



*Dit magisch dagboek is van:*

Naam:

Heksennaam:

Geboortedatum:

Sterrenbeeld:

Datum:

Plaats:



## *Wat is een magisch dagboek?*

7

## *De heks in jezelf*

De heks in jezelf	11
Je heksen naam	14
Het goddelijke	18
De zeven hermetische wetten en de achtste:	20
De Wet van Mentalisme	21
De Wet van Correspondentie of Overeenstemming	21
De Wet van Vibratie	21
De Wet van Polariteit	22
De Wet van Ritme	22
De Wet van Geslacht	22
De Wet van Causaliteit	23
De Wet van Aantrekking	21

## *De elementen*

De elementenleer	26
Lucht	28
Vuur	30
Water	32
Aarde	34
Spirit	36
Altaar	38

## *De maan*

De acht fasen van de maan	42
De maan als Drievoudige Godin	44
Vollemaan vieren	46
Maanchants	47
Talking stick	48
De dertien manen van het jaar:	50
De Maan van de Langste Nacht of Oude Maan	52
De IJsmaan of Wolfmaan	54
De Sneeuwmaan of Stormmaan	56
De Eimaan of Zaaimaan	58
De Maan van het Ontwaken of Haasmaan	60
De Bloemmaan, Honingmaan of Grasmaan	62
De Maan van de Kortste Nacht of Hooimaan	64
De Graanmaan	66
De Maan van het Hemelvuur of Maismaan	68
De Oogstmaan	70
De Jachtmaan	72
De Bloedmaan of Offermaan	74
De Boommaan	76

## *Het jaarwiel*

Jaarfeesten	80
Yule of midwinter	82
De twaalf gewijde nachten	84
Imbolc	86
Ostara of lente-equinox	88
Beltane of meifeest	90
Litha of midzomer	92
Lughnasadh of Lammas	94
Mabon of herfstequinox	96
Samhain of Halloween	98

## *Rituelen*

Wat is een ritueel?	102
Waarom een cirkel?	103
Het werpen van de cirkel	104
Het opheffen van de cirkel	106
Dankritueel	108
Afscheidsritueel	110
Zuiverings- en beschermingsritueel	112
Intentie- en wensritueel	114

## *De natuur*

Moeder Aarde	118
Wederkerigheid	119
Helpers uit de natuur	121
Kruiden	122
Mineralen en kristallen	126
Bloemen, planten en bomen	130
Wortels en paddenstoelen	134
Talisman en amulet	138
Smudge stick	142
Dieren	146

## *Het zesde zintuig*

Energetische hygiëne	152
Aarden	154
Mediteren	156
Visualiseren	158
De alfastaat	160
Intuïtie	162
Droomwerk	166
Divineren	170

## *Magie*

Wat is magie?	176
De maan, de zon en magie	178
Correspondenties	180
Magische bezweringen	182
Magisch werk	186

## *De schaduw*

Schaduwwerk	192
Geleide meditatie	200
Lichaamswerk	202
Helende rituelen/magisch werk	204
Heilig huwelijk	206
Je maan en je zon	207

## *Het licht*

Lichtwerk voor jezelf	212
Lichtwerk voor anderen	214
Landschapsmagie	216

## *De andere wereld*

Contact met je ziel	220
Zielsverhuizing	221
Contact met lichtwezens	222
Voorouderwerk	225

## *Inzichten*

Inspirerende citaten	230
Citaten, persoonlijke inzichten, notities	232

# Inhoud





## *Wat is een* MAGISCH *dagboek?*

*H*ekserij is een ervaringsreligie. Een persoonlijke ontwikkelingsreis. Er is niemand die voor jou kan bepalen of je wel of geen heks bent en wat dat betekent. Er bestaan geen heilige boeken, geen profeten, geen officiële leerstellingen of strikte regels en geen gewijde bouwwerken. Wel zijn er gebruiken, oude wijsheden, heksenweetjes en universele natuurwetten die jou kunnen begeleiden in je persoonlijke groei en tot inzichten kunnen brengen. Daarom zou je hekserij als een spiritueel pad kunnen beschouwen.

Bij een persoonlijke ontwikkelingsweg als hekserij is het van het grootste belang dat je de ervaringen en inzichten zélf opdoet. Het gaat om de innerlijke beleving, zoals dat in alle mystieke, sjamanistische tradities gebruikelijk is. Je bevindingen houd je zelf bij. Zo is het altijd geweest: hekserij is geworteld in de oude natuurreligie van Europa. Haar gebruiken,

feestdagen en principes zijn het langst in ere gehouden bij de mensen op het platteland, die nog ongeletterd waren. De kennis werd mondeling van generatie op generatie overgedragen. De mensen die in latere tijden wel konden lezen en schrijven, hielden hun aantekeningen binnen een kleine kring. Toen het christendom kettters (niet-christenen) begon te vervolgen en heidense (niet-christelijke) gebruiken begon te verbieden omdat deze 'duivels' zouden zijn, werden de aantekenboeken verborgen. Nog steeds is het aantekenboek van een moderne heks zelf, met de hand geschreven en uiterst persoonlijk, zoals een dagboek. Heksen die lid zijn van een coven (een groep heksen die samen leren, werken en feesten vieren) mogen teksten hoogstens van elkaar overschrijven. Zo wordt voorkomen dat er een 'standaardwerk' ontstaat en blijft de beoefening individueel, persoonlijk en zonder dogma's.

Heksen noemen hun aantekenboek een 'grimoire', een 'magisch dagboek' of een 'Boek der Schaduwen'. Het is een persoonlijk naslagwerk met spreuken, kruidenmengsels, aanroepingen en rituelen. Er is plek voor ethiek, filosofie, kennis van de natuur en onderzoek naar de eigen schaduwkanten. In moderne heksendagboeken is ook ruimte voor het beschrijven van de eigen spirituele ontwikkeling via droomduiding, meditatie, contemplatie, visualisatie, voorouderwerk en divinatie. Mijn eigen magisch dagboek is ruim twintig jaar oud en bekleed met lichtpaarse zijde met daarop een pentagram van zilverkleurige zijde genaaid. Ik sla het vaak open om iets op te zoeken en schrijf er nog altijd nieuwe dingen in.

Het is mijn wens dat het bijhouden van dit magisch dagboek jou helpt om bij jezelf te komen en te blijven, en jouw eigen band met het mystieke en de

levende natuur om je heen op te bouwen en te koesteren. De essentie van hekserij ligt niet in kennis, maar in ervaring. Het gaat er niet om steeds mooier de windrichtingen te kunnen aanroepen, maar om in jezelf te duiken en alle oude pijn en blokkades te ontsluiten die jou ervan weerhouden een krachtige heks te zijn. Magie is geen manier om de dingen naar je hand te zetten, maar om met bescheidenheid en vertrouwen samen te werken met het goddelijke. Hekserij is niet bedoeld om je persoonlijkheid te perfectioneren, maar om het wilde in jezelf wakker te schudden. Om het instinct, het ontvankelijke deel van jou tot leven te wekken en je band met de verborgen wereld achter de fysieke werkelijkheid en met het heilige te vernieuwen.

Beschouw dit dagboek als jouw persoonlijke vrijplaats waarin je jezelf, jaar na jaar, kunt zien ontwikkelen. Gebruik het als een handboek om de werking

van kruiden, kristallen en planten in na te slaan en je herinnering op te frissen voor de viering en betekenis van de acht jaarfeesten. Laat je inspireren door de kennis en bevindingen uit mijn eigen magisch dagboek die ik met je deel en schrijf je eigen ontdekkingen erin op. Laat het boek uitdijen op een organische manier, waarbij je nieuwe inzichten toevoegt aan oude, spreuken nuanceert en je favoriete rituelen vervolmaakt.

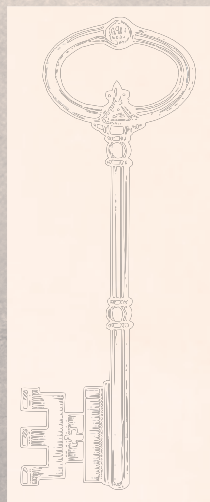
Dit boek is bedoeld voor jou, of je jezelf nu een heks noemt of niet, bent ingewijd of niet, of gewoon behoefte hebt om de heks in jou te leren kennen. Het wordt door jou geschreven. Jijzelf geeft je band met de natuur en met het hogere vorm en haalt precies die stukjes inspiratie uit de oude wijsheid, kennis en gebruiken die bij jou passen. Heb geduld, zou ik je willen vragen. Laat jouw manier van heksen er een zijn met doorleefde inzichten en neem de tijd om je kennis

om te smeden tot wijsheid die in je dagelijks leven uitdrukking krijgt.

*Susan Smit*







# *De heks in jezelf*

‘Je zult nooit volledig bij het kasteel horen,  
bij het rijk van de mensen, want jij hebt een  
andere taak: jij moet de stem van het land zijn,  
van de sterren, de wilde dingen, om voor hen  
te spreken, om te leven in het niemandsland, niet  
het een en niet het ander, maar altijd ertussenin  
bewegend, sjamaan, tovenaars, heks.’

*Starhawk*



Wat is jouw definitie van een heks?

---

---

---

Wat is hekserij voor jou?

---

---

---

Wat zoek je in hekserij?

---

---

---

Wat loop je de kans te verliezen?

---

---

---

Wanneer voel je contact met de heks in jezelf?

---

---

---

Wat kun je doen om dat contact te versterken?

---

---

---

Welke heksen zijn jouw rolmodellen?

---

---

---

Is er een stroming binnen de hekserij die je aanspreekt?

---

---

---

Wat is je doel met het bijhouden van dit magisch dagboek?

---

---

---

Wat moet er gebeuren met dit magisch dagboek als je er niet meer bent?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# Je heksennaam

Veel heksen kiezen een heksennaam, een gebruik dat zou stammen uit de periode dat hekserij verboden was. Tijdens de heksenvervolgingen, die tussen 1550 en 1650 hun hoogtepunt hadden, was het veiliger bekend te staan onder een andere naam dan je eigennaam. Je kunt je heksennaam ook zien als een naam die je zelf kiest en die, nu je begint te begrijpen wie je bent, beter bij je past dan je geboortenaam. Anderen zien een heksennaam als de naam die hoort bij je ziel of je 'grotere ik' met wie je in contact komt tijdens meditaties en rituelen.

Je kunt als heksennaam de naam van een god of godin uit een pantheon (het geheel aan goden en godinnen in een religie) kiezen met eigenschappen die je herkent of juist zou willen aanboren in jezelf. Het Griekse pantheon kent onder anderen Artemis, Apollo en Persephone. Zij staan op een symbolische manier voor menselijke eigenschappen, rollen en ervaringen in het leven. Het is goed te beseffen dat hun betekenis en schoon-

heid mythisch en poëtisch is. Je kunt Keltische, Angelsaksische, Germaanse, Griekse, Romeinse, Egyptische namen kiezen van mythische figuren, planten, dieren bomen, sterren en stenen. Je kunt ook zelf een naam bedenken, zoals Moonshine of Starhawk.

Een heksennaam kies je op intuïtie. Hij valt je in tijdens een droom, meditatie of ontspannen moment of je krijgt er een rilling bij als je hem tegenkomt in een tekst of gesprek. Niet alleen de klank en betekenis van de naam, maar ook de lading of de energie die eromheen zit, spreekt je aan. Je voelt aan dat deze naam je kan brengen naar de heks die in je verborgen zit; naar je potentie van kracht en zuiverheid. Het weerspiegelt je ideaal of een oude herkenning. Sommige heksen hielden hun heksennaam geheim (en delen hem alleen met mensen met wie ze in de cirkel staan) omdat ze het zien als iets tussen hen en het goddelijke, en anderen gebruiken hun heksennaam zo vaak in het openbaar dat het hun

eigennaam overstemt. Wicca's nemen pas een heksennaam aan als ze worden ingewijd, andere heksen kiezen hun naam aan het begin van hun heksenpad, om hen te bekrachtigen en richting te geven.

Ikzelf koos 'Gaia' als mijn heksennaam, naar een godin uit de Griekse mythologie die staat voor 'oermoeder' of 'aarde'. Met mijn neiging tot dagdromen, fantaseren tijdens het schrijven van romans en wegzweven in meditaties, kan ik het aardse aspect van hekserij goed gebruiken als tegenwicht. De energie van de naam Gaia helpt me om me dieper te verbinden met de levende natuur.

Tijdens het zoeken naar een heksennaam kun je orakelkaarten leggen, je dromen bijhouden en boeken openslaan op willekeurige pagina's. Heb je een naam of enkele namen die je overweegt, mediteer daar dan op en neem waar welke beelden en gevoelens je erbij krijgt.







*Deze vragen kunnen helpen bij  
je zoektocht naar een heksennaam:*

Welke nieuwe kwaliteiten wil je als heks ontwikkelen?

---

---

---

Welke eigenschappen die je hebt wil je behouden en uitdiepen als heks?

---

---

---

Is er een pantheon of traditie die je aanspreekt, waarbinnen je je naam wilt vinden?

---

---

---

Welke namen komen in aanmerking?

---

---

---

Welke betekenis hebben deze namen?

---

---

---

Welke lading voel je bij de namen?

---

---

---

Welke associatie heb je ermee?

---

---

---

Deze naam heb je uiteindelijk gekozen:

---

---

---

Dit is de oorsprong en betekenis van de naam:

---

---

---

Dit is wat de naam voor jou betekent:

---

---

---