

## BUREN

Vrienden kunnen we kiezen, maar vaak geldt dat niet voor buren. Bijna iedereen heeft wel buren of heeft die gehad. Deze verbindingen zijn belangrijker dan gewoon een kopje suiker kunnen lenen wanneer je die zelf niet in huis hebt. Ze zijn, of je nu wel of niet een relatie met je buren hebt, van belang voor je veiligheid en je gevoel van rust. Leer een goede heks te worden via acceptatie, inclusie en respect.

**KEUKENMAGIE:** kook met intentie en gebruik ingrediënten om beoogde eigenschappen te bevorderen – denk aan vrede, gastvrijheid, acceptatie en respect. De gemakkelijkste manier om keukenmagie uit te oefenen is door bewust specerijen en kruiden te gebruiken. Kijk eens wat je al in je keukenkastjes hebt staan. Elke specerij en elk kruid heeft een eigen energie en eigen eigenschappen. Maak een lijst van de kruiden en specerijen die je hebt en zoek uit welke magische eigenschappen ze hebben. Plan nu op basis daarvan wat maaltijden. Als je iets met intentie hebt gemaakt, nodig je je buurman of -vrouw uit om te komen eten.

Weet je niet zeker of je klaar bent om te koken voor de buren? Je kunt ze ook uitnodigen voor thee of koffie. Thee wordt geassocieerd met reinigen, verhelderen, een nieuw begin en reflectie; koffie met aarden, voorbij blokades komen en een rustige geest.



## TAROT EN ORAKELKAARTEN

Tarot en orakelkaarten zijn op kaarten gebaseerde systemen voor waarzegging. Het grootste verschil tussen beide is de structuur. Tarotdecks tellen bijna altijd 78 kaarten: 22 kaarten van de Grote Arcana en 56 van de Kleine Arcana. De Kleine Arcana is verder onderverdeeld in vier 'kleuren': bekers, staven, zwaarden en munten. Orakelkaarten hebben daarentegen geen vaste structuur en het aantal kaarten in een deck kan variëren van twintig tot wel honderd. Het ene systeem is niet beter dan het andere en veel heksen lezen ze vaak beide.

**KAART VAN DE DAG:** om een willekeurig deck te leren kennen, begin je met dagelijks één kaart te trekken en de boodschap ervan op te schrijven. Laat die op je inwerken door enkele minuten naar de kaart te staren. Let op kleuren, symbolen, wat er gebeurt op de kaart en hoe je je daarbij voelt. Je intuïtie helpt je de betekenis te begrijpen en wat die voor jouw dag kan betekenen.

Je kunt ook het boekje lezen dat bij het deck hoort, maar daarin vind je enkel woorden, geen intuïtie. Ben je er klaar voor, trek dan meer kaarten die je combineert in een uitgebreidere lezing. Vaak worden er tussen de drie en twaalf kaarten getrokken, maar het aantal maakt voor een lezing niet uit. Wel moet je, naarmate je meer kaarten toevoegt, meer betekenissen combineren.



# ZELFEFFECTIVITEIT, GEEST EN GELOOF

Voorbij het fysieke of materiële is er het spirituele. Daarmee kun je je verbinden met je pad, gedachten of overtuigingen. Om het geloof in jezelf en je macht te kunnen viëren werkt hekserij samen met zelf-effectiviteit. Hekserij kan veranderingen in je leven verwezenlijken en als je haar combineert met spirituele praktijken, word je begeleid. Sta jezelf toe aanwezig te zijn, leef met intentie en stel jezelf open voor positiviteit of dankbaarheid.

**DAGBOEK:** plan tijd in je drukke agenda om gedachten, gevoelens, worstelingen, vragen, ervaringen of overpeinzingen op te schrijven. Als je dit doet voordat je dag begint, schrijf dan ook je intenties op. Doe je dit aan het eind van de dag, schrijf dan op wat je hebt bereikt.

**GEBED:** of je nu bidt tot een hoger wezen of tot je innerlijke kracht, de tijd nemen om te vragen om hulp of handreikingen is een persoonlijke manier om te oefenen hoe je jezelf kunt verbinden met de magie binnen in je. Combineer je gebed met een ritueel, zoals nieuwe maan voor meer helderheid en handreikingen voor waar je naartoe gaat.

**MEDITATIE:** zoek je begeleiding via gebed, dan vraag je; mediteren daarentegen is volledig gericht op luisteren. Mediteer regelmatig om naar je lichaam en geest te luisteren. Combineer meditatie met een gebeurtenis zoals volle maan voor focus en duidelijkheid.





## KRUIDEN, BOMEN EN PLANTEN

Planten worden al jarenlang vanwege hun smaakvolle of aromatische eigenschappen op het gebied van voeding, medicijnen, geur en magie toegepast. Elke plant heeft eigenschappen die je kunt gebruiken om te helen en om jezelf in je heksery te begeleiden. Van de wortels in de grond tot de bladeren in de hoogste bomen: je kunt het hele plantenrijk in je praktijk gebruiken.

Wanneer je begint te werken met kruiden, bomen en planten, begin dan in je eigen omgeving. Welke planten horen bij de stad waarin je woont? Je kunt een keur aan bladeren, stukjes bast, steeltjes en bloemen mengen en malen voor magische bereidingen, zoals thee, olie en poeders voor wierook, bedeltjes en bezweringen.

**THEE:** een basisrecept om culinaire kruiden of planten te gebruiken: meng 1 tot 2 theelepels met kokend water en laat het 5 tot 10 minuten trekken. Hoe stugger de plant, hoe langer je het ingrediënt laat trekken.

**OLIE:** je kunt een basisolie maken door het gedroogde plantenmateriaal van je keuze in een pot te doen, het te bedekken met olie (olijf, amandel, druivenpit, avocado of abrikozenpit) en het 4 tot 6 weken te laten staan. Voor direct gebruik kun je wat essentiële olie gebruiken in plaats van gedroogde planten.

**BEDELTJES:** voor de meeste bedeltjes maal je gedroogde kruiden, bast en ander plantenmateriaal. Meng alles en doe het in een buidelje of potje dat je aan een ketting of armband kunt bevestigen.