

HET HEKSEN HANDBOEK



Vol toverspreuken, drankjes en magie

NIKKI VAN DE CAR

Illustraties **UTA KROGMANN**

WITTE LEEUW&

INHOUD

VOORWOORD	XIII
------------------------	------

WAT JE NODIG HEBT:	XVII
---------------------------------	------

Altaar	XVII
Kristallen	XIX
Kruiden	XXI
Etherische oliën	XXIII
Tabel met kruiden, kristallen en etherische oliën	XXIV

VRIENDSCHAP	1
--------------------------	---

<i>Creëren</i>	2
----------------------	---

Spreuk om nieuwe vrienden uit te nodigen	2
Ritueel om contact te maken met Moeder Aarde en met elkaar	4
Heksencodes	6
Theeritueel	9

<i>Genezing</i>	11
-----------------------	----

Meditatie voor boosheid	11
Meditatie voor medeleven	15
Genezingsspreuk om gekwetste gevoelens los te laten	17
Talisman om een verre vriendschap te behouden	19

<i>Krachten</i>	21
-----------------------	----

Vriendschapsknopen	21
Voorspel-spreuk	23
Crystal grid om je vriendschap te versterken	25
Versijningsspreuk voor de diepste wens van je vriendin ..	27
Verbonden grimoires	28

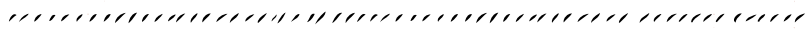
VERVULLING	31
-------------------------	----

<i>Creëren</i>	32
----------------------	----

Spreuk voor creativiteit	32
Spreuk voor succes	34
Zegelmagie	36
Talisman voor geluk	39

<i>Genezing</i>	41
Lief-zijn-voor-jezelf-ritueel voor als iets niet meteen lukt . . .	41
Mindfulness-meditatie	44
Balsem tegen teleurstelling	46
Verhalenmagie	48
Slaapspreuk	51

<i>Krachten</i>	55
Toverdrank voor concentratie	55
Crystal grid op de avond voor een toets	57
DIY orakelkaarten	59
Spreek voor moed	62



FAMILIE

<i>Creëren</i>	67
Spreek om orde in de chaos te scheppen	67
Bindende spreuk om dichter tot elkaar te komen	69
Familiheraldiek	70
Zoete spreuk	72
Gezellen	74

<i>Genezing</i>	76
Meditatie: blij kalm en zoek naar het goede	76
Huisreinigingspreuk	78
Reinigingsritueel	80
Vergevingspreuk	82

<i>Krachten</i>	84
Amulet voor je huis	84
Allesomvattende kristallen voor harmonie, bescherming en liefde	86
Familieliefde-spreuk	88
Feestrituelen	90



NAWOORD

WOORDENLIJST:

HEKSENDIPLOMA:

VOORWOORD



Als je bij het woord 'heksery' denkt aan puntige zwarte hoeden, lelijke moedervlekken, het vliegen op bezemstelen en het uitspreken van allerlei nare vloeken, heb je het goed mis. En als je denkt dat alles wat met heksen te maken heeft verzinsels zijn, zit je er al weer naast.

De geschiedenis van heksery is vol krachtige vrouwen, maar misschien niet zoals jij denkt. Heksery is in het verleden vaak verkeerd begrepen. Wijze vrouwen die hielpen bij bevallingen of kruidenvrouwen die natuurlijke medicijnen maakten, werden beschuldigd van de gekste dingen, zoals het doden van varkens of het laten mislukken van oogsten, waarschijnlijk omdat mensen van wie varkens stierven of oogsten mislukten iemand de schuld wilden geven.

In werkelijkheid gaat het bij heksery over de zorg voor de aarde en degenen die er wonen. En dat heeft niets te maken met enge rituelen of het oproepen van demonen! Magie is in essentie goed en de basis is heel eenvoudig: het draait allemaal om de intentie. Als je wilt dat iets echt waar wordt, dan zal dat gebeuren. Als je een spreuk uitspreekt, maar je gelooft er eigenlijk niet in of je staat er niet met hart en ziel achter, dan gebeurt er niets. Soms kan helemaal niets zeggen, maar

simpelweg bewust en oprecht voelen wat je wilt creëren, de meest krachtige vorm van magie zijn. Het komt allemaal vanuit jezelf.

Dat werkt twee kanten op. Iedereen heeft het vermogen zich voor te stellen dat er iets ergs gebeurt, maar een heks weet wel beter; ze is gebonden aan de Wet van Drie. Deze regel, die in essentie een wet van het universum is, stelt dat alles wat je doet in drievoud bij je terugkeert. Daarom is alle magie eigenlijk witte magie!

Overall om ons heen is magie, gecreeërd dóór en vóór ons. Het zit in de lucht die we inademen en in de grond waarop we lopen, in de ruimte tussen wat we zouden willen en wat we laten gebeuren. Toegang tot deze magie vereist verbeeldingskracht, creativiteit, verbinding met de aarde, en vooral: een gevoel van nieuwsgierigheid en mogelijkheid in je hart.

Dit handboek is een gids om je op weg te helpen een heks te worden. Je leert de basis van kruidenmagie, kristallen, rituele magie en meditatie-magie. De spreuken en drankjes die hier opgenomen zijn, zijn slechts een voorbeeld om met magie te beginnen, zodat je het van daaruit kunt uitbreiden en je eigen spreuken en rituelen creëren, zodat je je krachten kunt ontwikkelen.

Houd je vorderingen bij in je eigen magische notitieboek, wat in heksentermen een 'grimoire' wordt genoemd. Soms zul je niet alle ingrediënten voor een bepaalde spreuk bij de hand hebben – dat is niet erg. Vervang deze ingrediënten simpelweg door iets anders en schrijf dit op in je grimoire. In de tabel op pagina XXIV kun je tips voor alternatieve ingrediënten vinden.

VOORWOORD

Voor nu: haal diep adem en sluit je ogen.



HET IS TIJD
VOOR MAGIE!









VRIENDSCHAP



Vrienden kunnen de belangrijkste mensen in ons leven zijn. Ze lachen met ons, huilen met ons, steunen ons en we kunnen veel van ze leren.

Een van de dingen die vrienden zo bijzonder maken is dat we ze zelf hebben gekozen. Het is heel bijzonder, als je erover nadenkt – van alle mensen die je kent, heb je deze drie of vier mensen (of tien of twaalf, als je een uitbundig type bent!) gevonden die je zo goed begrijpen, met wie je echt een klik hebt. Jullie hebben veel met elkaar gemeen, of je nou van dezelfde boeken of series houdt of op dezelfde manier naar de wereld kijkt.

Jij kiest hen en zij kiezen jou.

Je hebt dus invloed op deze beslissing – maar invloed heeft altijd twee kanten. Je kunt heel erg close zijn met je vrienden, maar toch momenten hebben waarop zij jou, bewust of onbewust, kwetsen.

Vriendschap vereist zorg en bedachtzaamheid - maar als je er de nodige energie in steekt, kun je een betekenisvolle, ondersteunende vriendschap opbouwen – en samen veel plezier beleven.



Creëren

SPREUK OM NIEUWE VRIENDEN UIT TE NODIGEN



Deze spreuk kan van pas komen als je verhuisd bent naar een nieuwe stad, naar een nieuwe school gaat of als je behoefte hebt aan een nieuwe vriendschap – bijvoorbeeld omdat je je ergens voor interesseert maar je vrienden niet, en het je leuk lijkt om die interesse met iemand te delen!

Begin met het opschrijven van de karaktereigenschappen die je zoekt in je nieuwe vriend/vriendin. Wil je iemand die fantasierijk is? Iemand die van muziek houdt? Iemand die aan karate doet? Moet deze persoon aardig, uitbundig, slim of grappig zijn? Schrijf het allemaal op en vouw je papiertje vervolgens op tot een klein pakketje.

Maak een talisman door een vierkantje van ongeveer 5 bij 5 centimeter uit stof te knippen. Kies de stof zorgvuldig uit – wil je een zachte stof of iets met glitters? Welke kleur voelt goed? Volg je intuïtie terwijl je denkt aan de vriend die je zoekt.

Leg het papiertje op de stof. Als je wilt, kun je rozenkwarts of malachiet toevoegen en de stof besprenkelen met wat etherische rozen- of gemberolie. Breng de hoekjes bij elkaar en knoop er een

strik omheen. Zorg ervoor dat hij goed en strak zit.

Slaap drie nachten met de talisman onder je kussen of tegen je hart gedrukt zodat je onderbewustzijn zijn werk kan doen.

Je moet weten dat je nieuwe vriend(in) op een onverwacht moment kan opduiken. Je zult ontdekken dat je precies de persoon zult vinden die je zocht na die drie nachten of iets langer. Het zou ook kunnen dat een oude bekende opeens heel anders, veel spannender, is – alsof ze opeens alles is waar je naar zocht met je spreuk.





**RITUEEL OM CONTACT TE MAKEN MET
MOEDER AARDE EN MET ELKAAR**



Vrienden steunen elkaar, maar soms kan de vriendschap zelf wat steun gebruiken. Door ons te verbinden met datgene wat ons letterlijk in de ruimte omhoog houdt – de aarde – kunnen we een fundament voor onze vriendschap creëren dat standhoudt, welke aardbevingen of stormen er ook komen.

Kies hier een zonnige dag voor, want je wilt dit ritueel buiten

uitvoeren. Zoek een grasveldje uit, een plek waar je lekker kunt liggen en de aarde kunt aanraken. Ga met je vriend(en) in een cirkel zitten – je kunt dit met twee personen doen of met meer, wat jij wilt! Ga in kleermakerszit zitten zodat jullie knieën elkaar raken.

Zet je handen aan weerszijden van je, plat op de aarde, en zorg ervoor dat jouw vingertoppen die van je vriend(en) raken. Adem samen in en uit. Adem voor vier seconden in, houd dit twee seconden vast en adem dan zes seconden uit. Doe dit twee keer voor elke deelnemer.

Sluit het ritueel af door elkaars handen vast te pakken en je hoofd te buigen. Bedank elkaar voor de steun die jullie elkaar geven. Bedank Moeder Aarde voor het steunen van ons allemaal.


























HEKSENCODES



Hoewel we nu weten dat hekserij een liefdevolle manier is om verbinding te maken met onze persoonlijke kracht, weten we ook dat het niet altijd zo werd gezien. Zoals vroeger tijdens de heksenvervolgingen, en zelfs vandaag de dag nog denken sommige mensen dat hekserij een beetje griezelig is.

Toen hekserij eenmaal werd gelijkgesteld aan het heidendom en daarom door de kerk werd afgewezen, moesten heksen zich vermommen, verbergen wie ze waren en wat ze deden om vervolging te voorkomen. Maar dat betekende niet dat hun diensten niet nodig waren! Dus wat een vereerd beroep in de gemeenschap was, werd iets waarover de vrouwen in het dorp gingen fluisteren, terwijl hun kennis in het geheim werd doorgegeven.

 <p>A. ANSUZ. Orde, taal, intelligentie, communicatie, wijsheid</p>	 <p>B. BERKANO. Geheimhouding, vrouwe- lijke kracht, genezing</p>	 <p>C, K, Q. KENAZ. Creativiteit, vakmanschap</p>	 <p>D. DEGAZ. De zoon, ontwakend</p>
 <p>E. EHWAZ. Harmonie, samenwerking, vriendschap</p>	 <p>F. FEHU. Overvloed, geluk, energie</p>	 <p>G. GEBO. Handel, balans, vrijgevig- heid, dankbaarheid</p>	 <p>H. HAGALAZ. Crisis, ramp, lot</p>
 <p>I. ISA. Stijf, concentratie, maar ook vastzitten</p>	 <p>J. JERA. Oogst, seizoenen, vrucht</p>	 <p>L. LAGUZ. Water, leven, dromen, verbeeldingskracht, emotie</p>	 <p>M. MANNAZ. De rationele geest, intellect</p>
 <p>N. NAUTHIZ. Werk, noodzaak, levenslessen</p>	 <p>O. OTHALA. Huishouden, familie, afkomst</p>	 <p>P. PERTH. Lot, geluk, profetie</p>	 <p>R. RAIDHO. Avontuur, leiderschap, verantwoordelijkheid</p>
 <p>S, Z. SOWILO. De ziel, heilheid, vertrouwen</p>	 <p>T. TIWAZ. Gerechtigheid, opoffering</p>	 <p>TH. THURISAZ. Chaos, vernietiging, mannelijke energie</p>	 <p>U. URUZ. Gezondheid, conditie, vestberadenheid</p>
 <p>W, V. WUNJO. Vreugde, tevredenheid, harmonie</p>	 <p>X. ALGIZ. Bescherming, verbinding met de goden</p>	 <p>Voorbeeld MAGIE</p>	

Deze vorm van geheimhouding is tegenwoordig niet meer nodig, maar het is wel interessant en een manier om de heksen die hun beroep in het geheim uitoefenden te eren.

Je kunt dus geheimtaal ontwikkelen door zulke codes te gebruiken, zodat jij en je vrienden het over jullie magie kunnen hebben zonder dat iemand het weet. Je kunt je eigen systeem bedenken, met bepaalde overeengekomen symbolen. Je kunt bijvoorbeeld afspreken dat een appel de letter 'A' betekent enzovoort.

Je kunt ook een dode taal gebruiken die niemand meer kan lezen. Het Oude Futhark is een set van Scandinavische runen die dateren uit de achtste eeuw. Het woord rune betekent 'een geheim bewaren', en runen werden zo krachtig geacht dat ze alleen begrepen en gebruikt konden worden door de wijzen en de dapperen. Ze werden vaak in stenen of tegels gekrast en gebruikt voor waarzeggerij, of om te begrijpen wat in een bepaalde situatie het juiste zou kunnen zijn. Dus, als je een Viking-hoofdman was en je moest beslissen of je een nieuwe verkenning wilde ondernemen, zou je overleggen met je Erilaz (tovenaar-adviseur) die de runen zou kunnen plaatsen en interpreteren om de beste manier van handelen te bepalen. Ze werden ook gebruikt als talismannen, om hun betekenis over te brengen aan de persoon die ze bij zich draagt.

Runen vertegenwoordigen verschillende concepten, maar ze kunnen ook worden gebruikt in plaats van letters. Je kunt ze gebruiken als een eenvoudige letter-vervangende code, en niemand zal ooit kunnen raden wat je zegt!