



EEN CIRKEL WERPEN

Een cirkel gebruik je voor bescherming en om de energie die je opwekt met je bezwering of ritueel op één plek te concentreren.

Een cirkel werpen of trekken is een persoonlijke keuze. Je hoeft dit niet te doen als het niet goed voelt.

Heb je de cirkel getrokken, visualiseer dan een fel wit licht dat de ruimte vult en jouw lichaam binnengaat.

Begin in het oosten/Lucht werk met de klok mee, en gebruik fysieke voorstellingen van de elementen op de plek van de overeenkomstige windrichting om je cirkel te maken.

Werp een cirkel met zout, verpulverde eischalen, zand, kristallen of kaarsen, of trek een denkbeeldige cirkel met je vinger.

Je kunt ook een cirkel werpen met gebruik van de elementen.



EEN CIRKEL werpen



Voordat je een bezwering doet of een ritueel uitvoert, kun je een cirkel werpen. De cirkel houdt negatieve of ongewenste energie van buitenaf tegen die jou en jouw werkzaamheden zou kunnen beïnvloeden. Een cirkel werpen helpt ook de energie die jij opwekt te concentreren in één kleine ruimte, zorgt ervoor dat deze energie niet ontsnapt en versterkt de effecten van je magische werk.

Sommige heksen werpen cirkels voor alle bezweringen en rituelen, terwijl andere dit alleen doen als de magie die ze beoefenen extra bescherming nodig heeft, zoals een bezwering voor verbanning of het 'doornippen' van de navelstreng. Weer andere heksen gebruiken helemaal geen cirkels. Naarmate je je vinder ontwikkelt in je Ambacht en meer ervaring hebt, krijg je een beter beeld van wat het best bij jou past. Hieronder twee van mijn favoriete manieren om een cirkel te werpen.

EEN EENVOUDIGE CIRKEL WERPEN

Je kunt een cirkel markeren met zout. Hoewel dit een traditionele methode is, raad ik je niet aan zout buiten te gebruiken. Zout doodt namelijk planten, insecten en kleine dieren. Het is daarom beter om verpulverde eischalen of zand te nemen. Je kunt een cirkel ook aangeven met kristallen, kaarsen, visualisatie en zelfs een stuk

koord of lint. Een eenvoudige cirkel kun je trekken met een toverstaf of athame (een ceremonieel mes) en zelfs met je vinger, wat handig is als je in een moeilijke situatie zit en snel en gemakkelijk een cirkel moet werpen.

EEN CIRKEL WERPEN MET BEHULP VAN DE ELEMENTEN

Ga met je gezicht naar het oosten staan en plaats een veer, wierook of een ander symbool voor het element Aarde op de grond aan de oostkant van je werkruimte. Beweeg met de klok mee naar het zuiden. Gebruik een kaars of een ander geschikt voorwerp dat het element Vuur voorstelt en zet het op de grond. Richt je dan op het westen en zet een glas water of een ander symbool voor water op de grond aan de westkant. Draai tot slot naar het noorden en zet een kopje met zand of iets anders dat de aarde vertegenwoordigt op de grond om de cirkel rond te maken.

Heb je alle vier de elementen geplaatst om je cirkel te vormen, dan visualiseer je, neg steeds met je gezicht naar het noorden, dat een energetisch wit licht van de aarde via jouw voeten naar boven komt en je lichaam binnengaat. Laat dit licht uit je lichaam in de cirkel stromen en de cirkel vullen. Hetzelfde gebruik aan het einde vaak de volgende woorden: 'De elementen Lucht, Vuur, Water en Aarde komen samen. Ik werp een cirkel van bescherming en kracht erboven, eronder en erin.'

MAGIE IS EVENWICHT ZOEKEN EVENWICHT IS MAGISCH



BEZWERING *nazorg*



N is het uitspreken van een bezwering en het beïndigen van magische handelingen voel je je soms geestelijk uitgeput. Ook lichamelijk kun je je niet zo lekker voelen. Hoofdpijn, vermoeidheid, angst en je energetisch en fysiek 'teeg voelen' zijn veelvoorkomende symptomen. Dit geldt niet alleen voor degenen die hun heksenreis net begonnen zijn, het kan de ervaren heks ook zomaar overkomen. Haal je heb in de loop van de jaren veel situaties meegemaakt waarbij ik me niet echt top voelde na een bezwering. Maar het goede nieuws is dat we er iets aan kunnen doen! De belangrijkste reden dat je je zo voelt na bezweringen is meestal dat je die uitdruk op een moment dat je energie niet de juiste balans had. Dit hoort allemaal bij het 'kennen' van je eigen energie en weten wanneer je energie opnieuw afgestemd moet worden. Om dit soort gevoelens te voorkomen is het belangrijk dat je jezelf voor en na een bezwering goed reinigt en aardt of grondt.

Om mezelf te reinigen voor en na een bezwering of ritueel gebruik ik mijn favoriete kruiden en planten, zoals lavendel, roosmarijn en dennennaalden, maar er is veel meer keuze. Je kunt ze branden als wierook op een houtskool-schijf of, zoals ik graag doe, enkele takjes van deze kruiden samenbinden tot een bundeltje met een koordje en het uiteinde aansteken zodat

het bundeltje smuult. Brand zo veel dat je van top tot teen omringd bent met rook. Dit ontdoet het vertrek ook van zijn onegedien. Je kunt de ruimte ook zuiveren met geluid, een hege, schelle bel, bijvoorbeeld, of met licht, door een witte kaars aan te steken en in het schijnsel te gaan zitten tot je je lichter voelt in lichaam, geest en ziel.

Gronden (ook 'aarden' of 'gronden' genoemd) is ook belangrijk. Het brengt je in balans als je aan een bezwering begint. En stel dat je werkt op de een of andere manier je energie heeft beïnvloed, dan kun je alles weer in evenwicht brengen voordat het een negatief effect op jou heeft. Voor en na je magische werk kun je de aardingsoefening op bladzijde 170 gebruiken.

Je kunt ook de onderstaande eenvoudige methode toepassen waarbij je de vijf zintuigen gebruikt. Neem ergens plaats waar je comfortabel kunt zitten, kijk om je heen en identificeer het volgende: 5 dingen die je kunt zien, 4 dingen die je kunt voelen, 3 dingen die je kunt horen, 2 dingen die je kunt ruiken en 1 ding dat je kunt proeven. Deze techniek brengt je geest in het heden en helpt je je energie weer in balans te brengen. Neem de tijd, haast je niet. Soms neem ik na een uitputtende bezwering een bad met zout, roosmarijn, lavendel en patchouli als aardingritueel.

WATER



KRISTALLEN
amethyst, aquamarijn, beril,
bloedsteen, blauwe toermalijn,
blauwe topaas, fluoriet,
labradoriet, lapis lazuli,
maansteen, opaal



WATERTHEMA'S
emotie, intuïtie, heling,
paranormale gaven, liefde,
onderbewustzijn, vruchtbaarheid,
reflectie, maanenergie,
diepe gevoelens



KRUIDEN EN PLANTEN
kattenkruid, smeerwortel,
eucalyptus, varen, gardenia,
geranium/ooievaarsbek, lelie, sering,
lotus, bijvoet, roos, zeewier,
watermos (gewoon bronmos), wilg



STERRENBEELDEN
Vissen, Kreeft,
Schorpioen



TAROTKLEUR
Bekers (Kelken)



KLEUREN
blauw, zilver,
wit, grijs,
aquamarijn (zeegroen)



WINDRICHTING
westen



SEIZOEN
winter



HULPMIDDELEN
ketel, kelk, kom,
heksenstenen, schelpen



WATER- magie



Ruim 70 procent van de oppervlakte van onze planeet bestaat uit water. Water is er in vaste, vloeibare en gasvorm. Zonder water zou alles wat leeft doodgaan. Water symboliseert beweging, emotie, heling en intuïtie. Het is een geweldig element om mee te werken in de wintermaanden, wanneer de temperaturen dalen en het water kan bevriezen. Je kunt deze periode gebruiken als tijd om na te denken. De winter is ook een goed moment voor schaduwwerk. Schaduwwerk is een manier om jezelf beter te begrijpen door de confrontatie aan te gaan met de dingen in het leven die je mogelijk negeert of verbergt, en met degenen voor wie je bang bent. Hoewel dit zeker niet eenvoudig is, kan water helpen dit proces te begeleiden.

Water staat in verbinding met de sterrenbeelden Vissen, Kreeft en Schorpioen omdat deze reflecterend zijn en intens voelen. Water wordt ook in verband gebracht met Bekers (Kelken) in een tarotdeck, want deze kleur vertegenwoordigt de waterachtige thema's emotie en waarneming.

VERBINDING MAKEN MET WATER

Tijd doorbrengen bij een natuurlijke waterbron is een van de eenvoudigste manieren om je te verbinden met dit element. Of het nu een oceaan, een zee, een rivier of een meer is, als je regelmatig dicht bij een natuurlijke waterbron

vertoeft, zul je een relatie opbouwen. Hoe jij communiceert met water is afhankelijk van wat goed voor jou voelt: je kunt je hand in het water steken, er een teen in dompelen of er zelfs in zwemmen (als dat veilig is). Woon je niet bij een natuurlijke waterbron, dan kun je een bad of douche nemen terwijl je bewust je aandacht richt op de reinigende en zuiverende eigenschappen van water. Dit is een eenvoudig ritueel dat je zo kunt opnemen in je dag, waarmee je iets alledaags omzet in iets magisch. Zelfs in een zwembad stappen is een manier om verbinding te maken met de stroom en de beweging van water en het zo omzetten in een spirituele oefening.

Het opnemen van water in je altaar of heilige ruimte is een goede manier om verbinding te maken met het element. Zoiets simpels als een kommetje water is al genoeg, maar voeg gerust andere attributen toe, zoals een kopje, een ketel, schelpen, drijf hout, zeeglas, zand, heksenstenen (stenen met een door de natuur gemaakt gat), koraal, kristallen als maansteen en aquamarijn, en blauwe, witte en zilverkleurige kaarsen. Deze voorwerpen kun je gebruiken als meditatiehulpmiddelen. Ik vind mediteren met mijn handen in een kom met water fijn als ik verbinding wil maken met dit element. Brand deze wieroekblend om je verbinding te versterken: 2 delen mirre, 1 deel vanille, 1 deel rozenblaadjes, 1 deel ylangylang en 1 deel tijm.

EMOTIONEEL LOSLATEN

& helende rituelen

Worcht het schaduwwerk te veel en veel je je erdoor overloofd, dan breng je met deze eenvoudige rituelen je energie weer in balans.

Ritueel voor emotioneel loslaten

Je hebt nodig:

- ☑ 1 groene of witte kaars (voor emotionele heling)
- ☑ 1 zwarte of witte kaars (om los te laten)
- ☑ Kristallen: 1 stuk giet (om los te laten) en rozenkwarts (om het emotionele loslaten te verzachten en alle ongewenste energie te vervangen door liefde)
- ☑ Pen en papier
- ☑ Een hittebestendige schaal
- ☑ Gedroogde rozemarijn en rozenblaadjes

1. Reinig eerst je attributen en ruimte.
2. Ben je klaar, steek dan de kaarsen aan en houd giet en rozenkwarts in je hand. Blijf even zitten. Denk na over de emoties die je nu voelt: wat wil je loslaten? Dat kunnen emoties zijn met betrekking tot een situatie, een persoon of een gebeurtenis, of gewoon bepaalde gevoelens zoals boosheid of spanning. Leg de kristallen weg en schrijf alles wat je wilt loslaten op een stuk papier. Wees zo gedetailleerd mogelijk, zodat je intentie gefocust is. Sta jezelf toe te huilen als dat nodig is, dat kan een verbluffende vorm van loslaten zijn.
3. Wanneer je er klaar voor bent, verbrand je het papier in een hittebestendige schaal tot er alleen nog as over is. Visualiseer intussen dat je de emoties waar je over schreef ook loslaat. Gooi terwijl het brandt nog wat rozemarijn op het vuur, om de emotionele bevrijding te bevorderen, en rozenblaadjes om je te helpen herstellen.
4. Veeg de as bij elkaar wanneer alles verbrand en afgekoeld is. Leg dit in de palm van je hand. Neem de tijd, en als je er klaar voor bent (dit doe je bij voorkeur buiten), blaas je alle as uit je hand, door de lucht, om een volledig loslaten te symboliseren.
5. Laat de kaarsen uitbranden om het ritueel af te sluiten.



EMOTIONEEL HELEND RITUEEL BAD

Je hebt nodig:

- ☑ Lavendel, citroenmelisse, kamille, linde (heb je een gevoelige huid of ben je allergisch, test de kruiden dan eerst op een stukje huid voordat je een ritueel bad neemt)
- ☑ Rozenkwarts en amethist
- ☑ 1 groene kaars

Strooi alle ingrediënten los in een warm bad, of doe ze in een katoenen zakje dat je als theezakje gebruikt om te voorkomen dat de afvoer verstopt raakt. Leg de rozenkwarts en amethist in het water (daar kunnen ze tegen) of naast de groene kaars om emotionele heling te symboliseren.

