

Lum Letter

Ausgabe 30 ~ Winter 2016

Der Jahreskreis

Sternbilder

Fantasiereise

Räuchertagebuch

Wintermandala

Mondphasen

Anzeigen

Neues Forum

Fernreiki

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	Seite 3
Der Jahreskreis	Seite 4
Ankündigung: 10 Jahre Lumnetta	Seite 5
Die 5 Rhythmen	Seite 6
Räuchertagebuch	Seite 9
Dein Artikel oder Deine Anzeige im Lumletter	Seite 10
Anzeige: Fernreiki	Seite 10
Wintermandala	Seite 11
Unser neues Forum	Seite 13
Vorstellung: Sunray Ravyn	Seite 15
Mond- und Sonnenfeste 2017	Seite 17
Seelenbalsam Räucherung	Seite 18
Fantasiereise: Der sorglose Bach	Seite 19
Sternbilder und ihre Geschichte	Seite 22
Mondphasen	Seite 25
Geburtstage	Seite 26
Quellenangaben und Impressum	Seite 27

Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr neigt sich allmählich dem Ende zu. Die Tage werden in Kürze wieder länger. Für einige ist bald Weihnachten, für andere ist Yule. Der Winter hat uns nun fest im Griff!

Jetzt ist die richtige Zeit, um sich auszuruhen. Es ist Zeit, die Seele baumeln zu lassen. Als kleinen Impuls laden wir Euch ein, eine kleine Fantasiereise zu machen, in der Ihr Eure Sorgen für eine Weile vergessen dürft. Auch das Ausmalen eines Mandalas kann Ruhe in den Geist bringen.

Der Blick in den klaren Nachthimmel lädt uns zum Träumen ein. Jedes Sternbild hat seine Geschichte. In dieser Ausgabe findet Ihr einige davon.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei unseren ehemaligen Redaktionsmitgliedern für ihre engagierte Mitarbeit und für die gemeinsame Zeit in der Redaktion bedanken. Ihr habt sehr gute Arbeit geleistet. Danke!

Und jedes Ende beinhaltet einen neuen Anfang. Daher begrüße ich herzlich unsere neuen Redaktionsmitglieder. Ich freue mich auf unsere Zusammenarbeit.

Jetzt möchte ich Euch, liebe Leser und Leserinnen, nicht länger aufhalten. Ihr musstet durch den bedauerlichen Ausfall der Herbstausgabe schon lange genug auf Neues aus der Lumletter-Redaktion warten.

Zeit ist in dieser Welt ein seltenes Gut geworden. Daher nutzt sie weise.

Eure Violet

Der Jahreskreis

Göttin weiß und unschuldig
hast einen Jungen an der Hand
der Winter macht die Natur
geduldig
streng mit weißer Wand

Göttin verwandelt in einen
Hasen
triffst in zarter Wärme deinen
Gott
Blumen blühen auf dem Rasen
Kälte geht mit leichtem Spott

Entfacht sind hell die Feuer
Göttin und Gott vereint und
tanzen
Rot strahlt sie, lieb und teuer
Samen in die Erde pflanzen

Sommer kommt mit Gottes
Kraft
Früchte auf den Feldern reifen
Natur steht in vollem Saft
Käfer durch die Lüfte streifen

Sonnengott das Herz erhellt
reifes Korn in ganzer Pracht
der Göttin Liebe nicht verfällt
Sonnenschein mit aller Macht

Gott, bist zum Sterben bald
bereit
schenkst deine Kraft der Erde
die Göttin bei ihrem Geliebten
weilt
das Herbst nun werde

Schwarze Göttin bist voll Trauer
gedenken wir der Ahnen
Totenstille bringen Schauer
Geister ihren Weg sich bahnen

Göttin erhält den schönsten
Lohn
die Welt hüllt sich in Dunkelheit
vereint mit dem geliebten Sohn
naht heran die neue alte Zeit

(Violet, 5.4.2013)

Dieses Gedicht schrieb ich für die Kreativaufgabe zum Thema „Jahreskreis“ im ersten Semester.

Ankündigung – 10 Jahre Lumnetta

Es ist immer wieder wahnsinnig, wie schnell die Zeit verfliegt. Lumnetta feiert im März 2017 seinen 10. Geburtstag. Das müssen wir unbedingt feiern. So viel sei verraten, es wird ein paar schöne Überraschungen geben.

Eine sehr gute Möglichkeit zum Feiern bietet das Jubiläums- Forentreffen 2017. Aktuell findet die Planung im Forum statt.

Am **schwarzen Brett** unter **Forumtreffen** findet ihr alle wichtigen Informationen und Diskussionen. Jedes Lumnetta-Mitglied ist dazu herzlich eingeladen. Egal ob „alter Hase“ oder neues Mitglied, Schüler, Lehrer oder freies Mitglied, **jeder** ist willkommen.

Keine falsche Scheu.

Traut euch.

Beteiligt euch an der Planung.

Macht das Treffen unvergesslich.

Es wird interessante Gespräche geben und natürlich jede Menge Spaß. Ein Ritual zum Jahreskreisfest, Musik und Tanz runden unsere Treffen ab.

Gerne möchten wir von euch wissen, wie ihr zu Lumnetta gefunden habt und was ihr mit Lumnetta verbindet. Was gefällt euch? Oder gibt es etwas, dass wir verbessern können? Schickt uns eure Erfahrungen. Seid kreativ. Schreibt, zeichnet, dichtet, bastelt eure Verbindung zu Lumnetta. In der nächsten Ausgabe veröffentlichen wir gerne Eure Einsendungen.

Die Kontaktmöglichkeiten findet ihr im Impressum.

Die fünf Rhythmen - Bewegungsmeditation nach Gabrielle Roth

Tanzen fasziniert mich, vor allem was sich abseits des Mainstream bewegt. In Ausgabe 28 (Frühling 2016) habe ich von den würdevollen Frauen und Männern berichtet, die im Tribal Style Dance das Gefühl von Synchronizität vermitteln und sich für die Zuschauer fast wie telepathisch verständigen können.

Dieses mal hat mich mein Weg auf eine andere Reise geführt. Ich habe mich schon früher einmal mit diesem Thema befasst und sah hier die Gelegenheit, es noch einmal aufzugreifen. Die Bewegungsmeditation bzw. der Meditationstanz nach Gabrielle Roth, eine New Yorker Großstadtschamanin die aufgrund einer Knieverletzung damals den klassischen Tanz aufgeben musste, aber bei einer Jam-Session eine ganz neue Erfahrung erleben durfte.

Sie entwickelte ein Konzept von fünf verschiedenen Tanzausdrücken, die zusammen das Sinnbild einer Welle formen. Jedes Bewegungsmuster ist mehreren Aspekten zugeordnet und in einem Rad gegliedert (siehe Abbildung).

Diese fünf Rhythmen möchte ich euch einmal kurz vorstellen, damit ihr vielleicht schon Zuhause ein wenig das Tanzbein schwingen könnt.

Es gibt weltweit ca. 400 Lehrer/innen für die fünf Rhythmen, etwa 33 davon in Deutschland. Auch ich habe mich schon mal auf die Suche nach einer Lehrerin/einem Lehrer begeben, um vielleicht das Ganze mal in einem Workshop zu vertiefen.

Das wichtigste bei Gabrielles Lehren ist, dass es keine festgelegte Schrittfolgen (wie etwa beim Standardtanz) gibt. Alles geschieht plötzlich und intuitiv.

Hier kann man sich zur Musik einfach gehen lassen, festgelegten, steifen Regeln trotzen und die Seele das tun lassen, was sie am meisten begehrt.

1. Flowing

Die Welle ist ganz seicht und beginnt gerade erst ihr Leben. Die Bewegungen sind rund, weich, fließend - wie der Name es schon sagt. Wir bewegen uns sanft und wellenartig. Wir rennen, rollen oder springen durch den Raum. Die Bewegungen haben keinen Anfang und kein Ende. Wir lernen, uns zu öffnen und zu empfangen, wir verbinden unser Selbst mit der Erde und tanzen in unserem ganz eigenen Flow. Die Musik ist dafür am besten ruhig und schwingend, so wie wir.

2. Staccato

Der Rhythmus wird kräftiger, die Bewegungen abgehackter, zackiger. Diese Tanzform sprüht vor männlicher Energie, unsere Bewegungen könnten einem kraftvollen rituellen Stammestanz entstammen. Wir entfachen das Feuer in uns, konzentrieren uns auf die Außenwelt und reißen die Schranken unserer Umwelt ein. Der Ausdruck ähnelt dem Zumba, die Bewegungen kommen aus der Hüfte und den Knien, dabei tragen die Arme unsere Energien weiter, zeichnen Formen und Winkel. Die Musik ist kraftvoll, rhythmisch, feurig z.B. afrikanische Musik mit Tempo. Wir können stampfen, in die Luft hämmern und den Latino in uns herauslassen. Die Welle nähert sich ihrem Höhepunkt, wächst und erhebt sich.

3. Chaos

Jetzt kennt die Ekstase keine Grenzen mehr, wie besessen schütteln wir unseren Körper, unsere Gliedmaßen. Wir haben die Kontrolle über unseren Körper verloren und lassen einfach alles zu, was da gerade kommen will. Dieser Rhythmus lässt uns Freiheit und Kreativität erfahren. Wir zucken, wirbeln, schütteln uns zu einer ebenso wilden, rhythmischen, lauten und schnellen Musik. Die Welle beginnt sich zu ihrer vollen Größe aufzurichten, es dauert nicht mehr lange bis sie bricht.

4. Lyrical

Wir bewegen uns federleicht in den neuen Rhythmus hinein, die Welle ist gebrochen und fällt. Nach dem Chaos ist es nun Zeit für Verspieltheit und Gelassenheit. Ein Ausdruckstanz voller Freude und Leichtigkeit, wir sind wie Blätter im Wind. Die Musik ist poetisch, ruhiger und dennoch klar definiert.

5. Stillness

Der Stillstand beginnt seinen Weg, die letzten Ausläufer der Welle erreichen den Strand. Die Bewegungen in uns sind langsam wie in Zeitlupe. Es erinnert an Tai Chi oder Qi Gong wenn wir diese Bewegungen ausführen. Alles ist langsam, ohne jegliche Bedeutung von Raum und Zeit. Wir begegnen der Stille, spüren den Atem fließen und wie unser Herz sich beruhigt. Der Fokus dieses Rhythmus liegt in der Selbstakzeptanz, dem inneren Frieden und dem Göttlichen in uns.

Lum Letter

Habt ihr Lust bekommen, es selbst einmal zu probieren?

Keine Angst, falls ihr euch mal wirklich nicht sicher seid, was ihr zu den Rhythmen tanzen sollt, gibt das Internet, vor allem Youtube ein wenig Aufklärung darüber. Aber wie gesagt, es gibt keine festen Vorgaben. Tanzt einfach das, was euch in den Sinn kommt, lasst euch zur Musik treiben. Es gibt kein richtig und kein falsch.

Falls euch das Thema näher interessiert, gibt es das Buch „Totem: das Praxisbuch zu den fünf Rhythmen“ überall zu kaufen.

Gabrielle Roth hat eigens eine Band gegründet (Gabrielle Roth and the Mirrors) die sich auf diese Musik passend zu den Rhythmen spezialisiert haben. Die besten Alben hierfür sind: Tribe, Initiation und Totem. Aber auch andere Alben von ihr sind sehr schön.

Sie hat auch zwei Alben für Slow Yoga produziert. Wer sich für ein Buch von ihrer Arbeit als Großstadtschamanin angesprochen fühlt, sei „Das befreite Herz“ bzw. „Totem: gelebter Schamanismus“ ans Herz gelegt.

Bei Youtube kann man sich die Lieder auch gut anhören, um ein Bild davon zu bekommen. Leider ist Gabrielle Roth im Jahre 2012 verstorben, doch ihr Erbe wird hoffentlich noch von vielen Menschen weitergetragen.

Räuchertagebuch

Hallo ihr Lieben,

kennt ihr das auch? Da mischt man sich eine Räuchermischung zusammen und weiß später nicht mehr was da alles verwendet, geschweige denn, für was es eigentlich hergestellt wurde.

Ich hab mir da etwas besonderes angelegt, nämlich ein Räuchertagebuch. Dieses tolle Büchlein enthält all meine selbstgemischten Räucherungen.

Dazu setz ich mich hin und beginne mir folgendes zu überlegen

- Für welchen Zweck wird geräuchert?
- Auf was wird geräuchert? (Kohle, Sieb?)
- Wie fühle ich mich vor, während und nach der Räucherung
- wie riecht es? Erdig, blumig, balsamisch, warm usw.
- was für ein Gefühl breitet sich in mir aus?
- Wie wirkt es in mir und um mich?
- Wurde die Räucherware gekauft oder selbst gesammelt und wo?
- Bedeutung der einzelnen Ingredienzien

Danach kann man in Büchern und im Internet auf die Suche nach den Bedeutungen gehen, oder besser gesagt für was, welche Pflanze, Harze und dergleichen steht.

Hier sieht man dann am Ende tatsächlich einen roten Faden durch die Räucherung, was die Thematik angeht, die vielleicht bis dahin noch im Unterbewusstsein geschlummert hat.

Und der Vorteil an diesem Räuchertagebuch ist, man kann immer wieder nachschlagen was man da zusammengemischt hat, wenn man das nochmal nachmischen mag

Seid ganz lieb begrüßt

Eure Tamesis



Dein Artikel oder Deine Anzeige im Lumletter

Der Lumletter ist eine Zeitung von der Lumnetta-Gemeinschaft für die Lumnetta-Gemeinschaft. Jeder Abonnent und jedes Foren-Mitglieder hat die Möglichkeit an den Ausgaben mitzuarbeiten. Dafür stehen Euch viele Möglichkeiten zur Wahl.

Die Redaktion ist immer auf der Suche nach Artikeln, Bilder, Fotos, Geschichten, Gedichte und Erfahrungsberichte. Schicke uns gerne Deinen Gastartikel oder werde ein Teil der Redaktion.

Wenn Du etwas Magisches für die Lumnetta-Gemeinschaft kostenlos anbieten möchtest, kannst Du uns Deine „Anzeige“ mit Deinem Namen, einer genauen Beschreibung was Du anbietest und Deinen Kontaktmöglichkeiten schicken.

Oder sag uns in einem Leserbrief, wie Du den Luletter findest. Du kannst uns auch gerne Deine Meinung zu den einzelnen Artikeln mitteilen. Du hast einen Fehler entdeckt? Dann schreibe uns.

Gerne kannst du den Lumletter dazu nutzen, jemanden Grüße zu bestellen. Schick sie uns und wir veröffentlichen sie.
Die Kontaktmöglichkeiten findest Du im Impressum.

Fernreiki für alle von Violet!

Da mir als Reiki-Eingeweihte oft die Praxis fehlt, möchte ich Euch gerne (Fern-)Reiki geben.

Daher biete ich ab sofort kostenlos Fernreiki für alle Lumletter-Leser an.

Schreibt mich dazu einfach an. Alle Einzelheiten klären wir dann. Gerne beantworte ich auch eure Fragen zum Thema Reiki.

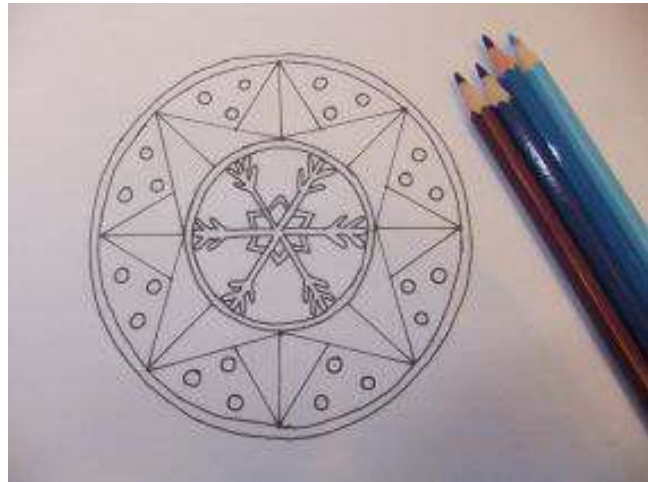
Wie Ihr mich kontaktieren könnt, steht im Impressum.



Autorin: violet

Wintermandala Ein kleines Stück Ruhe in einer stressigen Zeit

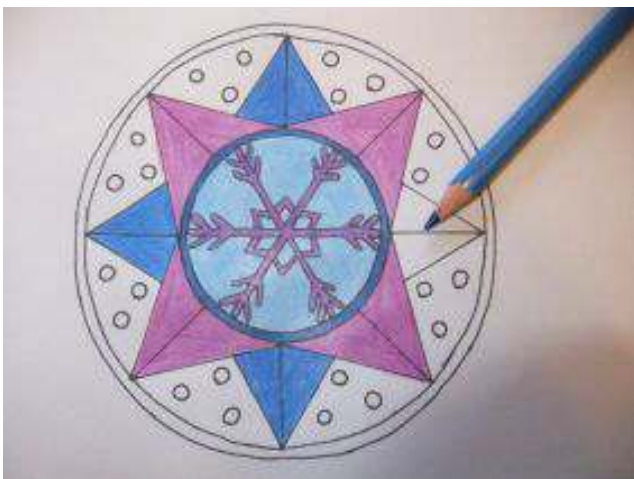
Der Winter ist die Zeit, um sich auszuruhen und um in sich zu kehren. Die Natur macht es uns vor. Alles scheint still zu stehen. Die Bäume sind kahl, die Wiesen ohne Blumen. Die Vögel haben uns vorübergehend verlassen. Nur wenige sind geblieben.



Jeder sollte etwas Zeit nur für sich verwenden und vom Alltag abschalten. Den Kopf freimachen bedeutet auch, Kraft zu sammeln. Kraft, die in diesen Tagen sehr wichtig ist. Eine gute Möglichkeit dafür findet sich im Ausmalen von Mandalas. Die Buchhandlungen sind voll mit Malbüchern für Erwachsene. Malen entspannt und ist nicht nur etwas für Kinder. Dabei ist es nicht von Bedeutung, wie aufwendig ein Mandala gestaltet ist. Wichtig ist nur, dass es gefällt und dass beim Ausmalen der Geist zur Ruhe kommen kann und darf.

Die positive Wirkung des Malens kann noch verstärkt werden, indem die Atmosphäre verändert wird. Dies bringt weiteren Abstand zum Alltag. Um das zu erreichen, gibt es einige einfache Möglichkeiten.

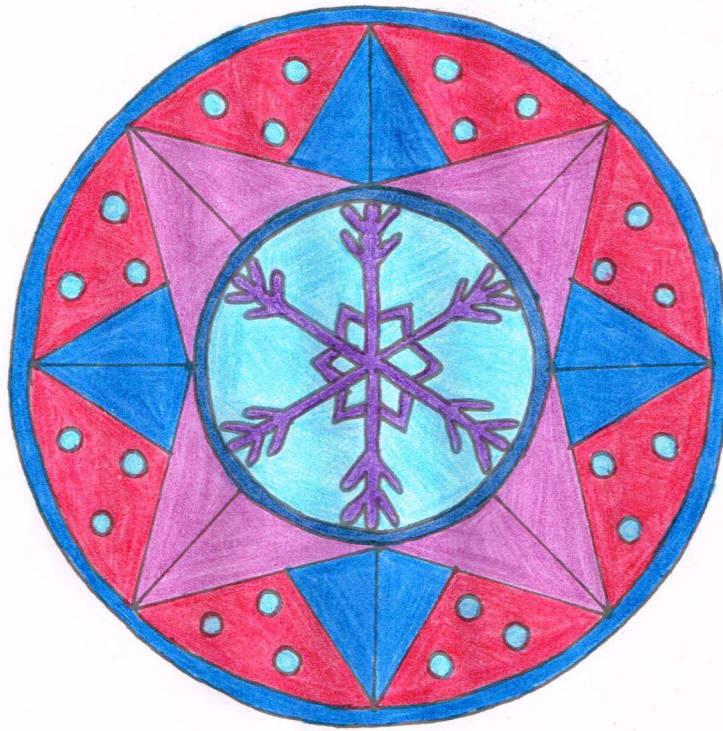
Es kann schöne Musik mit oder ohne Gesang aufgelegt werden. Wichtig ist, dass sie Dir gefällt. Kerzen schaffen immer eine schöne Stimmung, wie ich finde. Dazu ein wenig Räucherwerk mit angenehmem beruhigendem Duft.



Informiere Deine Familie darüber, dass Du für eine Weile alleine sein möchtest. Schalte auch dein Telefon aus. Entferne alles, was Dich stören kann. Wenn Du möchtest, kannst Du Dir in deinem Zuhause einen besonderen Platz kreieren, an dem Du Dich zurückziehen kannst. Wenn Du den Ort oft genug nutzt, wird das Betreten dieses Ortes Dich schon zur Ruhe bringen. Und nun ran an die Stifte. Gönn Dir eine kleine Auszeit vom Alltag.

Nutzt die Zeit nur für Euch. Wenn Ihr mögt, könnt Ihr uns Eure ausgemalten Mandalas schicken und wir veröffentlichen sie in der nächsten Ausgabe.

Hier seht ihr mein ausgemaltes Wintermandala.



Wir stellen vor: Unser neues Forum „Magie allgemein“

Ein paar Wochen begleitet es uns bereits. Hast Du es schon entdeckt? Es versteckt sich weiter unten und wartet still. Die Rede ist von unserem neuen Forum, welches ich dir heute vorstellen möchte.

Wer es finden möchte, muss im Forum (www.forum.lumnettahexen.de) ein wenig auf der Seite nach unten scrollen. Unter „Magie allgemein“ kann jeder, der im Forum registriert ist, Themen starten und Beiträge hinterlassen. Dieser Bereich dient dem allgemeinen Austausch, der bis jetzt oft zu kurz kam. Es gab keinen eigenen Platz im Forum, in dem speziellere Themen diskutiert werden konnten.

MAGIE ALLGEMEIN	THEMEN	BEFRÄGE	LETZTER BEITRAG
<input type="radio"/> Traditionen, Religionen, Spiritualität Hier kann man sich über alle Traditionen, Religionen und die Spiritualität unterhalten	2	4	von Tahira So 16. Okt 2016, 12:48
<input type="radio"/> Techniken alles über magische Techniken, Fragen und Diskussionen dazu	0	0	Keine Beiträge
<input type="radio"/> Divination womit orakelt ihr? welche Formen gibt es?	0	0	Keine Beiträge
<input type="radio"/> Meditation und Trance Techniken zu Meditation und Trance	0	0	Keine Beiträge
<input type="radio"/> Energiearbeit Fragen, Anregungen, Diskussion	0	0	Keine Beiträge
<input type="radio"/> Götter Diskussion und Fragen rund um Götter, mit welchen Göttern arbeitet ihr?	0	0	Keine Beiträge
<input type="radio"/> Jahreskreis die Feste zum Jahreskreis und der Jahreskreis an sich	2	10	von Brunnea ☺ Mi 9. Nov 2016, 22:01

Im „Schulhof“ können Fragen und Probleme zu der Ausbildung in unserer Schule besprochen werden und im Forum „Magie allgemein“ können wir uns ausgiebig über die ganzen Themen, wie der Name des Forums sagt, allgemein unterhalten.

Der Bereich ist in verschiedene Oberthemen unterteilt. Dies ermöglicht einen strukturierten Austausch. Lasst uns einen Blick auf diese Themen werfen.

1. Traditionen, Spiritualität, Religion

Im Heidentum gibt es unzählige Richtungen. Sie unterscheiden sich mal mehr, mal weniger voneinander. Keine ist besser oder schlechter. Wer sich in einem oder mehreren dieser Strömungen auskennt, ist hier herzlich eingeladen, darüber zu erzählen. Was interessiert euch daran? Wie habt ihr dahin gefunden? Vielleicht hat der eine oder andere hier im Laufe seines Lebens eigene Traditionen geschaffen. In diesem Bereich ist Platz dafür.

2. magische Techniken

Ihr kennt schöne oder interessante Techniken und möchtet sie mit der Gemeinschaft teilen? Hier habt ihr die Gelegenheit dazu. Ob Kreise ziehen, Anrufungen oder Ritualabläufe – alles ist hier möglich.

3. Divination

Tarot, Pendel, Runen, Kristallkugeln... die Liste an Möglichkeiten ist lang, ebenso wie die Möglichkeiten der Antworten.

Erzählt uns, womit ihr arbeitet. Wenn ihr Fragen habt, könnt ihr sie hier stellen. Interessant sind natürlich auch die seltenen, unbekannteren oder außergewöhnlichen Divinationen.

4. Meditation und Trance

Noch so ein umfangreiches Thema...

Im Wald der Meditationen und Trancen gibt es zahlreiche Techniken. Hier haben wir die Möglichkeit, uns darüber auszutauschen und bestimmte Varianten zu diskutieren. Wer in diesen Bereichen unsicher ist, kann selbstverständlich Fragen stellen.

5. Energiearbeit

In Ritualen wird sie gerne angewandt und doch kommt sie oft zu kurz. Unter Energiearbeit fallen z. B. Erden und Zentrieren, Reiki, Arbeit mit Chakren, Aura und Meridianen. Techniken gibt es zu jedem Begriff reichlich.

6. Götter

Noch mehr als Techniken der Meditation gibt es Götter. Jede Kultur hat im Laufe seines Daseins welche benannt. Wer von euch mit bestimmten Göttern arbeitet, kann gerne davon berichten. Welche Erfahrungen habt ihr gemacht? Wie seht ihr das: Gibt es so viele Götter oder sind es doch nur immer wieder die selben (zwei)?

7. Jahreskreis

Als letzter Teil bleibt noch der Jahreskreis. Acht Feste begleiten uns durch das Jahr sowie Vollmond- und Schwarzmundfeiern. Auch die Götter haben ihre eigenen Partys. Hier ist nun der Platz, all die Erfahrungen, Wissen und Ideen zu teilen, zu diskutieren und Fragen zu stellen.

Und jetzt seid ihr an der Reihe!

Postet was das Zeug hält. Füllt das Forum mit euren Gedanken und Anregungen, Fragen und Antworten. Seid kreativ. Belebt unser Forum, unsere Gemeinschaft.

Vorstellung Sunray Ravyn

Persönliche Fragen

Was machst Du beruflich?

Noch bin ich Azubine, aber ab dem 1. Oktober bin ich hoffentlich examinierte Altenpflegerin.

Dein Lieblingsessen:

Ich mag eigentlich alles, aber ich hab ein Faible für exotisches und orientalisches Essen.

Deine Lieblingsmusik:

Ich höre gerne Metal, Gothic, Mittelalter, Soundtrack/Trailermusik und Klassik.

Deine Lieblingsfarbe:

schwarz, violett, dunkelgrün und Erdtöne

Dein Familienstand:

noch ledig, aber das ändert sich April 2017

Hast Du Kinder:

noch nicht

Hast du Haustiere:

Oh ja, zwei Katzen, zwei Kater und bald kommt noch ein Welpen.

Magische Fragen

Wie bist Du zur Magie gekommen:

Durch eine Freundin, die meinen Hunger auf Magie und Wissen geweckt hatte, danach habe ich mir Bücher aus der Stadtbücherei ausgeliehen.

Seit wann bist Du eine Hexe:

Eine gute Frage, ab wann ist man eine Hexe? Wenn man sein erstes Ritual durchführt? Oder spürt man es schon vorher? Angefangen habe ich mit 12 oder 13 mich dafür zu „interessieren“, bis ich mich wirklich als „Hexe“ definiert habe ging noch Zeit ins Land, so mit 16 oder so.

Wie definierst Du persönlich Hexe:

Menschen (egal ob männlich oder weiblich), die ein wenig „hinter die Welt“ schauen

Hast Du ein Lieblingselement:

Eigentlich mag ich alle... außer Luft, da hab ich irgendwie keinen Bezug zu, aber ich bin manchmal schon ein kleiner Feuerteufel *unschuldig guck* und

kann mich von Kaminen und offenen Feuern kaum fernhalten.

Dein Lieblingswesen /-gott :

Mutter Erde und Cernunnos, aber ich bitte durchaus auch andere Götter um Hilfe oder um Rat.

Vorlieben in der magischen Praxis :

Es gibt viele Pfade für die ich mich interessiere, eigentlich bin ich für alles offen (und immer neugierig), aber Kräuter, Tarot, Naturmagie und Urban Shamanism sind so meine größten Vorlieben.

Empfehlungen für Junghexen/Was sollte man Deiner Meinung nach mitbringen (um diesen Pfad zu gehen):

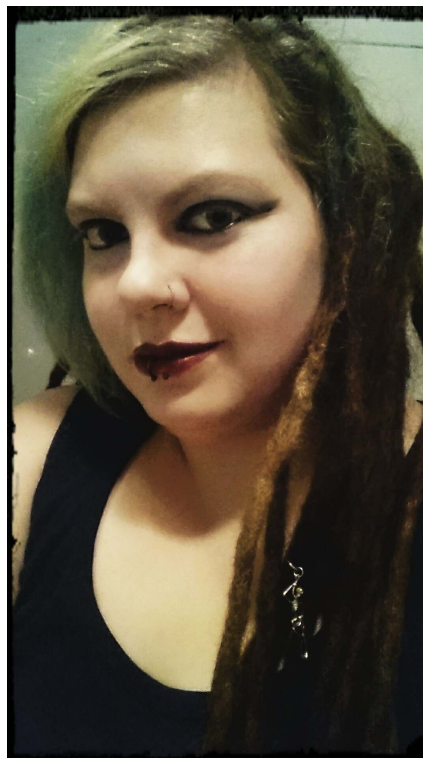
Auf jeden Fall Neugier und Toleranz gegenüber Neuem und eine gute Selbstreflektion was Magie bewirken kann und was nicht. Man sollte sich und die Magie nicht überschätzen.

Hast du schon schlechte Erfahrungen mit der Magie gehabt:

Ja, die habe ich gemacht und es ist auch durchaus gut, wenn man beide Seiten kennenlernt.

Aufgabe in der Redaktion:

Ich versorge euch mit neuen Artikeln, Buchrezensionen, Rezepten und vielleicht auch mal mit kreativen Werken.



Mondfeste 2017

Imbolc = 11.02.

Beltane = 10.05.

Lammas = 07.08.

Samhain = 18.11.

Sonnenfeste 2017

Ostara = 20.03.

Litha = 21.06.

Mabon = 22.09.

Jul = 21.12.

Seelenbalsam Räucherung

Hallo Ihr Lieben

Kennt Ihr das auch? Ihr kommt nach Hause, seid gestresst, müde und fühlt Euch einfach erschlagen?

Genau für solche Tage habe ich mir eine balsamische Räucherung hergestellt. Sie hilft einem, sich innerlich zu klären, den Stress hinter sich zu lassen und vor allem zu entspannen. Auf dem Sieb aufgelegt harmonisiert sie, tröstet die Seele und schenkt inneren Frieden.



Sehr gerne verwende ich sie, wenn ich mich kreativ austoben möchte, denn sie regt die Phantasie und Kreativität förmlich an.

Ihr braucht:

- * Tolubalsam
- * Benzoe Sumatra
- * Rosenweihrauch
- * Mastix
- * Kampfer (aber nur eine klitzekleine Prise)
- * Kalmus
- * Schlüsselblume
- * Lavendel
- * weißer Salbei



Ich arbeite nie nach Mengenangaben, daher empfehle ich Euch, nach Eurem Gefühl und vor allem Geschmack zu gehen.

Am besten entfalten sich die Pflanzenenergien auf dem Räucherstövchen und helfen einem sogar, besser in die Meditation zu gleiten.

Seid lieb begrüßt
Eure Tamesis

Fantasiereise – Der sorglose Bach (© Violet)

Der Winter und die dunkle Jahreszeit lädt uns dazu ein, in uns zu kehren. Gerade in der Vorweihnachtszeit, einer Zeit, in der die meisten Menschen unter enormen Stress stehen, ist es wichtig, dass wir uns kleine Auszeiten gönnen. Alle Sorgen dürfen wir für eine Weile vergessen. Eine gute Möglichkeit dazu ist diese Fantasiereise.

Lies sie Dir in Ruhe durch und gehe in Gedanken Schritt für Schritt den Angeboten nach. Du musst Dich nicht sklavisch daran halten. Du kannst sie Dir auch gerne aufnehmen und dann abspielen. Lass zwischen den einzelnen Sätzen genug Zeit, damit Du Dir alles in Ruhe vorstellen kannst.

Wenn Du möchtest, kannst Du mit mir gerne einen Termin vereinbaren und ich leite Dich über Skype oder Telefon zu dieser Fantasiereise an. Schreibe mir und wir klären die Einzelheiten. Die Kontaktmöglichkeiten findest Du im Impressum.

Über eine kurze Rückmeldung, wie Du diese Fantasiereise fandest, freue ich mich sehr.

Lass uns nun beginnen.

- setze oder lege Dich bequem hin
- wenn Du schnell frierst, dann lege Dir eine Decke über
- entferne oder öffne beengende Kleidung
- nichts soll Dich jetzt stören
- korrigiere Deine Lage, wenn noch etwas störend ist
- schließe Deine Augen
- atme 3x langsam tief durch die Nase ein und durch den Mund wieder aus
- stelle Dir nun vor, Du stehst oben an einer Treppe
- gehe sie langsam, Stufe für Stufe hinab, zähle dabei von 1 bis 10
- unten angelangt stehst Du vor einer schönen Tür
- öffne sie und gehe hindurch

- Du kommst auf eine Wiese
- Die Grashalme wiegen sich im Wind. Spüre ihn auf Deiner Haut, in Deinen Haaren
- Die Sonne scheint angenehm auf Dich herab. Kannst Du sie riechen?
- Auf der Wiese entdeckst Du Blumen. Sie verströmen ihren Duft. Du brauchst keine Angst zu haben, ihre Pollen können Dir hier nichts anhaben.
- Ein Schmetterling flattert umher, setzt sich auf eine Blume.
- Gehe in Deinem eigenen Tempo an ihn heran. Betrachte ihn. Kannst Du seine Farben erkennen?

Lum Letter

- Nach einer Weile fliegt der Schmetterling wieder los. Er umkreist Dich und lädt Dich ein, ihm zu folgen.
- Du folgst ihm über die Wiese. Spüre das Gras unter Deinen Füßen.
- Gehe weiter, lass Dir die Zeit, es gibt zur Zeit nichts zu tun.
- Ihr kommt nach einer Weile an einen Bach. Der Schmetterling lässt sich auf einen nahen Stein nieder.
Wenn Du magst, kannst Du Dich hinsetzen. Du kannst Deine Füße in das Wasser tauchen. Wie fühlt sich das Wasser an? Ist es warm oder erfrischend kühl?
- Beobachte das Fließen des Wassers. Hörst Du es plätschern oder fließt es ruhig und still?
- Der Bach lädt Dich ein, ihm Deine Sorgen anzuvertrauen. Bewerte sie



nicht. Lass sie einfach für eine Weile los. Sie fließen mit der Strömung des Baches fort. Sie sind zu dieser Zeit unwichtig.

Lum Letter

- Wenn Du Deine Sorgen abgegeben hast, lege Dich hin und betrachte den Himmel. Kannst Du Wolken sehen? Wenn ja, haben sie eine bestimmte Farbe oder Form. Alles ist erlaubt.
- Strecke Deine Hand nach ihnen aus. Du kannst sie berühren und etwas von ihnen abzupfen, wie Zuckerwatte. Wie fühlt sich das Wolkenstück an?
- Wenn Du magst, kannst Du sie essen. Wie schmecken die Wolken?
- Bleibe noch einen Moment einfach liegen, ohne etwas bestimmtes zu tun.

- Mache Dich nun langsam auf den Rückweg. Der Schmetterling begleitet Dich.
- Kehre auf die Wiese zurück, spüre nochmal das Gras unter Deinen Füßen, die Sonne und den Wind auf Deiner Haut.
- Wenn Du wieder zurück bei der Tür bist, bedanke Dich bei dem Schmetterling für seine Begleitung, seine Führung.

- gehe wieder durch die Tür zurück an die Treppe
- gehe langsam die Stufen hinauf und zähle dabei von 10 nach 1
- bei 1 angekommen, beginn dich langsam zu bewegen
- eine Arme
- deine Beine
- deinen ganzen Körper
- du bist jetzt wieder im Hier und Jetzt

Sternbilder und ihre Geschichte

Eine sternenklare Nacht kann schon etwas Schönes sein.

Wie viele von euch sicher auch, liebe ich es, in den Himmel zu schauen und die Sterne zu beobachten; manch einer kennt sogar das ein oder andere Sternbild. Teilweise könnte ich so, wie hypnotisiert, ganze Stunden verbringen - eine wundervolle Beschäftigung, die jedoch schon seit über tausenden von Jahren auf der Erde zelebriert wurde.

Doch was steckt eigentlich genau hinter den Sternbildern?

Wer hat´s erfunden?

Schon die alten Ägypter waren fasziniert von den funkelnden Himmelskörpern am Firmament, gedeutet wurden Sterne jedoch erst von den Babyloniern. Somit waren diese die eigentlichen Erfinder des ersten Horoskops und richteten jegliche politische Entscheidung nach den Sternen und begannen, unter späterem Einfluss der Griechen, das Schicksal einzelner zu deuten.

Bereits im 7. Jahrhundert vor Christus wurden dann die Tierkreiszeichen festgelegt. Das heutige Horoskop wie wir es kennen, entstand ungefähr 500 v. Chr. Die älteste astrologische Abhandlung "Astronomicon" stammte von Marcus Manilius, auf die dann die spätere und heute noch gültige Abhandlung von Claudius Ptolemäus mit dem Namen "Tetrabiblos" folgte.



In der Blütezeit der Renaissance erhielt die Astrologie einen erneuten Aufschwung. Allerdings wurde entgegen dem Glauben der Antike, die Glaubwürdigkeit in Frage gestellt. Für die Astrologie sowie Astronomie ausschlaggebenden Erkenntnisse sorgten Astrologen wie Johannes Kepler, Nikolaus Kopernikus und Galileo Galilei. Unter deren Einfluss wurde die Lehre der Planeten und Sterne in eine wissenschaftliche Richtung gerückt. Schließlich erklärte Isaak Newton die Bewegung der Himmelskörper durch die Schwerkraft. Der Einfluss der Sterne auf das menschliche Leben ließ sich wissenschaftlich nicht erklären. Infolgedessen wurde die Sterndeutung als Wissenschaft nicht mehr anerkannt.

Lum Letter

Im Laufe der industriellen Revolution stieg das Interesse an der Astrologie erneut an. Ausschlaggebend dafür war die Sehnsucht nach Übersinnlichem aufgrund den zu jener Zeit erschwerten Lebensbedingungen. Über England und den USA siedelte sich die Astrologie dann wieder in Deutschland an. Am 24. August 1930 erschien erstmals das Horoskop in einer Zeitung.



Kaum zu glauben, dass all die Sternanordnungen am Himmel, die für uns so wahllos und abstrakt erscheinen, tatsächlich in bestimmte Sternbilder zusammengefasst werden können. Dabei zählt der große Wagen noch zu den Nachvollziehbaren. Andere haben mit ihrer Form und Konstellation kaum etwas mit ihrer Bedeutung zu tun. Doch eines haben alle Sternbilder gemeinsam: Sie erzählen alle über tausende von Jahren alte Geschichten, die wir heute unter der griechischen Mythologie kennen. Insgesamt gibt es 88 Sternbilder, welche 1922 von der Internationalen Astronomischen Union festgelegt wurden und auch heute noch ihre Gültigkeit haben. Früher dienten Sternbilder vor allem der Navigation in der Schifffahrt.

Aufgrund der zur jeweiligen Jahreszeit stehenden Sternbilder in der Sonne, hatten schon die Babylonier das Kalenderjahr in zwölf gleich lange Zeitabschnitte eingeteilt.

Diese nennt man Tierkreiszeichen und kennt sie heute als Sternzeichen.

Schaut man in den Himmel, so wird einem klar, dass man nicht alle der 88 Sternbilder am Himmel erblicken kann. Grund dafür sind die zwei verschiedenen Erdhalbkugeln. Aufgrund der Erdrotation ist natürlich auch die Nachtzeit und die Jahreszeit ausschlaggebend, welche Sternbilder wir schlussendlich am Himmel finden können. Außerdem nehmen manche Sternbilder Zwischenpositionen ein, sodass diese so tief stehen, dass wir sie nur zum Teil sehen können.

Sternbilder, die man das ganze Jahr über am Himmel erblicken kann, wie zum Beispiel der große Bär/Wagen, stehen zirkumpolar am Himmel. Diese kreisen um den Himmelspol und gehen daher weder auf noch unter. Wenn man mal Urlaub außerhalb Deutschlands macht, lohnt es sich auf jeden Fall, eine andere Perspektive des Nachthimmels zu erkunden und vielleicht ganz neue Sternbilder zu erblicken.

Der Jahreszeit entsprechend gibt es bestimmte Sternkonstellationen:

Sommerdreieck: Wega (in der Leier), Altair (im Adler) und Deneb (im Schwan)

Herbstviereck: Algenib, Scheat, Markab und Sirrah (die ersten drei sind Hauptsterne des Pegasus)

Wintersechseck: Capella (im Fuhrmann), Aldebaran (im Stier), Rigel (im Orion), Sirius (im großen Hund), Prokyon (im kleinen Hund), Pollux (in den Zwillingen)

Frühlingsdreieck: Regulus (im Löwen), Spica (in der Jungfrau), Arktur (im Bärenhüter)

Diese Sternkonstellationen bilden jedoch keine eigenen Sternbilder.

Aszendent

Von uns aus gesehen erscheint am Tag 12 Mal ein neues Tierkreiszeichen am Himmel. Abhängig vom geografischen Standort und der Geburtszeit kann man also errechnen, welches Sternzeichen am östlichen Horizont am Himmel steht, in der Minute, in der man auf die Welt kommt.

Tipps für die ideale Sternsicht

- Besonders in ländlichen Gegenden hat man einen besonders guten Blick, da der Himmel dort generell dunkler erscheint.
- Ab September, wenn die Nächte wieder länger werden, lohnt es sich, einen Blick auf die Milchstraße zu erhaschen.
- In besonders klaren Sommernächten kann man auch den einen oder anderen Planeten finden.
- Wintersternbilder findet man am ehesten, wenn man den Blick in der Dämmerung nach Osten richtet.
- Vor allem nach Mitternacht leuchten die Sterne sehr hell und klar.
- Im Winter kann man tendenziell besser die Sterne erkennen, da die Sicht im Sommer durch den sommerlichen Dunst gern mal betrübt sein kann.



Mondphasen



Lupo / pixelio.de

Dezember

15.12. abnehmender Mond
29.12. Schwarzmond
30.12. Neumond
31.12. zunehmender Mond

Januar

12.01. Vollmond
13.01. abnehmender Mond
28.01. Schwarzmond
29.01. Neumond
30.01. zunehmender Mond

Februar

11.02. Vollmond
12.02. abnehmender Mond
26.02. Schwarzmond
27.02. Neumond
28.02. zunehmender Mond

März

12.03. Vollmond
13.03. abnehmender Mond

Geburtstage



Klaus Steves / pixelio.de

Dezember

19.12. Tintrane
20.12. Drachenlady und jungnessa
21.12. Henkeltier
22.12. Airmid, Ara-Nova und kleiner Vater
23.12. Phoebe-Morgaine
27.12. Marietta
28.12. Kalei
30.12. Schneewolf
31.12. Moyra und JeyFox

Januar

14.01. Chrissy Hummingbird
18.01. Akatash
19.01. Samtpfote
20.01. Lucindra
21.01. Gerrit
23.01. Neja und Elija
28.01. Tara und Raven
30.01. Hexenmädchen

Februar

01.02. Bambi
02.02. Niniane
04.02. Nangilima
06.02. Antje
12.02. Nari
14.02. sabse
15.02. Mellifera
20.02. jinulika
21.02. violetdragonwolf
22.02. Eleanor
25.02. Sima
27.02. Tris

März

04.03. Steff und Akiko
10.03. Elyria und Helena
11.03. LittleWitchLuna und Tamesis
12.03. Ravyn und Calista
13.03. Kattermor

Quellen und Bildnachweise:

Die 5 Rhythmen

www.5rhythms.com

Herzstück, Ausgabe 4/2014

Happinez, Ausgabe 5/2015

Räuchertagebuch

Bild: Tamesis

Anzeige: Fernreiki

Bild: Violet

Wintermandala

Bild: Violet

Unser neues Forum

Bild: violet

Fantasiereise: Der sorglose Bach

Bild: violet

Seelenbalsam Räucherung

Bilder: Tamesis

Sternbilder und ihre Geschichte

Bilder: Pixelio.de Adolf Riess

Pixelio.de Carsten Przygoda

Pixelio.de Bernhard Mayr

Text: <https://de.wikipedia.org/wiki/Sommerdreieck> (20.9.16)

<https://de.wikipedia.org/wiki/Wintersechseck> (20.9.16)

<https://de.wikipedia.org/wiki/Herbstviereck> (20.9.16)

<https://de.wikipedia.org/wiki/Fr%C3%BChlingsdreieck> (20.9.16)

<http://www.br.de/themen/wissen/astrologie-horoskop-geschichte100.html> (18.9.16)

<http://www.br.de/themen/wissen/astrologie-horoskop-funktion100.html> (18.9.16)

<https://www.sterntaufe24.de/sternbilder/> (18.9.16)

<http://www.space-agents.de/modules.php?name=MenuContent&cid=16&pid=71> (20.9.16)

<http://www.sternregister.de/sterne/sterne-beobachten.phpn> (20.9.16)

Impressum

Erscheinungsdatum: 16.12.2016

Herausgeber: Lumnettahexen

Chefredaktion: Violet

Layout: Wyldhuntress

Redaktion: Violet, Wyldhuntress, Aki, Lona, Sunray, Tamesis, Rika

Korrekturleser: Lona, Violet, Rika

Coverbild: Wyldhuntress

ntaktmöglichkeiten:

PN an Violet im Lumnetta-Forum www.forum.lumnettahexen.de

Skype an jenniviolet

E-Mail an jenni.violet@googlemail.com