

Caroline Deiß

# DEIN MYSTISCHES JAHR



Mit Magie, Ritualen  
und Bräuchen  
dem Rhythmus des  
Jahreskreises folgen

mvgverlag



Caroline Deiß

# DEIN MYSTISCHES JAHR

Caroline Deiß

# DEIN MYSTISCHES JAHR

Mit Magie, Ritualen und Bräuchen dem  
Rhythmus des Jahreskreises folgen

**mvg**verlag 

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

**Für Fragen und Anregungen**

[info@mvg-verlag.de](mailto:info@mvg-verlag.de)

Originalausgabe

1. Auflage 2023

© 2023 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Simone Fischer

Umschlaggestaltung: Manuela Amode

Umschlagabbildung: Shutterstock.com/Tom Tom, artuco

Layout: Sania Haschemi, PAGETURNER PRODUCTION GmbH

Satz: inpunkt[w]o, Haiger ([www.inpunktwo.de](http://www.inpunktwo.de))

eBook: ePUBoo.com

ISBN Print 978-3-7474-0451-5

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-843-1

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-842-4



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

**[www.mvgverlag.de](http://www.mvgverlag.de)**

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

# INHALT



Vorwort

## DAS JAHR BEGINNT IM WINTER

*Januar* -

Monat des Janus, der in Vergangenheit und Zukunft blickt

*Februar* -

Monat der Reinigung

## DER FRÜHLING WEHT DURCHS LAND

*März* -

Monat des Neubeginns und Aufbruchs

*April* -

Monat der Kraft und Lebensfreude

*Mai* -

Monat der Fruchtbarkeit und Liebe

## DER SOMMER BRINGT SONNE UND WÄRME

*Juni* -

Zeit der Entfaltung und des inneren Wachstums

*Juli* -  
Monat der Fülle

*August* -  
Monat der reichen Ernte

## DER HERBST HÄLT EINZUG

*September* -  
Monat der Übergänge

*Oktober* -  
Monat des Abschieds und des Loslassens

*November* -  
Monat der Orientierung auf die innere Stimme

## DAS JAHR ENDET, WIE ES BEGONNEN HAT - MIT DEM WINTER

*Dezember* -  
Monat der Stille

Nachwort

Dank

Über die Autorin

Literatur

Bildnachweis

# VORWORT



Mystik? Magie? Du spürst sie, wenn du durch einen Wald streifst. Ihre Gegenwart liegt in dem Duft des kühlen, modrigen Moores, in den geheimnisvollen Rufen der Kauze oder dem sanften, federnden Boden unter deinen Füßen. Magische Momente, geheimnisumwoben und berauschend zugleich. Du wirst das Gefühl nicht los, dass dich unsichtbare Augen beobachten. Füchse, Rehe oder doch Naturwesen? Zwerge, Kobolde, Elfen, Feen? Du kannst sie nur erahnen, du spürst sie, aber du kannst sie nicht sehen. Du hörst das Raunen der Bäume, wenn sie dir Botschaften übermitteln, dich inspirieren und deine Neugierde wecken möchten. Geheimnisvoll, mystisch, rätselhaft. Solche Stimmungen bewegten unsere Ahnen zur Aktivierung ihrer übersinnlichen Potenziale, die ihnen die Türen öffneten, um klare Botschaften, Entscheidungen und Wegweisungen aus ihrer Seele zu empfangen. Sie sprachen mit Steinen, Blumen, Kräutern, Bäumen – sahen in den Naturgewalten Wesen, die sie als Götter verehrten und huldigten. So erklärten sie sich die Welt, verstanden sie und lebten mit ihr in Harmonie und Ausgeglichenheit. Bis zum Zeitalter der Aufklärung war es für die bis heute hochgeschätzten Naturwissenschaftler wie Aristoteles, Pythagoras, Thales und viele andere mehr nur selbstverständlich, das Göttliche, Übersinnliche, Unerklärliche, Unsichtbare, Mystische in ihren Entdeckungen zu integrieren. Die Erforschung der Natur und

die mystische Welterfahrung ergänzten sich. In den Gesetzen von den Planetenbahnen erkannten die Wissenschaftler die Harmonie der von Gott geschaffenen Welt und die Botaniker priesen den Schöpfer für die Wunder des Pflanzenreichs. Doch im Laufe der Jahrhunderte traten allmählich nur noch die messbaren Aspekte der Natur in den Vordergrund, bis das Unsichtbare, die mystische Welterfahrung ganz in Vergessenheit geriet. Was die Wissenschaften seitdem entdeckten, ist zwar wahr, aber es ist eben nur die eine Hälfte der Wirklichkeit. Alle nicht fassbaren, geistigen Dimensionen werden seitdem größtenteils außer Acht gelassen.

Doch Mystik und Magie umgeben uns zu jeder Zeit. Mit unseren fünf Sinnen entdecken wir nicht nur die sichtbare Welt, sondern erkennen damit auch die Tore zu den geistigen, unsichtbaren Reichen. Die Ausprägung der Sinnesorgane ist dabei von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich. Jeder von uns verfügt über einzigartige, nur auf ihn zugeschnittene Wahrnehmungen und lebt daher auch in seiner eigenen Wirklichkeit, die einmalig auf der Welt ist. Sei dir gewiss: Manche Dinge, die du belachst, sehen deine Augen nur nicht. Du bist der Schöpfer deiner eigenen Welt, bestimmst die Wirklichkeit deines Lebens, des Himmels und der Sterne. Deine Würde liegt verborgen in der Art und Weise, wie du deine Welt für dich kreierst. Mit dieser Freiheit und Verantwortung bist du geboren worden. Nutze sie und gestalte deine Lebenszeit zu einer spannenden, atemberaubenden Reise durch die fantastischen Wirklichkeiten der Erde.

Mit deiner individuellen, subjektiven Erfahrung der Welt schaffst du die Rituale deines Alltags selbst. Seit

Jahrtausenden sind sie die Schlüssel zur Offenbarung der Seele, um die Schwelle unbekannter, unsichtbarer Dimensionen zu überschreiten. Die in diesem Buch vorgeschlagenen Bräuche, Traditionen, Überlieferungen und Kulte sind Möglichkeiten, um die magischen Momente eines Jahres mit allen Sinnen zu erleben. Du darfst sie nach deinen eigenen Wünschen und Vorstellungen verändern, austauschen oder auch nur zur Inspiration für neue Ideen nutzen. Gestalte dein Jahr, wie du es willst, wie du es dir vorstellst.

Für jeden Monat des Jahres findest du hier zwölf Möglichkeiten, die dich die mystisch-magischen Augenblicke erspüren lassen. Zunächst wird das Geheimnis eines jeden Monatsnamens gelüftet und du wirst in die Zahlenmystik eingeführt, deren kosmischen und geistigen Zusammenhänge du kennlernst. Anschließend begegnen dir die Gottheiten des Monats, die das Leben in früheren Zeiten bestimmten. Diese führen vom Ursprung der Zeiten zum Jetzt, wo die alten Götter noch immer erfahrbar sind und für die Menschenwelt wirken. Fragen, wie die Aura von Metallen den Geist und das Schicksal der Menschen prägen, finden ebenfalls ihren Niederschlag. Bekanntlich enthalten die Kräuter die ganze Kraft der Welt, daher entdeckst du für jeden Monat die Pflanzenmagie eines Zauberkrauts mit ihren geheimen Fähigkeiten. Ähnlich wirken die Bäume, die jedem Wanderer Botschaften aus der anderen Welt zuraunen, wenn er nach ihnen verlangt. Wer durch dieses lebendige Buch streift, lernt Krafttiere und Planeten kennen und schätzen, denn sie sind mit jedem in einem kosmischen Bewusstseinsnetzwerk verwoben und entfalten magische Urkräfte. Es werden Zauberorte vorgestellt, die Kraft, Inspiration und Heilung schenken und den Zugang zur

eigenen Seele erleichtern, und dir begegnen magische Wesen, die dich auf deinem Weg begleiten. Außerdem tauchst du in die mystische Welt der Räucherstoffe ein, der Nahrung des Geistes und Brücke zum Übersinnlichen, und lernst Zauberinstrumente kennen, die im jeweiligen Monat von besonderer Bedeutung sind. Abschließend eröffnen sich dir die Legenden und Bräuche eines jeden Monats, sodass du noch tiefer in dessen Magie eintauchen kannst. So gelingt es dir, mithilfe dieses Buches dein mystisches Jahr ganz nach deinen Bedürfnissen, Wünschen und Plänen zu gestalten.

*Caroline Deiß*

# **DAS JAHR BEGINNT IM WINTER**





Die Welt scheint endlich zur Ruhe zu kommen, eine dicke Schneedecke dämpft alle Geräusche und der klare Sonnenschein taucht die Landschaft in ein

glitzerndes Licht – es ist Winter. Es heißt, die Pforten zur Anderswelt – dem Reich der Geister, Ahnen und aller Geheimnisse der Schöpfung – stünden in dieser magischen Zeit weit offen. Du spürst es, wenn du durch einen verschneiten Wald läufst, den Schnee unter deinen Füßen hörst, einen Schneemann baust und die frische, klirrend kalte Luft einatmest. Es ist eine Jahreszeit, in der du elementare Naturkräfte hautnah erleben kannst und dich mit allen Sinnen öffnen lernst, in der du auch verborgenen, kosmischen Kräften nachspüren oder einfach mal entschleunigen und Kraft tanken kannst. In diesen Momenten durchströmt dich ein Glücksgefühl voller Zauber und Magie, die Sehnsucht nach Stille, Ruhe und einem nach Harz duftenden Feuer im Kamin durchweht jede Zelle deines Körpers. In der warmen Stube entzündest du eine Kerze in den winterlichen Farben Rot (Lebensenergie), Weiß (Samen des Neubeginns) oder Grün (Symbol deines ewigen Lebens), trinkst einen heißen Tee, lässt dir in einer Glasschüssel ein Fußbad mit getrockneten Lavendelblüten, Rosenknospen und ein paar Tropfen Rosmarinöl ein und kuschelst dich anschließend unter eine weiche Decke auf dem Sofa.

*Januar*  
**MONAT DES JANUS, DER IN  
VERGANGENHEIT UND ZUKUNFT  
BLICKT**



*„Anfang und Ende vom Januar zeigen das Wetter fürs ganze Jahr.“*

## **Das Geheimnis des Monatsnamens und der Zahlenmystik im Januar**

Der Januar, auch Jänner genannt, ist der erste Monat des Jahres und der zweite Wintermonat, da der Winter im Dezember beginnt. Einige veraltete Namensformen für diesen Monat lauten Hartung, Hartmonat, Schneemonat, Eismond, Wintermonat oder Wolfsmonat. Benannt ist der Januar nach dem römischen Gott Janus, der mit zwei Gesichtern dargestellt wird, mit denen er gleichzeitig ins neue und alte Jahr blickt. Er gilt als Gott des Anfangs und des Endes, der Ein- und Ausgänge, der Türen und der Tore in neue Welten, der neuen Bewusstseins Ebenen und dem neuen Jahr.

Ihm ist die magische Zahl Eins gewidmet, die Zahl Gottes, die ein Symbol für einen neuen Anfang, Erneuerung und

Wiedergeburt ist. Die Ziffer Eins steht für Pioniersinn, Mut, Eigeninitiative, Unabhängigkeit und Individualität. In den Augen griechischer Philosophen symbolisiert die Zahl Eins die Einheit an sich, den allen Dingen innewohnenden göttlichen Geist.

## **Gottheit des Januars: Holle - spirituelle Begleiterin für die Anderswelt-Reise**

Holle - Seherin, Priesterin, Heilerin und Schamanin des alt- und jungsteinzeitlichen Europas - nimmt dich mit auf eine atemberaubende, bezaubernde und magische Reise in die übersinnlichen Welten, in die andersweltlichen Dimensionen. So erhältst du eine Vorschau in das Paradies der Jenseitigen. Besuche die Orte, an denen du ihren Geist am besten spüren kannst. Dies sind die nahe liegenden Wälder deiner Wohngegend. Nimm dort das Rauschen des Windes im Winter wahr, lausche den Gesängen der Bäume und suche dir moosbewachsene Baumwurzeln, wo du das Harz der Fichten und deren Nadeln in einer Eisenpfanne verräucherst. Schließe die Augen, atme tief ein und genieße den ursprünglichen Duft der Natur. So wird Holle dir gegenwärtig sein und deine Fragen an das Leben beantworten.

Nach alter Tradition erlebst du ihren Geist am stärksten in den zwölf Rauh Nächten zwischen den Jahren vom Heiligen Abend bis zum 6. Januar. Dann zieht sie mit ihrem Gefolge aus verstorbenen Kinderseelen, Elben, Zwergen, Gnomen und Zauberern durch die langen, schwarzen Nächte, um die

Menschen aus ihrer Wintermüdigkeit zu wecken und deren Sinne für die Anderswelt zu öffnen. Lege Nüsse, Äpfel und etwas Getreide wie Hirse, Weizen und oder Gerste auf die Fensterbank, so wirst du erfüllt von ihrer unendlichen Güte und ihren geheimnisvollen Zauberkräften.

Die Göttin Holle erscheint als Geistführerin und wurde später im Volksglauben die himmlische, huldreiche Frau, die die geistige Macht in der Natur repräsentiert und manchmal den Menschen erscheint. Man nennt sie Frau Gode, Frau Berchta, Frau Holda, Frau Huld oder Frau Holle. Hierzulande gilt sie als Nachfahrin und Erbin der alten germanischen Göttinnen Frigga, Freya, Iduna und Hel - die ihr Werk bis heute fortsetzt bei jenen Menschen, die ihren Geist bei Wanderungen durch mystische Wälder, neblige Moore oder bei Spaziergängen über geheimnisvolle Wiesen in der Morgendämmerung spüren.

## **Zaubermetall für den Januar: Blei - Metall der Weissagung**

Blei motiviert zu einer Entdeckungsreise in die geheimnisvollen Tiefen nicht nur des Kosmos, sondern auch des eigenen Lebens. Ein alter Orakelbrauch am Neujahrstag ist das Bleigießen, bei dem flüssiges Blei in kaltem Wasser zum Erstarren gebracht wird und anhand der zufällig entstehenden Formen Weissagungen über die Zukunft getroffen werden können. Dazu werden Bleistücke in einem Löffel über einer Kerze oder einem anderen kleinen Feuer erhitzt, bis sie gerade eben geschmolzen sind. Das geschmolzene Metall wird anschließend in eine Keramikschüssel mit kaltem Wasser gegossen, wo es sofort

zu bizarren Formen erstarrt. Die Gestaltungen der entstandenen Bleistücke werden zum Wahrsagen verwendet. Es ist, als würde man einen Sack mit Gewichten vor dem Übergang ins neue Jahr abstellen und zurücklassen und dann mit Leichtigkeit hinübergehen ins neue Jahr. Der Brauch, dass man an Silvester symbolisch Abschied nimmt, indem man Blei ins Wasser gießt, entspricht dem Ritual, dass man dann mit guten Vorsätzen ins neue Jahr startet. Wer so vorgeht, beginnt tatsächlich ein Jahr, das nicht mit Lasten aus der Vergangenheit behaftet ist. Man kann neu beginnen, ist ein freier Mensch.

Dem Blei werden außerdem fördernde Eigenschaften bei Konzentration, Beharrlichkeit, aber auch Geduld zugeordnet. Anthroposophische Ärzte setzen potenziertes Blei mit guten Erfolgen etwa zur Schmerzlinderung im menschlichen Organismus ein, wo es positiv auf Milz, Knochen, Bänder, Zähne, Haut, Strukturbildung und alle Alterungsprozesse sowie den Gehörsinn wirkt.

## **Pflanzenmagie des Januars: Brunnenkresse, Schaumkresse, Bachbunge - Zauberpflanzen unter Schnee und Eis**

Ob Brunnenkresse, Schaumkresse oder Bachbunge - alle drei wurzeln an heiligen Orten wie Quellen, Bächen und Brunnen, die seit Jahrtausenden als Ursprung allen Lebens verehrt werden. Selbst im eisigsten Winter, wenn hohe Schneemassen das Land in ein mystisches Paradies verwandeln und die Gewässer zugefroren sind, arbeiten die

drei geheimnisvollen Zauberpflanzen an der Eisdecke kaum hörbar daran, diese zu durchbrechen und sich den rufenden Sonnenstrahlen entgegenzustrecken. Es ist die Zeit ihrer stärksten Kraft und Energie, die Zeit, in der sie dir, auf einem Butterbrot oder in einem Salat verzehrt, die Adern putzen, dein Blut reinigen und mit ihren Senfölen heilend bei der Überwindung einer Erkältung helfen. Als Symbol für Reinigung, Ausdauer und Beständigkeit werden sie mit den Charaktereigenschaften der inneren Stärke, Beharrlichkeit und Hartnäckigkeit assoziiert. Seit der Antike bestätigt sich ihr Ruf, zu den gesündesten Nahrungsmitteln zu zählen und den Wächter und Hüter unserer Gesundheit - das Immunsystem - zu stärken. Sie sind scharf-würzig, vitaminreich und verführen unseren Gaumen in neue geheimnisvolle Geschmacksreiche. Saftig grüne Zauberwesen voller vitaler Lebensenergie in einer scheinbar vegetationslosen, klirrend-kalten Winterwelt.

## **Baum des Januars: Wacholder - Schutz vor dunklen Mächten**

In der urwüchsigen Natur findest du oft uralte, knochige Wacholdergestalten, die besonders an Nebeltagen einen geradezu mystischen Anblick bieten. Streife frühmorgens in der Dämmerung den Traumpfad entlang zu diesen geheimnisvollen Gesellen aus längst vergangenen Zeiten. Wie durch einen Zauberspruch gebannt, scheinen sie darauf zu warten, mit einem Lösungswort erlöst zu werden. Welcher Baum zieht dich magisch an? Tritt auf diesen zu, berühre ihn, aber Vorsicht vor seinen unendlich vielen Stacheln. Lasse deine Augen über seine feinen Äste mit den

vielen blauen, grünen und blaugrünen Beeren wandern. Atme seinen Wohlgeruch ein, der dich in wenigen Momenten verzaubert und in eine leichte Trance versetzt, die deine Sinne durchdringt. Und dann auf einmal treten aus den säulenartigen Figuren menschliche Gestalten heraus. So nimmt der Baumgeist mit dir Kontakt auf und wird dir dein Schicksal vor Augen halten.

Als Vitalbaum wurde dem Wacholder früher Schutzkraft vor den dunklen Mächten zugesagt, deshalb wurden in manchen Gegenden und zu bestimmten Zeiten Wacholderäste über die Tür gehängt, um Unglück und Verderb abzuwehren. Den Germanen war der Wacholder heilig. In den Sagen werden die Wacholderbäume von verschiedenen Naturwesen bewohnt und er gilt als eine Art Tor in die Anderswelt. Feen, Zwerge und Riesen sollen nach alten Sagen dort ein- und ausgehen. Von unseren Vorfahren ist bekannt, dass an Weihnachtstagen früher Wacholderzweige über die Stalltüren gehängt wurden, um Hexen fernzuhalten. Heute helfen seine Äste, über der Haustür befestigt oder auf der Fensterbank fixiert, wunderbar beim Vertreiben dämonischer Gedanken und übelmeinender Energien.

Wacholderbeeren enthalten ätherisches Öl, das beim Räuchern einen angenehmen, balsamischen Duft verströmt und die Raumluft desinfiziert. Seine reifen, vitaminreichen Beeren schützen vor Infektionen und werden daher gerne als Tee, Gewürz für Sauerkraut sowie Fleisch- und Fischgerichte eingesetzt.

**Krafttier des Januars: Eule - Vogel der Weisheit**



In den dunklen Winternächten des Januars hörst du den Ruf der Eule besonders klar. Sie blickt der Wahrheit des Lebens unaufhörlich ins Auge und fordert dich auf, es ihr gleichzutun. In den finsternen Momenten deines Lebens spendet sie dir Trost und schickt dir Impulse für neue Lichtblicke, die so naheliegen, aber durch deinen dunklen Schleier nicht erkannt werden. Als Botschafterin der unsichtbaren Welt knüpft die Eule Kontakt mit deinen Ahnen und überbringt dir von ihnen weise Ratschläge für dein Lebensglück. Findest du eine Eulenfeder bei deinen Streifzügen durch die Natur, bedenke: Es ist das Geschenk einer faszinierenden Tierseele, die dich in jedem Augenblick deines Lebens schützt.

# Planet des Januars: Saturn - der Schicksalsplanet

Der Wanderstern Saturn gilt seit Jahrtausenden als »Hüter der Schwelle«. Er herrscht über die Zeit, zeigt dir die Begrenzungen des irdischen Lebens auf und entwickelt deine geistige Reife für die Überschreitung der Grenze zur spirituellen Welt. Dort berührt er deine Seele, inspiriert und öffnet sie, damit du wieder deine himmlische Natur entdecken und verwirklichen lernst.

Er hilft dir, deine negativen Erlebnisse und auch Krankheiten anzuschauen, Kräfte daraus zu entwickeln und so ein Meister deines Schicksals zu werden. Er lehrt, dass sehr viel Unbehagen auch durch übermäßiges Verharren in der Vergangenheit angerichtet wird, was dich in eine abwärts gerichtete Gedankenspirale bringt.

Saturn führt dich zu den atemberaubenden Galaxien und göttlichen Sphären, dem Wohnort deiner geistigen Helfer in jedem Moment deines Lebens. Sein symbolisches Metall ist das Blei. Trage immer ein kleines Stück davon in einer Tasche bei dir als zauberkräftigen Glücksbringer und sinnbildliche Arznei für ein langes Leben, gesundes Herz, starke Nerven sowie kräftige Knochen.

Berufliche Ziele und Bestrebungen fördert Saturn ebenso wie die eigene Integrität und Wahrhaftigkeit. Saturn lehrt, dass die wahren Geschenke des Lebens oft darin verborgen liegen, was du für dein Unglück hältst und dass Vorstellungen vom Glück oft ein Irrtum sind. Häufig verspürst du Widerstände und Unannehmlichkeiten auf deinem Lebensweg, die dich zweifeln lassen und an die

Grenzen deiner Fähigkeiten bringen. Erst nach der Überwindung all dieser Hürden erkennst du, dass sie Hilfen waren, um zu deinem wahren Glück vorzustoßen.

Nutze magische Saturnpflanzen in deinem Alltag, sie inspirieren dich zu neuen Lebenswegen und mystischen Momenten: Giersch, Aloe, Küchenzwiebel, Klette, Rote Bete, Mangold, Hirtentäschel, Kümmel, Kornblume, Flockenblume, Weißdorn, Quitte, Weidenröschen, Ackerschachtelhalm, Buche, Erdrauch, Efeu, Habichtskraut, Gerste, Lein, Mispel, Klatschmohn, Kiefer, Schlehe, Vogelmiere, Beinwell, Eibe, Ulme, Königskerze, Stiefmütterchen und Mais.

## **Zauberorte des Januars: Berge - Giganten aus einer verwunschenen Zeit**



Ob die schneebedeckten Berge der Alpen, die unglaubliche Farbpalette der herbstlichen Mittelgebirge oder die sagenumwobene Hänge des Riesengebirges - Berge ziehen

die Menschheit mit ihrer unbeschreiblichen Aura seit Jahrtausenden in ihren Bann. Schon die Gegenwart der Giganten fasziniert, richtig spannend aber werden diese Kolosse, wenn man sie mit Händen greifen kann. Erklimme den Gipfel eines Berges, ziehe deine Schuhe aus, lege dich mit dem Rücken auf den steinigen Boden, gleite mit den nackten Füßen der überwältigenden Oberfläche entlang, greife mit den Händen nach seiner steinigen Haut. Schließe die Augen und warte, was geschieht. Spürst du die überwältigende Energie durch deinen Körper strömen? Wie Balsam für die Seele. Eine magische Stärke überwältigt dich, ein unendliches Freiheitsgefühl breitet sich durch jede Zelle deines Körpers aus und grenzenlose Glücksmomente, ja Ekstase, fesseln dich. Lausche dem Atem des Bergriesen, höre sein Raunen und lasse dich verzaubern.

## **Die magischen Wesen des Januars: Wichtel - helfende Erdgeister**

Wichtel leben in Gesellschaft mit Männern und Frauen, tief in der Erde, in Hügeln oder Felshöhlen in der Nähe deiner Wohnstätte. Tagsüber schlafen die fleißigen Helfer und kommen erst aus ihrer Wichteltüre, wenn alle Hausbewohner tief und fest schlafen. Wenn die Sterne am Himmel funkeln, schleichen sie auf leisen Sohlen im Mondlicht in die Stube und bewachen die schlafenden Menschen und die Tiere auf dem Hof. Den alten Sagen nach bringen Wichtel Glück und Wohlstand, Reichtum und Wohlergehen in das Haus. Doch man bekommt sie nie zu sehen. Denn wird ein Wichtel vom Menschen erblickt, verliert er seine Zauberkraft und kann nie wieder in die

Menschenwelt zurückkehren. Ihrer Größe nach passen etwa 14 dieser kleinen Wesen in einen Backofen. Mit ihrer grauen Kleidung fallen sie nachts nicht auf, wenn sie durchs Haus huschen und in Windeseile für das Wohl ihrer Menschen sorgen.

Liegt ein Berg von Arbeit vor dir, dann bitte die Männlein und Weiblein dieser unsichtbaren Helfer um Mithilfe. Stelle ihnen eine Schüssel mit Obst, Brötchen und Kuchen bereit oder Brot und Milch, was sie besonders gerne mögen. Schreibe deine zu erledigenden Arbeiten auf einen Zettel. Während ihrer Arbeit sind sie sehr feinhörig und schnell, aber unendlich scheu, du wirst sie nie sehen, aber immer fühlen. Wenn du morgens erwachst, spürst du eine überschäumende Energie und den unaufhaltsamen Drang, deine Arbeit in Windeseile zu erledigen. Sie erscheinen dir auch gerne nachts im Traum, und, erfüllt mit ihrem Geist, gelingt dir am nächsten Tag die Arbeit flink, geschickt und flugs.

Besorge dir eine Wichteltür aus Holz, sie ist die magische Verbindung zur Wichtelwelt. Stelle sie im Garten vor einem Baumstamm auf, vor einem selbst angelegten Steinhügel oder häufe etwas Erde an, sodass die Tür als Eingang ins Wichtelreich dient. Auf dem Balkon reicht ein Steinhügel oder eine kleine, undurchsichtige Behausung aus Reisig und Blättern mit der Wichteltür als Eingang.

Diese kleinen zauberhaften Wesen wohnen in Häusern, Höfen und Scheunen, früher lebten sie jedoch am liebsten im Stall bei den Tieren. Aber auch auf Schiffen oder im Wald sind sie zu finden.

## **Räucherstoff für den Januar: Bernstein - Baumgold aus Urzeiten**

Bernstein, ein Baumharz, das vor Jahrmillionen aus den Stämmen von Kiefern und anderen Nadelhölzern ausgetreten ist, kann bis zu 300 Millionen Jahre alt sein. In Griechenland sowie im alten Ägypten galt Bernstein als großartiges Heilmittel gegen viele Krankheiten. Zum Räuchern wurde er in der Antike täglich verwendet.

Der Sonnenstein, wie das Harz auch genannt wird, verbindet dich mit dem Schöpfungsgeist der Sonne und schafft eine zaubervolle Atmosphäre der Erneuerung und geistigen Erwärmung. Dieser goldene Baumsaft war und ist daher bis heute ein beliebter Bestandteil der Tempel- und Heilräucherungen, stellt sein intensiver Rauch doch Kontakt zu deiner Urverbindung und deiner inneren Quelle her und weckt dein Urvertrauen auf das ewige Leben. Ihm wird zudem eine schmerzstillende und beruhigende Wirkung nachgesagt. Mit etwas Glück findest du einige Stücke an den Stränden der Ostsee, ein magischer Moment, der der Energie dieser Steine nochmals einen besonderen Schub verleiht.

## **Zauberinstrument im Januar: Der heilige Kessel - Blick in deine Zukunft**



Der Kessel spielte bei den Kelten, teilweise auch bei den Germanen, eine wichtige Rolle im täglichen Leben, besonders aber als Kult- und Zeremonialgerät bei Toten-, Opfer- und Weiheritualen. Die Kelten unterschieden drei Arten von Wunderkesseln: den Kessel des Reichtums und der Fülle, den Kessel als Beutestück aus der Anderswelt und den Kessel der Heilung oder Wiedergeburt. Die große keltische Muttergöttin Ceridwen braute ein Jahr und einen Tag lang in ihrem magischen Kessel den Trunk der Weisheit, der göttlichen Eingebung. Bei den Kelten machte der Kessel im Rahmen von Spiritualität und Zeremonien einen wichtigen Bestandteil aus. Er fungierte hierbei zumeist als kultischer Gegenstand, welcher mit Attributen wie Kraft, Macht, Schönheit, Herrschaft, aber auch Klugheit und Weisheit in Verbindung zu bringen ist. Der Wunderkessel als Zauber- und Symbolgegenstand bildete demzufolge das

Bindeglied zwischen den Zaubermächten der Anderswelt und dem Reich der Menschen. Er symbolisiert Kreis und Kugel, die Urformen des Lebens und der Natur, wie Äpfel, Beeren, Sonne, Mond, Erde et cetera.

Stelle einen Kessel in die Mitte deiner Stube, gib etwas Sand hinein, zünde Räucherkohle an und lege Räucherstoffe wie Wacholderbeeren, Fenchel, Anis, Kümmel, Lavendelblüten, Weihrauch, Fichtenharz darauf. Wenn du dem geheimnisvoll aufsteigenden Rauch aus dem runden Zaubergefäß nachschaust, fällt dir eine Meditation ganz leicht. Sofort gerätst du in eine leichte Trance. Diese ist Türöffner zu vielfältigen Bewusstseinswelten, sie kann zu heilsamer Erkenntnis führen, deine Kreativität und Selbstheilungskräfte anregen.

Ein Kessel, auf ein Feuer oder einen Herd gestellt, bewirkt sogar eine ganz intensive Meditation. Koche darin eine Suppe aus Bohnen, frischen Kräutern und weiterem Gemüse. Beim beständigen Rühren gelangst du ebenfalls in eine Art Trance, die wie auf wundersame Weise deine Fragen an das Leben in Antworten verwandelt. Spüre die aufsteigenden Kräfte des Kessels, wie sie deine Lebensenergie erhöhen, und erlebe, wie Freude, Harmonie und auch Fröhlichkeit dein Inneres durchdringen.

## **Brauchtum im Monat des Janus**

Der Januar ist der Monat, in dem wir über unser Leben reflektieren, Vorsätze aufschreiben und viele Hoffnungen und Erwartungen für das kommende Jahr hegen.