. Zelfs als we met schouwen direct informatie krijgen uit het onderbewuste zal die vaak verpakt zijn in symbolen.

Volgens het woordenboek is een symbool een zinnebeeld en deze term wordt wat verderop weer omschreven als 'een zinnelijk waarneembaar teken of voorwerp dat iets geestelijks, iets abstracts uitbeeldt'. Een symbool is dus een teken dat een abstracte, geestelijke betekenis heeft. Deze betekenis komt meestal in de vorm van het symbool al naar voren.

Zo staat het symbool van de levensboom voor de levenscyclus. De de takken van de boom lopen weer over in de wortels en dit verwijst naar de eeuwige kringloop van geboorte, groei, bloei, dood en wedergeboorte. Verder duidt dit op het feit dat alles in het leven met elkaar verbonden is. De betekenis van het symbool zit hier besloten in de wijze waarop het afgebeeld is.

Bij de tarotkaarten is dit net zo. De betekenis van een kaart ligt besloten in de symboliek van de afbeelding en kan door goed te kijken hieruit worden afgeleid.

Het is overigens niet zo dat de betekenis van een symbool altijd eenduidig is. Een hart zal over het algemeen symbool staan voor liefde, maar dat is uit de afbeelding niet af te leiden. Het is een cultureel gegeven dat een hart voor liefde staat en de meeste mensen in onze cultuur zullen deze symboliek dan ook meteen herkennen. Voor iemand uit een andere cultuur kan dit een stuk moeilijker zijn. Ook zijn er symbolen

die geen reëel bestaand iets weergeven, maar abstracte tekens met een bepaalde betekenis zijn. Een voorbeeld hiervan zijn de runentekens. Behalve cultuurgebonden kan symboliek ook tijdgebonden zijn. Als op een schilderij van Brueghel een pijp afgebeeld staat die op een pispot ligt, zullen de meeste eenentwintigste-eeuwers niet meteen doorhebben dat dit naar geslachtsgemeenschap verwijst. Een middeleeuwer zou dit meteen snappen.

Symbolen kunnen ook meerdere betekenissen hebben. Zo betekent de swastika in de westerse wereld iets heel anders dan in het Hindoeïsme of Boeddhisme. Een duif staat in het Christendom voor de Heilige Geest, maar in politiek opzicht betekent een duif 'vrede'. Twee koerende duiven staan echter weer voor liefde.

Een symbool kan een basisbetekenis hebben die op verschillende manieren uitgelegd kan worden. Zo staat een zeis voor het binnenhalen van de oogst. Enerzijds betekent dit het afkappen van een ontwikkeling en het beëindigen van een groeiproces, maar anderzijds betekent het ook het scheppen van overvloed en het verzamelen van zaaigoed. Zo heeft de zeis een betekenis (oogst) met twee verschillende kanten.

Een symbool kan naast de eigen betekenis ook nog naar een ander symbool verwijzen. Om bij de duif te blijven, deze vogel kan behalve naar de Heilige Geest of naar liefde ook nog naar de planeet Venus en haar astrologische betekenis verwijzen.

Ten slotte heeft een symbool een zeer persoonlijke betekenis. Een roos staat over het algemeen voor liefde en passie, maar als je moeder erg van rozen hield en ze in de tuin had staan, dan kan een roos voor jou ook naar moederschap verwijzen.

Symbolen roepen associaties bij ons op. Een hart roept in onze cultuur de associatie met liefde op en de duif de associatie met vrede, de Heilige Geest of de planeet Venus. De associaties in dit voorbeeld zijn gebonden aan onze westerse cultuur, en ze zitten hierin diep verankerd. Deze symbolen zijn archetypen geworden. Archetypen zijn beelden en associaties die in de loop der eeuwen zijn ontstaan en deel uitmaken

van ons collectieve onderbewuste. Ze zijn als het ware genetisch bepaald en aangeboren bij mensen die deel uitmaken van deze cultuur. Hiernaast spelen uiteraard ook de persoonlijke geschiedenis, achtergrond en instelling een belangrijke rol. Het archetype Vader ligt deels vast in het culturele collectieve onderbewuste, maar wordt ook gekleurd door de eigen ervaring met vaders.

Doordat symbolen bij ons collectieve onderbewuste horen, vormen ze voor ons tevens een sleutel tot de kennis die in dit onderbewuste ligt opgeslagen. Door te werken met symbolen kunnen we toegang krijgen tot informatie die voor onze rationele geest niet goed bereikbaar is. De roos met zijn felrode kleur, zwaar-zoete geur en stekelige doornen kan ons een dieper inzicht geven in het wezen van de liefde dan een boek of lezing, omdat symbolen tot een diepere laag van onze geest spreken. Het bedwelmende effect van de liefde kan door een psycholoog wellicht uitvoerig besproken worden, maar de herinnering aan een geurige roos kan ons deze bedwelming (weer) doen ervaren en doorleven. Dat zoiets moois als de liefde ook vreselijk pijn kan doen is beter te begrijpen als we ons het beeld van de roos met zijn doorns voor de geest halen.

Dit effect van symbolen is te vergelijken met het effect van kunst. Een mooi muziekstuk of een goed gedicht kan diepe emoties en veel associaties wekken die rationeel niet terug te voeren zijn op enkel de klanken van de muziek of de woorden van het gedicht.

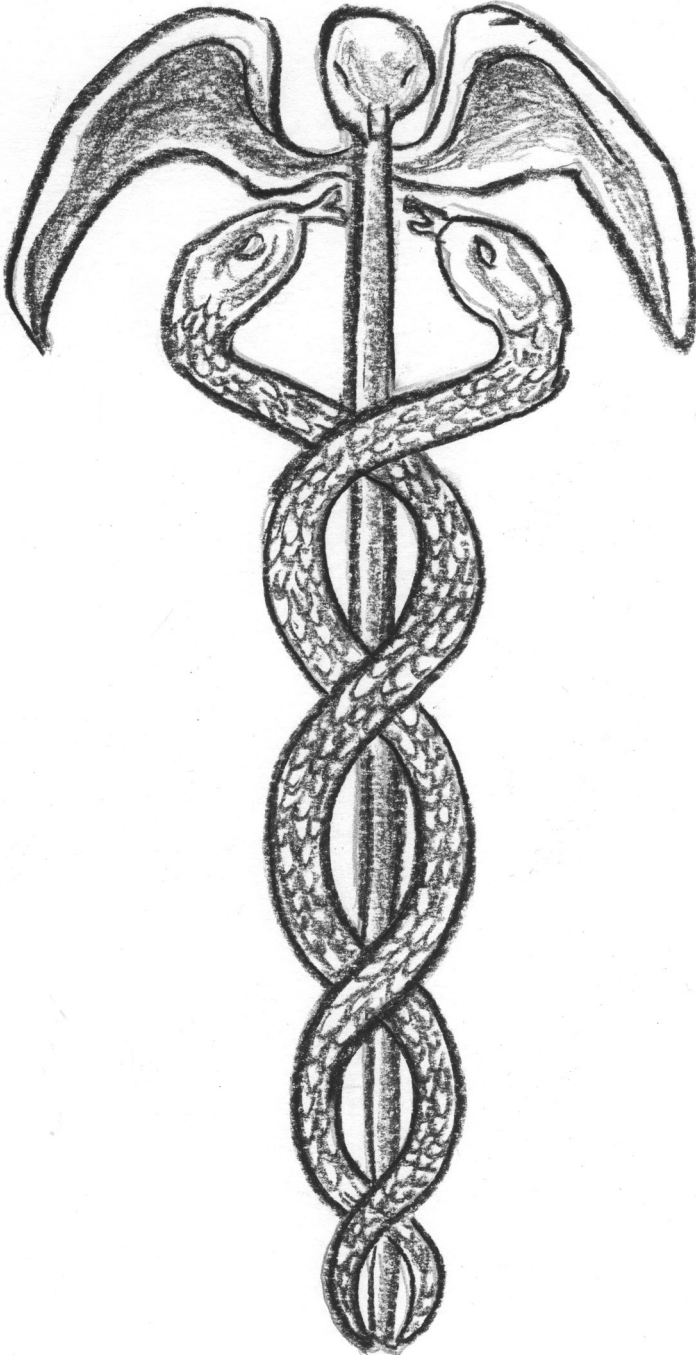
Een ander aspect van het werken met symbolen is dat ze de beperking van het rationele denken overstijgen doordat ze associatief denken stimuleren. Ons normale denken is rationeel en lineair; we stellen A, redeneren hierop voort tot B en concluderen vervolgens C. Bij deze denktrant volgen we de wetten van de logica en voor veel onderwerpen is dit erg handig. Toch kan de logica ons ook beperken in de vrijheid en creativiteit van het denken. Door symbolen te gebruiken en associatief te denken heffen we deze beperking weer op.

Als we logisch nadenken over een verloren liefde, blijven we ons wellicht herinneren hoe mooi het allemaal was, hoe het uiteindelijk is stukgelopen en hoeveel pijn dat deed. Als we ons daarentegen deze liefde voorstellen als een roos, dan herinneren we ons ook de prachtige bloei en de heerlijke geur, we zien de bloem waarschijnlijk weer verwelken

en voelen weer de stekende pijn van de doorns; maar de kans is reëel dat we ook weer enkele knoppen zien verschijnen aan de rozenstruik of dat we de bloemen zien die nog steeds bloeien.

Als we over boosheid nadenken als over een zwaard, zien we uiteraard de vernietigende kracht van de boosheid. Maar het beeld roept wellicht ook associaties op van het zwaard als instrument om orde te herstellen; we zien misschien de mogelijkheid om er iemand mee te doden maar ook om knopen door te hakken. We komen misschien tot het inzicht dat het hanteren van een zwaard verantwoordelijkheid, oefening en beheersing eist. Zo kan het symbool van een zwaard veel waardevolle associaties betreffende boosheid oproepen, die we met rationeel denken misschien niet of minder duidelijk gehad zouden hebben.

Het begrijpen van symbolen is een essentiële vaardigheid bij divinatie, een symbool zegt vaak meer dan duizend woorden.



HEALING

De term 'healing' slaat op de kunst van het genezen, een kunst die elke heks beoefent. Het gaat hierbij niet zozeer om het verbinden van wonden of het toedienen van pilletjes, maar om aanvullende geneeswijzen op natuurlijke en/of spirituele wijze. De meeste heksen beheersen wel een of meer natuurgeneeswijzen zoals kruidengeneeskunde, homeopathie, acupunctuur, handoplegging, enzovoort. Omdat over deze geneeswijzen veel literatuur en cursussen beschikbaar zijn, ga ik er hier niet uitgebreid op in.

Vaak zullen heksen deze geneeswijzen aanvullen met magie om de werking te versterken. Een voorbeeld hiervan is het onderstaande ritueel dat ik gedaan heb toen ik mijn been gebroken had.

Ik ben voor mijn altaar gaan zitten en heb me afgestemd op de goden door 108 maal mijn mantra 'Gaia Cernunnos' te herhalen. Daarna heb ik mijn gipsbeen bewierookt met zuiverende wierook en het driemaal een klankbad gegeven met een klankschaal. De wierook en de klanken moesten mijn been zuiveren van de stress die het tijdens het ongeval en het zetten en gipsen had gehad en het weer in balans brengen. Vervolgens heb ik mijn been een kwartier helende reiki-energie gegeven en daarbij een healingspreuk herhaald die afgeleid is van een spreuk die Odin gebruikt om het been van een paard te genezen.

*Groei, bot aan bot, been aan been, pees aan pees, band aan band;
straks loop ik weer door heel het land!*

Ten slotte heb ik deze spreuk op het gips geschreven samen met helende reikisymbolen.

Dit ritueel heb ik in de eerste week drie keer herhaald. In de weken erna heb ik alleen reiki aan mijn been gegeven.

In de hoofdstukken over magie zal ik meer voorbeelden van helende magie bespreken. Hier wil ik vooral ingaan op het menselijk energiesysteem, de aura, en de zeven energiepoorten, de chakra's. Deze zijn van groot belang voor veel vormen van healing maar kunnen ook gebruikt worden bij magie. Om dezelfde reden zal ik wat uitgebreider ingaan op de healingmethode reiki.

REIKI

Reiki, ofwel de Usuimethode van natuurlijk genezen, is een geneeswijze waarbij universele levensenergie wordt doorgegeven. Deze levensenergie stroomt vanuit de kosmos via de behandelaar naar de patiënt. Deze energie wordt reiki genoemd. De naam reiki wordt tevens gebruikt om de behandelmethode op zich aan te duiden. Reiki als geneeswijze is tegen het einde van de negentiende eeuw in Japan ontwikkeld door Mikao Usui op basis van boeddhistische geschriften.

Het woord reiki wordt meestal vertaald met 'universele levensenergie'. *Rei* staat voor het universeel of onbegrensd stromende aspect van deze levensenergie en *ki* voor de levensenergie in elke mens. Deze energie stroomt door alles en iedereen wat leeft en is daarom ook voor iedereen beschikbaar. Bij een inwijding door een reikimaster wordt de verbinding tussen *rei* en *ki* hersteld. Daarna is de ingewijde in staat om deze energie door te geven aan zichzelf en anderen.

De basistechniek van reiki is handoplegging. Maar de methode kan uitgebreid worden met symbolen en mantra's. Iedereen kan met reiki leren werken door ingewijd te worden in de methode door een reikimaster. De Usui-methode van natuurlijk genezen wordt meestal onderwezen in drie graden. Deze vertegenwoordigen verschillende niveaus van werken met reiki.

Na een inwijding in de eerste graad kan een cursist werken met de reiki-energie. Hij of zij kan deze gebruiken voor zichzelf of anderen door de handen op te leggen en zo de reiki-energie door te geven.

Bij de tweede graad leer je gebruik te maken van bepaalde symbolen en mantra's waarmee je reiki op afstand en door de tijd kunt geven. Je kunt behalve op fysiek niveau ook op mentaal en emotioneel niveau werken.

De derde graad is die van reikimaster. De cursist leert nu een vierde symbool en mantra, waarmee de eerste drie versterkt worden, en is nu ook in staat om anderen in te wijden in reiki.

Reikisymbolen

Bij de tweede en derde graad reiki leer je symbolen en mantra's die een specifiek aspect van de reiki-energie activeren. Je werkt met de symbolen door ze te visualiseren. Je sluit je ogen en stelt je voor dat je de symbolen voor je ziet, je tekent ze als het ware in gedachten voor je geestesoog. Aan het einde van dit hoofdstuk volgt een uitleg over het visualiseren. Als je dat moeilijk vindt, kun je ze ook met je hand of vinger in de lucht of op het lichaam van de patiënt tekenen.

Tijdens of na het visualiseren of tekenen herhaal je de bijbehorende mantra driemaal in gedachten. Het symbool is nu geactiveerd en zal zijn werk doen.

De Hon-Sha-Ze-Sho-Nen

Het eerste en meest complexe symbool van de tweede graad is de Hon-Sha-Ze-Sho-Nen ofwel 'de brug'. Dit symbool brengt de reiki-energie uit de kosmos naar beneden en laat hem stromen door tijd en ruimte. De belangrijkste functie is dan ook een brug te vormen tussen de behandelaar en die- of datgene wat behandeld wordt, zonder belemmeringen van tijd en ruimte. Met dit symbool kun je reiki op afstand geven en zelfs reiki geven aan het verleden en de toekomst.

De Sei-He-Ki

Het volgende symbool is de Sei-He-Ki en wordt ook wel 'de sleutel' genoemd. Het maakt blokkades los, zuivert en brengt het lichaam en de aura weer in balans.

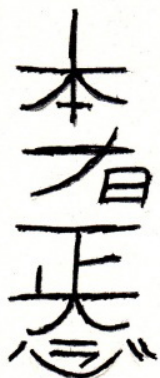
De Sei-He-Ki werkt met name op het emotionele lichaam en kan goed gebruikt worden bij het verwerken van verdriet, pijn en andere emotionele problemen. De zuiverende werking van dit symbool helpt om het lichaam te reinigen van gifstoffen en vermindert de bijwerkingen van bijvoorbeeld een chemokuur, narcose of medicijnen.

De Cho-Ku-Rei

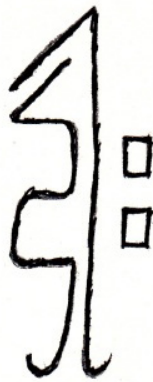
Cho-Ku-Rei ofwel 'de versterker' is het laatste symbool van de tweede graad. Dit symbool versterkt de werking van de reiki-energie en de andere symbolen door deze op één punt te concentreren en werkt met name op het fysieke lichaam.

De Dai-Kho-Myo

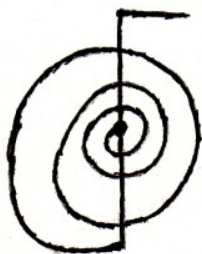
De Dai-Kho-Myo is het vierde reikisymbool en hoort bij de derde graad. De Dai-Kho-Myo versterkt de werking van de overige symbolen en van de reiki-energie als geheel.



HON SHA ZE SHO NEN



SEI HE KI



CHO KU REI



DAI KHO MYO

REIKI SYMBOLEN

Reiki en Hekserij

Reiki is niet alleen als healingmethode van belang voor Hekserij maar ook omdat het goed gebruikt kan worden bij magie.

Bij magisch werk is het belangrijk om energie te kunnen opwekken en te gebruiken om een magisch voorwerp als een kaars of talisman op te laden of om de energie naar een bepaald doel te sturen. Dit kan op veel manieren en reiki is daar één van, een die heel eenvoudig is en bij uitstek geschikt als je alleen werkt. Door hierbij ook de verschillende symbolen te gebruiken kun je de energie heel specifiek richten. Als je bijvoorbeeld magie doet voor een doel in de toekomst, kun je de Hon-Sha-Ze-Sho-Nen gebruiken en bij magie om jezelf ergens van te zuiveren of voor een emotioneel doel de Sei-He-Ki. Verder doe je door het werken met reiki op een veilige manier veel ervaring op die ook bij het werken met andere energieën heel bruikbaar is. Hieronder een eenvoudige oefening in het opwekken en ervaren van energie.

Ga zitten met een rechte rug en de voeten op de grond en doe een oefening om te aarden. Klap hierna driemaal hard in je handen en wrijf je handpalmen stevig in rondjes over elkaar. Strek dan je armen recht voor je uit met de beide handpalmen naar elkaar toe gericht. Beweeg je handen dan langzaam naar elkaar toe tot ze elkaar bijna raken en laat ze dan weer langzaam uit elkaar gaan. Als ze ongeveer veertig centimeter uit elkaar zijn, beweeg je ze weer langzaam naar elkaar toe. Doe dit een minuut of vijf. Laat daarbij de afstand tussen de handen steeds variëren. Concentreer je op de energie tussen je handen en merk op wat je allemaal voelt in je handpalmen. Gaan ze tintelen, worden ze warm of voel je een aantrekkings- of afstotingskracht tussen je handen? Als je deze oefening doet in een halfduistere kamer kun je de energie misschien zelfs wel zien.

DE AURA EN CHAKRA'S

De aura is de verzameling van energetische lichamen die bij het menselijk wezen horen. De aura wordt waargenomen als een eivorm die zich rond het fysieke lichaam op ongeveer een halve meter tot tachtig centimeter afstand bevindt. De kleuren van de aura zijn afhankelijk van iemands gezondheidstoestand en stemming. Het zien van aura's is niet voor iedereen weggelegd, maar gelukkig zijn er ook andere manieren

om aura's waar te nemen die minder oefening vergen. Voor reiki is de belangrijkste manier om de aura waar te nemen het voelen ervan met de handen. De aura kan in de handen sensaties geven als warmte, tinteling, aantrekking of afstoting.

De aura is geen statisch iets maar een constant stromende energetische vorm. Jouw eigen levensenergie stroomt erin rond en de jou omringende energie stroomt erdoorheen. Via de aura staan we in verbinding met de energie om ons heen. Deze energie stroomt de aura in door energiepoorten of chakra's. We hebben zeven primaire of hoofdchakra's en hiernaast nog een aantal secundaire of bijchakra's. De zeven hoofdchakra's bevinden zich langs de ruggegraat, van stuit tot kruin en vormen het kanaal waarlangs onze levensenergie loopt. Het is voor onze gezondheid van belang dat deze chakra's met elkaar in balans zijn.

De hoofdchakra's zijn genummerd van beneden naar boven. Elke chakra is verbonden met een bepaalde klier en met een bepaalde soort energie die werkzaam is op een specifiek levensgebied. Hiernaast hebben we nog een aantal secundaire of bijchakra's. Door de chakra's staat onze aura open voor energieën en invloeden van buitenaf, voor de leuke sfeer van een feestje of de warme aanwezigheid van een goede vriendin. Maar we kunnen ook minder leuke dingen oppikken, zoals het verdriet, de boosheid of pijn van mensen om ons heen.

1. De wortelchakra

De eerste hoofdchakra is de wortelchakra, die zich beneden aan de ruggegraat bij de stuit bevindt. Deze chakra is verbonden met de bijnieren. Het element dat bij deze chakra hoort, is Aarde. De wortelchakra is de energetische verbinding van onze aura met het energieveld van de aarde. Vandaar dat we bij het aarden een verbinding vanuit deze chakra visualiseren. Het kenmerk van het element Aarde is vastigheid en deze chakra werkt dan ook op alle vaste dingen in ons lichaam, zoals ons beendergestel en onze tanden. In deze chakra zit verder ons gevoel van veiligheid en zekerheid. Verstoringen van de energiestroom in de wortelchakra uiten zich in angstigheid, onzekerheid en zweverigheid. De kleur van de wortelchakra is rood.

Bij de wortelchakra horen de bijchakra's op de voetzolen. Via deze chakra's worden negatieve energieën uit onze aura afgevoerd naar de aarde.

2. De sacrale chakra

De sacrale chakra is de tweede hoofdchakra. Hij bevindt zich op de ruggegraat ter hoogte van het heiligbeen en is verbonden met de geslachtsklieren. Het bijbehorende element is Water en deze chakra regelt dan ook de vloeistoffen van het lichaam, zoals de urinewegen en de bloedsomloop. De sacrale chakra hangt ook samen met onze emoties en gevoelens. Storingen in deze chakra uiten zich als rusteloosheid, overgevoeligheid en seksuele problemen of gevoelloosheid en verslaving aan genotmiddelen. De tweede chakra hangt sterk samen met de seksualiteit en de voortplanting. Ook onze creativiteit hoort bij deze chakra. De kleur van deze chakra is oranje.

3. De zonnevlecht

Deze chakra bevindt zich een paar centimeter boven de navel en is verbonden met de alvleesklier. Het element van de zonnevlecht is Vuur en het belangrijkste kenmerk is kracht. Lichamelijk werkt deze chakra op de spijsvertering en de stofwisseling. Deze chakra beheerst de wilskracht en levenslust en is een van de belangrijkste ingangen van onze aura. Verstoringen in de energiestroom in de zonnevlecht uiten zich in futloosheid, besluiteloosheid en een gebrek aan wilskracht. Anderzijds kan verstoring ook leiden tot overactiviteit, driftbuien en machtswel-lust. Deze chakra is geel van kleur.

4. De hartchakra

De hartchakra bevindt zich op de ruggegraat ter hoogte van het borstbeen en is verbonden met de thymusklier. Deze chakra hoort bij het element Lucht en regelt op lichamelijk vlak de longen en de huid. Het kenmerk van deze chakra is verbondenheid met anderen, de hartchakra is de poort waarmee we ons openstellen naar de ander toe. In deze chakra ervaar je vrede, heelheid en liefde en betrokkenheid bij jezelf en je omgeving. De hartchakra is groen van kleur.

De secundaire chakra's op de handpalmen horen bij de hartchakra, het zijn de energiecentra waarmee je letterlijk naar buiten, naar anderen reikt.

5. De keelchakra

De keelchakra bevindt zich ter hoogte van het strottehoofd en is verbonden met de schildklier. Deze chakra is verbonden met het element Ether of met het morfogenetische veld. Lichamelijk werkt hij op de stem en de keel. Het kenmerk van de keelchakra is vormgeving en expressie. Via deze chakra geven we uitdrukking aan onszelf en drukken we ons uit door middel van communicatie. Symptomen van een verstoorde keelchakra zijn geremdheid, verlegenheid en angst om de eigenheid te tonen. Omgekeerd kunnen overdreven geldingsdrang en angst voor stilte ook een gevolg zijn van een verstoorde keelchakra. De keelchakra is ook de plek waar we vrijheid ervaren. Het is dan ook belangrijk om bij het behandelen van deze chakra de handen niet op de keel te leggen maar een paar centimeter erboven, omdat het anders als beklemmend ervaren kan worden. De kleur van de keelchakra is blauw.

6. Het derde oog

Het derde oog of de voorhoofschakra bevindt zich op het voorhoofd, net boven het midden van de wenkbrauwen, en is verbonden met de hypofyse. Lichamelijk is deze chakra verbonden met de ogen en de voorhoofdsholtes. Het derde oog is de plek waar ons denken en ons inzicht zetelen. Hier worden we ons bewust van onszelf en ons handelen en vanuit deze chakra reflecteren we op onszelf. Ook onze fantasie en onze intuïtieve vermogens horen bij deze chakra. Verstoringen van het derde oog uiten zich in een gebrek aan vertrouwen in onze eigen inzichten en een gebrek aan zelfreflectie. Anderzijds kunnen een voortdurende twijfelachtigheid, een overdreven idealisme en een constant dagdromen ook duiden op verstoringen van deze chakra. De kleur van deze chakra is paars.

7. De kruinchakra

De kruinchakra is de zevende en laatste van de primaire chakra's en zit boven op de kruin. Deze chakra is verbonden met de epifyse en is de poort waardoor onze aura gevoed wordt met energie uit de kosmos. Ook reiki stroomt via de kruinchakra naar binnen. Lichamelijk is deze chakra verbonden met de hersenen en het hoofd. De kruinchakra is het energiecentrum waar onze hoogste vorm van bewustzijn zit en hier ervaren we onze verbinding met het leven en het goddelijke. Religieuze en mystieke

ervaringen komen voort uit deze chakra. Via de kruinchakra zijn we verbonden met de bron van alle leven en kunnen we in contact komen met ons diepste wezen. Verstoringen van deze chakra kunnen zich uiten in een hoge mate van zweverigheid en een gebrek aan aarding, of in een levenshouding die volledig op het materiële niveau gericht is en alle vormen van spiritualiteit ontkent. De kleur van deze chakra is wit.

Chakra meditatie

Hieronder volgt een uitgebreide oefening om te aarden, je aura te versterken en de chakra's te activeren en met elkaar in balans te brengen. Ga rustig zitten, sluit je ogen en adem een paar keer goed in en uit.

Ga nu met je aandacht naar je stuit, en trek van hieruit met je gedachten een lijn door de stoel, door de vloer, diep de aarde in. Laat deze lijn zich nu vertakken als de wortels van een boom en geef hem een rode kleur. Voel hoe deze lijn jou verbindt met de aarde.

Nu ga je met je aandacht naar een plek op een halve meter voor je en zet daar een rozenstruik neer. Bekijk deze struik, is hij groot of klein, zijn de rozen in knop of in bloei, zijn er doorns of niet? Bekijk de rozenstruik goed.

Nu zet je ook rechts naast je een rozenstruik neer en je bekijkt ook deze. Hierna zet je ook achter je en links naast je een rozenstruik en bekijkt ook deze goed. Als je op vier plekken om je heen een rozenstruik hebt gezet, laat je ze met je verbeelding, je aandacht aan elkaar groeien. Je hebt nu een rozenhaag om je heen staan, een haag die jouw ruimte, jouw energieveld, je aura afbakent en beschermt.

Dan ga je weer met je aandacht naar je stuit en voelt hier je eerste chakra zitten. Je eerste chakra is jouw verbinding met de aarde. Voel deze verbinding. Het is ook de plek waar je gevoel van veiligheid, van stevigheid zit. Voel deze kwaliteiten nu ook op deze plaats. Geef met je aandacht een heldere rode kleur aan deze chakra.

Hierna ga je met je aandacht een klein stukje naar boven, naar je heiligbeen. Dit is de plek van je tweede chakra. Hier zitten je gevoelens en

emoties, je creativiteit en je seksualiteit. Ervaar deze eigenschappen op deze plek en geef er de kleur oranje aan.

Vervolgens ga je weer een stukje naar boven met je aandacht. Je laat je aandacht wervel voor wervel langs de ruggegraat naar boven gaan tot je ter hoogte van je navel bij je derde chakra komt, je zonnevlecht. Hier zit jouw kracht, je macht. Voel dit ook op deze plek en geef het de kleur geel. Als een krachtige zon in je buik.

Hierna ga je weer een stukje naar boven langs de ruggegraat tot je ter hoogte van je borstbeen bij je hartchakra aankomt. Hier voel je de verbondenheid met de wereld om je heen, met je geliefden, je familie en vrienden, je medemens, de dieren en planten, je verbondenheid met de natuur en Moeder Aarde. Voel dit hier en geef deze verbondenheid de kleur groen.

En weer ga je een stukje lang de ruggegraat naar boven met je aandacht, tot bij je keel. Hier zit je vijfde chakra. Probeer bij je keel ruimte te ervaren en vergroot deze ruimte. Het is de ruimte die je nodig hebt om uitdrukking te geven aan wie jij bent. Neem deze ruimte, vergroot deze ruimte en geef hem de kleur blauw.

Ga nu nog verder naar boven met je aandacht tot je ter hoogte van je schedelbasis aan de achterkant, en ter hoogte van je ogen aan de voorkant, bij de zesde chakra komt. Dit is je derde oog, de plek van je fantasie, je intuïtie en van magisch werk. Ervaar deze kwaliteiten op deze plek en geef er de kleur paars aan.

Ten slotte ga je nog verder naar boven met je aandacht, helemaal naar je kruin. Hier zit je zevende chakra, de poort naar de kosmos, het goddelijke. Open deze poort en voel hoe er een stroom van wit licht naar binnen in je aura en lichaam stroomt. Laat deze witte energie als een geestelijke douche door je hele lijf stromen en probeer hem overal te voelen. Voel hoe hij alle negativiteit wegspoelt, blokkades oplost en je helemaal oplaadt.

Laat deze douche vervolgens los en zak weer met je aandacht naar beneden, naar je derde oog. Zie hier weer de kleur paars en zak vervolgens nog verder, naar je keelchakra. Zie hier weer de kleur blauw en

ervaar de ruimte die je hebt om jezelf te zijn. Zak daarna verder naar je hartchakra, voel je verbondenheid met de wereld om je heen en zie de kleur groen weer. Zak daarna verder naar je zonnevlecht, voel je kracht, zie het geel en daal verder af naar je tweede chakra. Zie de kleur oranje en ervaar je emoties, je seksualiteit en je creativiteit. Ga hierna weer verder naar beneden, naar je wortelchakra bij je stuit. Ervaar je basis en zie de kleur rood.

Ten slotte kijk je weer naar de rozenhaag om je heen. Zie je veranderingen? Zijn er bloemen bijgekomen of juist verwelkt, is de haag gegroeid of niet, zijn er doorns bijgekomen? Neem dergelijke veranderingen waar. Laat dan ook het beeld van de rozenhaag los, beweeg je tenen en je handen, en open daarna rustig je ogen.

Chakra's en Hekserij

Kennis van de chakra's is erg handig bij zowel healing als magisch werk. Bij healing kun je aan de hand van de klachten van de patiënt bepalen welke chakra verstoord is en die gericht behandelen. Bij magie kun je de chakra's op verschillende manieren gebruiken. Sowieso is het goed om voor elk ritueel te aarden en dit kun je versterken door je wortelchakra te activeren. Verder kun je afhankelijk van het doel van je magie de energie uit de bijbehorende chakra laten stromen. Bij liefdesmagie zul je dan de hartchakra gebruiken en bij divinatie de zesde en zevende chakra.

VISUALISEREN

Bij de paragraaf over de reikisymbolen is het begrip visualiseren aan de orde gekomen, het voor je geestesoog oproepen van bepaalde symbolen of beelden. Ook bij de oefening om de aura te versterken en de chakra's in balans te brengen is het handig als je kunt je visualiseren.

Visualiseren is jezelf dingen voorstellen, dingen zien met je geestesoog. Het is een basistechniek die bij rituelen, meditaties en magisch werk goed van pas komt. Als je een voorwerp met een bepaalde rune wilt opladen werkt deze sterker als je hem daarbij voor je ziet. Als je magie bedrijft, zul je je doel sneller bereiken als je het voor je ogen verwezenlijkt ziet,

en een energetisch schild tussen jou en een ongewenste ander is krachtiger als je dat schild kunt zien. Door met je concentratie een bepaald beeld voor je geestesoog op te roepen geef je enorm veel kracht aan dat beeld en breng je het tot realisatie.

Binnen veel oosterse religies worden mandala's gevisualiseerd om bepaalde aspecten van de goden te activeren, binnen de Wicca worden pentagrammen gevisualiseerd om de elementen op te roepen en het visualiseren van een valknut helpt als je Odin wilt aanroepen.

Verder wordt er binnen het Sjamanisme veel gebruikgemaakt van geleide en creatieve visualisaties om informatie te vergaren en inzichten op te doen. Dit zijn hele verhalen die je voor je geestesoog laat afspelen, waardoor (het is alsof) je ze zelf meemaakt. Hier kom ik later nog uitgebreid op terug. Al met al is leren visualiseren een belangrijk onderdeel van elke opleiding of magische training binnen Hekserij.

Hieronder staat een aantal oefeningen waardoor je je deze kunst eigen kunt maken. Neem hier echt de tijd voor, trek voor elke oefening minimaal een week uit en oefen minimaal één keer per dag. Waarschijnlijk kun je het dan na een paar maanden, hoewel er ook mensen zijn die er jaren voor nodig hebben of het nooit goed leren. Maar hoe dan ook, oefening baart kunst!

Oefening 1: Neem een alledaags voorwerp en zet het op een meter afstand van je neer. Een koffiemok, een beeldje, een speelgoedauto; alles mag. Kijk gedurende een minuut aandachtig naar het voorwerp en sluit dan je ogen. Roep het beeld van het voorwerp nu voor je geestesoog op zodat je het weer ziet en hou dit beeld zo lang mogelijk vast. Als je het kwijt bent, kijk je weer een minuut, sluit daarna weer je ogen en probeer het nu weer voor je te zien. Doe dit ongeveer vijf keer. Neem elke dag een ander voorwerp.

Oefening 2: Neem een alledaags voorwerp en zet het op een meter afstand van je neer, kijk er een minuut goed naar en zet het dan weg.

Sluit nu je ogen, roep het beeld van het voorwerp voor je geestesoog op en hou het zo lang mogelijk vast. Als je het kwijt bent, open je je ogen, je ademt een paar keer diep in en uit en sluit je ogen weer. Wederom roep je het beeld van het voorwerp voor je geestesoog op en probeert het vast te houden. Doe dit dagelijks een keer of vijf. Neem elke dag een ander voorwerp.

Oefening 3: Ga rustig zitten, sluit je ogen en roep voor je geestesoog het beeld van een voorwerp op dat je goed kent, zonder dat je er net naar gekeken hebt. Probeer dit beeld vast te houden. Als je het kwijt bent, open je weer je ogen, ademt een paar keer en begint opnieuw.

Oefening 4: Neem vier vellen zwart A5-papier en schilder op elk blad een symbool in een andere kleur. Bijvoorbeeld een rood pentagram, een blauw vierkant, een gele driehoek en een groene cirkel. Dan neem je als eerste het vel met het rode pentagram en zet het voor je. Je kijkt er een minuut aandachtig naar, sluit dan je ogen en roept het beeld voor je geestesoog op. Als je het beeld kwijt bent, kijk je er weer een minuut naar en begint opnieuw. Eigenlijk net als oefening 1. Dit doe je een week lang voor elk symbool.

Oefening 5: Neem weer de vellen met symbolen van de vorige oefening. Kijk een minuut naar het rode pentagram en leg het dan weg, sluit je ogen en roep het beeld voor je geestesoog op. Als je het beeld kwijt bent, adem je een paar keer en sluit je ogen en roept het beeld weer op. Net als bij oefening 2. Dit doe je een week lang voor elk symbool.

Oefening 6: Nu ben je als het goed is zo ver dat je kunt visualiseren. Toch zou ik je aanraden om ermee te blijven oefenen en er dagelijks voor te gaan zitten om een bepaald beeld of symbool voor je geestesoog op te roepen en vast te houden. Probeer het visualiseren nu ook in rituelen of meditaties toe te passen. Roep bijvoorbeeld eens de elementen aan en visualiseer er het bijbehorende pentagram bij. Of roep een rune op en visualiseer die erbij. Je kunt nu gaan oefenen met het toepassen van visualiseren.

Veel succes en plezier!



MAGIE

De heksenkunst die het meest tot de verbeelding spreekt en het minst begrepen wordt, is magie. Magie is het middels symboliek je wilskracht en energieën buiten jou doelbewust richten om veranderingen in de fysieke wereld tot stand te brengen. Met magie kun je geen dingen bereiken die totaal onmogelijk zijn. Als zou ik nog zo mijn magische best doen, met mijn kruken zal ik bijvoorbeeld nooit een marathon kunnen rennen.

Magie werkt met de wetten van de natuur mee en kan alleen de normale gang van zaken een beetje de gewenste kant opsturen en het toeval een handje helpen. Ik kan met magie geen zak met geld uit het niets laten verschijnen, maar ik kan er wel voor zorgen dat ik onverwacht een extra zakcentje krijg als ik dat nodig heb.

Hoe magie precies werkt, is net als bij de andere heksenkunsten divinatie en healing een mysterie waar niemand een precies antwoord op heeft. Wel zijn er verschillende theorieën over hoe magie werkt en hoe je magie moet bedrijven op een manier die effect heeft.

De eerste theorie gaat ervan uit dat magie psychologisch is, een manier om je geest te beïnvloeden zodat je je doelen sneller zult bereiken. Dit is zeker waar: als je magie bedrijft om een nieuwe liefdespartner te vinden, zal dat feit alleen al ervoor zorgen dat je meer openstaat voor nieuwe ontmoetingen en zul je daardoor al sneller een nieuwe liefde vinden. Deze theorie is ook door sceptici vrij algemeen aanvaard.

De tweede theorie is dat je met magie energieën aanwendt om een bepaald doel te bereiken. Door bijvoorbeeld een talisman voor Venus te maken trek je de energie van deze liefdesgodin naar je toe en word je aantrekkelijker voor potentiële partners. Deze theorie wordt vooral door beoefenaars van magie aangehangen.

Zelf ga ik ervan uit dat magie werkt op beide manieren. Enerzijds richt ik met mijn magische rituelen mijn eigen geest op het gewenste doel en anderzijds richt ik hier ook externe spirituele energieën op.

Het richten van mijn wilskracht en van externe spirituele energieën op een bepaald doel doe ik door middel van ritueel en symboliek. In een magisch ritueel is alles, de handelingen, teksten en voorwerpen, een symbolische uitdrukking van het doel dat je wilt bereiken.

Als je bijvoorbeeld een nieuwe liefde wilt vinden met behulp van Venus, zal je altaar bezaaid zijn met voorwerpen die verwijzen naar Venus, zoals schelpen, duivenveren, de kleuren groen en roze, hartjes en rozen. Je zult een bijpassende wierook branden, zoals roos, en het ritueel doen op de dag die aan Venus gewijd is, de vrijdag. In je teksten verwoord je dat je Venus om een nieuwe liefde vraagt en ook je handelingen zullen dit verlangen tot uitdrukking brengen. Bijvoorbeeld door twee kaarsen samen te binden en samen te ontsteken. Aan het einde van je ritueel visualiseer je dat je je doel bereikt hebt. Op deze manier is je hele geest en je hele wilskracht doordrongen van je wens – een nieuwe liefde – en heb je hiernaast de energieën van Venus geactiveerd om je hierbij te helpen.

Bij magie is het verder van belang dat je je doelen reëel houdt. Wat je met je magie wilt bereiken zou ook zonder magie mogelijk moeten zijn. Met magie verricht je geen wonderen maar stuur je de natuurlijke loop der dingen bij.

Als bijvoorbeeld iemand kanker heeft, kun je beter eerst magisch werk doen om de persoon te helpen goed door de chemo, bestraling en operaties heen te komen, vervolgens om hem of haar daar goed van te laten herstellen en pas daarna om de herwonnen gezondheid te behouden en te verbeteren. Als je meteen inzet op genezing, sla je een aantal noodzakelijke stappen over en zal het effect waarschijnlijk minder zijn.

Overigens moet je je er altijd van bewust zijn dat je met magie meestal geen wonderen zult bewerkstelligen. Het is daarom aan te raden om in je Boek der Schaduwen bij te houden wat je voor magie gedaan hebt, hoe en waarvoor precies en wat het resultaat was. Zo kun je achteraf evalueren of je doel (helemaal) bereikt is en hoe het een volgende keer eventueel beter kan. Magie is behalve een kunst ook een kunde, die op basis van ervaring geleerd wordt. Het is belangrijk om de symboliek en

de verschillende magische technieken goed toe te passen en – nog veel belangrijker – om goed te formuleren wat je wilt bereiken.

Zo kun je bijvoorbeeld magisch werk doen om een vriendin die wat down is op te vrolijken en haar ‘veel lachen’ toewensen. Het resultaat kan zijn dat ze de volgende avond doodmoe is omdat ze de hele dag de slappe lach heeft gehad. Dat is dan niet precies wat je voor ogen had, maar wel wat je had gevraagd.

Dit voorbeeld laat tevens zien dat het niet netjes is om ongevraagd magisch werk te doen voor anderen. Ik zeg niet dat het niet mag, maar wel dat je er goed over moet nadenken voor je het doet.

Veel heksen geloven in de zogeheten Wet van Drie: ze geloven dat alles wat je magisch doet in drievoud naar jezelf terugkomt. Dat vind ik persoonlijk onzin, maar ik denk wel dat je zult oogsten wat je zaait. Als je in het ‘normale leven’ positieve dingen uitzendt, zullen er ook positieve dingen op je pad komen en negatieve dingen als je zelf negatieve dingen uitzendt. Het beste voorbeeld hiervan is dat als je zelf glimlacht, veel meer mensen vriendelijk tegen je zullen zijn dan wanneer je met een chagrijnige kop door de dag gaat.

Wat magie betreft, betekent dit dat je heel voorzichtig moet zijn met magie die mensen schade toebrengt of hindert. Alleen in noodgevallen kun je dergelijke magie toepassen.

Heksen zullen bij hun magie vooral gebruikmaken van eenvoudige middelen die gemakkelijk voorhanden zijn: natuurlijke materialen zoals veren, stenen en planten en huis-, tuin- en keukenspullen, bijvoorbeeld kaarsen en touwtjes. Deze manier van werken wordt ook wel ‘lage magie’ genoemd.

Hiertegenover staat de zogenaamde ‘hoge magie’, waarbij spirituele wezens worden opgeroepen en gevraagd om op magische wijze een bepaald doel te realiseren. Deze vorm van magie lijkt op bidden en wordt door heksen ook gebruikt. Hierbij worden dan meestal goden of godinnen opgeroepen en om hulp gevraagd. Vaak worden beide vormen gecombineerd.

In de volgende hoofdstukken zal ik verschillende vormen van magie bespreken die binnen de Hekserij toegepast worden. Het belang van de maan binnen de Hekserij komt aan bod in het hoofdstuk over maanmagie. Hierna bespreek ik technieken als spreuken, natuurmagie, kaarsenmagie, runenmagie, talismans en koordenmagie in afzonderlijke hoofdstukken. In deze hoofdstukken geef ik veel voorbeelden uit de praktijk en beschrijf ik diverse rituelen om magisch werk te doen. Deze kunnen letterlijk gedaan worden zoals ze beschreven zijn en zullen dan ook werken. Het is echter beter om ze aan te passen naar je persoonlijke smaak, je eigen symboliek en in te passen in de traditie of paganistische stroming waarin je werkt. Dan werken ze nog beter.

MAANMAGIE

De maan heeft door zijn wisselende uiterlijk, veranderlijke baan aan de hemel en mysterieuze uitstraling de mens altijd al sterk gefascineerd. Het opvallendst is dat de maan er elke dag iets anders uitziet (de zogenaamde schijn gestalten) en zelfs een paar dagen van de maand niet of nauwelijks te zien is.

Als de maan helemaal afwezig is, noemen we dat nieuwe maan of beter gezegd donkere maan. In de dagen hierna groeit de maan van een dun sikkeltje naar een halve maan die we eerste kwartier noemen. De maan groeit vervolgens door tot ze helemaal zichtbaar is, volle maan. De periode waarin de maan groeit van donkere naar volle maan noemen we wassende (toenemende) maan. Na volle maan wordt de maan weer kleiner, tot er weer slechts een helft zichtbaar is, het zogenaamde laatste kwartier. Ten slotte neemt de maan nog verder af tot een klein sikkeltje en verdwijnt weer even met donkere maan. Deze periode waarin de maan afneemt van volle naar donkere maan heet afnemende maan. Hierna begint deze cyclus van 29,53 dagen, een lunatie genaamd, opnieuw.

De maan heeft een grote invloed op de aarde. Zijn aantrekkingskracht zorgt voor de wisseling van eb en vloed in de zeeën en oceanen, maar ook op mensen, dieren en planten, die voor een groot deel uit water bestaan, oefent ze grote invloed uit. Vooral emoties en stemmingen worden door de maan beïnvloed.

De invloed van de maan wordt binnen de Hekserij op verschillende manieren gebruikt. Zo zullen veel heksen bij hun rituelen, divinatie, healing en magie rekening houden met de schijngestalte van de maan en met de plaats van de maan in de dierenriem. Elke schijngestalte en elk dierenriemteken heeft namelijk een eigen specifieke invloed op de energie van de maan, die op verschillende manieren gebruikt kan worden. Hiernaast zien veel heksen in de maan het gelaat van De Godin en zullen ze de nacht van de volle maan gebruiken om rituelen te doen. In dit hoofdstuk wordt dit uitgebreid besproken.

DE SCHIJNGESTALTEN VAN DE MAAN

Elke schijngestalte van de maan heeft haar eigen invloed, die bij magie gebruikt kan worden. Door je magisch werk te doen bij de bijpassende schijngestalte van de maan versterk je de werking van je ritueel en zullen je resultaten beter zijn. Dit hoeft niet per se op de nacht (of dag) van de desbetreffende schijngestalte te zijn, maar kan ook enkele dagen ervoor of erna.

Donkere maan

Met donkere maan is de maanenergie erg zwak en overheerst de energie van de aarde. Je kunt nu dan ook heel goed magisch werk doen met het element Aarde.

Deze maanfase is erg geschikt voor alles waarbij je de blik naar binnen keert, zoals meditatie en trancereizen. Ook bij divinatie, en dan met name om te schouwen, is deze maanfase erg behulpzaam. Als je bijvoorbeeld op zoek bent naar een nieuwe baan, kun je bij deze maanfase nagaan wat je kwaliteiten zijn en hoe je verder wilt met je loopbaan.

Bij donkere maan vindt er een transformatie plaats van afnemende naar wassende maan; de maan lijkt af te sterven, weg te zijn en weer herborren te worden. Hierdoor leent de donkere maan zich ook erg goed voor magisch werk dat over een dergelijk transformatieproces gaat. Als je bijvoorbeeld net een relatie achter de rug hebt, dan is dit het moment om in een ritueel het verdriet hierover achter je te laten en weer bij jezelf te komen.

Het eerste sikkeltje

Een paar dagen na donkere maan verschijnt de maan weer als een heel dun sikkeltje aan de hemel. Ik vind dit altijd een prachtig gezicht en gebruik dit moment voor magisch werk om iets nieuws dat net begonnen is een extra impuls te geven.

Als je bijvoorbeeld het eerste idee hebt om een nieuw artikel te schrijven, reserveer je bij deze maanfase hiervoor een bladzijde in je werkschrift en tekent er een symbool op dat met het onderwerp van het artikel te maken heeft. Of je offert buiten een glas wijn en/of wat koekjes aan de Maangodin, vertelt het maansikkeltje wat je plannen zijn en vraagt om ondersteuning erbij.

Eerste kwartier

Met het eerste kwartier neemt de energie van de maan sterk toe en deze maanfase is erg geschikt voor healing en magisch werk om dingen te versterken of te laten groeien.

Waar het bij het eerste sikkeltje nog om plannen en projecten in de allerprilste beginfase ging, komen nu alle lopende zaken in aanmerking voor een extra impuls. Als je met een artikel bezig bent, kun je magisch werk doen voor meer inspiratie, of je kunt magie bedrijven om een bepaald boek of ander voorwerp te vinden op Marktplaats.

Volle maan

De energie en invloed van de maan zijn met volle maan op hun hoogtepunt. Deze maanfase is erg geschikt om te werken met het element Water en leent zich goed voor magie met betrekking tot emoties en gevoelens, zoals liefdesmagie, en magie om aan geld te komen.

Daarnaast kun je bij deze maanfase rituelen doen om dingen tot volle bloei te laten komen of om ergens de resultaten van binnen te halen. Rituelen om bijvoorbeeld te slagen voor examens, een rechtszaak te winnen, onderhandelingen goed te laten verlopen of een project tot het gewenste resultaat te laten komen, doe je bij voorkeur met volle maan. Ook voor rituelen om voor dergelijke dingen te bedanken is de volle maan zeer geschikt.

Ten slotte is de volle maan voor veel heksen en wicca's een goede maanfase voor religieuze rituelen ter ere van De (Maan)Godin.

Laatste kwartier

Bij het laatste kwartier zijn de energie en invloed van de maan alweer aan het afnemen en deze maanfase is dan ook vooral geschikt voor magisch werk om dingen af te ronden en los te laten. Magie om oude gewoontes en patronen te doorbreken en projecten af te ronden past goed bij het laatste kwartier.

Maansverduistering

Maansverduisteringen vinden altijd plaats met volle maan. Tijdens een volledige maansverduistering neemt de maan van vol langzaam af tot donkere maan en daarna weer toe tot volle maan, hij doorloopt de cyclus van een lunatie in één nacht.

Maansverduisteringen zijn geschikte momenten voor rituelen die gaan over een radicale transformatie, een dood en wedergeboorte. Voorbeelden hiervan zijn inwijdingen en rituelen om een levensgebeurtenis zoals het overlijden van een geliefde, een verkrachting of een geboorte te verwerken en een plek te geven. Tijdens een maansverduistering kun je op rituele wijze een oude levensfase afsluiten en een nieuwe beginnen.

DE MAAN EN DE DIERENRIEM

Bij de paragraaf over astrologie is het begrip 'dierenriem' al aan de orde geweest. De dierenriem is een verdeling van de hemel rondom de aarde in twaalf stukjes die elk aan een bepaald sterrenbeeld gekoppeld zijn. Deze sterrenbeelden bepalen hoe de invloed van de planeten die in dit sterrenbeeld staan, vorm krijgt op aarde.

Zo geeft de zon in de astrologie onze individualiteit en de belangrijkste karaktertrekken aan, maar bepaalt het sterrenbeeld waar de zon tijdens onze geboorte in staat hoe die individualiteit en karaktereigenschappen eruitzien. Dit veroorzaakt bijvoorbeeld het verschil tussen iemand met (de zon in) het sterrenbeeld Leeuw en met (de zon in) het sterrenbeeld Vissen.

De maan wijst in de astrologie op onze innerlijke persoonlijkheid, onze emoties en gevoel en ook hier wordt de uitwerking van deze invloed bepaald door het sterrenbeeld waar de maan tijdens de geboorte in staat. In de tabel hiernaast staan de symbolen, de naam en het element van de twaalf dierenriemtekens.

DIERENRIEM

♈	Ram	△
♉	Stier	▽
♊	Tweeling	△
♋	Kreeft	▽
♌	Leeuw	△
♍	Maagd	▽
♎	Weeghaal	△
♏	Schorpioen	▽
♐	Boogschutter	△
♑	Steenbok	▽
♒	Waterman	△
♓	Vissen	▽

De maan doorloopt alle twaalf dierenriemtekens tijdens één lunatie, waarbij hij telkens twee of drie dagen achter elkaar in hetzelfde teken staat. Om te weten in welk teken de maan staat, kun je het beste een astrologische of een maanagenda raadplegen of het uitrekenen met een computerprogramma. Je kunt dit niet vaststellen door naar de hemel te kijken.

De invulling die een bepaald sterrenbeeld geeft aan de invloed van de maan werkt niet alleen op de geboortehoroscoop, maar kan ook bij magisch werk gebruikt worden. Door behalve met de schijngestalte ook hiermee rekening te houden, kun je de effectiviteit van je magie nog verder verhogen.

Maan in Ram

Deze maanstand is erg geschikt voor magie die te maken heeft met actie, strijd en wilskracht. Ook rituelen voor extra energie kunnen goed met de maan in Ram.

Maan in Stier

De maan in Stier is geschikt voor liefdesmagie, geldmagie en rituelen om je gevoelens weer in balans te brengen. Verwacht bij de maan in dit teken geen snelle resultaten.

Maan in Tweeling

Dit is het moment voor magie om oude patronen te doorbreken en iets nieuws te beginnen, om afwisseling en verandering in je leven te brengen.

Maan in Kreeft

Kreeft is geschikt voor rituelen die te maken hebben met huiselijkheid, familie, gezin en moederschap. Ook magie die te maken heeft met de zorg voor anderen kan nu goed gedaan worden.

Maan in Leeuw

De maan in Leeuw is goed om magie te doen die met leiderschap en autoriteit te maken heeft, voor magie die gericht is op meer extravertheid, een sociale positie met aanzien en het verkrijgen van roem en rijkdom. Ook het versterken van moed en durf kan goed bij deze maanstand.

Maan in Maagd

Deze maanstand is te gebruiken bij rituelen over aardse zaken die een grote nauwkeurigheid vereisen, zoals administratie en belasting. Verder kan nu magisch werk gedaan worden om orde in chaos te brengen of om een (andere) baan te vinden.

Maan in Weegschaal

De Weegschaal brengt graag dingen in balans. Deze maanstand is dan ook erg geschikt om op allerlei gebied weer evenwicht en balans te vinden. Ook magisch werk om samenwerking, vriendschap en relaties te versterken werkt nu sterker. Ten slotte kan deze maanstand gebruikt worden voor rituelen om de eigen seksuele aantrekking te vergroten.

Maan in Schorpioen

Bij deze maanstand kunnen ingewikkelde occulte rituelen prima uitgevoerd worden. Verder is Schorpioen geschikt voor rituelen rond juridische zaken en om geheimen aan het licht te brengen.

Maan in Boogschutter

Boogschutter versterkt magie die gericht is op communicatie, verhuizingen en reizen. Ook het versterken van de levenslust en het zoeken naar verbeteringen op allerlei vlakken passen goed bij dit teken.

Maan in Steenbok

De maan in Steenbok is geschikt voor magie rond organisatie, ambitie, carrière, politiek en sociale status. Ook rituelen die draaien om vaderschap passen goed bij Steenbok.

Maan in Waterman

Deze maanstand kun je gebruiken voor rituelen voor vrijheid, idealen en vriendschap. Ook magie om slechte gewoontes of verslavingen te doorbreken past goed bij de maan in Waterman.

Maan in Vissen

De maan in Vissen ten slotte is heel geschikt om helderziendheid, dromen en telepatie te versterken. Ook rituelen rond het gevoel, de emoties en creativiteit passen goed bij deze maanstand.

De invloed van het dierenriemteken waar de maan in staat, kun je combineren met de schijngestalte van de maan. Magisch werk om meer energie te hebben kun je bijvoorbeeld het beste doen als de maan in het eerste kwartier in Ram staat. Magie om een strijd te winnen en zo te beëindigen doe je juist als de maan in het laatste kwartier in Ram staat.

DE DIERENRIEM EN HEALING

Je kunt de invloed van de dierenriem ook gebruiken bij healing. Aan elk dierenriemteken zijn namelijk bepaalde lichaamsdelen en organen gekoppeld. Healing die gedaan wordt als de maan in het teken staat dat bij het behandelde orgaan of lichaamsdeel hoort, zal beter werken dan op andere dagen.

Hieronder de dierenriemtekens en hun bijbehorende lichaamsdelen en organen:

Ram: hoofd, ogen, oren

Stier: hals, keel

Tweeling: longen, schouders, armen

Kreeft: maag, lever, gal

Leeuw: hart, bloedsomloop

Maagd: spijsvertering, zenuwen

Weegschaal: nieren, blaas, urinewegen

Schorpioen: geslachtsorganen

Boogschutter: heupen, liezen

Steenbok: botten, gewrichten, huid

Waterman: bloedvaten, lymfe, zweetklieren

Vissen: benen, voeten

Op divinatie heeft het nauwelijks invloed in welk dierenriemteken de maan staat.

ESBATS

Voor veel heksen is de maan het gezicht van de Drievoudige Godin. De verschillende schijn gestalten van de maan vertegenwoordigen hierbij de verschillende aspecten van deze godin; de wassende maan is De Godin als maagd of jonge vrouw, de volle maan is De Godin als moeder en de afnemende maan De Godin als oude vrouw. De donkere maan vertegenwoordigt de verborgen kanten, het mysterie, van de Drievoudige Godin.

Vanwege deze associatie met De Godin komen veel heksengroepen op of rond de volle maan bij elkaar om religieuze rituelen te doen. Deze feesten worden maanvieringen of esbats genoemd.

De manier waarop er invulling wordt gegeven aan de esbats verschilt nogal. Sommige groepen vieren met de volle maan datgene wat er tijdens die specifieke lunatie in de natuur gebeurt en zien de esbats als een nadere uitwerking van de jaarfeesten. Zo vieren zij bijvoorbeeld tijdens de volle maan rond Midzomer de 'Plantmaan'. Ze staan dan stil bij het gegeven dat de groei kracht in de natuur zijn hoogtepunt bereikt heeft, maar dat het graan en de vruchten nog niet klaar zijn om geoogst te worden. Met een ritueel verankert de groep de groei kracht in deze gewassen zodat ze doorgroeien naar rijpheid.

Andere groepen sluiten met hun rituelen aan bij het dierenriemteken waar de volle maan op dat moment in staat of gebruiken de esbats vooral om gezamenlijk magie te bedrijven, voor healing en divinatie en om te mediteren zonder deze specifieke volle maan een bepaald thema te geven.

Esbatritueel

Tot slot van dit hoofdstuk een esbatritueel ter ere van de Maangodin waarbij je haar om hulp, steun of een gunst kunt vragen. Het ritueel is grotendeels gebaseerd op maanrituelen uit de Picatrix, een Arabisch geschrift uit 1256 over astrologie.

Je doet dit ritueel op de nacht van volle maan en je versiert je altaar met spullen die naar de maan verwijzen, zoals maansteen, zilveren munten en schelpen. Als je weet in welk dierenriemteken de maan die nacht

staat, leg je ook een symbool daarvoor op je altaar. Je brandt een witte of zilverkleurige kaars en als wierook gebruik je bij voorkeur wit sandelhout en storax.

Je trekt de cirkel op de normale manier en roept daarna de Maangodin op met de volgende tekst:

Vrouwe van de Maan, Maangodin, gij wier gelaat elke nacht nieuw is, gij die uw mysterieuze licht laat schijnen in de duisternis, ik vraag u bij mijn ritueel aanwezig te zijn, mij te helpen en te zegenen.

Hierna mediteer je een tijdje en als je er klaar voor bent, spreek je de volgende maanbede uit. Het is het beste als je die uit je hoofd kent, maar spieken mag ook.

*O, gij schijnende Maan,
gij zijt vervuld van uw licht
en vol goedertierenheid,
uw schoonheid is gelijk uw hoogte,
gij breekt de duisternis met uw licht,
ik kom grootmoedig tot u,
ootmoedig eer ik u,
ik stort mijn bedingen voor u uit,
en ik stuur u mijn gebeden.
O, gij lichtende, stralende en prachtige Maan,
uw naam is hoog en verheven,
uw licht verheldert alle horizonten,
deemoedig kom ik tot u met mijn begeerte.
O, gij Maan, die vervuld is met licht,
die groot is in schoonheid,
die hoog en verheven aan de hemel staat,
tot u richt ik mijn verlangen,
en naar u stuur ik mijn gebeden.
O, gij lichtende Maan,
die in uw rijk geëerd wordt,
wier woonplaats verheven
en wier rang hoog is,*

*gij die deze wereld regeert,
met uw macht en uw geest,
ik bid u bij uw geestelijke krachten om een gunst.*

*O, gij Maan, schoon en zuiver in aangezicht,
door wier licht het duister zich verheldert,
door wie de zielen zich verheugen,
door wier schoonheid de harten zich verblijden.
O, gij Maan,
schenkster van overvloed en hoge zaken,
wier gaven uiterst werkingsvol zijn,
op u rust mijn vertrouwen.*

Hierna leg je aan de Maangodin uit wat je wens, verzoek of vraag is. Je neemt een moment om te visualiseren en te ervaren dat ze je beden heeft gehoord en zal verhoren.

Vervolgens loop je deosiel de cirkel rond en spreek je onderstaande tekst uit.

*Eko, Eko, Azarak;
Eko, Eko, Zamilak;
Eko, Eko, Karnayna;
Eko, Eko, Aradia*

Je loopt steeds harder en harder en spreekt de tekst ook steeds sneller uit, net zolang tot je niet meer harder en sneller kunt. Op dat moment stop je abrupt en zegt rustig:

*Zo moet het zijn!
Zo zal het zijn!
Zo zij het!*

Hierna ga je rustig zitten en zingt de volgende chant:

*Holy Maiden Huntress, Artemis, Artemis
Maiden, come to me*

Silver Shining Wheel of Radiance, Radiance
Mother, come to me
Ancient Crone of Wisdom, Hecate, Cerridwen,
Old One, come to me

Als je na een tijdje voelt dat het genoeg is, doe je het koekjes-en-wijnritueel en breekt daarna de cirkel weer af.

De tekst *Eko, Eko, Azarak* etcetera heet de 'Witches' Rune' of het 'Heksenvers'. Het wordt in de Hekserij veel gebruikt om de energie die bij rituelen en magie is opgeroepen, te versterken en naar het gewenste doel te sturen. Dat gebeurt dan net zoals in dit ritueel door steeds sneller deoziel rond te lopen en steeds sneller de tekst te herhalen.



SPELLS (SPREUKEN)

Het uitspreken van toverspreuken ofwel *spells* is een techniek die bij vrijwel alle magische rituelen toegepast wordt. Of je nu kaarsenmagie doet of een talisman maakt, bijna altijd wordt er een spell bij gebruikt. In een spell wordt namelijk het doel van de magie exact verwoord en hierdoor wordt de opgewekte energie naar het beoogde doel gestuurd.

Van oudsher worden spells meestal gezongen. Van de druïden is bekend dat ze magische liederen zongen om een bepaald doel te bereiken en bij de Romeinen stond de doodstraf op het zingen van ‘slechte liederen’ om iemand te schaden. Uit de Vikingtijd is bekend dat er magische liederen gezongen werden om zieneressen in trance te brengen en de bisschop van Worms beschrijft in de elfde eeuw dat mensen in tijd van droogte magische liederen zongen bij een ritueel om regen op te wekken. Het Engelse woord *enchanted*, wat ‘betoverd’ betekent, komt van het werkwoord *to chant*, wat ‘zingen’ betekent.

Verder zijn spells vaak op rijm. Daarbij kan het om alliteratie of stafrijm gaan, waarbij de eerste letters van de woorden hetzelfde zijn, of om eindrijm, waarbij woorden op dezelfde klank eindigen. De beroemde Tweede Merseburger Toverspreuk, verderop in dit hoofdstuk, is een voorbeeld van een spell met alliteratie. Eindrijm wordt gebruikt in de volgende middeleeuwse spreuk waarbij Jezus wordt aangeroepen om brandwonden te genezen:

*Ons Here kwam aldaer gegaen,
en hij vond een kind in brande staan,
en hij nam het in zijn gebenedijde hand
en hij bluste den maledijden brand.
't En blaasde noch 't en verzwoor niet medal,
ik hope dat 't in Gods name ook niet doen en zal.*

In dit hoofdstuk zal ik eerst het gebruik van affirmaties toelichten en vervolgens het gebruik van verschillende soorten spells bespreken. Ten slotte beschrijf ik nog een voorbeeldritueel van spellmagie.

AFFIRMATIES

De eenvoudigste vorm van spells zijn de zogenaamde affirmaties, die behalve in de Hekserij ook in allerlei New Age-therapieën en de psychologie gebruikt worden.

Affirmaties zijn korte zinnen waarin je een positieve uitspraak over jezelf doet, zoals 'Ik ben een zelfbewust persoon', 'Ik ben aantrekkelijk' of 'Ik heb genoeg geld om plezierig te leven'. Deze affirmaties herhaal je regelmatig hardop tegen jezelf, waardoor ze zich in je onderbewuste nestelen en daar op den duur negatieve overtuigingen vervangen.

Zo kun je bijvoorbeeld de techniek van het affirmeren gebruiken om je rijbewijs te halen.

In de week voor het rijexamen herhaal je een keer of tien per dag de affirmatie 'Ik slaag voor mijn rijexamen'. Waarschijnlijk doe je dat niet meteen met volle overtuiging. Als je de twijfel voelt opkomen over deze affirmatie, zeg je tegen jezelf dat je best mag twijfelen, dat daar misschien best reden voor is, maar dat je desondanks gaat slagen voor je rijexamen. En je herhaalt de affirmatie nog een keer. Het gevolg van dit affirmeren is dat je jezelf er langzaam van overtuigt dat je je rijexamen gaat halen.

Affirmaties zijn de eenvoudigste vorm van spells maar desondanks (of juist daardoor) heel krachtig en effectief.

SPELLS

Binnen de Hekserij worden meestal spells gebruikt die langer zijn dan affirmaties. Traditioneel bestaat een spell uit drie delen: eerst wordt een vergelijkbaar geval uit de mythologie beschreven, het zogenaamde precedentgeval, vervolgens wordt het doel van de spell uitgesproken en ten slotte wordt aangegeven dat het doel bereikt is. Deze opbouw van spells vinden we al terug in het oude Egypte. Hij is via de Grieken en de Romeinen ook in onze streken gangbaar geworden.

Een bekend voorbeeld van een dergelijke traditionele spell-opbouw is de Tweede Merseburger Toverspreuk, die in 1841 in een theologisch

manuscript werd gevonden en uit de negende of tiende eeuw stamt. Hij dient om het gebroken been van een paard te genezen. De tekst van deze spreuk luidt als volgt:

*Phol en Wodan
reden naar het bos.
Toen raakte de voet van het veulen van Balder gewond.
Toen zong Sinhtgunt tot hem,
Sunna haar zuster;
Toen zong Frija tot hem,
Volla haar zuster;
Toen zong Wodan tot hem,
zoals hij goed kon.*

*Als botkwetsuur,
als bloedkwetsuur,
als ledemaatkwetsuur:
bot tot bot,
bloed tot bloed,
lid tot ledematen:
als gelijmd laten ze zijn.*

De eerste twee strofen van deze spell vertellen dat het paard van Balder zijn voet brak en hoe Sinhtgunt, Sunna, Freya, Volla en Wodan toen een magisch genezingslied voor het paard zongen. Dit is het precedentgeval. Hierna wordt in de derde strofe het doel van de spell beschreven, namelijk dat alles weer aan elkaar groeit. De laatste zin is de bevestiging dat de magie heeft gewerkt.

Een dergelijke opbouw van een spell vereist een gedegen kennis van de mythologie om voor elke gelegenheid een passend precedentgeval te vinden. Daarom kun je vaak beter gebruikmaken van de kringlopen en gebeurtenissen in de natuur bij het opstellen van spells.

Een voorbeeld hiervan is de onderstaande spell om te stoppen met roken:
*Zoals de bladeren vallen door de herfstwind,
verteren en een voedingsbodem vormen
voor de bomen van het bos,*

*Zo moet mijn rookverslaving verdwijnen
uit mijn lichaam en mijn geest
opdat mijn gezondheid zich verbeteren zal.
Zo moet het zijn!
Zo zal het zijn!
Zo zij het!*

Hierbij is de eerste strofe het precedentgeval, geeft de tweede aan wat er gebeuren moet en vormt de derde strofe de bevestiging van de magische werking van de spell.

Dergelijke traditionele spells zijn nogal statisch en daarom voegen veel heksen nog een korte spell tussen het tweede en derde deel toe. Dit zijn meestal rijmende spells die nog eens kort en bondig samenvatten waar het om gaat. Een voorbeeld is de spell hieronder:

*Jack, Jack, geen tabak,
niet meer roken, niet meer blowen,
Jack, Jack, geen tabak.*

Na het rustig uitspreken van de eerste twee delen van de spell kun je de korte spell ritmisch en steeds sneller en harder herhalen tot je niet meer sneller en harder meer kunt. Dan stop je abrupt en spreekt rustig het laatste deel uit. Dit steeds sneller en harder herhalen is om kracht op te wekken en aan de spell te binden. Je kunt dit versterken door deosiel rond te lopen (of te rennen of dansen) en in je handen te klappen.

Als een spell gebruikt wordt samen met andere magische technieken – zoals kaarsen, talismans of koorden – volstaat het meestal om alleen een dergelijke korte spell te gebruiken in plaats van een lange traditionele spell.

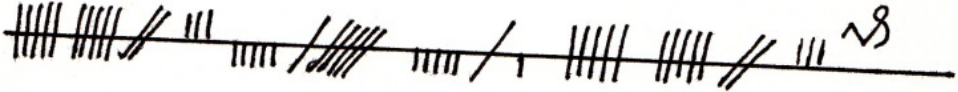
HET OPSCHRIJVEN VAN SPELLS

Om een spell langer werkzaam te houden kun je hem na het uitspreken ook opschrijven. Je schrijft dan alleen de korte spell op die je hebt herhaald bij het kracht opwekken.

Je kunt de spell helemaal uitschrijven, maar het is beter om alleen de eerste letter van elk woord te gebruiken. Dit kan in normale letters of in

een magisch alfabet zoals het Ogham. Achter de spell zet je dan het symbool van het sterrenbeeld van de persoon waar de spell voor is.
 Hieronder de korte spell uit het voorbeeld met normale letters en in Ogham:

J J G T . N M R . N M B . J J G T . ~8



Een andere manier om een spell op te schrijven is door eerst alle beginletters van de woorden achter elkaar op een regel te schrijven. Op de volgende regel doe je dit weer, maar je laat de laatste letter weg. Bij de volgende regel laat je weer de laatste letter weg en zo ga je door tot er nog maar één letter staat. Beide manieren om spells op te schrijven worden sinds de Middeleeuwen gebruikt.

J J G T N M R N M B J J G T
 J J G T N M R N M B J J G
 J J G T N M R N M B J J
 J J G T N M R N M B J
 J J G T N M R N M B
 J J G T N M R N M
 J J G T N M R N
 J J G T N M R
 J J G T N M ~8
 J J G T N
 J J G T
 J J G
 J J
 J

De opgeschreven spell, in welke vorm dan ook, kun je daarna bij je dragen en regelmatig herhalen tot het doel bereikt is. Daarna kun je het papiertje met de spell bij volle maan begraven of verbranden.

CHANTS

Spells worden uitgesproken als gewone zinnen. Een traditionele lange spell op een plechtige manier; korte spells om kracht op te wekken spreek je steeds sneller en steeds harder uit. In rituelen kun je er voor kiezen om een spell te zingen. Als je een korte spell combineert met het maken van een talisman of het vlechten van een magisch koord, kun je hem op een rustige en meditatieve manier zingen tijdens het maken van de talisman of het vlechten van het koord. Tijdens het opladen van de talisman of het koord kun je hem weer steeds sneller en harder gewoon uitspreken.

Behalve spells worden er in de hekserij ook zogenaamde *chants* gebruikt. Dit zijn korte liedjes met een religieuze inhoud die tijdens rituelen gezongen worden. Hierbij worden ze steeds herhaald. In het esbatritueel uit het vorige hoofdstuk is al een chant verwerkt. Chants zijn net als korte spells bedoeld om energie op te wekken tijdens het ritueel. De meeste chants komen uit de Dianic Traditie van de Hekserij en zijn daarom in het Engels. Chants kunnen begeleid worden door een drum die de maat en het tempo aangeeft.

Hieronder staat een aantal veelgebruikte chants. Ik ken geen notenschrift en kan dus ook niet de exacte toonhoogte en melodie aangeven, maar dat is ook niet zo belangrijk. De meeste chants worden door verschillende mensen op verschillende manieren gezongen. Het beste is om ze gewoon te gaan zingen en zo in de praktijk uit te zoeken wat voor jou de beste zangwijze is.

Chants tijdens of net na het trekken van de cirkel:

*Lady spin your circle bright,
Weave your web of dark and light,
Earth, Air, Fire and Water,
Bind us as one*

*We are a circle,
Within a circle,
With no beginning,
And never ending*

*We are the flow,
We are the ebb,
We are the weavers,
We are the web*

Element-chants:

*Air I am,
Fire I am,
Water, Earth,
and Spirit I am*

*Fire in my heart,
Fire in my blood,
Fire in the heart of the Universe*

*Earth my body,
Water my blood,
Air my breath,
and Fire my spirit*

Chants voor godinnen en goden:

*Isis, Astarte, Diana, Hecate,
Demeter, Kali,
Inanna*

*Earth Mother carry me,
Your child I'll always be,
Earth Mother carry me,
Back to the sea*

*Io Pan, Io Pan,
Io Pan, Pan, Pan*

Chants voor tranformaties:

*She changes everything she touches,
Everything she touches changes,*

*Changes, touches, changes, touches,
Everything we touch changes*

*Hecate, Cerridwen,
Dark Mother, take us in,
Let us be reborn*

*We all come from the Goddess,
And to her we shall return,
Like a drop of rain,
Flowing to the ocean,*

*Hoof and horn, hoof and horn,
All that dies shall be reborn,
Corn and grain, corn and grain,
All that falls shall rise again*

Chant tijdens of na het afbreken van de cirkel:

*May the circle be open
but unbroken,
May the Lord and the Lady be
forever in our heart,
Merry meet and merry part
and merry meet again*

Chants zijn in de eerste plaats bedoeld om energie op te wekken, maar hiernaast zorgen ze voor een vrolijke stemming en een goede sfeer. Ook dat zijn belangrijke onderdelen van heksenrituelen.

RITUEEL MET CHANTS EN SPELLMAGIE

In deze laatste paragraaf van dit hoofdstuk over spells een ritueel met veel chants en magisch werk door middel van een spell. Stel, je gaat een bedrijf beginnen als hovenier en wilt magisch werk doen om dit bedrijf te helpen goed van de grond te komen.

Je versiert het altaar met dingen die met tuinen en groei te maken hebben, zoals bloemen, zaden en stenen. Je brandt er een wierook van rood sandelhout, roos, lavendel en kaneel bij.

Je gaat voor het altaar staan en roept de goden en godinnen op waarmee je wilt werken. Hiervoor spreek je een tekst uit als:

*Gaia, Grote Aardmoeder, Cernunnos, Heer van het Woud,
Ik roep u op om mij te zegenen en te helpen bij mijn magie.*

Hierna neem je de wierook en loopt er deosiel mee rond terwijl je driemaal de volgende chant zingt:

*We are a circle,
Within a circle,
With no beginning,
And never ending*

Hierna mediteer je een tijdje. Als je voelt dat het genoeg is, leg je aan de goden uit wat je plan is. Vertel wat voor hoveniersbedrijf je wilt beginnen en wat je ermee wilt bereiken.

Dan zing je driemaal de chant:

*Bird Woman taking flight,
Bird Woman taking flight,
Taking, taking, taking flight,
Taking, taking, taking flight
Blossom Woman opening wide,
Blossom Woman opening wide,
Opening, opening, opening wide,
Opening, opening, opening wide*

Vervolgens begint de spellmagie met het uitspreken van de volgende spell:

*Zoals het graan in de voor valt en ontkiemt,
zoals het gewas groeit en rijpt,
voedsel geeft
en zaad voor een volgende cyclus*

*Zo moet mijn bedrijf, Gaia's Gardening,
succesvol starten en mijn broodwinning worden.*

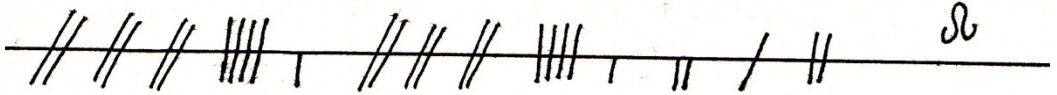
Dit zijn de eerste twee delen van de spell: het precedentgeval en de intentie, het doel van de spell. Nu volgt de korte spell om kracht op te wekken die de magie moet laten werken.

Hierbij herhaal je de korte spell hieronder langzaam en zangerig terwijl je de beginletters op een papiertje schrijft:

Gaia's Gardening, groei en bloei

Gaia's Gardening, groei en bloei

Laat mij oogsten!



Terwijl je rustig en zangerig de spell blijft herhalen, vouw je het papiertje op en neemt het in je handen. Dan begin je de spell steeds sneller en steeds harder te herhalen en je loopt of danst hierbij steeds sneller deoosiel de cirkel rond. Als je niet meer sneller en harder kunt, leg je het papiertje met de spell op je altaar en zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Je gaat rustig staan of zitten en begint zachtjes de volgende chant te zingen:

The Earth is my Mother, I must take care of her,

The Earth is my Mother, I must take care of her,

Hey yunga, ho yunga, hey yung yung,

Hey yunga, ho yunga, hey yung yung

The Earth is my Mother, she will take care of me,

The Earth is my Mother, she will take care of me,

Hey yunga, ho yunga, hey yung yung,

Hey yunga, ho yunga, hey yung yung

Deze chant zing je minstens drie keer en daarna doe je de koekjes-en-wijnceremonie. Je bedankt Gaia en Cernunnos en daarna breek je de cirkel weer af.

Dit doe je door widdershins de cirkel rond te lopen terwijl je driemaal de volgende chant zingt:

*May the circle be open
but unbroken,
May the Lord and the Lady be
forever in our heart,
Merry meet and merry part
and merry meet again*

Nu is het ritueel afgelopen. Je neemt het papiertje met de korte spell van het altaar en stopt het in je broekzak. Je draagt het minimaal één lunatie bij je en herhaalt in deze periode de spell minstens één keer per dag. Daarna begraaft je het papiertje met de spell bij volle maan in je tuin of ergens in de natuur.



NATUURMAGIE

Heksen bedrijven hun magie meestal met eenvoudige middelen uit hun directe omgeving: uit huis, tuin en keuken en uit de natuur. Binnen het Paganisme en de Hekserij wordt de natuur gezien als de belichaming van het goddelijke en alles in de natuur heeft bepaalde kwaliteiten die voor magie gebruikt kunnen worden.

Een voorbeeld is magisch werk om te voorkomen dat iemand uit zijn huis gezet zal worden. Hierbij schrijf je een spell op een papiertje, stopt het in een slakkenhuisje en begraaft het. In een ritueel waarbij je natuurwezens oproept, kun je door muizen uitgeholde eikels gebruiken als bekertjes en de hoedjes als schaaltes om wijn en koekjes te offeren. Als ik in de natuur een ritueel doe, gebruik ik vaak takjes, bladeren, bessen, noten, denneappels, stenen, veertjes en botjes als symbolen voor de elementen en om het altaar te versieren.

Het meest worden in de Hekserij echter kruiden en andere planten, bomen en stenen gebruikt en hierover zal het in dit hoofdstuk dan ook voornamelijk gaan.

KRUIDEN EN ANDERE PLANTEN

Kruiden en andere planten worden vooral geassocieerd met healing en veel heksen zullen kruiden hiervoor ook gebruiken. Om dit op een verantwoorde manier te kunnen doen is echter veel kennis en kunde nodig. Een verkeerde diagnose en/of een verkeerd kruid als geneesmiddel kan immers dramatische gevolgen hebben. Het is noodzakelijk om een gedegen cursus of opleiding te volgen voor je je hiermee bezighoudt. Hier beperk ik me daarom tot het magisch gebruik van kruiden en planten en laat ik het geneeskrachtige aspect buiten beschouwing. Kruiden en planten worden op veel verschillende manieren gebruikt bij magisch werk. Van oudsher gaat het dan vooral om magische bescherming en het opwekken van liefde. Omdat het ondoenlijk is van alle planten de werking te beschrijven, geef ik hier als voorbeeld de toepassing van een aantal veelvoorkomende kruiden en planten.

Varens

Varens worden beschouwd als een 'dwaalkruid', ze laten mensen verdwalen. Als iemand op een varenblad stapt, is de kans groot dat hij de weg kwijtraakt. Mocht je iemand dus letterlijk of figuurlijk willen laten verdwalen, dan kun je varenbladeren op zijn of haar pad leggen. Hierbij zeg je de volgende spell:

*Wandelaar of ruiter,
vrouwen- of mannenvoet,
stapt hij op dwaalkruiden,
hij ogenblikkelijk verdwalen moet!*

Het zaad (de sporen) van de varen kun je bij je dragen voor geluk of bescherming. Je kunt om dezelfde reden ook een zaaddragend varenblad in je huis hangen of bij magisch werk op je altaar leggen.

Erwten

Erwten zijn het favoriete voedsel van natuurwezens en kunnen gebruikt worden om hen te lokken. Als je in een ritueel met deze wezens werkt, zijn erwten heel geschikt als offer.

Vlas

Vlas is gewijd aan de godin Freya, het beschermt kinderen tegen onheil en versterkt de liefde. Een van negen linnen draden gevlochten koord biedt bescherming aan kinderen en als je met een dergelijk koord drie vlasbloemen samenbindt, zul je bemind worden. Om van je toekomstige geliefde te dromen moet je voor het slapengaan wat lijnzaad over je hoofd strooien.

Zilverdistel

De zilverdistel kun je bij je dragen om je fysieke kracht te vergroten.

Waterlelie

Een waterlelie moet je, net als andere planten, eerst vriendelijk toespreken en toestemming vragen om te plukken, daarna kun je de plant gebruiken om een hete liefde te laten bekoelen. Je kunt hem hiertoe aan het liefdespaar cadeau doen en de relatie zal daarna snel bekoelen.

Lavas

De wortel van lavas kun je bij je dragen om lustgevoelens op te wekken bij het andere geslacht. De rook van de verbrande bladeren verdrijft boze geesten.

Paardebloem

De uitgebloeide paardebloem kun je gebruiken om wensen te vervullen: je doet je wens en blaast dan in één keer alle zaadparaplutjes weg. Dit kun je invoegen in een magisch ritueel, meteen nadat je de woorden 'Zo moet het zijn! Zo zal het zijn! Zo zij het!' hebt uitgesproken.

Madeliefje

Het madeliefje kun je gebruiken als ja/nee-orakel. Je stelt je vraag, bijvoorbeeld 'Houdt ze van me?', en plukt een voor een alle bloemblaadjes. Bij het eerste blaadje zeg je 'ja', bij het tweede 'nee' en zo ga je verder tot het laatste blad. Dat blad geeft het antwoord.

Maretak

Het bij je dragen of in huis hangen van maretak beschermt tegen behekking, onheil en nachtmerries. Verder kun je er een wichelroede van maken om water, geld of verloren voorwerpen te vinden.

Brandnetel

De brandnetel bevrijdt mensen van netelige kwesties. Als je een probleem hebt waar je veel last van hebt of zorgen die je bezighouden, kun je zout over een brandnetel strooien. Hierbij zeg je de volgende spell:

*Goedendag, jij oude,
ik breng je het hete en het koude,
bij mij moet het weggaan,
bij jou mag het blijven staan.*

Dit ritueel zal je probleem niet oplossen, maar er wel voor zorgen dat je het kunt loslaten en er minder mee zit.

Deze lijst van planten met hun magische werking kan nog heel lang doorgaan. De werking is gebaseerd op Germaanse en middeleeuwse volksgebruiken maar kan nog steeds toegepast worden binnen de moderne Hekserij. Meer informatie hierover kun je vinden in kruidenboeken.

WIEROOK

Een andere manier om kruiden en andere planten bij je magisch werk en rituelen te gebruiken is door ze te verwerken tot wierook. Wierook wordt gebrand als offer aan de goden én omdat de rook een bepaalde werking heeft die je in rituelen kunt gebruiken.

Een bekend voorbeeld hiervan is het 'smudgen' met de rook van salie, iets dat binnen het Sjamanisme veel gedaan wordt. De rook van salie heeft een zuiverende werking en aan het begin van een ritueel worden de ruimte en de deelnemers ermee gezuiverd van alle ongewenste energieën.

Ook binnen de Hekserij wordt bij rituelen meestal wierook gebrand. Het gaat dan om een mengsel van houtsoorten, kruiden en harsen dat op een houtskooltje ligt te smeulen. Deze wierookmengsels zijn gemakkelijk zelf te maken en voor verschillende gelegenheden zijn verschillende mengsels geschikt. De ingrediënten kun je kopen bij de betere kruidenwinkels.

Hieronder staan enkele recepten die goed bruikbaar zijn. De cijfers in de recepten geven de verhoudingen aan.

Cirkelwierook:

4 olibanum, 4 mirre, 4 benzoë, 4 wit sandelhout, 4 kaneel, 2 salie, 1 laurier

Altaarwierook:

3 olibanum, 3 mirre, 2 wit sandelhout, 2 kaneel, 1 maretakblaadje

Jaarfeestwierook:

2 rood sandelhout, 1 rozemarijn, 1 basilicum, 1 tijm, 1 majoraan, 1 olibanum

Esbatwierook:

2 storax, 2 wit sandelhout, 1 kaneel

Meditatiewierook:

4 rood sandelhout, 4 kruidnagel, 2 olibanum, 1 dennenaalden

Godinnenwierook:

2 wit sandelhout, 1 rozenblaadjes, 1 ceder, 1 rozemarijn, 1 kaneel, 1 zoete olie

Godenwierook:

2 rood sandelhout, 1 salie, 1 laurier, 1 dennenaalden, 1 benzoë, 1 muskusolie

Vuur van Azraël:

1 jeneverbes, 1 rood sandelhout, 1 ceder. Deze wierook doe je in de spiritus van de Spirit Flame.

Als je niet tegen rook kunt, kun je ook gebruikmaken van etherische oliën. Hiervoor heb je een oliebrander nodig, een aardewerken bakje waarin je wat water doet met daaronder een waxinelichtje. In het water druppel je dan een of meerdere oliën en door de warmte van het waxinelichtje zal het water dan langzaam verdampen en de geur van de oliën verspreiden. Door meerdere oliën te gebruiken kun je de bovenstaande recepten waarschijnlijk heel dicht benaderen.

BOMEN

Bomen worden van oudsher veel gebruikt bij healing en natuurmagie. Een bekend voorbeeld zijn de zogenaamde koortsbomen die op verschillende plekken in Nederland staan. Mensen die ziek zijn, hangen (een stukje stof van) kleding die ze gedragen hebben aan de takken van zo'n boom en vragen hem om hun ziekte over te nemen.

Deze techniek kun je ook voor andere magische doeleinden toepassen. Als je een bepaald doel wilt bereiken, maak je daarvoor een spell en deze schrijf je in Ogham op een stoffen lint. Dat lint hang je daarna, terwijl je de spell herhaalt, aan de takken van een bepaalde boom. Hierbij is het belangrijk dat je een lap stof van natuurlijke materialen neemt die goed biologisch afbreekbaar zijn.

Toen mijn vriendin ziek was, heb ik tijdens een wandeling over een heidegebied plukken wol van schapen verzameld die aan prikkeldraad en aan boomtakken hingen. Ik ben onder een eikeboom gaan zitten en heb alle plukken wol tot een grove draad gedraaid tussen mijn handen. Hierbij zong ik de chant 'Isis, Astarte, Diana, Hecate, Demeter, Kali, Inanna'. Daarna heb ik De Godin gevraagd of mijn vriendin beter mocht worden en de wollen draad aan een berkeboom gehangen. De berk is

een boom die verbonden is met godinnen en die bovendien een sterke overlever is.

Een variant op deze manier van magie met bomen is om je wens, doel of spell op een boomblad te schrijven en dat blad met een lint aan een tak te knopen.

Als je bekend bent met de Runen, kun je kijken welke runentekens je kunnen helpen om je doel te bereiken en deze in een tak van een boom kerven. Dit kun je doen in een levende tak of een tak die je net hebt afgezaagd, maar dan is het wel belangrijk om vooraf toestemming aan de boom te vragen. Leg de boom hardop uit wat je wilt doen en waarom je dat wilt en ga dan een tijdje mediteren met je rug tegen de stam. Je zult het dan vanzelf merken als de boom het er niet mee eens is en dat moet je dan ook respecteren. In dat geval kun je ook een dode tak nemen die al op de grond ligt. De tak met de runentekens kun je vervolgens in de grond steken, aan de boom hangen of verbranden.

Een andere methode is om twee levende takken te nemen die vlak bij elkaar aan de boom zitten en deze in elkaar te draaien terwijl je een spell zingt. Je blijft de spell een tijdje zingen en je visualiseert hierbij het beeld dat je doel bereikt is. Je visualiseert bijvoorbeeld dat jij en je gewenste geliefde elkaar kussen, of een beeld van jezelf tijdens de uitreiking van een diploma dat je wilt behalen. Visualiseer dat beeld in de samengedraaide takken, zeg: 'Zo moet het zijn! Zo zal het zijn! Zo zij het!' en laat dan de takken los. De energie die je hebt opgewekt door de spell en het visualiseren komt vrij als de samengedraaide takken zich weer ontvlechten.

Bij al deze magische technieken is het belangrijk om de juiste boom te kiezen. Elke boom heeft immers zijn eigen magische eigenschappen die hem geschikt maken voor bepaalde doelen. Hieronder beschrijf ik een aantal veelvoorkomende bomen die je kunt gebruiken bij natuurmagic.

Berk

De berk is een sterke boom die goed groeit op arme grond en goed tegen droogte en koude kan. Op magisch gebied staat de berk voor vruchtbaarheid,

zuivering en een nieuw begin. Hij is gewijd aan de moedergodin Perchta en beschermt vrouwen en kinderen.

Lijsterbes

De lijsterbes groeit op bijna alle grondsoorten en kan goed tegen koude. De lijsterbes is gewijd aan Thor en beschermt tegen onweer en tegen hekserij. Hiervoor bind je twee lijsterbestakken samen met een rode draad en zegt hierbij de volgende spell:

*Lijsterbes en rode draad,
bescherm mij tegen ongeluk en kwaad,
bescherm mij van vroeg tot laat.*

Dit kruis hang je daarna in huis op, bij voorkeur boven de deur. Verder kan de lijsterbes goed gebruikt worden om runenstaafjes van te maken.

Es

De es is een hoge boom die maar kort in blad staat en van natte grond houdt. Volgens de Noordse mythologie is de wereldboom Yggdrasil een es (of een taxus). Yggdrasil verbindt de verschillende werelden met elkaar. De es helpt dan ook bij het maken van trancereizen en bij magie. De steel van een heksenbezem is vaak van essenhout gemaakt, evenals speren en pijlen. De es helpt magie om zijn doel te bereiken en wordt daarom vaak gebruikt om een magische staf van te maken.

Els

De els is een boom die het liefst met zijn wortels in het water staat. De kleverige bladeren werden vroeger gebruikt om vlooien en luizen te vangen. Elzenbladeren die in de herfst op de grond vallen verrijken de bodem met stikstof en zorgen voor vruchtbare humus.

Opvallend is dat de els drie generaties katjes aan zijn takken heeft hangen. Het eerste jaar vormen de katjes zich op de takken en in het tweede jaar bloeien ze, worden ze bestoven en geven ze zaad. Daarna blijven de lege katjes vaak nog een jaar hangen. Hierdoor verbinden veel wicca's de els aan de Drievoudige Godin.

In volksverhalen wordt de els verbonden met geesten, dwaallichten en

duivels. Het hout kan verwerkt worden tot staf of talisman om geesten en natuurwezens op te roepen.

Wilg

De wilg is ook een boom die van natte voeten houdt en die bovendien een enorme groeikracht heeft. Het is een boom die je makkelijk kunt stekken. Het hout is zacht en buigzaam.

In de mythologie is de wilg verbonden met de godinnen Juno en Hera, die heersten over huwelijk en geboorte, maar ook met de godin Hecate, die in verband stond met hekserij. Bij de Germanen was de wilg verbonden met het dodenrijk.

Magisch gezien is de wilg een veelzijdige boom. De katjes in het voorjaar kunnen gebruikt worden bij liefdesmagie en een plaats waar veel wilgen staan is erg geschikt om alle soorten magie te bedrijven. Door een knoop in wilgentakken te leggen kun je iemand schade berokkenen. Dit werkt net zo als eerder in dit hoofdstuk al beschreven is, met dit verschil dat je de takken niet los in elkaar draait maar echt knoopt en in de knoop laat zitten. Vanwege zijn grote levenskracht is de wilg ook heel geschikt voor allerlei vormen van healing.

Meidoorn

De meidoorn is een struikachtige boom met doorns, die in mei gaat bloeien en daarna bessen heeft. Ze worden vooral aangeplant in hagen. Het Nederlandse woord 'heks' is, net als het Engelse *hag* en het Duitse *Hexe*, afgeleid van 'heggerijdstre' en verwijst naar heggen of hagen van meidoorn. Deze boom is dus sterk verbonden met hekserij.

De boom is verbonden aan de godinnen Flora en Freya en verwijst naar liefde. Een plek met veel meidoorns is erg geschikt om liefdesmagie te bedrijven en om jaarfeesten te vieren. Vooral bij Beltane past de meidoorn goed. Een bloeiende meidoorn trekt liefde aan.

Ten slotte is de meidoorn een boom die beschermt tegen allerlei onheil. Om jezelf te beschermen kun je meidoorntakjes rondom je huis plaatsen.

Eik

De eik is een veelvoorkomende boomsoort die langzaam groeit en heel oud kan worden. Hij biedt onderdak aan veel insectensoorten en voedsel voor veel vogels en zoogdieren.

Voor veel heidense volken was de eik een heilige boom. Het van oorsprong Keltische woord druïde betekent 'iemand met de wijsheid van de eik'. Bij de Romeinen was de eik gewijd aan Jupiter en bij de Germanen aan Thor. De eik staat voor de levenskracht in de natuur, daarom werd met Joel een blok eikehout verbrand om de terugkeer van de zon en de levenskracht te vieren.

Hulst

De hulst is een kleine boom met stekelige bladeren en rode bessen, het is de enige inheemse loofboom die 's winters groen blijft. De bessen zijn giftig. De hulst werd door onze voorouders als heilig beschouwd en na de kerstening verbonden met het lijden van Christus.

Traditioneel worden hulsttakken gebruikt om rond Joel het huis mee te versieren. De bladeren werden verbrand om met de rook geesten te verdrijven.

Hazelaar

De hazelaar is een kleine boom die eetbare noten geeft. In de Keltische mythologie wordt de hazelaar verbonden met wijsheid en kennis. Het hout is erg geschikt om runen- of oghamstaven voor divinatie van te maken en ook voor wichelroedes.

Appel

De appelboom groeit het best in gematigde streken. Wilde appels zijn eetbaar maar erg zuur, de gekweekte varianten smaken veel zoeter. Appels bevatten veel vitamine C en kunnen op allerlei manieren verwerkt worden, van appelmoes tot appeltaart en appelcider.

De appelboom is verbonden met verschillende godinnen, zoals Idun, Hecate, Nehalennia, Freya en Pomona. Appels staan voor voorspoed, overvloed, jeugd en onsterfelijkheid. Verder staat de appel voor overwinning, liefde en vruchtbaarheid. Bij rituelen voor liefde en vruchtbaarheid mogen appels niet ontbreken.

Vlier

De vlier is een struikachtige boom met een holle stam en takken. In het voorjaar heeft hij schermvormige bloesem (eetbaar) en in het najaar zwarte bessen (ook eetbaar). De (gekookte) bessen werden behalve als

voedsel ook gebruikt als verfstof en het hout werd gebruikt om fluitjes voor kinderen van te maken.

De vlier is gewijd aan de godin Holda/Hel/Vrouw Holle en wordt geassocieerd met de doden en met hekserij. Heksen en andere 'gemene wezens' zouden graag in vlieren wonen. Vlieren werden aangeplant bij huizen om deze te beschermen tegen boze geesten, die zouden immers in de vlier gaan wonen en het huis niet betreden. Ook houden ze de geesten van de doden op afstand. In Drenthe zijn veenlijken gevonden die op hun plek werden gehouden door een 'hek' van vliertakken. Een plek met veel vlieren is geschikt voor allerlei magisch werk en een vlierfluitje kan gebruikt worden om natuurwezens en geesten op te roepen.

Taxus

De taxus is een langzaam groeiende naaldboom die heel oud kan worden en goed tegen koude kan. Taxussen kunnen grillige vormen aannemen en naast de es wordt de taxus vaak genoemd als de boomsoort waartoe de wereldboom Yggdrasil behoort.

Alles aan de taxus is giftig, met uitzondering van de bessen. Maar daarvan zijn de pitjes weer wél giftig, dus ze eten is niet aan te raden. Toch wordt de taxus ook medicinaal gebruikt als grondstof voor bepaalde typen chemotherapie. Toen mijn vriendin chemotherapie kreeg, heb ik voor haar een talisman gemaakt van taxus met daarin beschermende runen gekerfd.

Omdat de taxus voor de dood kan zorgen maar zelf heel lang leeft, werd hij vaak aangeplant op kerkhoven. De boom is verbonden met de godin Hecate en de god Ullr.

Magisch gezien is de taxus een prima boom om een rituele staf van te maken en om runentekens in te kerven. Een talisman van taxus weert alle magische aanvallen af. Verder heeft het stuifmeel van de taxus (giftig) een hallucinogene werking; trancewerk bij een taxus kan hierdoor versterkt worden.

Linde

Lindes zijn bomen met een gegroefde stam en hartvormige bladeren. Ze werden vaak aangeplant op dorpspleinen en in parken. De zoetgeurende bloesem is drinkbaar als thee. De linde is gewijd aan Freya en een

plek onder een lindeboom is erg toepasselijk voor het doen van handvastingen. Vroeger werden ook dorpsvergaderingen en rechtszaken gedaan onder lindebomen.

Beuk

Beuken zijn stevige, statige, hoge en sterke bomen. Ze houden hun bladeren lang vast en hun nootjes zijn voedsel voor vogels en zoogdieren. Ook voor de mens zijn ze eetbaar. Omdat beukeblad niet goed vergaat, heeft een beukenbos weinig ondergroei.

Beuken zijn goede bomen om rituelen bij te doen of bij te mediteren als je kracht wilt opdoen.

Walnoot

Walnoten zijn bomen met lange katjes die noten geven in het najaar. De noten zijn eetbaar voor mens en dier en de schil van de noten kan gebruikt worden als donkerbruine verfstof.

De walnoot is gewijd aan Jupiter en de boom werkt in op onze dromen. Een zakje met walnootbladeren onder je kussen verdrijft nachtmerries en als je gaat slapen onder een walnootboom kun je voorspellende dromen opwekken.

Klimop

Eigenlijk is de klimop geen boom, maar een klimplant die zowel over de bodem als tegen bomen op groeit. Hij kan vuistdikke stengels krijgen en blijft 's winters groen. Sommige klimopsoorten bloeien in de herfst en hebben bessen in het voorjaar, precies andersom dan de meeste planten. De klimop is gewijd aan de goden Pan en Dionysos, zelf verbind ik hem ook met Cernunnos.

Vanwege zijn afwijkende groei- en bloeigedrag is de klimop verbonden met de Andere Wereld en geschikt om te gebruiken bij trancereizen en sjamanistische rituelen.

Den

De den is een groenblijvende naaldboom met vooral boven aan de stam groene takken. De stam bevat veel geurige hars, die als wierook kan dienen. Ook de naalden kunnen als geurkruid gebruikt worden.

Dennewierook kan gebruikt worden om natuurwezens te lokken en plekken met veel dennen zijn geschikt om rituelen te doen waarbij je deze wezens te hulp wilt vragen.

Jeneverbes

Jeneverbessen zijn tot menshoge naaldstruiken met bessen, die groeien op arme zandgrond. Vaak staan ze in groepjes bij elkaar. De bessen worden gebruikt om smaak te geven aan voedsel en drank.

De naalden en bessen van de jeneverbes kunnen gebrand worden als beschermende en zuiverende wierook en plaatsen waar jeneverbessen staan, worden beschouwd als toegangspoorten tot de Andere Wereld.

STENEN

Een laatste aspect van natuurmagie is het werken met stenen. Binnen de Hekserij worden zowel (half)edelstenen als gewone stenen gebruikt voor magie en healing. Het idee hierachter is dat elke steen bepaalde energetische eigenschappen heeft die inwerken op de mens en doelgericht aangewend kunnen worden.

Stenen met een gat erin en fossielen werden in heel Europa aan een rood lint om de hals gedragen ter bescherming tegen allerlei onheil.

Stenen met een 'oog' droeg men om de hals of op zak om het boze oog af te weren. Edelstenen en halfedelstenen werden niet alleen vanwege hun mooie uiterlijk in sieraden verwerkt, maar ook vanwege hun werking. In Turkije werd bijvoorbeeld turkoois verwerkt in paardentuig omdat het de paarden een vaste tred zou geven en de ruiter beschermde tegen valpartijen.

Veel wicca's dragen een ketting van barnsteen en git omdat deze stenen de Gehoornde God en de Drievoudige Godin symboliseren. De barnsteen staat verder voor de zon en het licht en het zwarte git voor de aarde en het duister. Barnsteen symboliseert het leven en git de dood, de ketting staat dus ook voor de kringloop van leven, dood en wedergeboorte. Barnsteen en git zijn bovendien allebei fossielen: barnsteen is versteende hars en git versteend hout, en beide symboliseren zo de eeuwigheid.

De betekenis van kleuren

Bij gewone stenen wordt de werking vaak afgeleid van de vorm – zoals bij stenen met een oog – of van de kleur. Uiteraard kunnen vorm en kleur elkaar ook goed aanvullen, zoals bijvoorbeeld een rode steen met een hartvorm. Deze werkt helend op hart en bloedvaten maar kan ook de liefde versterken. Hieronder staan veelvoorkomende betekenissen van kleuren.

Rood staat voor energie, hartstocht, liefde, activiteiten, dynamiek, motiverend en stimulerend. Het is een warme, expressieve kleur. Rood is de kleur van het bloed en werkt helend op hart en bloedvaten. Het is tevens de kleur van de eerste chakra.

Oranje is de kleur van de tweede chakra en staat voor creativiteit, seksualiteit en vuur, warmte, geborgenheid. Oranje is ook de kleur van vitaliteit, beweging, vrolijkheid en plezier.

Geel hoort bij vuur, de zon en goud. Het is pure energie, die verwarmt maar ook kan verwoesten. Het is de kleur van de derde chakra. Geel heeft de betekenis van goddelijk of koninklijk, vrolijk, groei, optimisme en nieuw leven.

Groen is de kleur van de natuur. Groen schenkt rust, vrede en levenskracht. Het is de kleur van de hartchakra en Venus en symboliseert ook liefde. Groen staat ook voor jeugdigheid, nieuw leven en lente.

Blauw, de kleur van het verstand, communicatie en zelfexpressie. Het is een kleur die ontspanning, koelte en ruimte geeft. Blauw is een wat afstandelijke kleur en hoort bij de vijfde chakra.

Paars is de kleur van de zesde chakra, het derde oog. Het is een kleur van keizers en priesters die staat voor intuïtie, inzicht, magie, dromen en wijsheid. Het is de kleur die het meest met spiritualiteit verbonden wordt.

Wit staat voor reinheid, zuiverheid en puurheid maar ook voor koude, stilstand en dood. Het is de kleur van de zevende chakra en heeft alle andere kleuren in zich.

Zwart wordt geassocieerd met duisternis, het kwaad, de donkere kanten van jezelf maar ook met inzicht, rust en transformatie. De kleur zwart helpt om door meditatie en divinatie inzichten te krijgen.

Bruin staat voor de aarde en gronding, vruchtbaarheid en bescherming.

Roze wordt vaak geassocieerd met zachtheid, vriendelijkheid, tederheid, sociaalvoelendheid en healing. Het is een van de kleuren die horen bij Venus en Freya.

DE WERKING VAN (HALF)EDELSTENEN

Bij (half)edelstenen wordt de werking deels afgeleid van de kleur en de vorm, maar ook van andere eigenschappen van de steen, zoals de structuur, de glans en de chemische samenstelling. Veel eigenschappen van (half)edelstenen zijn terug te vinden in oude volksgebruiken. Ook zijn er veel boeken en cursussen in de handel over de werking van (half)edelstenen.

Hieronder beschrijf ik kort een aantal veelgebruikte (half)edelstenen.

Bergkristal is een witte of doorzichtige steen die energie concentreert, versterkt en richt. Hij wordt veel gebruikt om healing, divinatie en magie te versterken, hij heft blokkades op en geeft inzicht.

Amethist is een paarse steen die helpt tegen dronkenschap en verslavingen in het algemeen. Hij versterkt de intuïtie, verdiept meditatie, roept dromen op en verdrijft nachtmerries.

Rozenkwarts is een roze steen die healing versterkt en rust geeft. Hij werkt goed bij liefdesmagie en geeft harmonie, evenwicht en vrede. Deze steen helpt bij problemen van kinderen.

Jaspis is een steen die in veel kleuren kan voorkomen en de aanwezige energieën versterkt.

Tijgeroog, kattenoog en valkenoog zijn respectievelijk gele, rode en blauwe stenen met een hoog glinstergehalte. Ze werken tegen depressies en kaatsen negativiteit en hekserij terug naar de afzender.

Jade is een groene of gele steen die kalmerend werkt, tevreden stemt en de deugdzaamheid bevordert.

Malachiet is een groene steen die helpt bij oogklachten en groei problemen en de schoonheid en aantrekkelijkheid van de drager versterkt.

Lapis lazuli is een hemelsblauwe steen die een sterke geest geeft en beschermend werkt.

Barnsteen is versteende hars met een oranje-gele kleur. Hij geeft zonne-energie, vreugde en levenskracht en inzicht in geschiedenis.

Turkoois is een blauwe of groene steen die vriendschap en helderziendheid versterkt. Hij helpt bij divinatie en meditatie en beschermt op reis.

Granaat is een rode steen die de seksualiteit en andere lusten en driften versterkt, hij geeft macht en kracht en werkt genezend op de bloedsomloop.

Aquamarijn is een doorzichtige lichtblauwe steen die zuiverend werkt, liefde geeft en helpt tegen zeeziekte.

Obsidiaan helpt bij geestelijke trauma's en heft blokkades op. Hij versterkt de concentratie en geeft inzicht in emoties.

Maansteen is een melkachtige steen die emoties zoals verliefdheid versterkt. Hij verhoogt de gevoeligheid en maakt mysterieus. Maansteen helpt tegen psychische klachten.

HET OPLADEN VAN STENEN

Stenen die bij magie of healing gebruikt worden, kunnen met een spell in een ritueel opgeladen worden. Stel dat je een ritueel doet om twee ruziënde geliefden, Flora en Faunus, weer nader tot elkaar te brengen, dan kun je twee maanstenen, rozenkwartsen en aquamarijnen nemen en deze in je hand houden terwijl je de volgende spell blijft herhalen:

*Stenen, help liefde te geven en te nemen,
breng Flora en Faunus weer nader tot elkaar
en maak hun liefde waar*

Hierbij loop je rustig deoosiel de cirkel rond en als je voelt dat het genoeg is, zeg je:

Ik zegen deze stenen, opdat ze de geliefden Flora en Faunus weer in liefde bij elkaar brengen.

Je houdt de stenen naar het Noorden en zegt:

Aarde, laat mijn magie wortelen.

Dan naar het Oosten: *Lucht, breng mijn magie op gang.*

Dan naar het Zuiden: *Vuur, geef mijn magie kracht.*

Vervolgens naar het Westen: *Water, laat mijn magie stromen.*

Hierna weer naar het altaar: *Mogen de goden mijn magie versterken zodat hij altijd zal werken.*

Vervolgens leg je de stenen op het pentakel en zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Hierna kun je de stenen tot twee kettingen verwerken of ze in twee zakjes doen en beide geliefden een setje geven om bij zich te dragen. 's Nachts moeten ze de twee sets stenen bij elkaar naast hun bed leggen. Als het weer goed gaat met hun relatie kunnen ze alle stenen bij elkaar ergens neerleggen, bijvoorbeeld op de vensterbank, het nachtkastje, in een holle boom of begraven in hun tuin.

STENENMANDALA

Een andere manier om magie te bedrijven met stenen is het maken van een stenenmandala. Dat is een meditatief ritueel waarmee je langbestaande patronen in je leven kunt veranderen. Je hebt er een groot aantal (ongeveer honderd) stenen voor nodig die verschillen in kleur, vorm, structuur en grootte. Ik doe het zelf met mijn collectie (half) edelstenen en mineralen, maar het kan ook met 'gewone' stenen en misschien zelfs wel met kralen, schelpen, slakkenhuisjes en stukjes glas.

Je maakt eerst een plek waar je je stenen kunt neerleggen, een deel van de vloer, een tafel of een altaarkleed. Eromheen kun je kaarsen zetten, de vertegenwoordigers van de elementen, rituele voorwerpen of wat je maar passend vindt.

Trek om te beginnen de cirkel op de gebruikelijke manier, roep je goden aan en nodig het element Aarde uit voor het ritueel. Mediteer een tijdje en leg daarna alle stenen willekeurig in de plek waar de mandala komt. Het maakt niet uit welke steen je waar legt.

Als je hiermee klaar bent, leg je uit welk patroon je in je leven veranderen wilt en waarom. Vraag de goden en in elk geval ook de stenen om je hierbij te helpen. Dan ga je weer een tijd mediteren.

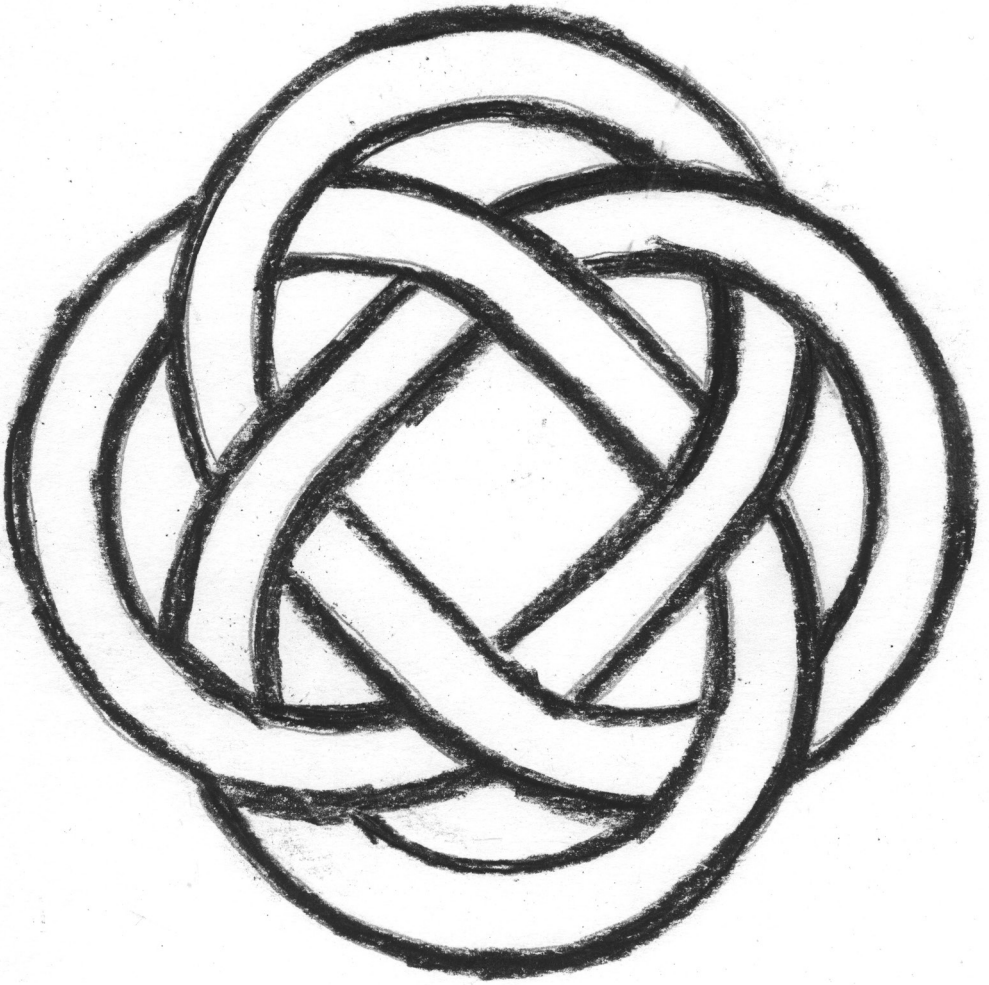
Als je voelt dat je genoeg gemediteerd hebt, ga je de mandala leggen. Neem op gevoel een steen en leg hem op gevoel op een andere plek. Vervolgens leg je op gevoel een andere steen op een andere plek. Hou je meditatieve stemming vast en probeer er niet (te veel) bij na te denken. Deze mandala wordt op gevoel gelegd en je hoeft niet te beredeneren waar een steen moet komen. 'Misschien hier nog wat rood, daar wat minder grote stenen' – het doet er niet toe. Leg de stenen op gevoel op de juiste plek. Dat hoeft niet in één keer goed te zijn. Wanneer je op een gegeven moment voelt dat de mandala klaar is, ga je weer mediteren. Kijk naar de mandala en neem de energie ervan in je op. Laat het visuele beeld en de energie van de stenen je in meditatie vervullen.

Wellicht merk je na een tijd dat een bepaalde steen je aandacht trekt. Als dat zo is, neem je die steen in je hand. Bekijk hem van alle kanten,

voel zijn gewicht, zijn vorm en zijn energie. Probeer zo goed mogelijk contact te maken met die steen en laat hem op je inwerken. Als er geen steen is die speciaal je aandacht trekt, dan is dat ook goed en kun je deze alinea overslaan.

Als je het gevoel hebt dat je lang genoeg op de mandala (en eventueel de bijzondere steen) gemediteerd hebt, stop je ermee. Je bedankt de goden en het element Aarde en je rondt het ritueel af.

Ruim ook de mandala weer op, in het vertrouwen dat hij zijn werk gedaan heeft en het patroon in je leven zal veranderen. Als er een speciale steen was in de meditatie, kun je die op je altaar leggen of een tijdje bij je dragen.



MAGIE MET KOORDEN EN KNOPEN

Koorden en knopen worden in de Hekserij veel gebruikt voor magisch werk. Hoe oud dit gebruik is, valt moeilijk vast te stellen. In een negende-eeuwse tekst wordt gesproken over ‘magische amuletten en bindsels’, maar verder zijn er geen middeleeuwse bronnen bekend waarin over magie met knopen en koorden gesproken wordt. Wel werden sinds de Oudheid activiteiten als spinnen en weven in heel Europa verbonden met magie. Het gebruik van koorden en knopen stamt dus waarschijnlijk al uit deze tijd.

Na de Middeleeuwen zien we deze vorm van magie vaker voorkomen. In Groot-Brittannië werden heksen geacht de wind te kunnen vangen in een knoop en ze verkochten touwtjes met knopen en wind aan zee-lui. Bij windstilte moesten zij de knopen losmaken en dan zou er wind opsteken waarmee ze verder konden zeilen.

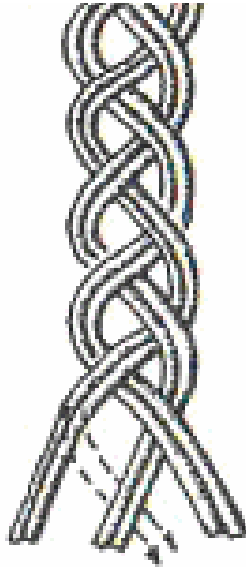
Een ander voorbeeld is de zogenaamde heksenladder, een gevlochten touw waar een aantal veren aan is vastgebonden. De oudst bekende heksenladder is gevonden bij het afbreken van een herenhuis in Wel-lington in 1878. Vermoedelijk is dit koord geknoopt onder het zingen van een spell en had het een beschermende functie.

KOORDENMAGIE

Koordenmagie wordt vaak gebruikt om een spell extra krachtig te maken. Hiertoe vlecht de heks een koord en zingt hierbij een spell die het doel van de magie verwoordt. Meestal wordt een koord gevlochten van drie of vier draden in één kleur of kleuren die passen bij het doel van de magie. Als het koord klaar is, wordt het op het pentakel gelegd, om de hals of het middel gedragen door de persoon waar de magie voor is of aan een boomtak gebonden. Als de magie zijn doel bereikt heeft, wordt het koord verbrand of begraven.

Om een koord met drie strengen te vlechten knoop je eerst de drie koorden aan het uiteinde aan elkaar vast. Hierna leg je de drie koorden recht en evenwijdig aan elkaar neer. Dan sla je het rechterkoord over het middelste koord heen en vervolgens sla je het linkerkoord over het

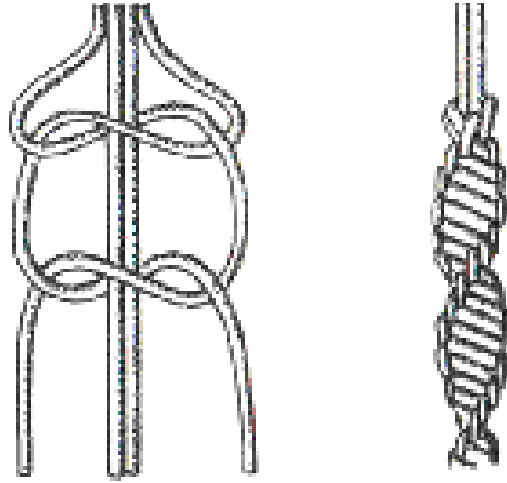
middelste koord heen. Je gaat zo door met beurtelings het rechter- en het linkerkoord over het middelste koord heen te slaan en zo ontstaat er een vlechtwerk van drie koorden. Als je koord lang genoeg is, knoop je de einden weer aan elkaar vast.



Vlechten met drie koorden

Een manier om een koord te vlechten met vier strengen is de zogenaamde spiraalplating. Ook hierbij knoop je eerst de vier koorden aan het uiteinde bij elkaar en legt daarna de koorden recht en evenwijdig aan elkaar voor je neer. Vervolgens leg je het rechterkoord naar links over de middenkoorden. Het linkerkoord gaat over het rechter-, achter de middenkoorden langs en dan door de lus die de rechterstreng gemaakt heeft. Trek de knoop aan. De volgende gaat op precies dezelfde manier.

Na een paar knopen wordt de plating al zichtbaar. Als je koord lang genoeg is, knoop je de einden weer aan elkaar vast. Hou er in beide gevallen rekening mee dat de drie of vier koorden die je nodig hebt veel langer moeten zijn dan het koord dat je uiteindelijk na vlechting wilt gaan gebruiken. Neem voor een meter gevlochten koord drie of vier koorden van zeker twee meter lang.



Spiraalplatting

De koorden die je op deze manier gevlochten hebt, bevatten de energie van de spell die je tijdens het vlechten hebt gezongen. Je kunt ze daarna bij je dragen of aan een boomtak hangen.

Je kunt ze ook gebruiken om een heksenladder te maken. Hierbij vlecht je een koord van drie rode koorden en zingt daarbij een toepasselijke spell of chant.

Bijvoorbeeld:

Holy Maiden Huntress, Artemis, Artemis

Maiden, come to me

Silver Shining Wheel of Radiance, Radiance

Mother, come to me

Ancient Crone of Wisdom, Hecate, Cerridwen,

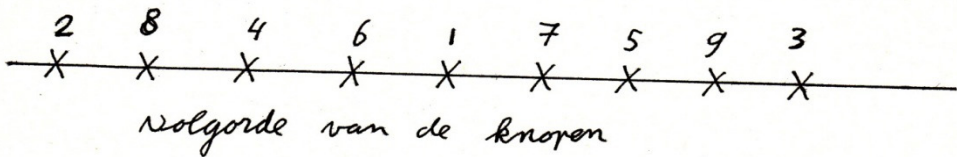
Old One, come to me

Vervolgens knoop je zeven veren van verschillende vogels aan het koord en bij elke veer spreek je een wens uit zoals: *Godin, bescherm mijn huis tegen ongewenst bezoek of Godin, maak van dit huis mijn thuis.*

Hierna hang je de heksenladder ergens in je huis op.

KNOPENMAGIE

Als je eenmaal een magisch koord hebt gevlochten, kun je het ook verder gebruiken voor knopenmagie. Hierbij veranker je het doel van je magie nog dieper in het koord door er knopen in te leggen. Meestal gebruik je hierbij negen knopen: eerst eentje in het midden, dan aan de beide uiteinden en vervolgens verder via de volgorde die hieronder staat aangegeven.



Deze vorm van magie is vooral geschikt om processen die al begonnen zijn meer kracht mee te geven, te versnellen en in de gewenste richting te sturen. Dus als je bijvoorbeeld bezig bent met het zoeken naar een baan is deze vorm van magie erg geschikt om het proces te bespoedigen en tot een goed resultaat te laten leiden.

Je gebruikt hierbij de onderstaande knopenspell, geschreven door Joke en Ko Lankester op basis van een spell van de heks Doreen Valiente. Bij het leggen van elke knoop zeg je een deel van de tekst en je visualiseert wat deze tekst concreet betekent in dit specifieke magisch ritueel. Hieronder een voorbeeld voor het zoeken naar werk:

*Met de knoop van één
begint mijn magie meteen*

Visualiseer dat je een sollicitatiebrief schrijft.

*Met de knoop van twee
geef ik snelheid mee*

Visualiseer dat je brief verzonden wordt

*Met de knoop van drie
geef ik aan voor wie*

Visualiseer jezelf.

*Met de knoop van vier
haal ik kracht naar hier*

Visualiseer dat je een uitnodiging voor een gesprek krijgt.

*Met de knoop van vijf
groeit zij buiten kijf*

Visualiseer dat het gesprek goed gaat.

*Met de knoop van zes
snijdt zij als een mes*

*Met de knoop van zeven
wil ik uitkomst geven*

*Met de knoop van acht
is mijn magie volbracht*

*Met de knoop van negen
geef ik haar mijn zegen*

Visualiseer dat de sollicitatiecommissie tevreden is.

Visualiseer dat je bericht krijgt dat je aangenomen bent.

Visualiseer dat je de baan hebt.

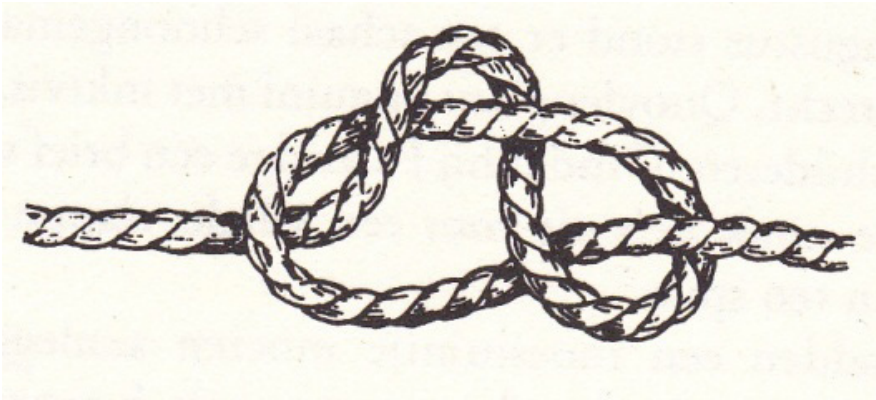
Visualiseer jezelf tevreden aan het werk.

Het maakt op zich niet zo veel uit welke knoop je in het koord legt, maar meestal wordt de knoop hiernaast gebruikt bij dit ritueel. Let erop dat het koord tijdens het knopen en de knopenspell niet de grond of het altaar mag raken. Als alle negen knopen erin zitten, leg je het koord op het pentakel en zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

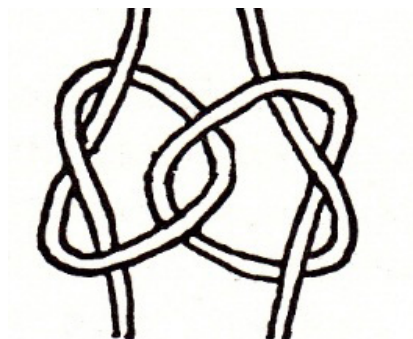
Zo zij het!



Magische knoop

Vervolgens kun je het koord daar laten liggen, bij je dragen of aan een boomtak hangen.

Je kunt de manier van knopenmagie die hierboven beschreven staat ook met twee koorden doen die je op negen punten aan elkaar knoopt. Die methode kun je toepassen bij liefdesmagie.



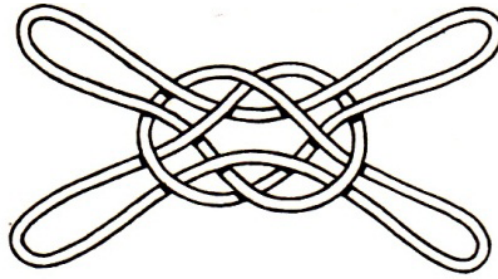
Liefdesknoop

Hierbij vlecht je twee koorden waarvan er een jou symboliseert en de andere je gewenste geliefde. Hierna knoop je de twee koorden op negen punten aan elkaar met behulp van de liefdesknoop. Je gebruikt hierbij dezelfde volgorde van knopen en dezelfde knopenspell. Deze methode kun je tevens gebruiken om jezelf weer in balans te krijgen. In dat geval vlecht je eerst een wit en een zwart koord, die de tegenstellingen symboliseren die je in balans wilt brengen. Hierna knoop je deze koorden op negen punten met de liefdesknoop aan elkaar.

Heksenknoop

Een knoop met dezelfde beschermende werking als de heksenladder is de zogenaamde heksenknoop. Deze knoop kun je leggen terwijl je de goden om bescherming vraagt en hem daarna ergens in huis ophangen. Als je het te ingewikkeld vindt om hem te knopen, kun je hem ook op de muur of drempel tekenen.

Let er dan wel op dat je hem in één vloeiende beweging tekent zonder de pen of stift op te tillen.



Heksenknoop

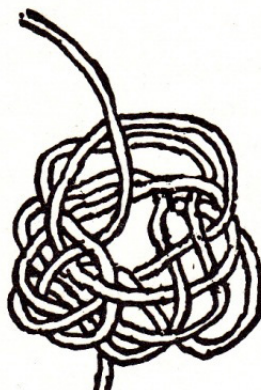
Harige Duivel

Een laatste voorbeeld van knopenmagie is de zogenaamde Harige Duivel, die wordt gebruikt om problemen op te lossen. Dit gaat met het volgende ritueel:

Trek de cirkel op de gebruikelijke manier en roep de goden op. Hierna ga je voor je altaar zitten met een flink lang koord in je hand. Je vertelt uitgebreid aan de goden wat je probleem is en terwijl je dit doet, leg je zonder te kijken een of meer ingewikkelde knopen in het koord. Dit zijn de 'harige duivels'. Als je je probleem goed hebt uitgelegd, trek je de knoop of knopen nog eens flink aan.

Hierna mediteer je een tijdje en dan ga je de harige duivel (of duivels) weer uit de knoop halen. Je denkt hierbij niet na over je probleem of de oplossing ervan, maar zingt een toepasselijke chant zoals:

*She changes everything she touches,
Everything she touches changes,
Changes, touches, changes, touches,
Everything we touch changes*



'Harige Duivel

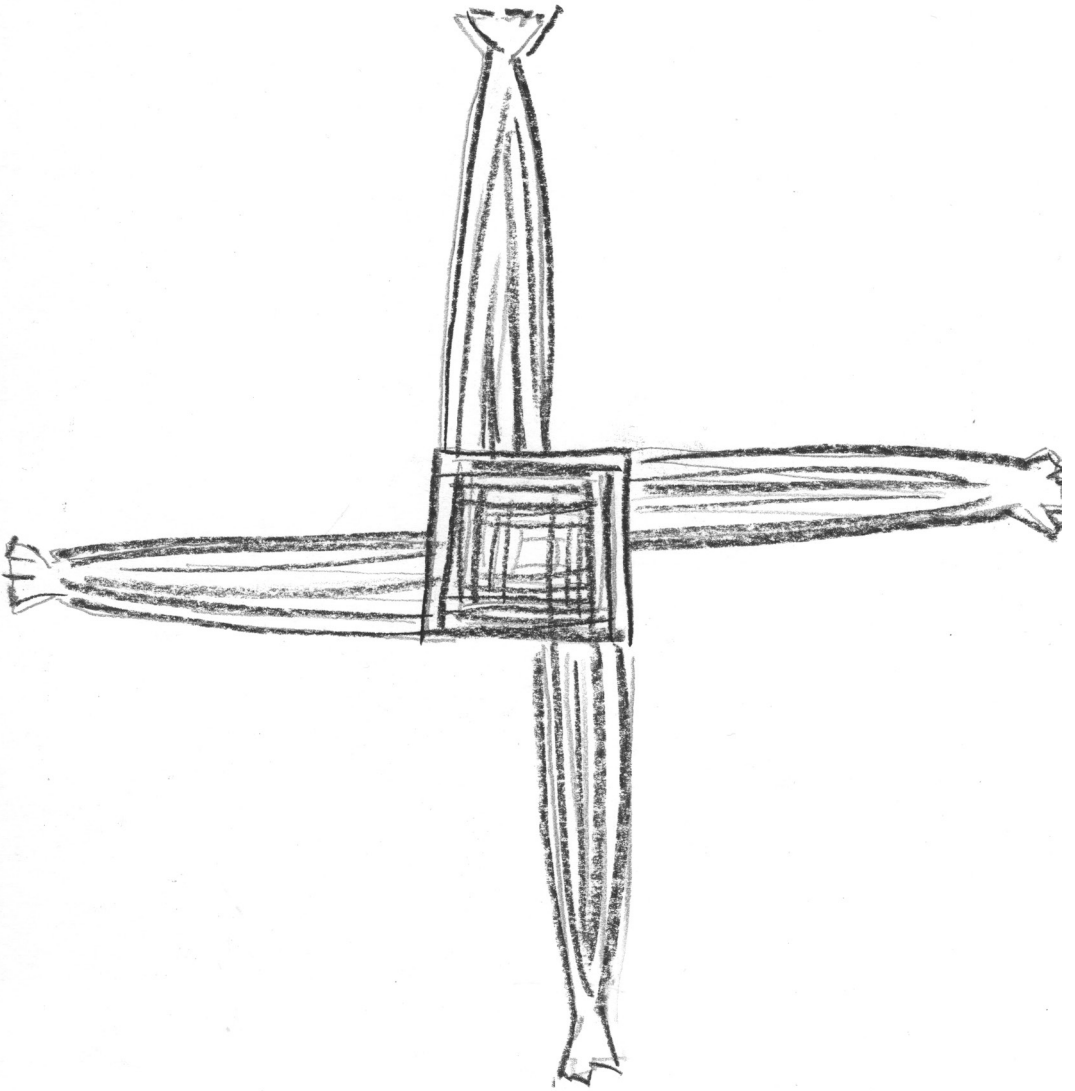
Als je alle harige duivels uit het koord hebt gehaald, leg je het koord op het pentakel en zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Hierna kun je het koord begraven of verbranden. Je bedankt de goden, doet de koekjes-en-wijnceremonie en sluit de cirkel. De oplossing van je probleem zal gedurende de komende dagen of nachten tot je komen.



MAGIE MET KAARSEN

Kaarsen vertegenwoordigen binnen de Hekserij het element Vuur en worden veel gebruikt bij rituelen en magisch werk. Op praktisch elk heksenaltaar staan daarom ook een of meer kaarsen. Binnen de Wicca staan op het altaar een kaars voor de Drievoudige Godin en een voor de Gehoornde God, meestal een zwarte en een witte. Hiernaast staat er vaak nog een kaars op het altaar die gebruikt wordt om alle andere kaarsen mee aan te steken. Deze ‘aansteekkaars’ wordt als eerste aangestoken en hiermee wordt vervolgens de wierook aangestoken om het altaar, jezelf en de cirkel te bewieroken. Hierna worden met deze kaars de kaarsen voor De God en De Godin aangestoken.

Veel heksen gebruiken verder nog een gekleurde kaars voor elk van de elementen: blauw voor Lucht, rood voor Vuur, groen voor Water en geel voor Aarde. Deze kaarsen worden na het bewieroken van de cirkel een voor een in de windrichting van het element gezet. Dus je steekt eerst de blauwe kaars voor Lucht aan de aansteekkaars aan en dan loop je er deoosiel de cirkel meer rond, door tot het Oosten. Daar zet je de kaars neer. Vervolgens neem je de rode kaars voor Vuur, steekt hem aan en loopt de cirkel rond en dan verder om hem in het Zuiden te zetten. Dit doe je ook met de kaarsen voor Water en Aarde. Als je altaar in het Noorden staat, zet je de gele kaars voor Aarde op het altaar. Vervolgens ga je verder met het trekken van de cirkel en het oproepen van de elementen. Je kunt de kaarsen voor de elementen ook alleen gebruiken als je met kaarsenmagie en/of het element Vuur werkt in je ritueel.

KAARSENMAGIE

Kaarsen worden veel gebruikt voor magisch werk waarbij het element Vuur een belangrijke rol speelt. Meestal gaat het erom iets magisch op gang te brengen, meer energie te geven of te transformeren. Als je bijvoorbeeld aan een nieuwe studie gaat beginnen zou je kaarsenmagie kunnen gebruiken om een goede start te maken en later, als je voor je examen extra hard moet studeren, nog eens om er wat extra energie aan toe te voegen. Een ander voorbeeld: wanneer je verdriet hebt over

een verbroken relatie, kun je met kaarsenmagie dit verdriet omzetten in goede moed om je leven als single vorm te gaan geven.

De werkwijze bij kaarsenmagie is erg eenvoudig. Eerst kies je een kaars met een kleur die past bij het doel van je magie. Hiervoor kun je de kleurassociaties uit de paragraaf over stenen gebruiken. In het voorbeeld over een goede start voor het begin van een studie zou je een blauwe kaars kunnen nemen.

Vervolgens maak je symbolen op de kaars die te maken hebben met het doel van de magie. Als je bijvoorbeeld begint met een cursus boekhouden zou je er een eurosymbool en een ouderwetse weegschaal (balans) op kunnen maken. Deze symbolen kun je erop schrijven met wasstiften of erop boetsen met stukjes was. Deze kun je kopen in een hobbywinkel.

Dan neem je in een ritueel de kaars in beide handen en draait ermee deosiel rond, eerst langzaam en dan steeds sneller. Hierbij herhaal je een toepasselijke spell zoals: *Mijn studie gaat goed, zoals het moet*. Als je duizelig wordt en bijna omvalt, stop je en herhaal je de spell nog een keer. Je visualiseert hierbij dat er energie vanuit je handen in de kaars stroomt.

Hierna hou je de kaars naar het Noorden en zegt: *Aarde, laat mijn magie wortelen*.

Dan naar het Oosten: *Lucht, breng mijn magie op gang*.

Dan naar het Zuiden: *Vuur, geef mijn magie kracht*.

Vervolgens naar het Westen: *Water, laat mijn magie stromen*.

Hierna weer naar het altaar: *Mogen de goden mijn magie versterken zodat hij altijd zal werken*.

Ten slotte steek je de kaars aan, zet hem op het pentakel en zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Hierna steek je de kaars aan en mediteert nog een tijdje. De kaars brand je vervolgens in negen dagen op.

Als je met kaarsenmagie iets wilt transformeren kun je ook een andere methode gebruiken. In het geval van liefdesverdriet kun je een roze kaars nemen en daar een gebroken hart op tekenen. Je steekt de kaars dan aan en zet hem voor je op het altaar. Dan ga je zitten en ademt heel langzaam en bewust in en uit. Je stelt je voor dat je bij elke uitademing je liefdesverdriet in de kaarsvlam legt en het daar laat verbranden. Neem hier de tijd voor. Als er emoties opkomen, verzet je daar dan niet tegen maar laat ze gewoon komen.

Als je na een tijd vindt dat het genoeg is en de emoties weer gezakt zijn, doof je de kaars. Over het gebroken hart heen maak je nu een symbool voor je nieuwe levensfase, zoals een geheeld hart, een vlinder of vleugels. Je steekt de kaars weer aan en stelt je nu voor dat je bij elke inademing nieuwe energie van de kaarsvlam inademt en weer helemaal opgeladen wordt met nieuwe positieve energie.

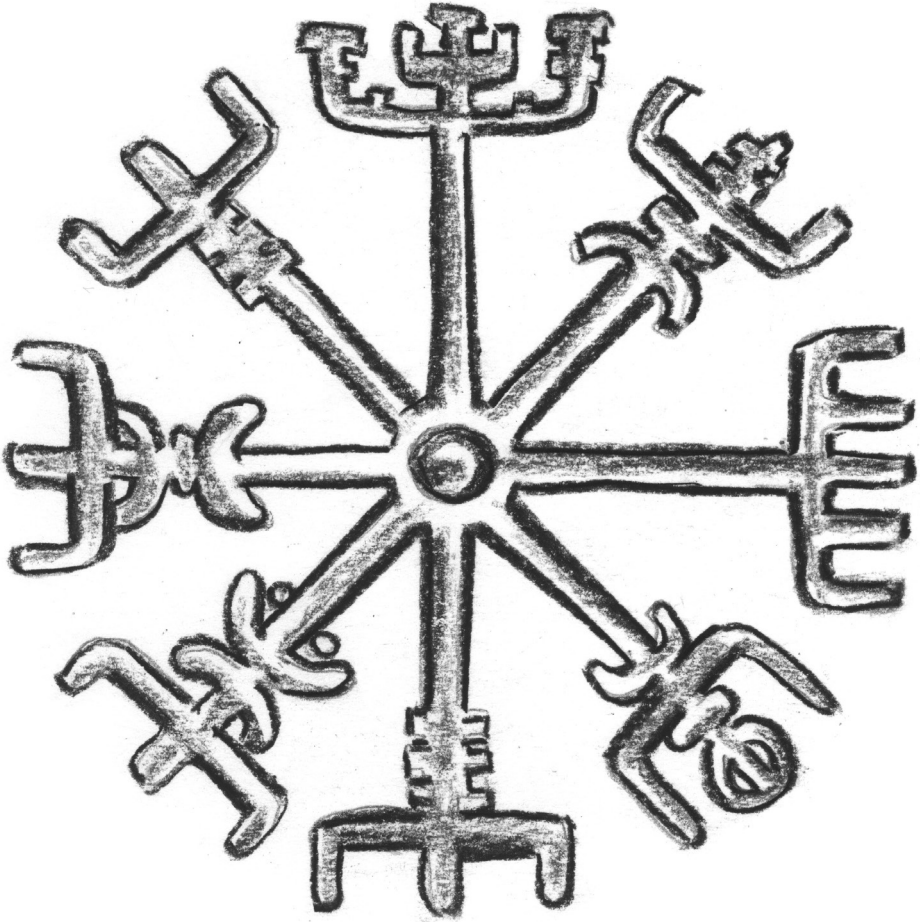
Als je dit een tijd gedaan hebt en je voelt dat het genoeg is, doof je de kaars en zet hem op het pentakel. De volgende dagen herhaal je het tweede, opladende deel van dit ritueel en op de negende dag laat je de kaars helemaal opbranden.

ZELF EEN KAARS MAKEN

Als je van knutselen houdt, kun je er ook voor kiezen om zelf een kaars te maken. Je begint dan met de lont. Hiervoor neem je drie dunne katoenen draden en die vlecht je tot een koord. Daarbij herhaal je een spell die past bij het doel van de kaars die je gaat maken.

Als de lont klaar is, neem je oude stompjes kaars en die smelt je langzaam in een pannetje; het veiligste is om dit au bain marie te doen. Je zet een pannetje met stompjes kaars (zonder lont) in een grote pan met kokend water en laat de stompjes zo langzaam smelten. Als ze goed vloeibaar zijn giet je ze in een oud bier- of limonadeglas waar je de lont middenin hebt gehangen.

Als het kaarsvet weer gestold is, maak je het glas kapot en heb je een kaars. Deze kaars kun je dan gebruiken voor het doel dat past bij de spell waarmee je de lont hebt gemaakt.



TALISMANS

Een veelgebruikte magische techniek is het maken van talismans. Talismans zijn voorwerpen die energie aantrekken voor een bepaald doel. Sommige heksen maken onderscheid tussen talismans en amuletten en stellen dat amuletten bepaalde energieën afweren. Zelf vind ik dat onderscheid nogal kunstmatig, ik gebruik de term 'talisman' voor allebei.

Een veelvoorkomende vorm van talismans is die van een sieraad. Toen mijn vriendin in het ziekenhuis lag, droeg ze een ring in de vorm van een Chinese drakekop, die voor levenskracht staat. Die ring was voor haar een talisman. Een ring in de vorm van een pentagram of met runen erop kan een talisman zijn die magische krachten aantrekt, net zoals een hanger in de vorm van zon of maan de krachten van die hemellichamen kan aantrekken. De werking van dit soort talismans kun je versterken door ze in een ritueel nog extra op te laden met energie. Je kunt eenvoudig zelf talismans maken door een steen of stuk hout te nemen en daar een symbool op te zetten. Zo zou je op een stuk rozenkwarts een hart kunnen zetten als talisman voor liefde of een fallus op een stukje eikehout om een talisman voor levenskracht te maken. Deze talismans kun je vervolgens bij je dragen als sieraad of in je broekzak. Je kunt ze ook op een toepasselijke plek neerleggen, een talisman voor concentratievermogen bijvoorbeeld op je studie- of werkplek en een talisman voor passie in je slaapkamer.

CORRESPONDENTIES

Binnen de Hekserij worden meestal talismans gemaakt om planeetkrachten aan te trekken voor een bepaald doel. Hierbij wordt gebruikgemaakt van de zeven klassieke planeten Zon, Maan, Mercurius, Venus, Mars, Jupiter en Saturnus. Dit zijn de vijf planeten die in de Oudheid al bekend waren plus de zon en maan, die astrologisch ook als planeet beschouwd worden. Deze talismans bestaan vaak uit een stoffen zakje met daarin een papiertje waarop het doel van de talisman staat en stenen, metaal en kruiden die bij de planeet horen waar de talisman voor is. Voor het bepalen welk metaal of welke steen bij welke planeet hoort, maken heksen vaak gebruik van correspondenties. Dit wil zeggen dat

twee totaal verschillende dingen zoals stenen en planeten toch bij elkaar horen omdat ze bepaalde eigenschappen delen. Goud is bijvoorbeeld een geel en glimmend metaal dat bij de zon hoort omdat deze ook geel is en schijnt. De planeet Mars is rood en op basis van correspondentie horen rode dingen daarom (vaak) bij Mars. Venus is de godin van de liefde en daarom horen de kleur roze (die vaak met liefde wordt geassocieerd) en lustopwekkende planten bij de planeet Venus, die naar deze godin vernoemd is. Binnen de Hekserij gaat men er verder van uit dat dingen die bij elkaar horen elkaars energie aantrekken. Door in een talisman allerlei dingen te verwerken die corresponderen met de planeet Saturnus kun je er de energie van Saturnus mee aantrekken en gebruiken voor je magie. In de meeste boeken over magie staan uitgebreide correspondentietabellen waarin je kunt opzoeken wat bij elkaar hoort en in rituelen gebruikt kan worden. In het begin kun je deze tabellen prima gebruiken, maar het is zeer aan te raden om je te verdiepen in de achterliggende redenen waarom bepaalde dingen bij elkaar horen en je daar een eigen mening over te vormen. Zo kun je op den duur je eigen correspondentietabellen samenstellen.

Verder moet je er niet te star aan vasthouden, het zijn algemene richtlijnen die in specifieke situaties misschien niet geldig zijn. Zo zal een blauw visje meestal corresponderen met het element Water, maar in het specifieke geval dat het geroosterd wordt om op te eten tijdens een rituele maaltijd misschien (ook) wel met het element Vuur.

Hieronder staat een correspondentietabel voor de zeven klassieke planeten om te gebruiken bij het maken van planeettalismans:

Zon

Dag:	zondag
Kleur:	goud, geel
Metaal:	goud, magnesium
Stenen:	bergkristal, tiggeroog, zonnesteen, barnsteen, diamant, geel calciëet
Planten:	bloemen met een geel hart, medicinale kruiden, citrusvruchten
Eigenschappen:	de zon staat voor ons ego en onze persoonlijkheid, voor de fysieke wereld en materie, voor groeikracht, levenskracht en gezondheid, zelfvertrouwen, helderheid, maatschappelijke status, vrolijkheid, warmte en moed.

Maan

- Dag:** maandag
Kleur: wit, zilver
Metaal: zilver, nikkel
Stenen: maansteen, aquamarijn, parel, chalcedon, jade
Planten: waterplanten, witte bloemen, papaver
Eigenschappen: de maan staat voor ons gevoelsleven en emoties, ons innerlijk, introspectie, het geheugen, ons thuis, dromen en visioenen, meditatie, magie, onze moeder (gevoelens) en de werking van eb en vloed.

Mercurius

- Dag:** woensdag
Kleur: lichtblauw
Metaal: kwik, aluminium
Stenen: agaat, citrien, gele jade
Planeten: sterk geurende planten
Eigenschappen: Mercurius staat voor onderscheidend en analytisch vermogen, voor reizen en ontdekken, communicatie, bemiddeling, snelheid, voor ons verstand en voor nieuwe dingen.

Venus

- Dag:** vrijdag
Kleur: roze, groen
Metaal: koper, platina
Stenen: jade, kattenoog, koraal, malachiet, rozenkwarts
Planten: alle mooie bloemen, lustopwekkende planten, zoete rode vruchten
Eigenschappen: Venus is de godin van de liefde en relaties, vriendschap, vruchtbaarheid, planten en dieren, geeft harmonie en balans, schoonheid, kunst en muziek, rust en regelmaat, idealen, verlangen en eenzaamheid.

Mars

- Dag:** dinsdag
Kleur: rood
Metaal: ijzer, staal
Stenen: robijn, granaat, vuursteen, heliotroop
Planten: 'brandende' planten als brandnetel of bereklauw, planten met doornen, planten met pittige, sterke smaak

Eigenschappen: Mars is verbonden met strijd, oorlog en conflicten, met actie, daadkracht en moed, lust, energie, bezitsdrang, onafhankelijkheid, bescherming, ambachten en landbouw.

Jupiter

- Dag:** donderdag
Kleur: paars, donkerblauw
Metaal: tin, zink
Stenen: lapis lazuli, amethyst, turkoois
Planten: planten met noten, linde, eik, huislook, medicinale kruiden

Eigenschappen: Jupiter is de heerser in het heelal en staat verder voor adel, orde en gezag, wetten, religie, macht, donder en bliksem, zelfverzekerdheid, vaderschap, grootsheid, rijkdom en voorspoed.

Saturnus

- Dag:** zaterdag
Kleur: zwart, donkerrood
Metaal: lood
Stenen: git, onyx, obsidiaan, hematiet, rookkwarts
Planten: hallucinogene en giftige planten, planten waarvan de wortel gebruikt wordt

Eigenschappen: De planeet Saturnus staat voor begrenzing, beëindiging, afronden, eenzaamheid, angst en schuldgevoelens, toewijding, verdieping, concentratie, inzet en inwijding, doorzettingsvermogen.

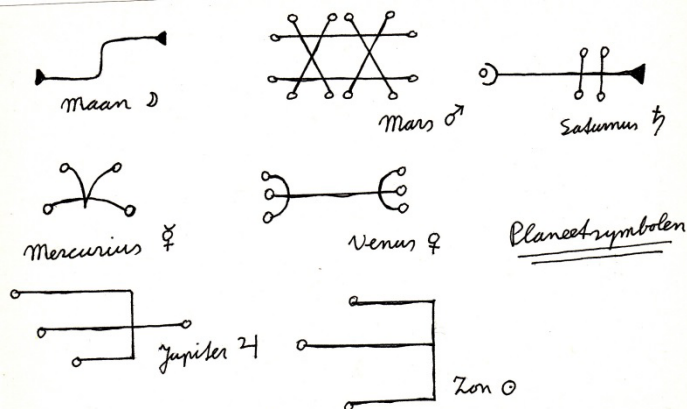
PLANEETTALISMANS

Het maken van een planeettalisman begint met de vraag welke planeet het meest geschikt is om je te helpen bij het bereiken van het gewenste resultaat. Als je bijvoorbeeld verschillende sollicitaties hebt lopen voor vacatures als reisleader, is Mercurius (communicatie, reizen) het meest geschikt. Vervolgens neem je een stukje papier en schrijft daar in Ogham op wat je wilt bereiken, bijvoorbeeld 'Ik wil een baan als reisleader'. Je voegt er een toepasselijk symbool aan toe, zoals twee vleugels en een euroteken. Dit papiertje vouw je dicht met de tekst en het symbool aan de binnenkant.

Dan neem je naald en garen en naait het opgevouwen papier rondom dicht terwijl je een spell herhaalt, bijvoorbeeld: *Ik wil reisleader zijn, reizen en verdienen vind ik fijn.*

Hierna teken je op de buitenkant van het papier het symbool voor Mercurius en zegt: *Moge de kracht van Mercurius mij helpen een baan als reisleader te krijgen.*

Dan neem je een stoffen zakje in de kleur van de planeet (in dit geval dus lichtblauw) en daar stop je het papiertje in. Verder doe je er nog een of meer stenen in en stukjes van planten die bij Mercurius horen, en een stukje aluminium. Hierna naai je het zakje dicht terwijl je de spell herhaalt. Ten slotte teken je op het zakje nogmaals het symbool van Mercurius. Je kunt hiervoor het moderne astrologische symbool nemen (de kleine symbooltjes achter de naam), maar persoonlijk vind ik de (grote) middeleeuwse symbolen mooier en krachtiger.



Moderne en middeleeuwse planeetsymbolen

Nu is je talisman klaar om in een ritueel op te laden . Als je het helemaal juist wilt doen, laad je de talisman op op de dag van de planeet waar hij voor is, in dit geval Mercurius, dus woensdag. Je trekt de cirkel op de gewone manier, roept de goden op en gaat voor het altaar zitten met de talisman in je hand. Dan begin je de spell die je ook gebruikt hebt bij het dichtnaaien te herhalen tot je in een lichte trance komt. Vervolgens sta je op en draait steeds sneller deoziel rond tot je bijna omvalt. Je herhaalt nog een keer je spell en visualiseert dat er energie vanuit je handen in de talisman stroomt.

Hierna hou je de talisman naar het Noorden en zegt:

Aarde, laat mijn magie wortelen.

Dan naar het Oosten: *Lucht, breng mijn magie op gang.*

Dan naar het Zuiden: *Vuur, geef mijn magie kracht.*

Vervolgens naar het Westen: *Water, laat mijn magie stromen.*

Hierna weer naar het altaar: *Mogen de goden mijn magie versterken zodat hij altijd zal werken.*

Ten slotte leg je de talisman op het pentakel en zegt:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Hierna draag je de talisman dag en nacht bij je. Hij trekt de kracht van Mercurius naar je toe en gebruikt deze om je een baan als reis Leider te bezorgen. Als je doel bereikt is, of als je doel na een hele lunatie nog niet bereikt is, haal je de talisman weer uit elkaar tijdens een ritueel.

Je bedankt Mercurius voor het bereiken van je doel, of je herhaalt nogmaals wat je doel is. En je opent het zakje. Het briefje verbrand je in een kaarsvlam en het zakje, de stenen en het metaal begraaft je in de aarde.

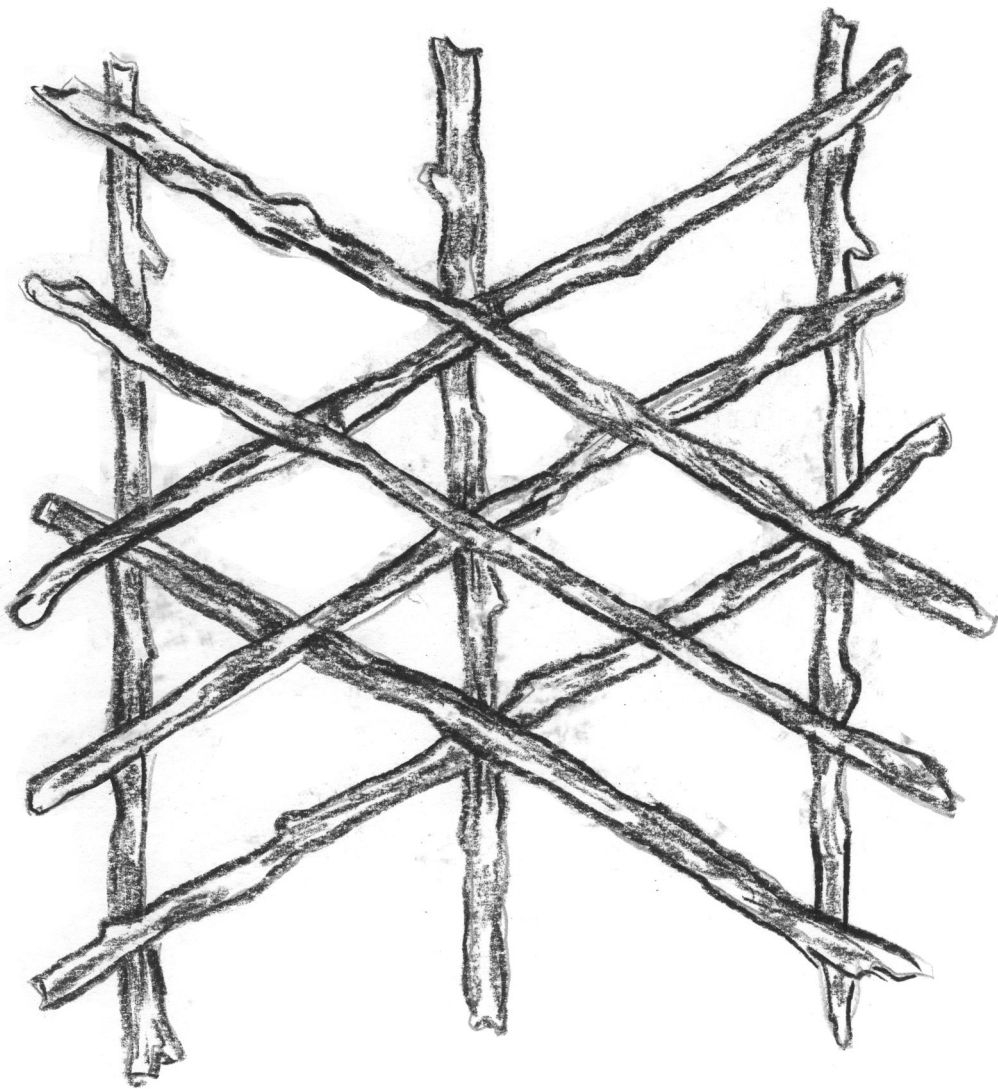
De planten leg je gewoon op de aarde. Met de volgende volle maan kun je de stenen en het metaal weer opgraven, de magische energie van de talisman is dan opgenomen door de aarde en je kunt de voorwerpen weer gebruiken voor andere magische doelen.

TALISMANS VOOR GODEN EN GODINNEN

Op dezelfde manier als je talismans maakt voor planten, kun je ook talismans maken om de kracht van goden en godinnen aan te trekken. Je zoekt dan zelf welke kleuren, stenen, metalen en planten bij de desbetreffende godheid horen en maakt een talisman op de manier die hierboven beschreven is.

Voor Odin kun je bijvoorbeeld de kleuren zwart, blauw en rood nemen, het metaal ijzer, de stenen git, tijgeroog, lapis lazuli of granaat en de plant taxus of es. Voor Freya neem je blauw of roze, valkenoog, kattehoof of barnsteen, koper en wat vlas.

Je kunt ook andere zaken dan kleuren, stenen en metalen gebruiken die bij een bepaalde godheid passen. Voor Pan zou je wat geitewol kunnen nemen, wat hoorn of hoef, klimop en riet en voor Cernunnos een stukje gewei, hertewol of -leer en een munt. En voor Thor volstaat een hanger van zijn hamer.



RUNENMAGIE

Runen zijn Germaanse lettertekens die behalve om mee te schrijven ook gebruikt werden en worden om mee te divineren en magie te bedrijven. Hier zal ik alleen de runen met betrekking tot magie behandelen.

De oorsprong van de Runen is onzeker, maar waarschijnlijk is het runenschrift ontstaan uit een samenvoeging van oude Germaanse symbolen en oude Italiaanse alfabetten. De oudste inscripties met runentekens zijn gevonden in Noord-Duitsland, Denemarken en Zweden en dateren van rond het jaar 150. Ze zijn geschreven in een alfabet van 24 runen dat de Germaanse Futhark of de Oude Futhark genoemd wordt, naar de eerste letters van de reeks: F, U, Th etcetera. Uit dit alfabet ontwikkelen zich later nog andere letterreeksen zoals de Jongere Futhark, de Angelsaksische en de Friese Futhark. De Runen zijn in de Germaanse gebieden lang het meest gebruikte lettertype, maar na de kerstening neemt het Romeinse alfabet deze rol over. Alleen in Scandinavië, Groenland en IJsland blijven de Runen tot in de zestiende eeuw in gebruik als schrifttekens.

De Runen hebben vanaf het begin naast hun functie als schrijffletter ook een verborgen, magische betekenis gehad. Het woord *rune* betekent dan ook 'fluisteren', 'verborgen' en 'geheim'. Er zijn verschillende vroegmiddeleeuwse teksten die wijzen op het magisch gebruik van de runen en ze worden ook veelvuldig aangetroffen op zogenaamde bracteaten, gouden ronde schijfjes die als hanger gedragen konden worden. Ze zijn waarschijnlijk afgeleid van Romeinse munten en dienden als talisman ter bescherming en genezing. Het gebruik van de Runen voor divinatie valt af te leiden uit de volksgebruiken.

Tegenwoordig gebruiken veel paganisten de Runen voor zowel divinatie als magie. Meestal gaan ze hierbij uit van de runen van de Germaanse Futhark.

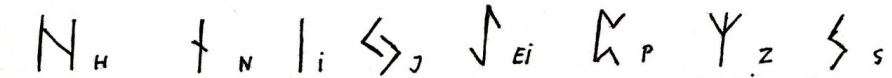
DE GERMAANSE FUTHARK

De Oude of Germaanse Futhark bestaat uit 24 runentekens die zo ontworpen zijn dat je ze eenvoudig in hout of steen kunt kerven. Het schrijven met runen heet ritsen. Elke rune is een bepaalde letter

en heeft daarnaast een naam die samenhangt met de magische betekenis. Hieronder zal ik de runen van de Germaanse Futhark bespreken.



 FEHU URUZ THURISAZ ANSUZ RAIDO KENAZ GEBO WUNJO



 HAGALAZ NAUDIZ ISA JERA EIHWAZ PERTHO ALGIZ SOWELU



 TIWAZ BERKANA EHWAZ MANNAZ LAGUZ INGUZ OTHILA DAGAZ

Oude of Germaanse Futhark

Fehu

Fehu is de letter F en betekent 'vee'. Een veestapel betekende voor (Germaanse) boeren een zich vermeerderende bron van welvaart en Fehu staat dan ook voor roerende welvaart, geld, groei van bezit en voorspoed. Maar vee moet goed verzorgd worden en Fehu wijst er ook op dat welvaart verantwoordelijkheid met zich meebrengt. Fehu is de eerste letter van de Futhark en staat daarom ook voor initiatief, de eerste vonk, vuur, energie, actie en seksualiteit. Fehu hoort bij de goden Njord, Frey en Freya.

Uruz

Uruz is de letter U, betekent 'oeros' en hoort bij de god Thor. De oeros staat voor kracht, levenskracht, viriliteit, potentie, vruchtbaarheid, doorzettingsvermogen, herstellend vermogen en genezing. Verder staat Uruz voor het testen van geduld en moed, voor agressie, krijgerschap, risico's nemen, opkomen voor jezelf en het overwinnen van hindernissen. Ten slotte is Uruz nog verbonden met oerdriften, instinct, aardse wijsheid en oude kennis.

Thurisaz

Thurisaz is de letters Th en betekent 'reus' en 'doorn'. Als reus staat Thurisaz voor grote chaotische natuurkrachten die zowel destructief als opbouwend kunnen werken, en met name voor de destructieve aspecten van vuur. Als doorn staat Thurisaz voor aanval en verdediging, voor hinderlijke obstakels die venijnige verwondingen kunnen geven. Mythologisch is Thurisaz verbonden met de reuzen en met Thor. Op psychologisch gebied staat deze rune voor onze driften, lust en seks, de schaduw en allerlei geestelijke en emotionele blokkades. Thurisaz is een krachtige rune die zowel sterk positief als negatief kan werken.

Ansuz

Ansuz is de letter A, betekent 'god' en is verbonden met Odin. Ansuz staat voor orde en structuur, intellect en bewustzijn, adem en geluid, communicatie en poëzie. Ansuz geeft spreekvaardigheid, overtuigingskracht, inspiratie en beschermt tegen roddelpraatjes. Verder staat deze rune voor wijsheid, occulte kennis, helderziendheid, mystiek, hypnose, divinatie, maakt hij aantrekkelijk en werkt hij bevrijdend.

Raido

Raido is de letter R en betekent 'rijden' of 'reis'. Hij is verbonden met Odin en Hermod. Raido staat voor beweging, reizen, een nieuwe richting inslaan, de teugels in handen nemen, initiatief nemen, sturing geven en vrijheid. Verder staat Raido voor krijgerschap, leiderschap, morele verantwoordelijkheid, beslissingen nemen en uitvoeren en je grenzen kennen. Raido staat ten slotte nog voor ritme, regelmaat, structuur, herhaling, orde, rituelen en de cycli van zon en maan.

Kenaz

Kenaz is de letter K, betekent 'toorts' en is verbonden met Heimdal. Kenaz geeft licht en staat voor kennis, inzicht, bewustzijn, intellect, concentratie, intuïtie en een heldere geest. Kenaz is een gidsend en verhelderend licht; het is vuur in gecontroleerde vorm, inspiratie en enthousiasme.

Gebo

Gebo is de letter G, betekent 'geschenk' en is verbonden met Odin en Freya. Gebo staat voor geven en ontvangen, uitwisseling, ruil, offer,

vrijgevigheid en gastvrijheid maar herinnert ons er ook aan dat voor alles een prijs betaald moet worden. Gebo staat voor evenwicht en balans, voor contracten en overeenkomsten, sociale en juridische verplichtingen. Gebo verbindt polariteiten en staat voor verhoudingen tussen mensen zoals vriendschap, verloving en huwelijk. Ten slotte staat Gebo voor oorzaak en gevolg, karma en het lot of Wyrð.

Wunjo

Wunjo is de letters W en V en betekent 'perfectie' en 'vreugde'. Wunjo is verbonden met de goden Odin en Uller en staat voor het vervullen van wensen, zegeningen, seksuele vervulling, vruchtbaarheid, liefde en verliefdheid. Wunjo is verder het streven naar volmaaktheid, het realiseren van de wil en het behalen van vreugdevolle overwinningen.

Hagalaz

Hagalaz is de letter H, betekent 'hagel' en is verbonden met de godinnen Hel en Urd. Hagalaz is een destructieve kracht die in korte tijd veel schade kan veroorzaken, maar ook noodzakelijke veranderingen teweeg kan brengen. Hagalaz houdt verband met het onderbewuste, met onverwerkte ervaringen, verdrongen trauma's, negatieve emoties en de donkere kant van onszelf. Het is tevens de rune van hekserij en zwarte magie. Maar Hagalaz kan ons ook in contact brengen met dierbare overledenen, ons inzichten geven uit ons onderbewuste of uit de onderwereld en ons helpen oude, diepe wonden te helen.

Naudiz

Naudiz is de letter N, betekent 'noodzaak' en is verbonden met Loki en Skuld. Naudiz is het noodvuur dat gemaakt wordt door twee stukken hout tegen elkaar te wrijven als er geen vonk of vlam is om het mee aan te steken. Naudiz heeft te maken met het afsluiten van het oude en opnieuw beginnen en met noodsituaties. Het maakt aanvallers onschadelijk, geeft extra energie, biedt oplossingen en uitwegen uit problemen en voorziet in wat nodig is.

Isa

Isa is de letter I en betekent 'ijs', de rune is verbonden met Verdandi. Isa staat voor ijs, bevroren water, stilstand, bevroering, beperking, blokkades, vastgeroeste patronen, frustratie, vastzitten, conservatisme, weerstand

tegen veranderingen, winterse kou en kilheid en egoïsme. Verder staat Isa voor individualiteit, concentratie en wilskracht, geeft verkoeling aan verhitte emoties en situaties en beschermt tegen aanvallen.

Jera

Jera is de letter J en betekent 'jaar'. Deze rune is verbonden met Frey en Freya en met de god Balder. Hij staat voor de jaarcyclus, tijd, continuïteit, kringloop, ontwikkeling, proces, vruchtbaarheid, resultaat, oogst en overvloed. Jera is verbonden met de jaarfeesten Midzomer en Joël en kan processen versnellen en ten goede keren.

Eihwaz

Eihwaz is de lettercombinatie Ei en betekent 'taxus', hij is verbonden met Uller en Odin. Eihwaz is de wereldboom Yggdrasil en geeft toegang tot de Andere Wereld. Hij staat voor sjamanistische reizen, inwijding, beproevingen en offers en brengt samenhang en verbinding. Verder staat Eihwaz voor de jacht en boogschieten, voor doelgerichtheid, kansen grijpen, assertiviteit, actie en risico's durven nemen.

Perthro

Perthro is de letter P, betekent 'geboorte' of 'geheim' en is verbonden met Frigga, Mimir en de Nornen. Perthro staat voor verborgen kennis in en buiten jezelf, openbaring van geheimen, kosmische kennis, manifestatie van magische doelen en nieuwe talenten en mogelijkheden aanboren. Perthro geeft toegang tot het collectief onderbewuste, resultaten bij onderzoek en divinatie en vindt verloren voorwerpen terug. Ten slotte is deze rune verbonden met de maan en de dood.

Algiz

Algiz is de letter Z, betekent 'bescherming' en is verbonden met Heimdal. Algiz staat voor bescherming, zegeningen, verhogen van het bewustzijn, genezing, religieuze rituelen en invocaties. Verder staat Algiz voor keerpunten in het leven zoals geboorte, huwelijk, inwijding en dood.

Sowelu

Sowelu is de letter S, betekent 'zon' en is verbonden met Sunna en Balder. Sowelu staat voor je hogere zelf, levenskracht, warmte,

groeikracht, genezing, eer en passie. De rune staat verder voor zelfbewustzijn, zelfvertrouwen, leiderschap en spirituele leiding. Sowelu geeft snel veel energie en versterkt de andere runen in een legging.

Tiwaz

Tiwaz is de letter T, de naam Tyr en is ook verbonden met deze god. Tiwaz staat voor strijd, rechtvaardigheid, wet en orde, waarden en normen, eden en beloftes, juridische zaken, overtuigingen en idealen, moed en eer. Het is de rune voor spirituele krijgers, geeft energie en strijdvaardigheid en wijst de goede weg. Tiwaz is verbonden met de Poolster.

Berkana

Berkana is de letter B, betekent 'berk' en is verbonden met de godinnen Berchta en Frigga. Deze rune houdt vooral verband met vrouwenzaken zoals vruchtbaarheid, moederschap, liefdesaangelegenheden, kinderen, huis en haard, gezin en geeft genezing bij vrouwenkwalen en kinderziektes. Berkana is verder verbonden met de aarde en staat voor reiniging en groeikracht.

Ehwaz

Ehwaz is de letter E, betekent 'paard' en hoort bij Odin. Ehwaz staat voor voertuigen, beweging, reizen, vooruitgang en de samenwerking tussen lichaam en geest. Deze rune staat ook voor partnerschap, de vrouwelijke en homoseksuele seksualiteit, huwelijk en relaties. Magisch is Ehwaz verbonden met sjamanistische reizen, dromen en nachtmerries.

Mannaz

Mannaz is de letter M, betekent 'mens' en is verbonden met Heimdal en Thor. Mannaz staat voor menselijke zaken, voorouders, de sociale structuur, samenwerking, hulp, advies, discussies, onderzoek, studie en afspraken tussen mensen.

Laguz

Laguz is de letter L, betekent 'meer' en is verbonden met Nerthus en Njord. Laguz staat voor water, zee, meer, havens, eb en vloed, overvloed, zuivering, emoties, dromen en het onderbewuste. Laguz versterkt de intuïtie, geeft rust en balans en helpt magie door te dringen tot het onderbewuste.

Inguz

Inguz betekent de lettercombinatie Ng, de naam Frey en is verbonden met zowel Frey als Freya. Inguz staat voor vruchtbaarheid, seks, voortplanting, familie, stam en erfelijke eigenschappen. Deze rune is verder een magische poort voor transformaties, hij stimuleert groei en ontwikkeling en is verbonden met de maan en de aarde.

Othila

Othila is de letter O, betekent 'geërfd land' en is verbonden met Odin. Othila staat voor erfgoed, traditie, bloed en bodem, rentmeesterschap, koningschap en trouw aan de familie, groep, stam of land. Othila beschermt de eigen identiteit, religie, familie en bezittingen.

Dagaz

Dagaz is de letter D, betekent 'dag' en is verbonden met Surt en Loki. Dagaz staat voor de dag, ochtend, middag, midzomer en Ragnarok; hij geeft een snelle, korte cyclus of omwenteling aan. Deze rune is een katalysator voor processen en ontwikkelingen, brengt tegenstellingen samen, vormt een dynamisch evenwicht en plaatst alles in het hier en nu. Dagaz onthult enerzijds verborgen beïnvloeding en manipulatie en kan anderzijds onzichtbaarheid geven.

MAGIE MET RUNEN

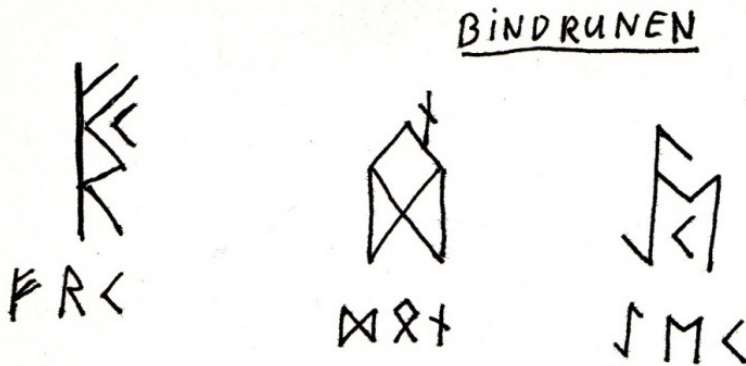
Het bedrijven van magie met Runen is heel eenvoudig én heel krachtig. Elke rune vertegenwoordigt een bepaalde energie die werkt op de gebieden die hierboven beschreven zijn. Om de energie van een bepaalde rune te activeren hoef je hem alleen maar op te schrijven, te ritsen, met bij voorkeur rode inkt en zijn naam driemaal hardop te zeggen. Hierbij spreek je de naam langgerekt uit, dus 'feeeehuuu' of 'daaaagaaazzz'. Als ik een officiële brief stuur naar bijvoorbeeld het UWV of de gemeente met een verzoek of om ergens bezwaar tegen te maken, dan zet ik meestal de runen Ansuz (communicatie) en Tiwaz (rechtvaardigheid) op de envelop om mijn brief extra kracht mee te geven. In mijn beurs heb ik de rune Fehu (geld) staan; die helpt dat er altijd genoeg in zit. Op mijn zwemvest heb ik de runen Laguz (water), Algiz (bescherming) en Naudiz (noodzaak) geschreven voor extra veiligheid. Ook als ik een

talisman maak of met kaarsenmagie werk, gebruik ik meestal een paar runen daarbij.

Magie met Runen werkt het beste als je drie runen gebruikt en deze verwerkt tot een bindrune. Hierbij combineer je de verschillende runentekens tot één krachtig symbool dat je ergens op ritst.

Op deze manier werken de verschillende runen samen als een geheel naar het doel toe.

Zo heb ik de runen Fehu (geld), Raido (orde) en Kenaz (inzicht) samengevoegd als bindrune en op mijn studieklaapper geritst toen ik voor boekhouder leerde. De runen Othila (huis), Dagaz (snelle cyclus) en Naudiz (noodzaak) heb ik als bindrune gebruikt in een talisman toen een vriend van me snel andere woonruimte nodig had en de bindrune van Eihwaz (wereldboom), Ehwaz (paard) en Kenaz (inzicht) gebruik ik bij trancereizen naar de Andere Wereld.

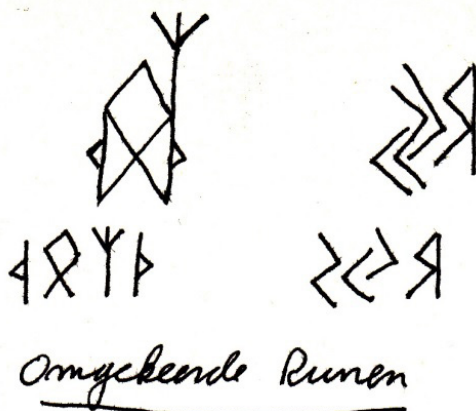


Bij het ritsen van bindrunen kun je er soms ook voor kiezen om bepaalde runen gespiegeld of ondersteboven te schrijven omdat dit de werking van een rune kan veranderen. Je kunt dit het beste pas doen als je meer ervaring hebt met runenmagie en je beter kunt inschatten wat voor effect de andere schrijfwijze heeft op de werking. Soms krijgt een omgekeerde rune namelijk de omgekeerde werking, maar soms ook niet. Dit leer je inschatten door ervaring en door de Runen goed te bestuderen en erover te mediteren.

Ik heb eens een bindrune gemaakt van Othila, Algiz en een gewone én een omgekeerde Thurisaz ter bescherming van mijn huis, en hier werkt

Thurisaz op de gewone manier. Dit komt doordat zijn functie duidelijk blijkt uit de grafische weergave in de bindrune (bescherming van twee kanten) en doordat de andere runen normaal geritst zijn.

Bij de andere bindrune, die bedoeld is om een bepaald proces te vertragen, werken alle runen andersom omdat ze ook allemaal andersom geritst zijn. Grafisch blijkt het uit de bindrune omdat de omgekeerde Raido een obstakel vormt voor de Jera en de Sowelu om verder te gaan.



Bij het maken van bindrunen is het belangrijk dat je goed nadenkt over de betekenis van de gebruikte runen en hoe ze samenwerken. Hierbij moet je ook goed op de letterbetekenis letten. Zo kun je de runen Hagalaz, Ehwaz en Laguz goed gebruiken om iemand nachtmerries te bezorgen en het feit dat ze samen het woord 'hel' vormen versterkt dit. De Runen kun je ook net als het Ogham gebruiken om spells op te schrijven. Bij het opschrijven van een spell gaat het immers niet zozeer om de leesbaarheid maar om het vastleggen van je magische intentie. Als je de Runen wilt gebruiken om spells op te schrijven, kun je ervoor kiezen om dit met zogenaamde twijgrunen te doen. Dit is een oud geheim-schrift waarbij je door middel van het tekenen van een soort twijgen aangeeft welke rune je bedoelt.

Hierbij moet je weten dat de Germaanse Futhark verdeeld is in drie groepen van acht runen, *aettir* genaamd. De eerste aett loopt van Fehu tot en met Wunjo, de tweede van Hagalaz tot en met Sowelu en de derde van Tiwaz tot en met Dagaz. Bij het schrijven van twijgrunen geven

de linkertakjes aan tot welke aett de bedoelde rune behoort en de rechtertakjes de hoeveelste rune van die aett het is. In het voorbeeld gaat het om de vierde en de achtste rune van de tweede aett, dus om Jera en Sowelu.

TWÏGRUNEN



RUNENMANDALA'S

Een leuke en effectieve manier van runenmagie is het maken van een runenmandala. Hierbij teken je eerst een mandala die het doel dat je bereiken wilt symbolisch weergeeft.

Toen ik een administratiekantoor begon, heb ik een mandala getekend die op een munt lijkt. Hij bestaat uit twee concentrische rode cirkels met daarbinnen goudkleur. In de buitenste rand heb ik in Ogham de naam van mijn kantoor geschreven op een ronde lijn die een torc (symbool voor welvaart) moet voorstellen. Ook heb ik er een opkomend nieuw maansikkeltje in getekend om aan te geven dat het om een begin gaat dat nog moet groeien. In de middelste cirkel heb ik een bindrune van Fehu en Raido gezet.

Hierna heb ik de mandala in een ritueel opgeladen. Ik heb eerst de cirkel getrokken op de gewone manier en heb daarna Odin en Freya aangeroepen. Ik heb hun uitgelegd wat de bedoeling was en gevraagd om me te helpen bij het opzetten van mijn bedrijf. Hierna ben ik gaan zitten met de mandala op ooghoogte voor me op het altaar.

Ik ben een ademhalingsoefening gaan doen waarbij ik telkens vier tellen inademde, twee tellen de adem vasthield, vier tellen uitademde en mijn longen twee tellen leeg liet. Na een tijd ben ik bij het uitademen de gebruikte runen gaan uitspreken, Fehu-Raido, en visualiseerde ik dat ik energie gaf aan de mandala. Bij het inademen visualiseerde ik dat de energie van de mandala naar mij stroomde. Dit heb ik een hele tijd gedaan, tot ik voelde dat het genoeg was.

Hierna heb ik de mandala in mijn handen genomen en ben deosiel de cirkel gaan rondlopen terwijl ik de volgende chant herhaalde:

*Eko, Eko, Azarak;
Eko Eko, Zamilak;
Eko, Eko, Karnayna;
Eko, Eko, Aradia*

Hierbij liep ik steeds sneller en herhaalde de chant steeds harder tot ik bijna duizelig werd. Toen stopte ik abrupt, met mijn gezicht naar het

altaar. Ik zei de chant nog een keer en legde de mandala daarna op het pentakel, waarbij ik zei:

Zo moet het zijn!

Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Vervolgens heb ik het koekjes-en-wijnritueel gedaan, de goden bedankt en de cirkel weer afgebroken. Ten slotte heb ik de mandala voor in de klapper gedaan waar ik mijn eigen boekhouding doe en daar zit hij nog steeds.

Zulke mandala's kun je voor elk willekeurig doel maken en op deze manier opladen. Als je ze voor iemand anders maakt, kun je er het beste ook een spell bij maken en tegen de betreffende persoon zeggen dat hij of zij minimaal één keer per dag aandachtig naar de mandala moet kijken en daarbij negen keer de spell hardop moet herhalen.



MAGISCHE ZELFVERDEDIGING

Als je als heks met magie werkt, is magische zelfverdediging een belangrijke vaardigheid. Niet omdat er overal zwarte magiërs op de loer liggen om jou lastig te vallen, maar wel omdat je allerlei energieën en spirituele wezens oproept die behalve hulpvaardig ook gevaarlijk kunnen zijn. Het werken met occulte technieken als divinatie en magie vereist een stabiele geest die niet gemakkelijk uit zijn evenwicht te halen is.

Een eerste vereiste voor veilig werken met magie is zelf stevig geaard zijn en lekker in je vel zitten. Daarom is het goed om voor je begint met een divinatie, healing of ritueel eerst de grondingsoefening te doen uit het hoofdstuk over de vier elementen. Nog beter is het om deze oefening dagelijks te doen en daarna je beide hersenhelften in balans te brengen en nog een kwartier of half uur te mediteren volgens de Vipassanamethode. Zo hou je jezelf energetisch en geestelijk sterk en in evenwicht.

Als je samen met anderen rituelen doet, zullen jouw energieën zich vermengen met die van anderen. Op zich is dat geen probleem, dat gebeurt in het dagelijks leven immers de hele dag door, maar soms kan het wel vervelend zijn. Zeker in rituelen waarbij veel verschillende energieën werkzaam zijn, kun je daar last van hebben.

Het helpt hierbij als je zelf veel energie hebt, want net als water stroomt energie van vol naar leeg. Om te zorgen voor een krachtige aura, waarbij de energieën van de zeven chakra's in balans zijn, kun je voorafgaand aan een groepsritueel de aura-oefening doen die beschreven staat in het hoofdstuk over healing. Als dat niet voldoende is, kun je op het moment zelf je energie aanvullen met een eenvoudige ademhalingsoefening. Je ademt dan langzaam heel diep in en visualiseert dat je pure witte levensenergie naar binnen zuigt, houdt je adem even vast en ademt dan weer langzaam helemaal uit. Hierbij visualiseer je dat de levensenergie je hele lichaam en aura vult. Dit doe je negen keer. Telkens als je uitademt en je aura vult, visualiseer je ook dat deze een stukje groter wordt.

Dit jezelf innerlijk sterk maken kun je nog uitbreiden met jezelf uiterlijk sterk maken. Neem een krachtige, rechte houding aan in rituelen en zorg dat je rituele kleding en spullen kracht uitstralen. Als je een heksen naam hebt, neem er dan een die bij je past én je sterker maakt. Boselfje als heksen naam zal minder goed beschermen tegen invloeden van anderen dan Morrigan of Vuurdraak als magische identiteit. Net als in het dagelijkse leven is je eigen presentatie van grote invloed op je kwetsbaarheid tegenover anderen.

Als je desondanks toch last hebt van de energie van bepaalde personen kun je je daar met visualisaties tegen wapenen. Visualiseer een muur, schild of spiegel tussen jou en die ander en zijn/haar energie kan jou veel minder goed bereiken.

Tijdens het voltrekken van rituelen kun je jezelf beschermen door een degelijke cirkel te trekken. De magische cirkel is niet alleen een plek tussen de werelden en buiten tijd en ruimte waar je je rituelen kunt doen, de cirkel is ook een energetische muur die jou beschermt tegen invloeden van buiten. Een goede cirkel kan wandelaars en loslopende honden bij je weghouden als je buiten werkt, maar ook ongewenste energieën kunnen er niet doorheen komen.

Verder is het natuurlijk heel belangrijk dat je weet wat je aan het doen bent. Het kan een zeer opwindende of angstige ervaring zijn als je Odin oproept en je merkt dat hij nog komt ook! Als je je van tevoren goed in Odin hebt verdiept en serieus rekening houdt met het feit dat hij kan komen, heb je jezelf al enigszins voorbereid op een dergelijke ervaring en kun je je balans beter bewaren. Magische en spirituele krachten oproepen is niet zo moeilijk, het gaat erom dat je ze ook kunt hanteren!

HEKSENFLES

Een oude en beproefde manier om jezelf tegen magische of energetische aanvallen van mensen, heksen of spirituele wezens te beschermen is het maken van een heksen fles. Dergelijke flessen zijn sinds de zestiende eeuw vooral in Groot-Brittannië en de Verenigde Staten in gebruik geweest. Je neemt hiervoor een fles met daarop de afbeelding van een gezicht of

een mens. Historisch werden hiervoor vaak baardmankruiken gebruikt. In deze fles stop je haren, nagels, huidschilfers, speeksel, urine, sperma en/of bloed van jezelf en een ijzeren spijker. Hierna stop je er een kurk in en bind je die nog eens extra vast met een rode draad. Bij het vastbinden herhaal je de volgende spell:

*Heksenfles bescherm mij,
leid alle kwaad aan mij voorbij,
weer alle kwaad voor mij af,
bescherm mij tot in het graf.*

Ten slotte begraaft je de heksenfles bij volle maan in je tuin of ergens in de buurt van je huis. Het idee is dat magische aanvallen tegen jou afgeleid worden door de fles en zich daarop gaan richten. De fles kan ertegen en jij hebt nergens last meer van.

AFWEER- EN BINDINGSRITUEEL

Toch kan het ondanks alle voorzorgsmaatregelen gebeuren dat iemand je op de een of andere manier blijft lastigvallen. Dat kan magisch zijn, door je energie af te tappen of je nachtmerries of kleine ongelukjes te sturen, maar ook heel aards: door je te belasteren, te bedriegen of te bestelen. In dat geval kun je het onderstaande afweer- en bindingsritueel doen, waarbij de af te weren en te binden persoon A.D. genoemd wordt.

Het afweer- en bindingsritueel begin je door op de gewone manier de cirkel te trekken, jezelf af te stemmen en de goden op te roepen en hun uit te leggen wat je gaat doen. Hierna ga je zitten, doet een ademhalingsoefening en zingt dan de chant 'Isis, Astarte, Hecate, Demeter, Kali, Inanna'.

Als je voelt dat het genoeg is, stop je met zingen en pak je een (zwarte) spiegel. Je gaat voor het altaar staan met de spiegel naar buiten gericht en zegt: *Ik weer alle invloeden van A.D. af en stuur ze naar hem terug!* Hierna loop je met de spiegel naar buiten gericht naar het Oosten en herhaalt daar de tekst. Vervolgens loop je door naar het Zuiden en Westen en herhaalt ook daar de tekst. Daarna loop je door naar het altaar in het Noorden en zegt: *Ik weer alle invloeden van A.D. af en stuur ze*

naar hem terug, moge hij oogsten wat hij zaait!

Nu neem je een voorwerp dat de persoon voorstelt die je wilt binden. Dat kan een foto zijn, een plukje haar of een papiertje waar zijn of haar naam en sterrenbeeld op staan geschreven. Je maakt hier een rolletje van en je wikkelt daar een rood koord of garen omheen terwijl je de volgende tekst herhaalt:

A.D., ik bind je gedachten, je doet mij geen kwaad meer,

A.D., ik bind je woorden, je doet mij geen kwaad meer,

A.D., ik bind je daden, je doet mij geen kwaad meer,

A.D., ik bind je, je doet mij geen kwaad meer!

Als je de rode draad er vaak genoeg omheen gedraaid hebt, bind je hem vast met negen magische knopen en bij elke knoop zeg je nog eens keer de bovenstaande tekst. Hierna leg je de gebonden 'persoon' op het pentakel en zegt:

Zo moet het zijn!

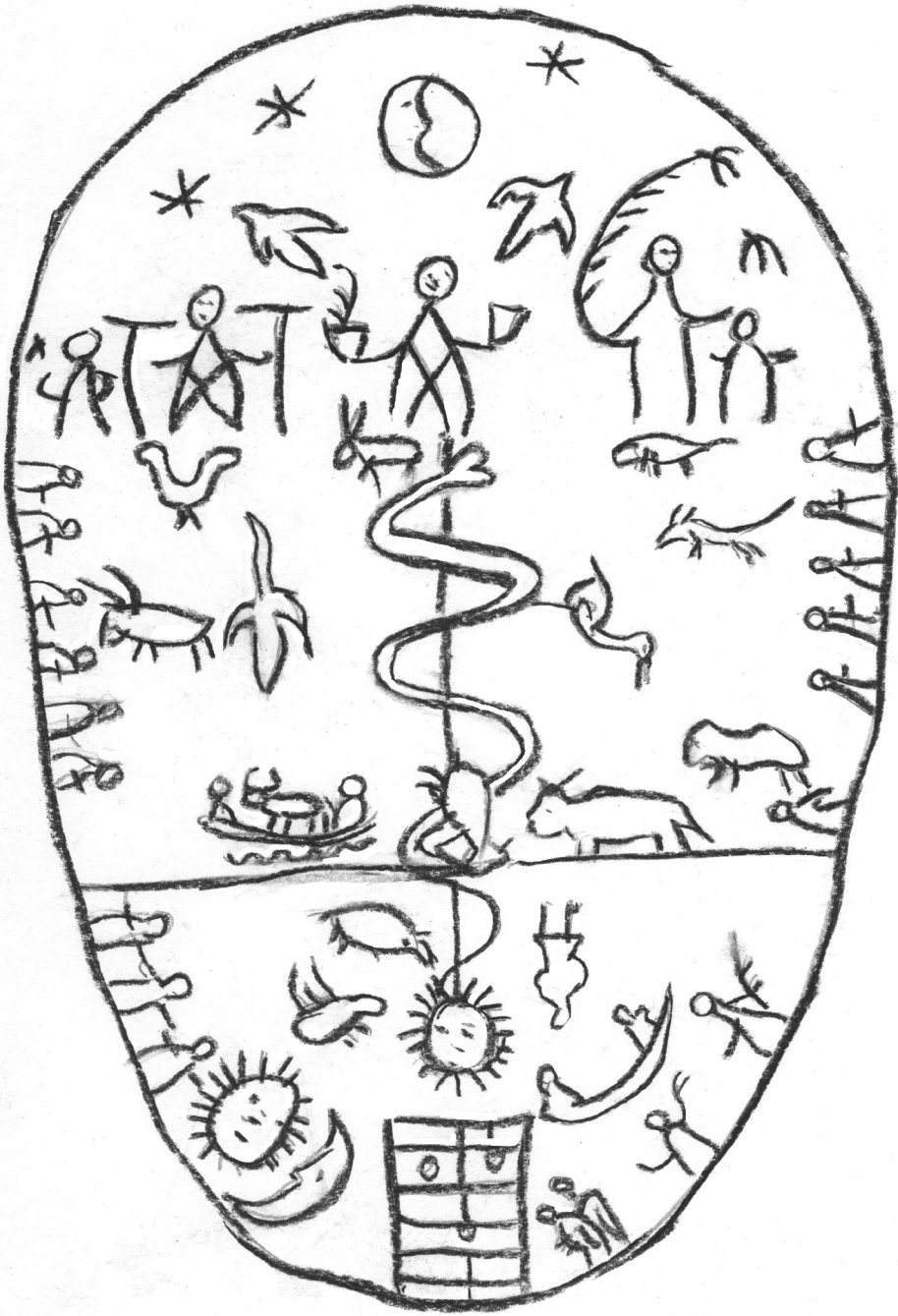
Zo zal het zijn!

Zo zij het!

Ten slotte neem je een citroen en snijdt deze doormidden. Je legt de gebonden 'persoon' tussen de twee helften en voegt die dan weer samen. Je prikt er negen satéprikkers of andere stokjes doorheen om te zorgen dat de twee helften en de gebonden 'persoon' op hun plaats blijven. Bij elk stokje zeg je de tekst: *A.D., je bestaat niet meer voor mij!*

Dan leg je de citroen met de gebonden 'persoon' en de negen stokjes weg (niet op het altaar!) en je zingt de chant 'Isis, Astarte, Hecate, Demeter, Kali, Inanna' tot je voelt dat je weer helemaal rustig bent. Dan doe je het koekjes-en-wijnritueel, bedankt de goden en breekt de cirkel op de normale manier af. De citroen met de gebonden 'persoon' en de stokjes begraaft je daarna in de aarde, waar hij rustig kan weggroten. Dit ritueel kun je het beste met afnemende of donkere maan doen.

Met dit afweer- en bindingsritueel bescherm je jezelf goed tegen ongewenste invloeden van andere personen zonder deze personen te schaden.



SJAMANISME

Het Sjamanisme is een verzamelnaam voor allerlei technieken waarbij een vorm van trance wordt opgewekt en gebruikt om te divineren, aan healing te doen en magie te bedrijven. Trance wil zeggen dat er een verandering in je bewustzijn, in je geest, optreedt waardoor je waarneming en je focus veranderen. Dit kan spontaan optreden zoals bij dagdromen, intense concentratie of in je slaap, maar het kan ook bewust worden opgewekt door meditatie, drugs en andere sjamanistische technieken.

In het Sjamanisme wordt ervan uitgegaan dat je via trance toegang hebt tot de Andere Wereld en contact kunt leggen met de wezens die daar leven. In trance kun je hun vragen stellen en met hen samenwerken om een bepaald doel te bereiken. Binnen het Paganisme en de Hekserij wordt hiervoor vooral gebruikgemaakt van sjamanistische technieken van de oude Europese volken zoals de Germanen, Kelten, de Sami uit Lapland en in mindere mate met technieken uit Siberië en van de Noord-Amerikaanse indianen.

In dit hoofdstuk zal ik de geschiedenis van het Sjamanisme in Europa en het verband met Paganisme en Hekserij beschrijven. In volgende hoofdstukken komen dan verschillende sjamanistische technieken aan bod.

GESCHIEDENIS VAN HET SJAMANISME

Het woord 'sjamaan' komt uit de taal van de Evenken, een Siberische stam, en betekent 'de extatische'. Hiermee werd een soort tovenaars-anex medicijnman aangeduid die in trance de Andere Wereld bezocht en daar met de geesten samenwerkte (of hen juist bestreed) om ziektes te genezen, antwoorden op vragen te vinden, voor een goede jacht te zorgen of magie te bedrijven. Het woord 'sjamaan' komt dus uit Siberië, maar mensen die werken met sjamanistische trancetechnieken komen wereldwijd voor.

In zijn puurste vorm vinden we het Sjamanisme vooral bij groepen mensen die leven als jager-verzamelaars en het Sjamanisme is dan ook ontstaan in de tijd dat alle mensen zo leefden, de oude steentijd. Van veel grotten in Frankrijk en Spanje is bekend dat het plekken waren waar religieuze rituelen gehouden werden die hoogstwaarschijnlijk van

sjamanistische aard waren en gepaard gingen met trance. Deze rituelen werden gehouden op moeilijk bereikbare plekken diep in de aarde, vergezeld van muziek en dans en schaars verlicht door fakkels. Door het flakkeren van de vlammen leken de schilderingen op de muren te bewegen en in veel gevallen werd deze suggestie nog eens versterkt door de plek waar de schildering gemaakt was. *Special effects* uit het Paleolithicum.

Er zijn uit deze periode ook stenen schijfjes bekend waarop aan twee kanten hetzelfde dier is afgebeeld in een andere houding. Deze schijfjes hebben een gat waar waarschijnlijk een touwtje doorheen gezeten heeft waaraan het kon draaien. Hierdoor krijg je een filmisch effect, waardoor het afgebeelde dier lijkt te bewegen. Voor ons in onze beeldschermcultuur stelt dat niet zo veel voor, maar voor de mens van toen moet dit zeer indrukwekkend zijn geweest. Het is heel voorstelbaar dat dergelijke schijfjes in een beschilderde heilige grot tijdens een ritueel een sjamanistische trance kunnen opwekken.

Hiernaast zijn er ook andere aanwijzingen voor Sjamanisme in deze periode, in de vorm van tekeningen van wezens die half mens en half dier lijken te zijn (en in één geval ook nog op een fluit spelen) waarvan men denkt dat het sjamanen voorstellen.

Ook het reizen naar de Andere Wereld is afgebeeld in de vorm van geschilderde dieren die uit de rotswand tevoorschijn lijken te komen of er juist in lijken te verdwijnen. Andere geschilderde voorstellingen lijken te wijzen op het uitvoeren van jachtmagie, een van de taken die sjamanen in veel traditionele samenlevingen nog steeds hebben. Veel van de abstracte afbeeldingen in grotten zouden voort kunnen komen uit visioenen na het gebruik van hallucinogene middelen. Iets wat ook bij het Sjamanisme hoort.

Vanaf de middensteentijd zijn er ook graven bekend van mensen die hoogstwaarschijnlijk sjamaan zijn geweest. Het zijn mensen die een begrafenis hebben gehad die met veel meer rituelen gepaard ging dan gebruikelijk was en die in plaats van de gebruikelijke gereedschappen en wapens vooral symbolische en ceremoniële grafgiften meekregen, zoals botten van verschillende dieren of ivoeren staven met een ceremoniële

functie. Bij een aantal van dergelijke graven valt op dat er zware stenen of een netwerk van takken over het lichaam zijn gelegd, vermoedelijk om te voorkomen dat de (geest van de) overledene terugkeerde uit de dood. Het feit dat dit maar weinig gedaan werd, wijst erop dat het risico hierop bij deze overledenen groter was dan normaal, misschien omdat ze ook bij leven al in staat waren om naar de geestenwereld te reizen. Ook uit het Neolithicum, de nieuwe steentijd, zijn dergelijke graven van vermoedelijke sjamanen bekend. In Engeland is een graf uit de eerste eeuw gevonden dat hoogstwaarschijnlijk van een sjamaan was, gezien het feit dat hij als grafgift medische instrumenten, divinatiestaven en hallucinogene planten meekreeg.

In het Neolithicum vinden we de aanwijzingen voor Sjamanisme niet alleen in graven maar ook in de megalithische monumenten uit deze periode. Veel van deze monumenten zijn versierd met abstracte rotsgravures, die mogelijk afkomstig zijn uit door hallucinogene planten opgewekte visioenen. Dergelijke planten – zoals paddestoelen, papaver, nachtschades en hennep – werden vermoedelijk in de oude steentijd al gebruikt door sjamanen, maar vanaf de nieuwe steentijd weten we het echt zeker. In heel Europa zijn in graven, bij nederzettingen en cultusplaatsen restanten van dergelijke planten gevonden. De oudste vondst in Nederland betreft wietzaden in een graf uit 2400 vjt. Ze vormen een sterke aanwijzing voor het praktiseren van Sjamanisme in deze periode.

Over Sjamanisme in de bronstijd, ijzertijd en Oudheid weten we helaas niet zo veel. Het belang van jagen en verzamelen is in deze periode al heel sterk afgenomen, de samenlevingen worden complexer en de religies zijn meer gericht op de kringlopen van zon en maan en op gepersonifieerde goden en godinnen. Hierdoor neemt de waarde van het meer op geesten en de Andere Wereld gerichte Sjamanisme af, zeker bij de meer verstedelijkte Grieken en Romeinen. Hier zien we dat er nog maar sporadisch trance wordt opgewekt in rituele context, zoals bij de aanhangsters van Dionysos en het orakel van Delphi.

Bij de Kelten zien we meer sporen van sjamanistische praktijken terug. Het geloof in een Andere Wereld, de mogelijkheid om daarnaartoe te reizen en het belang om de wezens die daar leven te vriend te houden,

zijn sterk aanwezig in de Keltische mythologie en volksgebruiken. Het gebruik van hallucinogene planten is aangetoond en wellicht is het rituele gebruik van (grote hoeveelheden) alcohol door de Kelten een methode geweest om een sjamanistische trance op te wekken.

Bij de Germanen zijn we beter geïnformeerd over het Sjamanisme. Uit de mythologie blijkt dat de Germanen negen werelden kenden en dat het mogelijk was om door die werelden te reizen. Germaanse goden en godinnen waren in staat om een dierlijke vorm aan te nemen en uit beschrijvingen is bekend dat er ook enkele groepen krijgers waren die in trance een diervorm aannamen als ze ten strijde trokken. Trance werd tot in de tiende eeuw nog gebruikt door rondreizende zieneressen om hun voorspellingen te doen.

Bij de Germanen, en dan vooral in Scandinavië, is het Sjamanisme langer blijven bestaan vanwege de afwezigheid van de Romeinse invloed, de veel latere kerstening en het contact met Finse en Sami-stammen, waar het Sjamanisme veel sterker en puurder geëxerciseerd werd. Er zijn verschillende beschrijvingen uit verschillende periodes van hoe vooral Finse sjamanen in Noorwegen, Zweden en Denemarken tegen betaling magie, healing en divinatie bedreven.

Na de kerstening nam het gebruik van sjamanistische technieken in Europa nog sterker af. De kerk keek met groot wantrouwen naar het gebruik van magie en divinatie en zeker als er trance bij te pas kwam. De meeste sjamanistische technieken en gebruiken raakten in de vergetelheid of werden ingepast in het Christendom. Rond het jaar 1000 was er in het grootste deel van Europa geen sprake meer van Sjamanisme. De Finnen en Litouwers, onder wie het Sjamanisme nog sterk leefde, werden in de dertiende en veertiende eeuw gekerstend en de Sami in de achttiende eeuw. Daar werd het Sjamanisme door zendelingen uit Zweden en Finland sinds die tijd hardhandig onderdrukt. Alleen in Siberië heeft het Sjamanisme zich kunnen handhaven tot begin twintigste eeuw, waarna het communisme het onderdrukt heeft.

Tegenwoordig beleeft het Sjamanisme een opleving onder Sami en Siberiërs die hun *roots* herontdekken en in het moderne Paganisme.

SJAMANISME EN HEKSERIJ

De sjamaan is volgens sommige wetenschappers de voorloper van de heks geweest. Zij stellen dat als samenlevingen minder afhankelijk zijn van jagen en verzamelen, en mensen zich min of meer op een vaste plaats vestigen, de samenleving complexer wordt en de religie van die samenleving meer formaliseert. In het kielzog daarvan neemt het belang van de sjamaan af.

Sjamanistische technieken blijven dan nog wel deel uitmaken van de religie en de rituelen maar de sjamaan als centrale figuur die magie, healing en divinatie bedrijft, wordt langzaam vervangen door een elite van priesters, priesteressen en stamhoofden. De sjamanen blijven hun kunsten in het geheim wel praktiseren, maar ze verdwijnen als beroepsgroep naar de randen van de samenleving en worden gevreesd en met argwaan bekeken. Zij zijn zo de eerste heksen, mensen die hun magie, divinatie en healing bedrijven buiten de officiële religie om. Voorbeelden van deze mensen zijn Finse tovenaars, Sami-sjamanen en zienersessen die rond de kerstening door Scandinavië trokken om hun diensten aan te bieden.

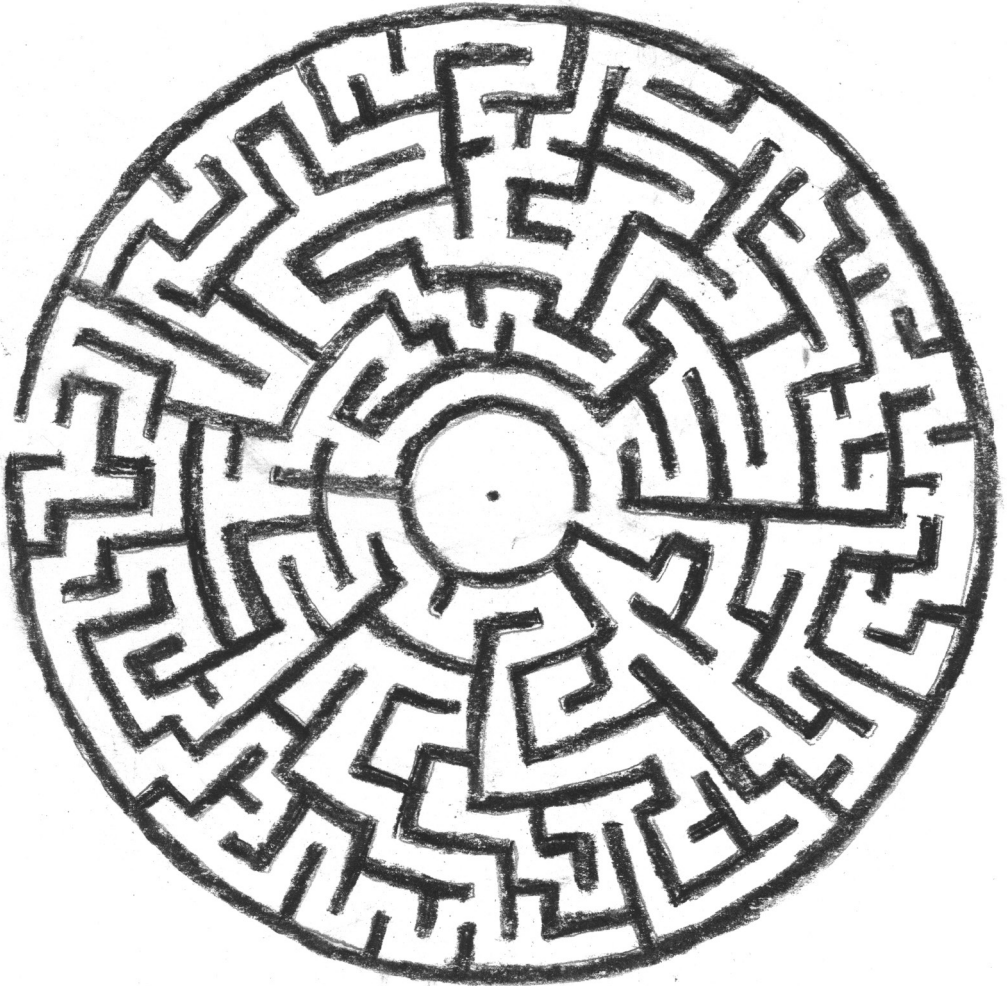
In West-Europa is het Sjamanisme al vroeg verdwenen, onder meer door de Romeinse invloed en de kerstening, maar ook hier zien we er nog sporen van binnen de Hekserij.

Zo komt het woord 'heks' waarschijnlijk van *hagetisse*, *hagedis*, een dier waarvan men dacht dat het uit de Andere Wereld afkomstig was en uit vuur werd geboren. Een ander oud woord voor heks is *walriderske*, wat 'heggerijdst' betekent. Beide woorden wijzen erop dat heksen in staat waren 'over de heg' te gaan, dus enerzijds van de normale samenleving naar het wilde gebied daarbuiten maar ook, net als een sjamaan, van deze wereld naar de Andere Wereld.

In de Middeleeuwen werd aan heksen het vermogen om te vliegen toegeschreven, vaak op een bezem of op andere voorwerpen, zoals een zeef of een zadel. Om dit te kunnen smerden ze zichzelf in met een speciale vliegzalft, gemaakt van magische kruiden en paddestoelen. Heksen konden in het volksgeloof ook op dieren vliegen, zoals een geit of een kat. Dieren als een kat, geit, hagedis of pad konden ook geesten in diervorm

zijn die heksen gezelschap boden en met hen samenwerkten. Verder geloofde men dat heksen zich in een dier konden veranderen. Dit zijn allemaal dingen die ook voor sjamanen gelden. En net als sjamanen bedreven heksen magie, divinatie en healing.

Tegenwoordig gebruiken veel heksen technieken uit het (moderne) Sjamanisme om trance op te wekken en daarmee hun kunsten te bedrijven. Ook wordt trance gebruikt om een dieper contact met de goden mogelijk te maken.



TRANCE OPWEKKEN

Binnen het Paganisme en de Hekserij worden verschillende manieren gebruikt om trance op te wekken en om vervolgens met deze trance te werken. In dit hoofdstuk zal ik de meest gangbare wat uitgebreider bespreken.

DRANK EN DRUGS

Het gebruiken van drank of andere drugs is een effectieve en eenvoudige manier van trance opwekken die vooral recreatief wordt gebruikt om in een lekkere roes te komen. Drank en drugs worden echter sinds de steentijd ook door beoefenaars van het Sjamanisme gebruikt om in trance te komen. Het gebruik van middelen als alcohol, wiet en hallucinogene paddestoelen is een eenvoudige manier om trance op te wekken, maar maakt het er meestal niet gemakkelijker op om met die trance iets nuttigs te doen. Er is een groot risico dat de trance te sterk is en de geest overheerst, waardoor de ervaring niet meer stuurbaar is. Daarom raad ik aan om alleen middelen te gebruiken waar je goed bekend mee bent en dan ook nog in een lage dosering. Zo kun je de trance blijven sturen en gebruiken voor het doel waarvoor je hem opwekt.

Zo heb ik eens een door wiet opgewekte trance gebruikt om een magische staf te vinden in een bos. Ik heb eerst een geschikte plek gezocht en ben daar een tijdje gaan mediteren. Hierna heb ik aan de goden en de geesten van het bos verteld dat ik op zoek was naar een tak om een magische staf van te maken en heb daarna een joint van pure wiet gerookt. Toen ik die op had, had het bos alle kleuren van de regenboog en ben ik in trance door het bos gaan dwalen. Zonder een bepaalde route in gedachten ben ik gaan rondlopen en op een gegeven moment werd mijn aandacht naar een bepaalde tak getrokken. Deze bleek van eikehout te zijn en precies mijn lengte te hebben. Ik heb hem met mijn zakmes wat bewerkt, de goden en de geesten bedankt en heb de tak, nu staf, meegenomen naar huis, waar ik hem nog steeds heb.

In de Noordse Traditie is het offeren en drinken van mede een belangrijk onderdeel van rituelen. In principe gaat elke dronk gepaard met een woord van dank of een vraag aan de goden, maar na een aantal rondes

neemt de plechtigheid af en de vrolijkheid toe. De deelnemers worden langzaam aangeschoten en beginnen spontaan gedichten of mythes voor te dragen, te zingen, persoonlijke dingen te vertellen of religieuze zaken te bespreken. Dit geeft een grote verdieping aan het samenzijn en ont-aardt zelden in een ordinair drinkgelag.

Dit zijn twee manieren waarop een trance die is opgewekt door drank of drugs in een ritueel gebruikt kan worden. Binnen de Hekserij zijn er veel mensen die het gebruik van drank of drugs als trancemiddel in rituelen afkeuren vanwege de risico's ervan, maar als ze met wijsheid en kennis van zaken gebruikt worden, zie ik er geen probleem in.

ZANG EN DANS

Zingen en dansen zijn twee manieren om trance op te wekken die wél algemener gebruikt worden. Denk maar aan de dansen van indiaanse of Afrikaanse stammen of de wervelende derwisjen van de soefibeweging.

In verschillende rituelen die eerder in dit boek beschreven staan, wordt gebruikgemaakt van chants en van spells die herhaald gezongen moeten worden. Bij magische rituelen raad ik vaak aan steeds sneller rond te draaien tot je duizelig wordt en bijna omvalt. Zowel het herhaald zingen als het ronddraaien zijn manieren om in een lichte trance te komen die het ritueel en de magie versterkt.

Een andere methode om trance op te wekken door zang en dans is het zogenaamde trancedansen. Hierbij ga je geblinddoekt langdurig dansen op harde, snelle en ritmische muziek. Door de blinddoek raak je alle richtingsgevoel kwijt en moet je je aandacht volledig richten op het bewaren van je evenwicht. Als je er ook nog bij zingt (liefst geen tekst maar alleen geluiden en klanken), kom je hierdoor in een diepe trance.

Deze trancevorm is vooral geschikt om in contact te komen met wezens uit de Andere Wereld. Het kan voorkomen dat er een diergeest in je komt en je bewegingen overneemt, of dat je heel krachtig de aanwezigheid van allerlei wezens voelt. Als dit je overkomt, kun je deze wezens om hulp of advies vragen en waarschijnlijk zul je dat meteen of in de dagen na het dansen ook krijgen.

UTISETA

Een *utiset*a is de Germaanse versie van de indiaanse *vision quest*, waarbij iemand zich een paar dagen en nachten terugtrekt in de natuur. Daar heeft hij geen contact met andere mensen, neemt geen voedsel (en soms ook geen drinken) tot zich en slaapt niet of weinig. De eenzaamheid, honger en vermoeidheid zorgen dan voor een trance, die nog versterkt kan worden door langdurig mediteren en/of het uitvoeren van rituelen.

Bij de Germanen werd deze vorm van trance opwekken vooral gebruikt door zieners en zieners. Zij gingen hiertoe onder een dierenhuid op een (graf)heuvel zitten of op een kruispunt van paden. De *utiset*a is bekend uit de saga's en uit wetboeken; zo was het in de negende en tiende eeuw in Engeland voor vrouwen verboden op heuvels onder huiden te zitten. Het dertiende-eeuwse IJsland kende een verbod op buiten zitten om trollen wakker te houden en heidense zaken te praktiseren.

Bij de *utiset*a zit de zieners op een grafheuvel of een kruispunt. Kruispunten zijn van oudsher beschouwd als magische plekken die verbonden zijn met de dood. De zieners zit onder een dierenhuid om zichzelf af te schermen van licht, geluid en andere prikkels uit de wereld om haar heen. Er wordt als het ware een ervaring van in het graf zijn gesimuleerd. Door hier lang te zitten, zonder eten of drinken, wordt een trance opgewekt, die meestal als doel heeft om contact te leggen met het dodenrijk en/of de voorouders.

Mediteren op grafheuvels en in megalithische monumenten is bijna altijd een heel fijne ervaring. Meestal krijg je er een gevoel van stabiliteit, eeuwigheid en rust van en heb je veel nieuwe energie na afloop. Een enkele keer is het echter al gauw duidelijk dat de daar wonende geesten je aanwezigheid niet op prijs stellen en dan kun je beter snel weer weggaan. Mijn enige echt lange *utiset*a was de nacht na de begrafenis van een van mijn beste vrienden. Ik ben toen naar een kuil in het bos gegaan die hij en ik als kind samen gegraven hebben en heb daar bij een kampvuur een nachtwake voor hem gehouden. Dat was een heel bijzondere en emotionele nacht, waarbij ik goed afscheid heb kunnen nemen van mijn vriend en hij van mij.

Uiteraard hoeft het doen van een *utiset*a niet te beperken tot grafheuvels en dergelijke: ook andere plekken in de natuur zijn heel geschikt

om te mediteren en/of trance op te wekken om contact te leggen met de Andere Wereld. Mediteren in de natuur geeft mij altijd een sterk gevoel van verbondenheid met de aarde en alles wat daarop leeft. Deze verbondenheid kan ik nog versterken als ik (na een tijd in de natuur gemediteerd te hebben) trance opwek door bijvoorbeeld betekenisloze klanken te gaan zingen of ritmisch twee stokken tegen elkaar te slaan.

DROMEN

Een vorm van trance die we iedere nacht ondergaan, is de slaap. Van deze trance is vooral de fase waarin we dromen van belang. Dromen worden al zolang er mensen zijn beschouwd als boodschappen uit de Andere Wereld en/of ons onderbewuste. Vrijwel alle oude heidense culturen kenden dan ook wel een of andere vorm van tempelslaap, een ritueel waarbij iemand in slaap gebracht wordt om in zijn of haar dromen antwoord te vinden op bepaalde vragen.

Zo'n ritueel is ook nu nog heel eenvoudig uit te voeren. Je maakt voor de gelegenheid een klein altaar op je slaapkamer met daarop iets wat verband houdt met je vraag en daaromheen stenen als maansteen, amethyst, aquamarijn en rozenkwarts. Je brandt er lavendelwierook bij en legt ook zakjes lavendel in je bed. Hierna ga je douchen en gebruikt een rustgevende etherische olie als lavendel daarbij. Vervolgens ga je voor je altaar zitten, nodigt je goden en godinnen uit en vertelt hun wat je vraag is. Je vraagt ze of ze je in een droom antwoord willen geven en gaat naar bed om te slapen. Hoogstwaarschijnlijk zul je die nacht in een droom antwoord krijgen en de volgende ochtend bedank je de goden daarvoor. Dit doe je ook als je denkt dat je geen antwoord hebt gehad, want het kan zijn dat je het je niet meer herinnert en dat het later weer terugkomt.

Om je slaap als trancemiddel en je dromen als informatiebron te gebruiken, moet je eerst leren je dromen te onthouden. Hiervoor kun je het beste een droomboek aanleggen, een schrift dat naast je bed ligt en waarin je zo gauw je wakker bent, opschrijft wat je gedroomd hebt. Zelfs als je niet méér kunt herinneren dan 'iets met een fiets', dan schrijf je dat op. Niet alleen 's ochtends maar ook als je 's nachts even wakker bent. Een andere manier om je droomgeheugen te trainen is

door voor het slapengaan in gedachten nog even de dag door te lopen, beginnend bij het moment van naar bed gaan. Dus bijvoorbeeld: ik lig nu in bed, heb me net nog gedoucht, daarvoor tv gekeken (overigens slecht voor het droomgeheugen), de afwas gedaan, gegeten, etcetera. Deze oefening zal je helpen om je dromen terug te halen als je wakker bent geworden.

Als je zo een paar maanden oefent en je dromen opschrijft, zul je zien dat je steeds beter in staat bent om je dromen te onthouden. Verder leer je om onderscheid te maken tussen dromen die betrekking hebben op de verwerking van de dag ervoor en dromen die een diepere betekenis hebben. Deze laatste zijn vaak terugkerende dromen en dromen die bijzonder levendig of indrukwekkend zijn.

De volgende stap is om die betekenisvolle dromen zo te interpreteren dat je hun boodschap begrijpt en dat is erg moeilijk. Dromen geven hun boodschap in symbolen die vaak lastig te duiden zijn. Er bestaan natuurlijk wel droomwoordenboeken, maar in mijn ervaring hebben die weinig nut. Zo staat er in een online droomwoordenboek dat als je droomt dat je een heiden bent, dat betekent dat je je energie verkeerd aanwendt. Als een gereformeerde dominee dit droomt, kan het misschien best kloppen, maar bij heidenen wijst het er volgens mij meer op dat ze dichterbij zichzelf moeten blijven en dat ze op het goede pad zijn.

Om te weten wat je dromen je te vertellen hebben, moet je dus goed kijken welke symboliek erin zit en wat die voor jou betekent. Denk over je dromen na, mediteer erop en gebruik eventueel een andere divinatiemethode zoals de tarot om de betekenis te achterhalen. Uiteraard kun je ook het ritueel voor de tempelslaap doen en de goden vragen om je een duidelijkere droom te sturen.

Een actievere manier om met je dromen te werken is het zogenaamde lucide dromen. Dit betekent dat je tijdens je droom weet dat je droomt en je droom bewust kunt sturen. Iedereen heeft wel eens de ervaring gehad dat je je in een droom opeens realiseert dat je droomt en meestal schrik je daar meteen wakker van. Als je dat wakker worden kunt onderdrukken, kun je je droom zelf sturen en bijvoorbeeld ervoor

kiezen om in je droom een boswandeling langs sprookjesfiguren te maken of je overleden grootmoeder weer te zien en te spreken.

Dit is een vorm van sjamanistisch reizen door de Andere Wereld en je kunt deze lucide dromen dan ook gebruiken om contact te leggen met de wezens die daar leven en informatie van hen te krijgen of om magische ervaringen te ondergaan. Lucide dromen is te leren; het is moeilijk en arbeidsintensief maar zeker mogelijk en het levert je een krachtige sjamanistische techniek op.

Om te leren lucide te dromen moet je eerst je droomgeheugen goed trainen zodat je de volgende dag nog weet wat je ervaringen waren. Vervolgens moet je leren om te ontwaken in je droom zonder echt wakker te worden. Dit doe je door je meerdere keren per dag af te vragen of je droomt. Als je overdag van de ene ruimte naar de andere gaat, kun je je bijvoorbeeld afvragen of je droomt of niet. Je gaat dan na of het realistisch is dat je nu in die andere ruimte bevindt. Je realiseert je bijvoorbeeld dat je in de woonkamer bent en vraagt je af of je droomt. Je kijkt de woonkamer rond en kijkt of alles is zoals het hoort, staan de normale meubels erin of zijn het andere meubels, is het hetzelfde huis en klopt het dat je in die kamer bent? Als alles klopt, kun je concluderen dat je niet droomt.

Als je van het stellen deze vragen een gewoonte maakt, zul je dat na verloop van tijd ook in je dromen gaan doen. Op het moment dat je dan op eens merkt dat er een kabouter met een kurkentrekker in je woonkamer huppelt en dat de vorm van je kamer veranderd is, kun je tot de conclusie komen dat je droomt. Dan is er de mogelijkheid dat je wakker schrikt, maar als dat niet gebeurt, kun je besluiten de woonkamer uit te lopen naar het magische woud om bij Merlijn op bezoek te gaan. Aan hem kun je dan wat vragen over magische technieken of de tarot voorleggen. Zo'n lucide droom die je zelf stuurt, is een heel bijzondere ervaring.

Zoals gezegd, lucide dromen is moeilijk te leren. Het zal dan ook een hele tijd duren voor het lukt en zelfs dan niet erg vaak. Na verloop van tijd lukt het meestal helemaal niet meer omdat je geest doorheeft dat je met je dromen knoeit. Dromen hebben een belangrijke functie in het

verwerken van de dag en het herstel van de hersenen en door lucide te dromen verstoort je deze functies. Daarom zullen je hersenen er na een tijdje voor zorgen dat het niet meer lukt. Maar de lucide dromen die je tot die tijd hebt gehad, neemt niemand je meer af.

TRANCEREIZEN

Het maken van trancereizen is de meest gebruikte sjamanistische techniek en lijkt sterk op het lucide dromen. Bij trancereizen breng je jezelf eerst in trance en daarna maak je in die trance een reis door de Andere Wereld om daar magie te bedrijven of informatie te vergaren.

Dit soort trancereizen heeft duidelijke overeenkomsten met de geleide visualisaties die eerder in dit boek aan de orde zijn gekomen. Het verschil is dat je bij een geleide visualisatie in gedachten een heel verhaal beleeft dat van A tot Z vastligt, terwijl bij trancereizen het verhaal geheel of gedeeltelijk open is. Ook de voorbereiding is anders. Bij een geleide visualisatie is dat meestal een korte (ontspannings)meditatie, terwijl voor trancereizen een trance wordt opgewekt door een of meerdere sjamanistische technieken.

De meest voorkomende manier om trance op te wekken om te reizen is door te drummen. Je kunt dit doen door zelf te drummen maar zeker in het begin is het gemakkelijker als iemand anders voor je drumt.

Je gaat hierbij in een ontspannen houding op de grond liggen met gesloten ogen terwijl een of meerdere personen bij je gaan drummen in een monotoon ritme, vaak het ritme van een hartslag. Het zingen van chants, runen of betekenisloze klanken en/of het gebruik van instrumenten als klankschalen en didgeridoos kan hier een goede aanvulling op zijn maar mag niet afleiden. Door deze geluiden raak je vanzelf in een steeds diepere trance.

Als je eenmaal in trance bent, kan de reis beginnen. Het is goed om een vast begin- en eindpunt te hebben bij je reis en alleen het middenstuk te laten variëren. In het begin kan het handig zijn als de drummer het begin en einde van de reis vertelt, zodat je dat alleen maar hoeft te volgen. In het middenstuk is er dan ruimte voor spontane gebeurtenissen of ontmoetingen.

Een typisch begin van een trancereis is dat je aan de rand van een open plek in het bos staat met in het midden een grote holle boom. Je loopt naar die boom toe en klimt via de takken naar boven of gaat via de holte naar beneden. Meestal zul je dan een dier tegenkomen dat je verder meeneemt op reis. Dit dier wordt 'reisdier' genoemd en begeleidt je op al je reizen. Je reisdier zal je ergens mee naartoe nemen waar je iets beleeft dat magische betekenis heeft of je iemand laten ontmoeten die je vragen kan beantwoorden. Hierna brengt het je terug naar de beginplek en kun je weer ontwaken uit je trance.

Het is verstandig om eerst veel van dit soort reizen in een groep te maken onder leiding van een ervaren sjamaan voordat je solo reizen gaat maken waarbij je jezelf in trance drumt. Hiervoor heb je wel een eigen drum nodig. Voor sjamanen is de drum het belangrijkste instrument, ze gebruiken hem om trance op te wekken en hun reisdier op te roepen. Het meest geschikt zijn platte drums met aan één kant een trommelvel. Je kunt de drum dan in je ene hand vasthouden en in je andere hand de trommelstok. Het beste kun je de drum zelf maken, maar kopen kan uiteraard ook. In elk geval moet je de drum eerst energetisch reinigen en inwijden voor je hem gaat gebruiken.

Behalve drums worden er ook ratels gebruikt, dit zijn meestal een soort rammelaars. Ze bestaan uit een holle ruimte van huid, hoorn of een gedroogde vrucht met daarin zandkorrels, steentjes, granen of peulen. Door de ratels heen en weer te schudden, brengen ze een ritmisch geluid voort dat trance kan opwekken.

Een variant op de ratel is een korte staf met een groot aantal belletjes eraan bevestigd. Ook deze kan door ritmisch schudden een tranceopwekkend geluid voortbrengen. Nadat ik mijn eerste drum had ingewijd, heb ik eerst een trancereis gemaakt op zoek naar een reisdier, maar tijdens mijn reis liep ik door een groot bos zonder een dier tegen te komen. De volgende dag vond ik echter een oude haaiantand in een vergeten lade en zag ik een documentaire over haaien op tv. Nog een dag later las ik een artikel over haaien in een tijdschrift en ik vroeg me af of de haai mijn reisdier was. Echt blij was ik niet met zo'n roofzuchtige vis. Ik heb weer

een trancereis gemaakt met vooraf als vraag of de haai echt mijn reisdier was en ditmaal zwom ik in zee tussen de haaien. Ze deden me niets, maar leuk vond ik het niet. 's Nachts droomde ik over de haai maar zag hem opeens heel anders: de haai was geen gevaarlijke roofvis maar een mooi, sterk en gevoelig dier dat in z'n eentje de oceanen doorkruist op zoek naar voedsel. Ik zag dat als symbool voor het zoeken naar informatie, magie, healing en wijsheid in de veranderlijke Andere Wereld en daardoor leek de haai me een heel geschikt reisdier voor trancereizen. Bij latere trancereizen heeft de haai me meegenomen over het water, onder water en zelfs door de lucht naar veel plekken waar ik antwoorden op mijn vragen kon krijgen.

Als je zelf trancereizen gaat maken is een goede voorbereiding erg belangrijk. Je moet niet alleen een trance kunnen opwekken maar er ook weer goed uit kunnen komen. Bovendien ben je in trance erg kwetsbaar voor alles wat je tijdens je reis tegenkomt. Niet alle wezens in de Andere Wereld zijn immers even vriendelijk en van een vervelende ontmoeting kun je behoorlijk in de war raken. Dat kan je een aantal slechte dagen en moeilijke nachten opleveren. Daarom geef ik hieronder een ritueel waarmee je veilig op reis kunt gaan.

Je gaat voor je altaar op de grond zitten en wel zo dat je gemakkelijk op je rug kunt gaan liggen. Je legt je drum en een blinddoek klaar en trekt daarna de cirkel op de gebruikelijke manier. Je nodigt de goden uit en mediteert een tijdje. Als je voelt dat je rustig en ontspannen bent, doe je je blinddoek om en pakt je drum. Je begint er rustig op te slaan in een willekeurig maar constant ritme en vraagt de goden en geesten om bescherming:

Gaia, Cernunnos, ik vraag uw hulp en bescherming tijdens mijn reis. Wezens van de vier elementen, ik vraag uw hulp en bescherming tijdens mijn reis. Geesten uit de Andere Wereld die mij goed gezind zijn, ik vraag uw hulp en bescherming tijdens mijn reis.

Hierna roep je je reisdier: Machtige Haai, ik roep u op om met mij op reis te gaan in de Andere Wereld.

Vervolgens leg je uit waarom je op reis wilt gaan. Dat kan zijn om een bepaalde god, godin of ander wezen te ontmoeten, om antwoord te krijgen op een bepaalde vraag of om er iets te doen of te ervaren. Tijdens

trancereizen is immers alles mogelijk: je kunt er ontmoetingen hebben, je kunt jezelf in een dier, steen of plant veranderen om te ervaren hoe dat is, of er complete rituelen uitvoeren.

Als je hebt uitgelegd wat het doel van je reis is, begin je te trommelen in het ritme van je hartslag. In het begin kun je er ook in een langzaam tempo een chant bij zingen of wat neuriën, maar na een tijdje kun je beter alleen nog maar drummen. Drum net zo lang tot je voelt dat je in trance bent en leg de drum dan naast je neer en ga op je rug liggen. Hou de trance hierbij vast.

Als je op je rug ligt, begin je je reis door je voor te stellen dat je aan de rand van een open plek in het bos staat. Kijk om je heen en zie dat er midden op de open plek een grote boom staat. Loop ernaartoe en kijk of je reisdier er is. Als je reisdier er is, laat je dan daardoor meenemen.

Is je reisdier er niet, dan loop je rustig rond de boom. Probeer met al je zintuigen te ervaren dat je op de open plek in het bos bij de grote boom bent. Roep je reisdier een paar keer, kijk of het komt en laat je dan meenemen. Als je reisdier niet komt, vraag je aan de boom waar je heen moet gaan. Misschien voel je dat je het bos in moet lopen, in de boom moet klimmen of door een holte in de boom naar beneden moet afdalen. Kijk, voel en ervaar wat er moet gebeuren en ga daarin mee.

Hierna is het een kwestie van laten gebeuren wat er gebeurt. Tijdens trancereizen kun je de wonderlijkste dingen meemaken; laat je daardoor verrassen maar niet afschrikken.

Als je je antwoorden hebt gekregen, je ontmoetingen hebt gehad of je handelingen hebt uitgevoerd, kun je weer terugkeren naar het beginpunt. Vraag je reisdier om je weer terug te brengen of volg zelfstandig de route terug naar het beginpunt. Als je weer bij de boom bent aangekomen, neem je afscheid van je reisdier en bedank je het voor zijn hulp. Je bedankt ook de andere wezens die je ontmoet hebt en loopt weer naar de rand van de open plek. Daar spreek je de intentie uit om weer naar de normale wereld terug te keren.

Vervolgens adem je een paar keer diep in en uit, beweegt je handen en voeten en gaat weer zitten. Je pakt je drum en begint te trommelen in een rustig ritme. Eventueel kun je daar een chant bij zingen. Je trommelt steeds wat sneller en harder tot je voelt dat je weer helemaal wakker bent. Dan bedank je de goden, de wezens van de vier elementen, de geesten van de Andere Wereld voor hun hulp en bescherming, je legt je drum weer weg en doet je blinddoek af.

Ten slotte doe je nog het koekjes-en-wijnritueel en daarna breek je de cirkel weer af.



WERKEN MET DE KRACHT VAN DIEREN

In het vorige hoofdstuk heb ik verschillende manieren beschreven om trance op te wekken en ben ik vooral ingegaan op het maken van trancereizen. Dit omdat trancereizen de meest gebruikte sjamanistische techniek is binnen het Paganisme en de Hekserij en omdat de mogelijkheden van het werken met trancereizen praktisch onbegrensd zijn.

Tijdens trancereizen door de Andere Wereld kun je veel verschillende soorten wezens tegenkomen zoals goden, godinnen, voorouders, faunen, elfen, trollen, reuzen, kabouters, draken, engelen, boomgeesten, bronnimfen en dieren. Alles is er mogelijk en met al deze wezens kun je samenwerken of hun om informatie vragen. Veel van de wezens die je tijdens trancereizen ontmoet, zijn vriendelijk en je goed gezind, andere staan onverschillig tegenover je en zullen je negeren en enkele zullen zich vijandig opstellen. Vooral bij deze laatste groep is het belangrijk dat je een goede band met je reisdier hebt, want dat is je belangrijkste beschermer onderweg.

Met wat voor soort wezens je in trancereizen het meest zult samenwerken is afhankelijk van je eigen persoonlijkheid en voorkeur en van de traditie of stroming waarin je werkt. Binnen de Noordse Traditie wordt veel gewerkt met de Germaanse goden en wezens uit de Germaanse mythologie, zoals dwergen, landgeesten en voorouders. Andere heksen werken weer meer met godinnen, elfen of natuurgeesten en het is dan ook een goed gebruik om wat van de koek en wijn aan hen te offeren als je een ritueel in de natuur doet.

Ik ben begonnen met natuurwezens te werken sinds ik ze af en toe kan zien in de natuur. De eerste keer dat me dit overkwam, was toen ik op La Palma verschillende bronheiligdommen van de oorspronkelijke bevolking bezocht en me afvroeg wat voor natuurwezens zij kenden in hun volksverhalen. Prompt zag ik een klein, zwart mannetje voor mijn geestesoog verschijnen.

Hierna heb ik nog een paar keer natuurwezens gezien in het bos, op de heide en in rivieren en deze keren zag ik ze echt in het landschap staan en zagen zij mij ook (met verbazing in hun ogen). Dit komt doordat het regelmatig opwekken van trance en het maken van trancereizen ervoor zorgt dat de sluier, de grens, tussen deze wereld en de Andere Wereld dunner wordt en je gemakkelijker van deze naar gene zijde gaat of in twee werelden tegelijk bent.

Dit hoofdstuk gaat echter vooral over de dieren die je in trancereizen ontmoet en hoe je met de krachten van deze dieren kunt werken. Elk dier dat je op reis tegenkomt, heeft een eigen betekenis en kan je op een bepaalde manier helpen. Ze kunnen je ergens naartoe brengen, helpen een bepaalde handeling uit te voeren of je informatie geven. Uiteraard zullen er ook bedreigende en agressieve dieren op je pad komen en deze wijzen dan meestal op een hindernis of angst die je nog moet overwinnen. Je kunt de confrontatie dan aangaan of besluiten om die nog even uit te stellen en er snel vandoor te gaan.

Globaal kom je op trancereizen drie soorten dieren tegen: reisdieren, totemdieren en krachtdieren.

REISDIEREN

Meestal zul je als eerste je reisdier leren kennen. Dit dier begeleidt je op je reizen door de Andere Wereld, brengt je naar de plekken waar je zijn moet en beschermt je onderweg. Traditioneel zijn reisdieren vaak paarden, rendieren, herten, wilde zwijnen, grote trekvogels als ganzen, zwanen en ooievaars of vissen. Soms hebben mensen in plaats van een reisdier een voertuig zoals een wagen of een kano. De meeste mensen hebben echter een vast reisdier dat hen begeleidt in de Andere Wereld. Sommigen hebben verschillende reisdieren voor reizen over water, over land en door de lucht.

Het is erg belangrijk om een goede relatie met je reisdier op te bouwen, het te respecteren en er vriendelijk tegen te zijn. Je reisdier is geen manegepony die braaf doet wat jij wilt, het is een zelfstandig en vrij dier dat uit vrije wil bereid is jou te helpen bij je reizen. Vraag het daarom altijd vriendelijk of het je wil brengen naar de plek waar je zijn moet en

bedank het achteraf ook. Om het dier extra te eren schilderen veel mensen een afbeelding van hun reisdier op hun drum en/of versieren ze de drum met haren, botjes of tanden van het reisdier.

TOTEMDIEREN

Behalve een reisdier hebben de meeste mensen ook een totemdier. Dit is een dier waarvan de eigenschappen zo sterk met die van de persoon overeenkomen dat het diens ongetemde diepste zelf vertegenwoordigt. Een groot, sterk persoon die snel heel erg boos wordt, kan bijvoorbeeld de stier als totemdier hebben; een volgzaam, waakzaam, beschermend en trouw persoon de hond en een eigenwijs, bokkig, vasthoudend en onmatig persoon als ikzelf heeft de geit als totemdier. Totemdiere spelen in trancereizen meestal geen grote rol maar kunnen je wel veel leren over jezelf. Ze fungeren als spiegel en laten je zien wat voor gedrag je zou vertonen als je je natuurlijke neigingen zou volgen. Dat is niet altijd leuk om te zien maar wel nuttig.

KRACHTDIEREN

De andere dieren die je tijdens trancereizen ontmoet, vallen in de categorie krachtdieren. Het zijn dieren die je ergens mee kunnen helpen, bepaalde eigenschappen in jezelf kunnen versterken of je informatie of een antwoord op je vraag geven. Je kunt ze eenmalig ontmoeten of regelmatig tegenkomen tijdens trancereizen of dromen en zelfs daarbuiten.

De manier waarop krachtdieren je helpen zijn heel verschillend. Soms zal een dier je antwoord geven op een vraag en andere keren is het dier zelf het antwoord. Als je je afvraagt of je vriendin je wel trouw is en je komt op reis een vrouwelijke hond tegen, dan zal dat waarschijnlijk 'ja' betekenen omdat honden voor trouw staan. Het kan echter ook zijn dat deze hond je uitlegt dat je vriendin vreemdgaat en waarom ze dat doet.

Als je bij het maken van trancereizen regelmatig op een punt komt waar je niet verder kunt omdat er bijvoorbeeld een muur in de weg staat, dan kan het zijn dat er zomaar een mol verschijnt die je helpt een tunnel onder de muur door te graven. Je kunt dan eindelijk verder reizen. Als je een trancereis doet om erachter te komen of een bepaalde rituele groep geschikt voor je is, kun je misschien de valk tegenkomen.

Valken observeren hun prooi van grote hoogte en besluiten dan om al dan niet aan te vallen. Hieruit kun je concluderen dat het goed is om de groep eerst goed te observeren en daarna pas een beslissing te nemen. Als je vervolgens later tijdens een ritueel met die groep een valk ziet vliegen, is dat een extra bevestiging dat je de juiste keuze gemaakt hebt.

Het werken met krachtdieren in trancereizen is een boeiende manier om te divineren, healen en magie te bedrijven. Je kunt de meest uiteenlopende dieren tegenkomen die je allemaal op een andere manier kunnen helpen. Het is belangrijk om je goed te verdiepen in de dieren waarmee je werkt: hoe leven ze in het wild, hoe jagen ze, wat zijn hun sterke en zwakke punten, hoe komen ze naar voren in de mythologie en volksverhalen, met welke goden en godinnen zijn ze verbonden?

Door je in dit soort vragen te verdiepen en vaak met krachtdieren te werken kunnen trancereizen een belangrijk, effectief en boeiend onderdeel van je heksenpad worden. In de volgende paragraaf zal ik een aantal krachtdieren bespreken die veel voorkomen in het Paganisme en de Hekserij.

Het werken met krachtdieren is zo oud als het Sjamanisme en stamt waarschijnlijk al uit de oude steentijd. Uit grafgiften en rotstekeningen uit die tijd kunnen we afleiden dat aan bepaalde dieren een grote symbolische betekenis werd toegekend en dat deze dieren een rol speelden in religieuze rituelen. Ook van het latere Heidendom van de Germanen en de Kelten, en in mindere mate van de Grieken en Romeinen, weten we dat dieren er een belangrijke rol in speelden en een bijzondere betekenis hadden.

Onze heidense voorouders leefden dicht bij de wilde dieren en vaak tussen de gedomesticeerde dieren en ze waren voor hun overleven, naast de oogst, afhankelijk van wat deze dieren hun opleverden. Het vlees van dieren diende als voedsel en van de botten, pezen, maag en huid werden zaken als gereedschap, touw, zakken en kleding gemaakt. Bovendien werden dieren gebruikt als last- of rijdier, om dorpen en huizen te bewaken en om mee te jagen. Het bezit van dieren betekende

welvaart en status.

Niet voor niets werden op munten vaak dieren afgebeeld en zijn de eerste twee runen uit de Germaanse Futhark Fehu (vee) en Uruz (oeros), wat respectievelijk 'materiële welvaart' en 'levenskracht' betekent.

Het doden van dieren ging gepaard met allerlei rituelen om het dier te bedanken voor zijn gaven en de goden te verzoenen met de dood van het dier. Ook de jacht was verbonden met allerlei rituelen en taboes en de jachtbuit werd met het grootste respect behandeld. Bij rituelen werden weliswaar regelmatig dierenoffers gebracht, maar deze werden beschouwd als bijzonder kostbare en krachtige offergaven. Veel dieren werden bewonderd vanwege hun kracht, snelheid of vruchtbaarheid en stonden in hoog aanzien. Verschillende dieren waren zelfs verbonden met bepaalde goden en godinnen en werden als heilig beschouwd.

Uit deze verbondenheid met en religieuze betekenis van dieren is in een ver verleden het werken met krachtdieren ontstaan zoals we dat vandaag nog kennen. In principe kan elk dier een krachtdier zijn, maar in de beschrijving hieronder zal ik me beperken tot de belangrijkste krachtdieren uit het Europese Heidendom.

Stier

De stier staat van oudsher voor mannelijke vruchtbaarheid, voor viriliteit, kracht en potentie. Op sommige menhirs in Bretagne staan stieren met grote hoorns afgebeeld en ook in verschillende grotten uit de oude steentijd staan stieren (bizons) afgebeeld. Op Kreta bewezen jonge mannen hun moed en mannelijkheid door over stieren te springen en het stierenvechten en stierenrennen in Spanje vervullen deze functie nog steeds. In de Mithrascultus is de afbeelding van de god Mithras die een stier doodt de belangrijkste afbeelding in de tempel; hierdoor geeft hij de aarde haar vruchtbaarheid. In de Griekse mythologie is de stier gewijd aan Zeus, die in de gedaante van een stier Europa ontvoert en verkracht. Behalve vruchtbaarheid staat de stier ook voor welvaart. Een goede fokstier zorgde ervoor dat de veestapel – en daarmee iemands rijkdom – toenam. Stieren werden door alle heidense volken gezien als kostbare offerdieren die bij belangrijke rituelen gedood werden.

Everzwijn

Het everzwijn staat net als de stier voor vruchtbaarheid, maar dan

vooral voor de vruchtbaarheid van de aarde. Het vrouwelijke everzwijn is gewijd aan Freya en het mannelijke aan Frey. Beiden zijn vruchtbaarheidsgodheden. Het mannelijke everzwijn is daarnaast verbonden met agressie en strijdkracht. Wilde zwijnen waren de gevaarlijkste dieren om op te jagen vanwege hun snelheid, kracht en hun slag tanden. Het zwijn was dan ook een geliefd symbool voor krijgers. Bij de Kelten was het everzwijn verbonden met de godin Arduenna, zij was een jachtgodin en de godin van de Ardennen.

In de volksverhalen van Oost-Nederland komt het everzwijn terug bij de figuur Derk met de Beer. Derk was volgens de overlevering een jager die door God gestraft was omdat hij joeg tijdens Kerstmis. Het verhaal is een lokale variant van de Wilde Jacht die rond Joel rondwaart en het land weer vruchtbaar maakt.

Slang

De slang is een dier dat altijd tot de verbeelding gesproken heeft en veel verschillende betekenissen heeft. Zo staat de slang voor mannelijke vruchtbaarheid en is hij net als de stier regelmatig afgebeeld op menhirs. Bij de Kelten wordt deze betekenis soms nog benadrukt door de slang af te beelden met de kop van een ram, een dier dat ook voor mannelijke vruchtbaarheid, potentie en stootkracht staat.

Omdat de slang een kruipend dier is dat zich verstopt tussen rotsen en onder stenen of dat zwemmend in het water leeft, werd hij ook verbonden met de Andere Wereld en dan met name met de Onderwereld. In veel heidense culturen rond de Middellandse Zee was de slang verbonden met verschillende godinnen. De slang werd gevreesd omdat hij kan bijten en soms giftig is, maar ook vereerd vanwege het feit dat hij periodiek vervelt en een nieuwe huid krijgt. Hierdoor werd de slang verbonden met genezing, transformatie en wedergeboorte.

Haas

Hazen zijn over het algemeen schuwe dieren die zich niet snel laten zien. Alleen in de lente, de paartijd, verandert dit en vertonen ze zich zelfs overdag openlijk. Ze rennen dan wild achter elkaar aan en vechten met elkaar. Door dit gedrag is de haas in veel culturen verbonden met

hekserij. De hazen zouden dansende heksen in vermomming zijn. De haas is in de Germaanse mythologie gewijd aan de godin Eostra en verbonden aan de terugkerende vegetatie in de lente.

Zalm

De zalm is een vis die geboren wordt in zoet water, vervolgens naar zee trekt en later weer terugkeert naar het zoete water van zijn geboorteplek om te paaien en eitjes af te zetten. Dit bijzondere gedrag maakte de zalm voor veel heidense volken tot een bijzondere vis.

Sowieso waren vissen vaak verbonden met de Andere Wereld, meer specifiek met het dodenrijk. Er zijn aanwijzingen dat voor veel volken in de nieuwe steentijd het dodenrijk onder water lag en dat zij vissen beschouwden als de zielen van de overledenen. Het eten van vis was bij deze volken een taboe.

De Kelten gingen ervan uit dat de zalm tijdens zijn periode op zee in de Andere Wereld verbleef en daarna niet alleen terugkeerde om eitjes af te zetten maar ook om de wijsheid van de Andere Wereld aan de mensen over te brengen. De zalm staat dan ook voor kennis, wijsheid en inspiratie.

Hond

De hond was het eerste dier dat door mensen is gedomesticeerd. Al in de middensteentijd hadden mensen honden om hun woningen te bewaken en te helpen bij de jacht. In Zweden is een grafveld uit die tijd gevonden met enkele graven van honden. Archeologen vermoeden dat dit graven zijn van mensen die op zee verdronken zijn en daardoor niet begraven konden worden. In plaats van hen is daarom hun hond begraven. In de Griekse en Noordse mythologie wordt het dodenrijk bewaakt door een hond en de godin Nehalennia wordt vaak afgebeeld met een hond. Honden staan voor waakzaamheid en trouw maar ook voor de jacht.

Paard

Het paard stond bij onze heidense voorouders in hoog aanzien. Aan het einde van de nieuwe steentijd werd in het Engelse Uffington al een paard van 110 meter lang op een heuvel afgebeeld en ook op Keltische munten staan vaak paarden. Bij de Kelten was het paard vooral gewijd aan de vruchtbaarheidsgodin Epona. In sommige mythen bracht zij de zielen

van de overledenen naar het dodenrijk. Epona was eveneens erg populair bij de Romeinse cavalerie en deze godin is dan ook een van de weinige uitheemse godinnen die een plek kregen in de Romeinse staatsreligie.

Voor de Germanen waren paarden heilige dieren die in direct contact met de goden stonden. Uit hun gehinnik en gesnuif kon de wil der goden afgeleid worden en het eten van paardenvlees was een belangrijk offer en onderdeel van rituelen. Odin reed op het achtbenige paard Sleipnir en kon hiermee zelfs naar het dodenrijk rijden. Bij de Grieken was het paard gewijd aan de zeegod Poseidon en verantwoordelijk voor hoge golven en aardbevingen. Het gevleugelde paard Pegasus ontstond uit het lichaam van Medusa nadat haar hoofd was afgehakt. Hij droeg bliksemflitsen voor Zeus en overal waar zijn hoeven de aarde raakten, werd het lente en ontstonden er bronnen.

Paarden worden in veel heidense en sjamanistische culturen gezien als dieren die in staat zijn om naar de Andere Wereld, en vooral naar het dodenrijk, te reizen en zijn dan ook heel populair als reisdier bij trance-reizen. Hiernaast staat het paard voor kracht, moed en doorzettingsvermogen en voor seksualiteit.

Zwaan/gans

De zwaan en de gans zijn watervogels en werden al heel vroeg als bijzondere dieren beschouwd. Ze konden immers niet alleen vliegen maar ook goed zwemmen en zich op het land bewegen. Hierdoor ging de mens ervan uit dat ze door meerdere werelden konden reizen. Bovendien zijn het allebei trekvogels die maar een deel van het jaar aanwezig zijn en daarna naar een (vroeger) onbekende bestemming vertrekken. De zwaan is in de Keltische en Griekse mythologie vaak een mens of god die van gedaante is veranderd. In de Noordse mythologie zijn het vogels met grote wijsheid die gedronken hebben uit de bron van Urd, de bron van alle kennis over het lot. De gans is gewijd aan de godin Holda en verbonden aan de Andere Wereld en het dodenrijk. Beide vogels staan voor magie en betovering en boodschappers uit de Andere Wereld. Het zijn allebei geschikte reisdieren.

Kat

Gedomesticeerde katten duiken pas in de vroege ijzertijd op in Europa en

worden meteen erg populair als gezelschapsdier en als jager op muizen, ratten en ander ongedierte. Ze worden echter ook meteen met argwaan bekeken vanwege hun eigenwijze gedrag, hun nachtelijke tochten en hun in het donker oplichtende ogen.

De kat is gewijd aan de godin Freya, die soms rijdt in een door katten getrokken wagen. De verbintenis met Freya komt door het promiscue gedrag van krolse poezen en doordat katten zowel heel aanhankelijk als ook fel-agressief kunnen zijn. In het volksgeloof hebben katten vaak meerdere levens en zijn ze verbonden met hekserij. Van heksen werd gedacht dat ze zich in katten konden veranderen en dat ze vaak een (boze) hulpgeest in de gedaante van een kat bij zich hadden.

Vos

De vos staat in de meeste culturen voor een intelligent dier dat sluwe streken levert. Soms is het een gemeen dier, maar meestal zijn de streken van de vos redelijk onschuldig en leren ze iemand een waardevolle les. Verder heeft de vos vaak magische krachten en is hij zeer welbespraakt.

Valk

De valk is gewijd aan de godin Freya. Zij bezat een valkenkleed dat haar in staat stelde om te vliegen. De valk is net als de meeste andere roofvogels een veelvoorkomend krachtdier. Valken hebben de gewoonte om hoog boven een weiland in de lucht stil te hangen ('bidden') tot ze een prooi zien en die dan in een snelle duikvlucht te verschalken. Andere roofvogels zweven hoog in de lucht op een thermiekbel of zitten op een paal of boomtak en kijken vandaar uit naar potentiële slachtoffers. Ze staan dan ook voor oplettendheid, een snelle inschatting van de situatie en, daarna, voor snelle gerichte actie.

Valken en andere roofvogels worden al heel lang door de adel gebruikt voor de plezierjacht. Het vangen van een valk is erg gevaarlijk en vergt veel handigheid. De valk staat daarom ook voor moed en behendigheid en voor een hoge sociale status.

Uil

De uil is een mysterieuze roofvogel die 's nachts jaagt, geluidloos kan vliegen en een spookachtige roep heeft. Hierdoor werd hij al vroeg als

een bijzonder dier beschouwd.

Uit versieringen van aardewerk uit de nieuwe steentijd valt af te leiden dat de uil als een goddelijke vogel werd beschouwd. Bij de oude Grieken was de uil gewijd aan de godin Athena en stond hij voor wijsheid en kennis uit de godenwereld. Ook bij andere heidense volken en in het latere volksgeloof werd de uil gezien als een wijs dier en als bringer van boodschappen uit de Andere Wereld. Soms werd de uil echter beschouwd als de bringer van slechte voortekens.

Zeehond

De zeehond werd in de mythologie van de Kelten gezien als een wezen dat zowel mens als zeehond was, een zogenaamde selkie. Selkies konden hun zeehonden huid afleggen, de gedaante van een mens aannemen en op het land onder de mensen leven. Ze hadden magische krachten en konden die zowel ten goede als ten kwade gebruiken. Bij de Inuit zijn zeehonden gewijd aan de godin Sedna, de godin van de zee die zowel leven geeft in de vorm van een rijke buit aan vissen en zeehonden, als de zielen van verdronken mensen in haar rijk opneemt. Omdat zeehonden in het water leven maar ook graag op rotsen liggen te zonnen werden ze door de oude Grieken beschouwd als de dieren van zowel Poseidon als Apollo.

Salamander/kikker/pad

Salamanders, kikkers en padden zijn amfibieën, dieren die zowel op het land als in het water leven. Ze werden daarom als bijzondere en heilige dieren beschouwd. Kikkers zijn in het volksgeloof vaak wat onhandige en vieze dieren die in feite een betoverd mens zijn en door een kus hun eigen vorm weer terug kunnen krijgen. Padden worden daarentegen vaak gezien als gevaarlijke dieren met toverkracht, het zijn vaak de begeleiders van heksen.

Salamanders worden in het volksgeloof vaak met het element Vuur verbonden: men dacht dat salamanders geboren werden uit vlammen. Dit omdat salamanders soms in rottende houtblokken gaan zitten en hiermee wel eens per ongeluk in het vuur gegooid werden. Als het dan te warm werd, kwamen ze uit het houtblok tevoorschijn. Dit gaf salamanders de reputatie magische dieren te zijn die macht hebben over het element Vuur. Ook staan salamanders door hun verschijning uit het vuur voor dood en wedergeboorte. Het feit dat hun staart weer aangroeit als

ze deze verliezen versterkt deze associatie nog eens.

Beer

De beer werd waarschijnlijk al in de oude steentijd vereerd als de 'Heer van het Woud'. Het is een van de grootste en sterkste dieren en kan rechtop lopen als een mens. Bovendien trekt een beer zich in de winter terug in zijn hol om een winterslaap te doen en komt er in het voorjaar pas weer uit, en dan vaak ook nog met een jong. Hierdoor sluit de levenswijze van de beer goed aan bij het komen en gaan van de vegetatie in de kringloop van de seizoenen.

Volgens de Finse mythologie kwam de beer vanaf de sterren naar de aarde om de heerser der dieren te worden en keerde de geest van een gestorven beer terug in het lichaam van een jonge beer. Beren onderhielden volgens de Finnen ook contact met de voorouders van mensen. Bij de oude Grieken was de beer gewijd aan Artemis, de godin van de jacht en de wilde dieren, en ook bij de Kelten was de beer gewijd aan een godin van de jacht en de wilde dieren, namelijk aan Artio.

In het tiende-eeuwse Noord-Engeland werd de beer het symbool voor heidendom in het algemeen. Op verschillende graven uit die tijd is daar een geketende beer te zien, die aangeeft dat de begraven persoon het heidendom had afgezworen en christen geworden was.

Hert

Het hert met zijn machtige gewei werd al in de steentijd als een heilig dier beschouwd. Er zijn veel voorbeelden bekend van geofferde herten en hertengeweien die als grafgift zijn meegegeven aan een overledene. Het hert was in die tijd immers een belangrijk dier: behalve vlees en huid leverde het een gewei op, waarvan verschillende gereedschappen gemaakt konden worden. In rotstekeningen uit de oude steentijd komt het hert dan ook al regelmatig voor.

Bij de plaats Naquane in de Italiaanse Alpen zijn honderden rotsgravures te zien die dateren vanaf de oude steentijd tot en met de Keltische ijzertijd en hierbij zijn opvallend veel afbeeldingen van herten. Bij een aantal hiervan is het gewei overdreven groot afgebeeld. Er zijn ook afbeeldingen van wezens die half mens, half hert zijn. Dit laat zien dat het hert in de Keltische cultuur vanaf het begin al een goddelijke status bezat. Hier vinden

we dan ook de vroegste afbeelding van de Keltische hertengod Cernunnos. Cernunnos was de god van het woud en de wilde dieren die daar leefden, van de jacht, van overvloed en van dood en wedergeboorte. Deze symboliek was ook met het hert verbonden. Herten verliezen elke herfst hun gewei en in de lente groeit er een nieuw. Omdat deze kringloop samenvalt met die van de vegetatie, werden herten gezien als dieren die nauw verbonden waren met de levenskracht in de natuur. Vanwege de gevechten van mannelijke herten in de paartijd en het feit dat een mannelijk hert een hele harem aan hinds bevrucht, stonden ze ook voor mannelijke viriliteit en vruchtbaarheid. Hiernaast treden herten in de Keltische mythologie regelmatig op als boodschappers uit de Andere Wereld. In de latere Keltische volksverhalen is het hert verbonden met de elfen die onder de grond in (graf)heuvels leven.

Bij de Germanen was het hert verbonden met de god Frey en werd het gezien als de koning van het woud. Sommige Germaanse koningen hadden dan ook afbeeldingen van een gewei op hun scepter en het hert is tevens een geliefd thema in de heraldiek.

Bij de Grieken en Romeinen was het hert verbonden met de maagdelijke jachtgodinnen Artemis en Diana.

Wolf

De wolf is een roofdier dat zowel alleen als in groepen jaagt en hierbij zowel grote als kleine prooien, van eland tot konijn, vangt en aan stukken scheurt. Ook mensen en hun veestapel vielen regelmatig ten prooi aan de wolf. Daarom werd dit dier enerzijds zeer gevreesd en anderzijds bewonderd om zijn jachttechniek, agressie en kracht en werd het door alle oude Europese volken gezien als symbool voor krijgerschap.

Bij de Germanen kwam deze associatie met krijgerschap het sterkst naar voren in de vorm van een speciale categorie krijgers, de Úlfhéðnar, die gekleed in een wolfshuid ten strijde trokken. Ze waren zeer gevreesd vanwege hun razernij en strijdlust en werden beschouwd als de krijgers van Odin. De wolf was dan ook een van de heilige dieren van deze god. Odin bezit twee wolven, Geri ('de hongerige') en Freki ('de hebzuchtige'), die hem overal vergezellen en de lichamen van gevallen krijgers opeten op het slagveld. Een andere wolf, Fenrir, is Odin minder goed

gezind: tijdens de Ragnarok, de ondergang van de wereld, zal hij Odin verscheuren. De kinderen van Fenrir, Sköll en Hati, jagen achter de zon en de maan aan en zullen deze ook tijdens Ragnarok verslinden.

Bij de Grieken was de wolf verbonden met Zeus en bij de Romeinen met de oorlogsgod Mars. Verder was de wolf verbonden met Romulus en Remus, stichters van de stad Rome, die door een wolvin waren opgevoed. Had de wolf in de heidense tijden zowel positieve als negatieve betekenissen, in de latere volksverhalen bleven alleen de negatieve eigenschappen over. De wolf was toen alleen nog maar een gevaarlijk en slecht dier dat een bedreiging vormde voor mens, dier en de beschaving in het algemeen. Men verdacht heksen ervan de wolf soms als rijdier te gebruiken en het dier werd beschouwd als de handlanger van de duivel. Het cliché van de grote boze wolf.

Tegenwoordig staat de wolf steeds meer voor het vrije, wilde en ongetemde in de natuur en in de mens en voor die aspecten van onze persoonlijkheid die we liever wegdrukken dan onder ogen zien.

Raaf

De raaf is een schuwe bosvogel die zich voedt met aas. Bij de Grieken was de raaf verbonden met Apollo en fungeerden ze als zijn boodschappers in de wereld. Bij de Germanen bezat Odin twee raven, Hugin ('gedachte') en Mugin ('geheugen' of 'geest'), die voor hem door de wereld vlogen om informatie te verzamelen. Hiermee is de raaf een symbool voor de geest van de sjamaan die op trancereis gaat.

Naast deze sjamanistische associatie wordt de raaf vooral verbonden met de dood op het slagveld. Dit omdat na elke veldslag, meer nog dan wolven, veel raven zich te goed deden aan de lichamen van de gesneuvelde strijders. Het woord 'raaf' was in de Noordse dichtkunst een veelgebruikt synoniem voor bloedvergieten en veel Vikingschepen voerden een vlag met een raaf erop als teken dat er geen genade zou zijn.

Ook bij de Kelten stond de raaf vooral voor bloedvergieten en slagvelden en was hij verbonden aan de oorlogsgodinnen Badb en Morrigan. Hiernaast staat de raaf ook in verband met de goden Bran de Gezegende en Lugh. Beide namen kunnen afgeleid zijn van een Keltisch woord voor raaf. Bran bezat een magische ketel waarmee de doden tot leven

gewekt konden worden en Lugh was een goddelijke held en koning die verbonden was met de zon en de bliksem. Hij bezat meerdere magische speren en een paard en een boot, die beide zowel over land als over water konden reizen.

Interpretatie van krachtdieren

Om te bepalen wat een krachtdier voor jou betekent, moet je goed kijken naar alle kenmerken van het dier, de biologische en de mythologische; en verder goed nadenken over wat voor associaties en ervaringen je zelf bij het dier hebt. Een kat zal voor een kattenliefhebber iets heel anders betekenen dan voor een kattenhater. Ook is het van belang in welke context je een krachtdier ontmoet. Als je de beer ontmoet aan het begin van de herfst tijdens een trancereis waarin je inzicht vraagt over hoe je je leven weer in balans kunt brengen, zal dit waarschijnlijk betekenen dat je aan een winterslaap toe bent en het een seizoen rustig aan moet doen. Kom je de beer tegen als je reist om antwoord te vinden op de vraag hoe je een bepaalde taak moet aanpakken, dan wijst het er waarschijnlijk op dat je de kracht van de beer kunt gebruiken om je taak uit te voeren.

DIERTALISMANS

Het werken met krachtdieren beperkt zich niet alleen tot trancereizen. Je kunt de kwaliteiten van je krachtdier(en) ook aantrekken met een talisman voor dat dier. Dit kan een afbeelding van het dier zijn, maar ook iets dat van dat dier afkomstig is, zoals een stukje huid, haren, veren, een hoorn, geweastang of een stuk bot.

Zo heb ik mijn tweede sjamanendrum gemaakt van geitewild (mijn totemdier) en een stuk herteleer dat verwijst naar Cernunnos, een god waar ik vaak mee werk in rituelen. Aan mijn eerste had ik een haaientand hangen om de connectie met mijn reisdier gemakkelijker te maken. De staf die ik gebruik in rituelen waarbij ik Cernunnos oproep heeft bovenaan een stuk hertengewei.

Om de kwaliteiten van je krachtdier in jezelf op te roepen kun je een talisman maken en opladen op de manier die beschreven staat in het hoofdstuk over talismans. Om jezelf beter te beschermen tegen aanval-

len en pesterijen van anderen kun je bijvoorbeeld wat naalden van een egel tot een talisman verwerken door ze in een klein speldenkussen te steken en dat bij je te dragen. Wil je zelf assertiever en agressiever worden en anderen beter van replek dienen, dan zou je als talisman een armband kunnen maken waarin de tanden van een wild zwijn verwerkt zijn. Om iemand te helpen die moeite heeft met het geven van borstvoeding zou je de rune Berkana kunnen ritsen in een stukje koeienbot en haar dat als talisman geven.

De materialen die je nodig hebt voor het maken van diertalismans zijn niet altijd gemakkelijk te vinden. Een afbeelding van het dier lukt meestal nog wel, maar echte stukjes (dood) dier zijn wat moeilijker, zeker als het om uitheemse of bedreigde dieren gaat. Sommige wilde dieren kun je gewoon in het wild vinden: haren van vossen of dassen bij hun holen, veren van inheemse gangbare vogels liggen er genoeg in elk bos of park en dieren als katten, egels, eekhoorns en dergelijke vind je helaas regelmatig langs en op de weg. Hoorns van koeien en geiten en geweien van herten zijn gewoon te koop en voor stukjes bot van een koe kun je naar de betere slager of het abattoir gaan. Stukjes van uitheemse diersoorten zijn moeilijk te vinden, maar via dierentuinen en gespecialiseerde (web)winkels is er vaak wel aan te komen. Let er daarbij wel op dat de handel in bedreigde diersoorten, dood of levend, verboden is en dat je niet de illegale stroperij gaat steunen.

SHAPESHIFTING

Een andere manier om de krachten en kwaliteiten van je krachtdier in jezelf op te roepen en te versterken is door energetisch te gedaante van het dier aan te nemen, *shapeshifting*.

Een historisch voorbeeld van deze manier van werken met krachtdieren zijn de Berserkers, een speciale groep van krijgers uit de Vikingtijd die voor de strijd een trance opwekten en daarin een blinde woede en een enorme strijd lust ontwikkelden. De Berserkers waren zeer gevreesd en hadden de reputatie dat ze vrijwel onkwetsbaar waren voor vuur en ijzer. Deze groep krijgers was te herkennen aan het berenvel dat ze droegen. Waarschijnlijk namen ze in de strijd de energetische vorm van een beer aan en kregen ze hierdoor extra kracht en moed.

Deze techniek is goed aan te leren en wordt door verschillende heksen toegepast die met sjamanistische technieken werken. Hierbij roep je je krachtdier op in je eigen aura. Je aura wordt op deze manier een energetische mengeling van jezelf en het krachtdier en bezit, tot op zekere hoogte, de eigenschappen van beide.

Om dit te doen is het belangrijk dat je eerst tijdens trancereizen een goede band hebt opgebouwd met je krachtdier en dat jullie elkaar volkomen vertrouwen. Als dit zo is, kun je aan je krachtdier vragen of het de relatie wil verdiepen om zo tot de mogelijkheid van shapeshifting te komen. De volgende stap is om een afbeelding of een talisman van het dier bij je te dragen. Ik shapeshift zelf soms met de wolf en het is me nog niet gelukt om aan materiaal voor een talisman te komen, maar ik heb wel een afbeelding van een wolf op mijn jas en een T-shirt met een wolf erop. Zulke afbeeldingen en talismans maken de identificatie van jou met je krachtdier gemakkelijker en helpen om je krachtdier snel op te roepen.

De gemakkelijkste methode om te shapeshiften is, in mijn ervaring, bij trancedans zoals beschreven in het vorige hoofdstuk. Mediteer voor je gaat dansen een tijdje om goed ontspannen te zijn en doe dan een korte trancereis waarbij je je krachtdier vraagt om van gedaante te verwisselen. Hierna ga je trancedansen en je roept tijdens het dansen je krachtdier op. Na een tijd zul je merken dat het dier in je meedanst en dat je bewegingen met die van het dier gaan versmelten. Misschien lukt je dit niet de eerste paar keer, maar de aanhouder wint.

Als het shapeshiften tijdens trancedansen goed gaat, kun je het ook proberen in andere situaties. Het gaat het best als je bezig bent met een activiteit die veel herhaling en weinig nadenken vraagt, dan kom je het gemakkelijkst in een lichte trance en kun je het krachtdier en diens eigenschappen in jezelf oproepen.

Ik ben begonnen te verwisselen met de wolf tijdens het fietsen. Als ik alleen fiets en een redelijk tempo kan halen en volhouden, is het gemakkelijk een lichte trance op te wekken en de wolf uit te nodigen. Ik roep hem letterlijk in gedachte: 'Kom wolf, kom, ren met mij wolf, ren

met mij.' Hierbij visualiseer ik eerst dat de wolf naast mijn fiets meerent en daarna dat ik zelf de wolf ben. Het geeft me extra kracht, waardoor ik langer en harder kan fietsen zonder echt moe te worden.

Je kunt de wolf ook oproepen in mensenmenigtes. Dat kost wel meer moeite, want wolven voelen zich niet thuis tussen mensen. Je gaat dan even stilstaan, doet kort wat adem oefeningen om een trance op te wekken en roept daarna de wolf in jezelf op. Hierna kun je je gemakkelijk en redelijk snel door een mensenmenigte bewegen zoals een wolf dat door dicht kreupelhout kan. Het leren shapeshiften vraagt veel inzet en geduld maar is een grote verrijking van je heksenpad.

INVOCATIES

Een invocatie is een ritueel waarbij een bepaalde godheid wordt opgeroepen in het lichaam van een priester, priesteres, sjamaan of heks. Het lijkt erg op shapeshifting. Het verschil is dat daarbij een mengeling ontstaat tussen mens en krachtdier, terwijl bij invocaties de godheid de mens tijdelijk overneemt en diens lichaam gebruikt om te spreken en te handelen.

Binnen de Wicca worden invocaties veel gebruikt bij belangrijke rituelen, zoals inwijdingen en jaarfeesten, om de goden ook fysiek bij het ritueel te betrekken. Bij de Noordse Traditie heb ik regelmatig meege maakt dat de godheid ook na het ritueel in de 'bezeten' persoon aanwezig blijft en deelneemt aan het gezellig samenzijn na afloop. Dit wordt dan 'voor paard spelen' genoemd, omdat de mens hierbij als voertuig of rijdier dient voor de godheid.

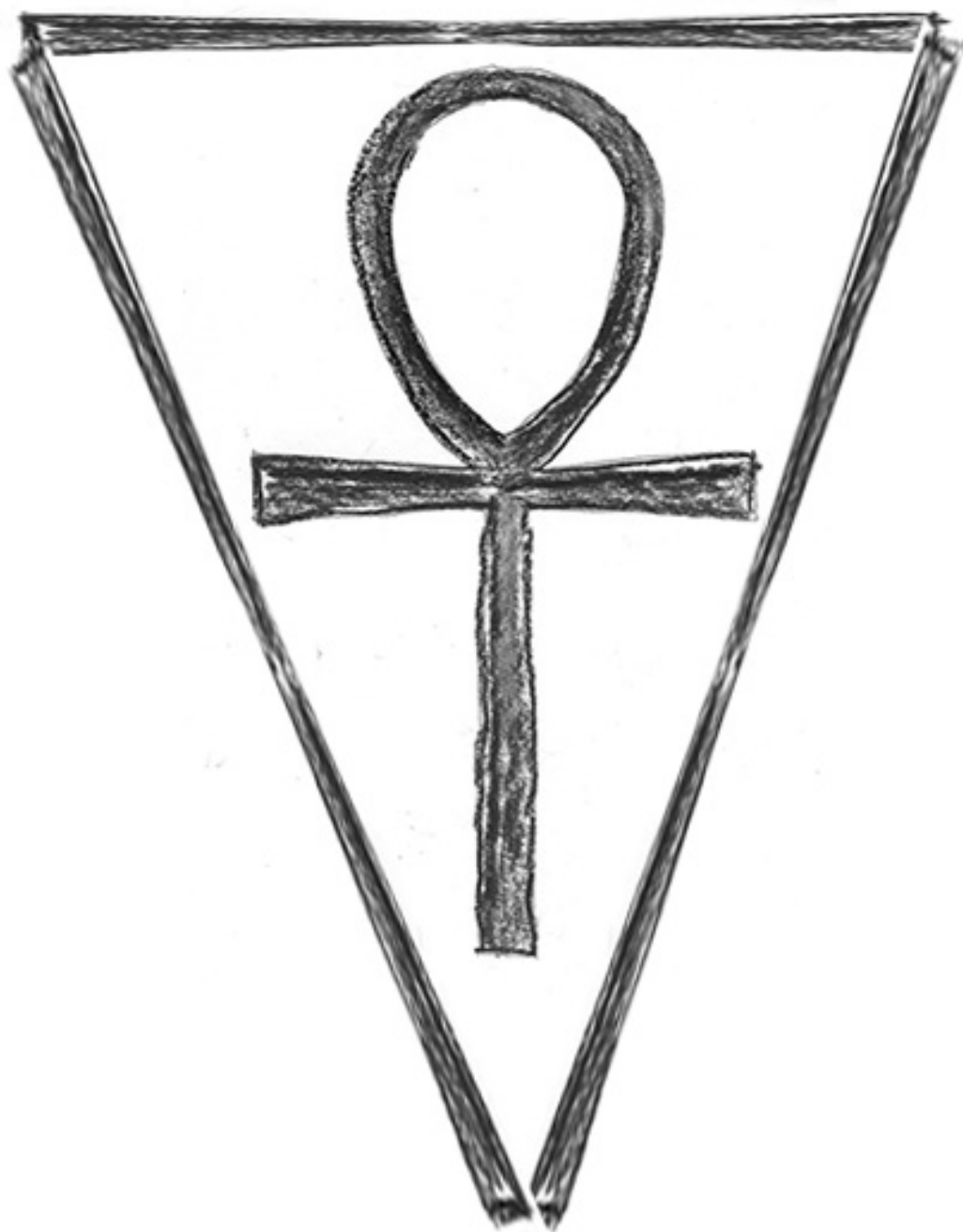
In de meeste tradities wordt een invocatie door anderen gedaan – de godheid wordt door iemand in iemand anders opgeroepen – maar het is ook mogelijk de godheid in jezelf op te roepen. De manier om dit te leren is vergelijkbaar met het leren shapeshiften. Eerst leer je een bepaalde godheid goed kennen door studie en meditatie en daarna bouw je een band op door regelmatig met hem/haar te werken in rituelen. Hierna kun je een invocatie in je ritueel invoegen. Dit doe je altijd tegen het einde van je ritueel, als laatste onderdeel voor het koekjes-en-wijnritueel. Je draagt een talisman voor de godheid die je wilt invoceren en

hiernaast zo veel mogelijk attributen die naar deze godheid verwijzen. Als je bijvoorbeeld Pan wilt invoceren kun je een talisman van geitahaar als ketting dragen, een hoofddekseel met geitehoorns en een trommel met een geitevel gebruiken. Hierop trommel je dan in een steeds sneller ritme terwijl je deosiel rondanst en de chant *Io Pan, io Pan, io Pan, Pan, Pan* steeds harder en sneller zingt.

Als je voelt dat je goed in trance bent en dat Pan aanwezig is, kun je hem aanroepen om bezit van je te nemen. Je nodigt hem uit in je lichaam met een tekst als: *Pan, Geitengod, neem bezit van mijn lichaam en geest tijdens dit ritueel, laat mij uw voertuig zijn om te handelen en te spreken*. Voel nu goed wat er gebeurt in je lichaam en volg je impulsen om iets te doen of te zeggen. Misschien wil je bepaalde rituele handelingen doen, misschien wil je verder dansen en zingen, misschien wil je iets zeggen of misschien wil je alleen maar staan blijven en Pan ervaren. Als je de trance voelt afnemen, neem je weer afscheid van Pan, je zegt: *Pan, Geitengod, ik dank u voor uw aanwezigheid in mij en ik vraag u nu mijn lichaam en geest weer te verlaten zodat ik weer mens onder de mensen ben*.

Hierna doe je het koekjes-en-wijnritueel en rond je je ritueel af.

Waarschijnlijk zul je niet elke keer een even sterke ervaring van de invocatie hebben, maar dat is niet erg. Het is juist goed om het langzaam en voorzichtig op te bouwen, en als het kan het in het begin onder begeleiding te doen, omdat de ervaring van bezetenheid erg indrukwekkend en zelfs beangstigend kan zijn. Maar als je het veilig onder de knie hebt, is een invocatie een krachtige manier om je band met de goden te versterken en te verdiepen.



ZELFDEDICATIE

Als afsluiting wil ik een ritueel beschrijven waarmee je jezelf kunt wijden aan het heksenpad. Veel heksenstromingen, zoals de Wicca, kennen een inwijdingsritueel waarmee je wordt opgenomen in die stroming, in die bepaalde groep of coven en waarin je tegenover de goden kenbaar maakt dat je het heksenpad volgt. Als je individueel werkt, zul je zo'n inwijding niet krijgen, maar wellicht wel de behoefte hebben om je heks-zijn ritueel te bevestigen tegenover de goden. Dat kan dan door middel van het zelfdedicatie ritueel dat ik hieronder beschrijf of door een soortgelijk ritueel dat je zelf opstelt.

In een zelfdedicatie ritueel maak je aan jezelf en de goden kenbaar dat je ervoor kiest om het heksenpad te volgen en je vraagt hun steun en hulp daarbij. Je kunt ervoor kiezen om hierbij ook een gelofte af te leggen of om jezelf aan een bepaalde godheid te wijden.

Een zelfdedicatie is, net als een inwijding, een heel krachtig en belangrijk ritueel waarover je goed moet nadenken. Als je in zo'n ritueel iets belooft, moet je dat ook waarmaken en als je jezelf wijdt aan een bepaalde godheid, zal deze ook eisen aan je stellen, je misschien bepaalde testen laten doormaken of bepaalde lessen leren die niet altijd even leuk zijn. Een inwijding of zelfdedicatie is een ritueel dat je niet ongedaan kunt maken. Je kunt het vergelijken met een deur die maar aan één kant een klink heeft: als je erdoorheen bent, kun je niet meer terug. Net zoals je een eenmaal opgedaan inzicht niet meer uit je bewustzijn kunt wissen.

Je kunt voor je zelfdedicatie het best een warme, onbewolkte avond kiezen met volle maan omdat het aan te bevelen is dit ritueel *skyclad* (naakt) buiten op een veilige plek in de natuur te doen. Op deze plek richt je een klein altaar in met daarop een kaars voor de goden die je gaat aanroepen/uitnodigen, een pentakel, een kelk met water, een bakje zout, een wierookbrander, je athame en je staf. Verder zet je er afbeeldingen van de goden op en een sieraad dat voor jou de Hekserij symboliseert. Voor de koekjes-en-wijn-ceremonie zet je een kelk met wijn en een schaal met twee koekjes klaar.

Ga voor je altaar staan en neem de brander met wierook in je handen. Bewierook eerst het altaar en vervolgens jezelf. Hierna loop je deoosiel de cirkel rond met de wierook en je wuift de rook naar de rand van de cirkel. Als je rond bent, zet je de wierook weer terug en neem je de athame.

Je loopt weer de cirkel rond met de athame naar buiten wijzend en tijdens het lopen spreek je de volgende tekst uit:

Ik schep een ruimte tussen de werelden van goden en mensen, een ruimte van liefde en blijdschap, de cirkel waarin ik werk.

Als je rond bent en weer voor het altaar in het Noorden staat, spreek je de volgende tekst uit:

Aarde, vruchtbare akker en harde rots, werk met mij en waak over mij in het Noorden.

Dan trek je met de athame het pentagram in de lucht waarmee het element Aarde wordt opgeroepen. Vervolgens loop je een kwart van de cirkel verder naar het Oosten en roept daar het element Lucht op:

Lucht, lentebries en herfststorm, werk met mij en waak over mij in het Oosten.

Je trekt het pentagram om Lucht op te roepen en loopt daarna verder naar het Zuiden, waar je Vuur oproept:

Vuur, verwarmende en verwoestende vlam, werk met mij en waak over mij in het Zuiden.

Nadat je het pentagram voor Vuur hebt getrokken, loop je verder naar het Westen om Water op te roepen:

Water, regendrup en diepe zee, werk met mij en waak over mij in het Westen.

Hier trek je het oproepende pentagram voor Water en daarna loop je verder de cirkel rond naar het altaar. Je legt de athame weg en je legt je beide handen op het altaar. Je kijkt naar het altaar en laat het goed op je inwerken. Dan zeg je de tekst:

Gaia, Machtige Aardmoeder; Cernunnos, Gehoornde Heer van Leven en Dood; ik vraag u bij mijn ritueel aanwezig te zijn, mij te helpen en te zegenen.

Uiteraard vervang je hier de namen en titels van Gaia en Cernunnos door die van de god(en) en/of godin(nen) waar je zelf mee werkt. Hierna ga je voor het altaar zitten en mediteert een tijdje. Dan neem je het bakje zout en giet het zout in het water. Met je athame roer je erin zodat het zout oplost en zegt daarbij:

Aarde en Water, ik voeg uw krachten samen, houd zuiver wat zuiver en heilig wat heilig is.

Als je dit ritueel alleen doet, besprenkel je achtereenvolgens je voeten, knieën, geslacht, borst(en) en lippen met water en zegt hierbij:

Gezegend mijn voeten, waarmee ik op de aarde sta.

Gezegend mijn knieën, waarmee ik mij voortbeweeg.

Gezegend mijn geslacht, dat leven voortbrengt.

Gezegend mijn borst, waarin mijn hart liefdevol klopt.

Gezegend mijn lippen, waarmee ik kussen kan.

Hierna ga je stevig staan met je benen op heupbreedte en met je armen omhoog, waarbij je handpalmen naar de hemel wijzen, en je legt je intentie met je zelfdedicatie ritueel uit en doet eventueel je gelofte.

Gaia, Machtige Aardmoeder; Cernunnos, Gehoornde Heer van Leven en Dood; ik ben hier om mezelf te wijden aan het pad van de heidense Hekserij. Ik heb ontdekt dat dit mijn religie en mijn levensweg is; ik kies er vrijwillig en met volmaakte liefde en volmaakt vertrouwen voor dit pad te volgen. Ik vraag hierbij uw hulp en uw zegen. Ik beloof dat ik altijd de oude wegen zal bewandelen en de verborgen paden zal verkennen. Dit zal ik doen om u te eren!

Je blijft even staan om de woorden goed tot je te laten doordringen en gaat dan op de grond liggen in de pentagramhouding, je benen wijd uit

elkaar en je armen recht naast je uitgestrekt. Je visualiseert dat er een tunnel of buis van de hemel boven je naar je toe loopt en je zegt:

*Eeuwige bron van goddelijke kracht,
weet dat ik hier op u wacht,
ik vraag u in dit uur,
beziel mij met uw goddelijk vuur.*

Dan visualiseer je dat er energie, wit licht of vuur door de tunnel vanuit de hemel naar je toestroomt en dat je daar helemaal van wordt doordrongen en beziel. Je neemt de tijd om deze bezieling, deze aanraking te ervaren.

Hierna sta je op, gaat voor het altaar staan en doet je heksensieraad aan of om. Je zegt dan:

*Ik ben gezegend,
gezegend in naam van Gaia en Cernunnos,
in naam van mens en dier en steen en plant,
in naam van leven, liefde en blijdschap,
ik ben gezegend als heks.*

Vervolgens ga je voor het altaar staan en neemt de kelk met wijn in je linkerhand en je houdt met je rechterhand de athame boven de kelk. Dan spreek je de volgende tekst uit:

De liefdevolle samenkomst van Godin en God is de bron van alle leven.
Je laat de athame in de kelk zakken en zegt:

Wees gezegend!

Vervolgens zet je de kelk weer op het altaar. Je pakt de schaal met twee koekjes, raakt elk koekje even aan met de punt van de athame en zegt:

Ik zegen en deel dit voedsel in naam van Gaia en Cernunnos.

Hierna neem je een koekje en verkrumelt het in de vier windrichtingen. Vervolgens sprenkel je ook wat wijn in de vier windrichtingen. Pas daarna neem je zelf een koekje en wat wijn.

Nu is je zelfdedicatie ritueel afgelopen en kun je de magische cirkel weer

afbreken. Hierbij ga je eerst voor het altaar staan en bedankt de goden met de volgende tekst of een variatie daarop:

Gaia, Machtige Aardmoeder; Cernunnos, Gehoornde Heer van Leven en Dood; ik dank u voor uw aanwezigheid bij mijn ritueel, voor uw hulp en uw zegen. Dank u.

Dan neem je de athame van het altaar en loopt met de punt naar buiten widdershins naar het Westen. Daar trek je het wegsturende pentagram van Water en zegt hierbij:

Water, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

Hierna loop je verder naar het Zuiden, trekt het wegsturende pentagram van Vuur en zegt:

Vuur, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

Vervolgens trek je in het Oosten het wegstuurplegram voor Lucht en zegt:

Lucht, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

En ten slotte sta je weer voor het altaar, waar je het wegstuurplegram voor Aarde trekt en daarbij zegt:

Aarde, dank u voor uw hulp en bescherming; gegroet en vaarwel.

Dan leg je de athame neer en je legt je beide handen op het altaar, je kijkt ernaar en laat het goed op je inwerken. Dan zeg je de tekst:

*De cirkel is open maar ongebroken. In vreugde hebben we elkaar ontmoet, in vreugde gaan we ieder ons weegs en in vreugde zullen we elkaar weer ontmoeten;
wees gezegend.*

Nu heb je jezelf voor altijd verbonden aan het pad van de heks!

*En jij, die mij denkt te zoeken,
weet dat je zoeken en je hunkeren je niet zullen baten
als je het geheim niet kent:*

*Als je dat wat je zoekt niet in jezelf vindt
zul je het ook nooit buiten jezelf vinden,*

*ik ben immers bij je geweest vanaf het allereerste begin
en ik ben wat bereikt wordt
aan het eind van het verlangen.*

(Charge of the Goddess)

DANKBETUIGING

Het schrijven van dit boek zou me nooit gelukt zijn zonder de hulp en steun van de mensen om me heen.

Uiteraard moet ik als eerste mijn vriendin Paula van Dam en onze zoon Thorsten bedanken voor hun morele ondersteuning tijdens het schrijfproces en me bij hen excuseren dat mijn huishoudelijke taken nogal eens onder dit boek geleden hebben. Verder heeft Paula aan dit boek bijgedragen door het schilderen van de illustratie op de kaft.

Als tweede gaat mijn grote dank uit naar TextHex, die de tekst van dit boek nagekeken heeft op spel- en stijlfouten en deze voor me heeft gecorrigeerd. Verder waren haar enthousiaste reacties als eerste lezeres een enorme aanmoediging voor me. Superbedankt!!!

De tweede lezer was Ko Lankester en ik waardeer het erg dat hij zijn kostbare tijd heeft besteed aan het kritisch lezen van dit boek en het geven van vele vele inhoudelijke op- en aanmerkingen op de tekst. Ik heb, eigenwijs als ik ben, lang niet al zijn opmerkingen meegenomen, maar dat wil niet zeggen dat ze niet op prijs werden gesteld. In tegendeel, Ko's kritische houding heeft me vaak gestimuleerd nog eens goed over bepaalde punten na te denken voor ik ze al dan niet van hem overnam. Verder heeft Ko de tekst gecontroleerd op plagiaat en eedbreuk.

Tenslotte heeft mijn heks-zijn in de coven van Ko en zijn vrouw Joke vaste vorm gekregen en heb ik ontzettend veel van hen geleerd over de Wicca, Hekserij en magie. Hiervoor ben ik hen erg dankbaar!

De laatste persoon die ik hier met naam en toenaam wil bedanken is Ellen Karis. Zij heeft de vormgeving, lay out en het drukklaar maken van dit boek op zich genomen. Een technische klus waar ik geen verstand van heb en nog minder zin in had. Ellen, dankjewel!

Ten slotte wil ik nog iedereen bedanken met wie ik in de cirkel gestaan heb, de ervaringen die ik samen met jullie heb opgedaan, hebben dit boek mogelijk gemaakt. Bedankt iedereen.

Blessed Be!!!

Jack Stoop

Herfst 2014

BRONNENVERANTWOORDING

Bij het schrijven van dit boek heb ik onderstaande bronnen geraadpleegd:

Paganisme & Hekserij:

- Adler, M. (1986). *Drawing down the moon*. New York, Penguin.
- Anderson, W. & Hicks, C. (1990). *Green Man*. Londen, HarperCollins.
- Bartelink, G.J.M. (1969). *Mythologisch woordenboek*. Antwerpen, Het Spectrum.
- Blecourt, W. de (1989). *Heksengeloof: toverij en religie in Nederland tussen 1890 en 1940. Sociologische Gids, 36,*
- Bolen, J.S. (1984). *Godinnen in elke vrouw*. Amsterdam, Maarten Muntinga.
- Bolen, J.S. (1989). *Goden in elke man*. Amsterdam, Maarten Muntinga.
- Boris & Bran (2005). *De bezem voorbij*. Zeist, Silver Circle.
- Bos, Z. (2003). *Moderne heksen in Nederland*. Rijksuniversiteit Leiden.
- Camphuisen, R.C. (2004). *Heksen en Heidenen*. Amsterdam, Schors.
- Crowley, V. (1995). *Terug naar het Heidendom?* Utrecht, Kosmos.
- Crowley, V. (1991). *Hekserij*. Utrecht, Kosmos.
- Eerenbeemt, N. van den (1973). *Handboek voor Heksen*. Eigen uitgave.
- Farrar, J. & S. (1995). *A Witches' Bible: The Complete Witches' Handbook*. New York, Magickal Child.
- Frigga Asraaf (2010). *Asatru*. Hasselt, Boekplan.
- Gilst, A. van (2004). *De eeuwige ordening*. Soesterberg, Aspekt.
- Green, M. (1991). *A Witch Alone*. Londen, Aquarian.
- Grimassi, R. (2001). *Hereditary Witchcraft*. St. Paul, Llewellyn.
- Haining, P. (1976). *Groot Heksenboek*. Amsterdam, Amsterdam Boek.
- Hul, L. van 't (2009). *The Witch and the Circle. A Qualitative Analysis of Dutch Modern Witchcraft*. Universiteit van Amsterdam.
- Husain, S. (2002). *De Godin*. Kerkdriel, Libero.
- Hutton, R. (1996). *Stations of the Sun*. Oxford, Oxford University.
- Hutton, R. (1999). *Triumph of the Moon*. Oxford, Oxford University.
- Hutton, R. (2001). *Shamans*. Londen, Hambledon Continuum.
- Jager, J. de (2001). *Rituelen*. Utrecht, Het Spectrum.
- James, C. (1998 & 1999). *Celtic Faery Shamanism Vol. 1 & 2*. Berks, Capall Bann.
- Jong, E. (1981). *Heksen*. Bussum, Villa/Unieboek.
- Kampenhout, D. van (1999). *In de geest van het Sjamanisme*. Amsterdam, Bres.
- Lamond, F. (1997). *Religion without Beliefs*. Londen, Janus.
- Lankester, J. & K. (1996). *De kringloop van het leven*. Hollandscheveld, De Ring.
- Lankester, J. & K. (1998). *De acht Jaarfeesten*. Baarn, De Kern.
- Lankester, J. & K. (2001). *Heksen komen van de maan*. Baarn, De Kern.
- Lankester, J. & K. (2004). *Encyclopedie van Westerse Goden en Godinnen*. Baarn, De Kern.
- Lankester, J. & K. (2011). *De Groene Man en de Groene Vrouw*. Geesteren, A3 boeken.
- Matthews, J. (2000). *The Quest for the Green Man*. Wheaton, Guest Books.

Molen, S.J. van der (1979). *Vrijdag de dertiende*. Utrecht, Het Spectrum.
 Nino, A. (2003). *The White Wand*. Eigen uitgave.
 Ooijen, D.C.C. van (2002). *Bomenmensen Mensenbomen*. Wageningen Universiteit.
 Vermeyden, P. (2000). *Van Aegir tot Ymir*. Nijmegen, Sun.
 Vitebsky, P. (2001). *De Sjamaan*. Kerkdriel, Libero.
 Wormhoudt, L. (2008). *Goden en sjamanen in Noordwest-Europa*. Geesteren, A3 boeken.
 zutter, J. de (2003). *Eko Eko*. Antwerpen, Houtekiet.

Magie, divinatie en healing:

Aswynn, F. (1990.) *Northern Mysteries and Magic*. St. Paul, Llewellyn.
 Blanken, C.M. den (1990). *De kunst van het lucide dromen*. Rijswijk, Elmar.
 Braekman, W.L. (1997). *Middeleeuwse witte en zwarte magie in het Nederlands taalgebied*.
 Gent, Koninklijke Academie voor Nederlandse Taal- en Letterkunde.
 Butler, W.E. (1979). *How to read the aura*. Wellingborough, Aquarian.
 Cochie, O. (1998). *Het Edelstenen Handboek*. Amsterdam, Schors.
 Cunningham, S. (2006). *De kracht van de aarde*. Eeserveen, Akasha.
 Custers-van Bergen, I. (2007). *De weg naar de oude mysteriën*. Eeserveen, Akasha.
 Elsbeth, M. (2001). *Crystal Medicine*. New Delhi, B. Jain.
 Farrar, J. & S. & Bone, G. (1999). *The Healing Craft*. Washington, Phoenix.
 Friedrich, I. (1998). *Mondphasen*. Wien, LPG Services.
 Fries, J. (1992). *Visual Magick*. Oxford, Mandrake.
 Gardenstone (2006). *Germanische Magie*. Uhlstädt-Kirchhasel, Arun Verlag.
 Hauden, A. (2008). *The Ancient Fires of Midgard*. Eigen uitgave.
 Heijden, J. van der & van Zoest, A. (2011). *De numerologie van het pentagram*. Bussum, Akasha.
 Hoftijzer, P. & N. (2003). *Het eeuwenoude lied van de bomen*. De Steeg, Promoterre.
 Houbrechts, D. (1996). *Daniëlles bomenboek*. Tielt, Lannoo.
 Judith, A. (1990). *Chakra werkboek*. Haarlem, Becht.
 Kalse, J. (1998). *Creëren vanuit je bron*. Deventer, Ankh-Hermes.
 Kampenhout, D. van (1995). *Handboek Sjamanisme*. Amsterdam, Bres.
 Lankester, J. & K. (1994). *De Keltische maankalender in het zonnejaar*. Hollandscheveld, De Ring.
 Lankester, J. & K. (2000). *De taal der orakels*. Baarn, De Kern.
 Lankester, J. & K. (2006). *De magie van wierook*. Baarn, De Kern.
 Lankester, J. & K. (2008). *Het magische spreukenboek*. Baarn, De Kern.
 Ogden, D. (2002). *Magic, Witchcraft and Ghosts in the Greek and Roman Worlds*. Oxford, Oxford University.
 Ousby, W.J. (1989). *Zelfhypnose*. Amsterdam, Hema.
 Parker, E. (1974). *Astrologie en haar praktische toepassing*. Amsterdam, Veen.
 Passe, A. (1999). *Werken met bergkristallen*. Deventer, Ankh-Hermes.
 Pollack, R. (1983). *De 78 graden der wijsheid*. Amsterdam, Schors.
 Raven, M.J. (2010). *Egyptische magie*. Zutphen, Walburg.
 Reinicke, W. (1979). *Handboek voor de beginnende astroloog*. Helmond, Helmond.
 Rodway, H. (1990). *Tarot of the Old Path*. Neuhausen, Urania.
 Roquemore, K. (1997). *Numerologie*. Utrecht, Kosmos.
 Russel, G. (1999). *Numerologie*. Keulen, Könemann.
 Sawada, E. (2001). *De betoverende wereld van wierook*. Amsterdam, Schors.
 Scherf, G. (2002). *Heksenkruiden en toverplanten*. België-Nederland, Deltas.
 Schilling, G. (1994). *Gezichten van de maan*. Bloemendaal, Aramith.

Stoop, J. (2000). *Basiscursus werken met reiki*. Beringe, Sorag Akademie.
 Stoop, J. (2003). *Basiscursus werken met de Tarot*. Beringe, Sorag Akademie.
 Storm-Kull, Z. (1999). *De helende kracht van edelstenen*. Oosterhout, Deltas.
 Uyldert, M. (1972). *Verborgene krachten van edelstenen*. Amsterdam, De Driehoek.
 Uyldert, M. (1977). *Wezen en krachten der metalen*. Amsterdam, De Driehoek.
 Wilson, C. & Evans, C. (Eds.) (1975). *Mysteries of Magic*. Londen, Aldus Books.
 Wormhoudt, L. (2010). *Seidr, het Noordse pad*. Geesteren, A3 boeken.

Archeologie en geschiedenis:

Aubarbier, J.L. & Binet, M. (1997). *Prehistorie in de Périgord*. Utrecht, Het Spectrum.
 Ceriez, M. (1994). *Sjamanen*. Deventer, Ankh-Hermes.
 Clerinx, H. (2001). *Kathedralen uit de steentijd*. Leuven, Davidsfonds.
 Clerinx, H. (2005). *Kelten in de Lage Landen*. Leuven, Davidsfonds.
 Enckevort, H. van & Thijssen, J. (red.) (2005). *In de schaduw van het noorderlicht*. Abcoude, Unipers.
 Fassani, L. (1981). *Geïllustreerde wereldgeschiedenis van de archeologie*. Helmond, Helmond.
 Gijswijt-Hofstra, M. & Frijhoff, W. (red.) (1987). *Nederland betoverd*. Amsterdam, De Bataafsche Leeuw.
 Gimbutas, M. (2001). *The Language of the Goddess*. Londen, Thames and Hudson.
 Green, M.J. (2002). *Ontdek de wereld van de druïden*. Alphen aan den Rijn, Atrium.
 Green, M.J. (2004). *The Gods of the Celts*. Phoenix Mill, Sutton.
 Haywood, J. (2005). *De Kelten*. Amsterdam, Pearson Education Benelux.
 Hutton, R. (1991). *The Pagan Religions of the Ancient British Isles*. Oxford, Blackwell.
 Jung, E.F. (1996). *De Germanen*. Baarn, Tirion.
 Kinder, H. & Hilgemann, W. (2011). *Atlas bij de wereldgeschiedenis deel 1*. Amersfoort, Sesam.
 Kooijmans, L.P.L. et al (2005). *Nederland in de prehistorie*. Amsterdam, Bert Bakker.
 Kruta, V. & Forman, W. (1987). *De Kelten*. Weert, Phoenix.
 Kuckenbug, M. (2007). *Kultstätte und Opferplätze in Deutschland*. Stuttgart, Theiss.
 Kühn, H. (1960). *Prehistorische kunst in Europa*. Utrecht, Pictora.
 Lendering, J. & Bosman, A. (2010). *De rand van het Rijk*. Amsterdam, Athenaeum.
 Magnusson, M. (1987). *De Vikingen*. Weert, Phoenix.
 Maringer, J. (1956). *The Gods of Prehistoric Man*. New York, Phoenix.
 Maxwell-Stuart, P.G. (2000). *Heksen, de geschiedenis*. Amsterdam, Pearson.
 Ogilvie, R.M. (1974). *De Romeinen en hun goden*. Bussum, De Haan.
 Schuyf, J. (1995). *Heidens Nederland*. Utrecht, Matrij's.
 Simek, R. (2009). *Götter und Kulte der Germanen*. München, C.H. Beck.
 Streep, P. (1994). *Sanctuaries of the Goddess*. Boston, Bulfinch.
 Toussaint Raven, J.E. (1972). *Heksenvervolging*. Bussum, Fibula-Van Dishoeck.
 Verhart, L. (2006). *Op zoek naar de Kelten*. Utrecht, Matrij's.
 Vialou, D. (1996). *Our Prehistoric Past*. Londen, Thames and Hudson.
 Vilsteren, V.T. van et al (2002). *Schatten uit het veen*. Zwolle, Waanders.
 Williams, M. (2010). *Prehistoric Belief*. Gloucestershire, The History.
 Winkelman, M.J. (1990). Shamans and other magico-religious healers: A cross-cultural study of their origins, nature and social transformations. *Ethos, Vol. 18, Issue 3*,

Verschillende onderwerpen:

- Brookhuis, M. (2009). *Mindfulness*. Deventer, Ankh-Hermes.
- Burl, A. (1997). *Prehistoric Astronomy*. Buckinghamshire, Shire.
- Cooper, J.C. (1997). *Licht op het Taoïsme*. Utrecht, Servire.
- Dewulf, D. (2009). *Mindfulness werkboek*. Utrecht, Kosmos.
- Goldstein, J. (2004). *Vipassana*. Rotterdam, Asoka.
- Graft, C.C. van de (1947). *Nederlandse volksgebruiken bij hoogtijdagen*. Utrecht, Spectrum.
- Jager, J. de (1981). *Rituelen, nieuwe en oude gebruiken in Nederland*. Utrecht, Spectrum.
- Molen, S.J. van der (1979). *Vrijdag de dertiende*. Utrecht, Spectrum.
- Sterkenburg, P.G.J. van & Pijnenburg, W.J.J. (1984). *Groot woordenboek hedendaags Nederlands*. Utrecht, Van Dale Lexicografie.
- Veen, P.A.F. van & van der Sijs, N. (1997). *Etymologisch woordenboek*. Utrecht, Van Dale Lexicografie.
- Wong, E. (1997). *Taoïsme*. Deventer, Ankh-Hermes.

Verder heb ik dankbaar gebruikgemaakt van Google en Wikipedia.

