



Rundbrief für Göttinnen- Spiritualität

Printausgabe 25

Herzlich Willkommen zur 25ten Ausgabe des Schlangengesangs. Diese Ausgabe steht ganz unter dem Thema Heilung. Krankheit, Gesundheit, Heilung und heil werden sind Themen, die uns alle beschäftigen. Deshalb fiel es uns leicht, diese Ausgabe zu füllen. Dies ist aber nur eine kleine Momentaufnahme an Themen. Wir möchten daher eine zweite Heilungsausgabe anschließen, wenn Ihr uns Eure Artikel dazu bis zum 1.11.2007 sendet.

Bei Interesse und reichlichen Zusendungen gibt es vielleicht auch eine dauerhafte Rubrik Heilung.

Wir wünschen Euch viel Spaß und freuen uns auf Post von Euch,
Das Schlangengesang-Team

Annika, ArtemisAthene, Cailynn, Caitlin, Gwenhwyfar, Gan-Chan, jana, Karmindra, Lilia, Medea La Luna, Nebelweib, Temkes

Inhaltsverzeichnis

Göttin:

- [Eir](#)
- [Hygieia](#)

Thema:

- [Persönliches zu Krankheit und Gesund werden](#)
- [Hinwendung und Heilung](#)
- [Die Medizin der Hildegard von Bingen](#)
- [Krankheiten und Schmerzen "wegaugen"](#)

Pflanze:

- [Frauenheilkräuter](#)

Praktisches:

- [Rezepte Frauenkräuter](#)
- [Reise zum Lyfjaberg - Meditation](#) Ergänzung zum Eir-Artikel
- [Reise zum inneren Kind](#)

Aufgelesen:

- Buchrezensionen:
[Hexenmedizin](#)
[Elisabeth Brook - Kräuter helfen heilen](#)
[Diane Stein - Die Weisheit der Göttin umarmen](#)

Netze weben:

- [Star Johnson-Moser](#)
- [Linktipp: Der sanfte Weg zur Gesundheit](#)
- [Frauenwissen weitergeben](#)

Kalender:

- [Feiertage](#)
- [Veranstaltungen](#)

Impressum / Schlangengesanginfos / Kontakt /



**Göttin:
Eir, die Ärztin unter den Asen**



Eir, auch Eira (altnord. "Hilfe, Gnade") ist eine germanische Göttin der Heilung, die im Gylfaginning 35 (Ein Teil der Jüngerer Edda) in einer Aufzählung der Asinnen erwähnt wird. Dort heißt es lediglich:

Die Dritte ist Eir, die Beste der Ärztinnen.

In vielen neuzeitlichen Quellen wird ihre Anrufung bei Heilungsarbeiten empfohlen, die historische Quellenlage ist allerdings sehr spärlich. Neben dem oben zitierten Satz findet sie noch im Fiölswinnsmal, dem Lied des Fiölswidr (Ältere Edda, Götterlieder) als eine der Dienerinnen der Menglöd ("Die Halsbandfrohe") Erwähnung. Unter Menglöd versteht man einmal die Göttermutter Frigg, aber auch die Fruchtbarkeitsgöttin und Seidhkona Freyja. (Zur Erklärung siehe dazu auch Artikel "Freyja", Schlangengesang 24/07).

Der heilige Berg der Menglöd ist der Lyfjaberg (Übersetzung Genzmer), auch Hyfiaberg (Übersetzung Simrock) genannt. In der Übersetzung von Jordan

wird er "Heilberg" genannt.. Er ist von einer Waberlohe umgeben und wird von dem Riesen Fiölswidr bewacht. Im Fiölswinnsmal, Strophe 36 gibt er Auskunft über den Berg:

Hyfiaberg heißt er, Heilung und Trost,
Nun lange der Lahmen und Siechen.
Gesund ward jede, wie verjährt war das Übel,
die den steilen erstieg.

In der Übersetzung nach Jordan wird noch deutlicher betont, wer sich Heilung erhoffen darf:

Verjährt Leiden ledig wird jede
Frau und gestärkt, die den Gipfel
ersteigt.

Die Heilkunst war traditionell den Frauen vorbehalten, da sie sich um die Sippe im Inneren kümmerten, Kinder erzogen und den Haushalt führten, während die Männer eher im Außen beschäftigt waren, genau genommen durch Politik. Man könnte in der Besteigung des Berges auch einen Einweihungsweg für junge Heilerinnen sehen.

Auf die Frage nach den Dienerinnen der Menglöd, gibt der Riese ebenfalls im Fiölswinnsmal Auskunft (Strophe 38, 40, Simrock):

Hlif heißt eine, die andere Hlifthursa,
Die dritte Dietwarta,
Biört und Blid, Blidur und Frid,
Eir und Oerboda.

Jeglichen Sommer, so ihnen geschlachtet
Wird an geweihtem Orte,
Welche Krankheit überkommt die
Menschenkinder,
Jeden nehmen sie aus Nöten.

Weiter taucht in den Thulur, eine Sammlung von altnordischen Merkversreihen, die der Überlieferung von Kenntnissen an die Nachwelt dienten, eine Walküre mit dem Namen Eir auf.

Cailynn

P.s.: Zuletzt noch einen sehr schönen Link, der persönliche Erfahrung mit

dieser Göttin wiedergibt (allerdings englischsprachig):
www.thewhitewillow.com/gallery/Eir.html

Quellen:

Aswynn, Freya: Die Blätter von Yggdrasil, Edition Ananael, 2005
Jordan, Wilhelm: EDDA- Die heiligen Lieder der Ahnen, Arun, 2001
Simek, Rudolf: Lexikon der germanischen Mythologie, Kröner, 2006
Stange, Manfred (Hrsg.): Die Edda, Marixverlag, 2004
Voenix: Der germanische Götterhimmel, Arun, 2003

Siehe auch [Die Reise zum Lyfjaberg - Eine Meditation](#) in dieser Ausgabe unter "Praktisches".



Hygieia - die griechische Göttin der Gesundheit



Hygieia heißt im Griechischen wörtlich "Gesundheit" und ist die Personifikation der seelischen und körperlichen Gesundheit. Sie war ursprünglich wohl eine eigenständige Gottheit. Später wird sie in der Mythologie als die strahlende Tochter des Heilgottes Asklepios geführt. Sie soll ihrem Vater in den Beruf der Ärztin und Heilerin nachgefolgt sein. Hygieia hatte noch einige Schwestern, Panakeia, Akeso und Iaso, sowie zwei Brüder, Podaleirios und Machaon. Alle waren in der Medizin tätig, Hygieia aber setzte sich gegen die Geschwister durch.

Der Kult der Hygieia nahm wohl in Epidauros seinen Ausgang. Weitere Stätten der Verehrung waren auf Cos, in Corinth und Pergamon. Der Dichter Sophokles soll ihren Heilkult 420 v.u.Z. nach Athen gebracht haben. Später fand ihr Kult auch in Rom, wie der ihres Vaters Asklepios/Aeskulap, ein Zuhause. Sie verschmolz dort mit der einheimischen Göttin Valetudo oder Salus, der römischen Personifikation von Gesundheit.

Hygieia ist die Schutzpatronin der Apotheker. Die Schlange ist ihr heiliges Tier, in der Wirkungsstätte der Familie des Asklepios, im Asklepeion in Epidauros, wurden heilige Schlangen gehalten.

Im Heilbetrieb des Asklepiostempels übernahm Hygieia bald als Vertreterin der Frauen den Bereich der Frauenheilkunde. Frauen suchten die Göttin besonders bei Kinderlosigkeit und den Problemen rund um die Schwangerschaft auf.

Den Ablauf eines Heilbesuches im Tempel des Asklepios und der Hygieia kann man sich in etwa so vorstellen: Aufgenommen wurde jeder Heilungssuchende, unabhängig von Geschlecht, Herkunft und Stand. Lediglich Todkranke und Schwangere in den Wehen wurden abgewiesen. Nach einer ausgiebigen Reinigung im heiligen Bezirk der Tempelanlage wurde den Göttern geopfert. In der Regel waren dies tierische Opfer, es konnten aber auch andere Naturalien oder Weihgaben sein. So berichtet Pausanias, dass die Frauen die Statue der Göttin im Tempel mit ihren Haaren und mit Gewändern in babylonischer Tracht schmückten. Nach einem Gespräch mit einem Priester oder einer Priesterin begaben sich die Hilfesuchenden zur Nachtruhe in die Ruheräume der Tempelanlage. Während

des Schlafes sollten die Kranken der Göttin bzw. dem Gott begegnen und Heilung erfahren oder in Träumen von dem Weg zur Heilung oder dem passenden Heilmittel träumen. War der Patient morgens geheilt, durfte er den Tempelbezirk verlassen, war er noch nicht gesundet, bekam er ein Quartier zugewiesen und musste sich Heilbehandlungen unterziehen, die nach Beratung mit den Priestern aus seinen Träumen und den Anweisungen des Gottes zusammengestellt wurden. Erst wenn die Heilungssuchenden gesund waren, verließen sie das Heiligtum. In der Regel verzehrten sie davor noch die Opfergaben des Tages mit den anderen Ratsuchenden. Der hippokratische Eid, den Ärzte seit dem 4. Jahrhundert vor unserer Zeit schworen, beginnt übrigens mit den Worten: "Ich schwöre bei Apollo und Asklepios und bei Hygieia und bei allen Göttern und Göttinnen..." Dieser Eid bietet die Grundlage der heutigen "Deklaration des Weltärztebundes".

Hygieia in der Kunst: Hygieia wird in der Regel als schöne, junge Frau in einem langen, faltenreichen Gewand dargestellt. Als Symbole für ihre Zugehörigkeit zum Bereich der Heilkunde trägt sie oft einen Stab und ist meist von einer Schlange begleitet. Häufig füttert sie diese mit der Hand. Manchmal trägt sie auch eine flache Opferschale in der Hand, die auf den Opferkult zu ihren Ehren hinweist. Aus dem Asklepieon von Epidauros stammt eine berühmte Statue der Göttin die heute im archäologischen Nationalmuseum in Athen ausgestellt wird.

Dort befindet sich auch ein Kopf der Göttin, der vermutlich aus dem Tempel der Athena Alea in Tegea kommt. Im Asklepiostempel in Dion stand eine Statue, die eine Schlange in der Hand hält. Moderne Darstellungen der Göttin Hygieia findet man zum Beispiel bei Gustav Klimt. Er malte 1907 ein wunderschönes Bild der Hygieia mit Schlange. An Baudenkmalern existieren in Hamburg vor dem Rathaus ein Brunnen, dessen Brunnenfigur Hygieia darstellt und im Schlosspark von Machern ein klassizistischer Hygieia-Tempel. Hygieia ist auch der Beinahme der Muttergöttin Rhea Koronia. Die Namen der zwei Schwestern Hygieia und Panakeia sollen von den zwei milchspendenden Brüsten der Rhea stammen, die diese

Namen trugen.

artemisathene

Quellen: Antike Quellen: Homer, Ariphron, Pausanias, Pindar und Apollodorus
Moderne Quellen: Lexikon alte Kulturen (Meyers Lexikonverlag), Das Who's who in der antiken Mythologie, dtv, Griechische Mythologie, Robert von Ranke-Graves, B.Walker, Das geheime Wissen der Frauen.
Links:

[http://de.wikipedia.org/wiki/Hygieia_\(Mythologie\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Hygieia_(Mythologie)), http://www.theologie.uni-wuerzburg.de/kolleg/abstract_winklerh.php, <http://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Hygieia?uselang=de>

Hymnos auf Hygieia



Liebliche, nährende, innig ersehnte,
allmächtige Herrin,
hör, Hygieia, du Glückliche, Mutter des Alls,
die du Segen
spendest: Dein Wirken befreit von Krankheit
die Menschen, dein Wirken
schenkt den Häusern innige Freude, der
Kunst und dem Handwerk
hohes Gedeihen. Nach dir, Gebieterin,
sehnt sich das Weltall,
Hades allein, der Mörder, verabscheut dich
ständig, du ewig
Blühende, dringend Erwünschte, der
Sterblichen süße Erquickung.
Ohne dein Walten entschwindet den
Menschen jeglicher Nutzen:
Weder gewährt beglückender Reichtum
festliche Freuden,
noch überwindet männliche Kraft das leidige

Alter.

Du nur erweist dich stärker als alle,
gebietest auch allen.
Nahe dich, Göttin, den Eingeweihten zu
ständiger Hilfe,
schütze sie vor der bitteren Plage der
lastenden Krankheit!

[Anonyma: Orphische Hymnen, S. 11.
Digitale Bibliothek Band 30: Dichtung der
Antike von Homer bis Nonnos, S. 152 (vgl.
Griech. Lyrik, S. 460) (c) Aufbau-Verlag]

Hymnos auf Hygieia

Mit dir, Hygieia, du Älteste unter den
Seligen,
möchte ich wohnen die mir verbleibende
Zeit,
steh mir zur Seite als gütige Freundin!
Lachen dem Sterblichen Freuden des
Reichtums, Kinderglück,
ward ihm die gottgleiche Macht des Königs
zuteil,
winkt ihm die Liebe, die mit Aphrodites
heimlichen Netzen wir eifrig zu haschen
versuchen,
genießen die Menschen andere Wonnen
oder das Aufatmen auch nach leidiger
Mühsal:
Mit dir, Hygieia, Glückselige,
kann alles blühen und leuchten im trauten
Verein der
Chariten. Doch ohne dein Zutun lächelt
keinem das Glück.

[Ariphron: [Lyrik], S. 2. Digitale Bibliothek
Band 30: Dichtung der Antike von Homer
bis Nonnos, S. 1218 (vgl. Griech. Lyrik, S.
300) (c) Aufbau-Verlag]



Thema: Persönliches zu Krankheit und Gesund werden

Eine Kritik an der Schulmedizin

Mir ging es bisher in meiner Einstellung zu den Heilsystemen und Gesundheitswegen so wie Vielen: Bei kleineren Problemen habe ich gerne (sofern mir meine Faulheit nicht im Weg war) Alternatives ausprobiert, bei ernsthaft diagnostizierten Krankheiten blieb ich bei der Schulmedizin. Letztes Jahr hatte ich eine Gürtelrose. Die Ärztin, die sie diagnostizierte, hatte zwar Verständnis dafür, dass ich zu diesem Zeitpunkt vollstillende Mutter war, sah aber nur die Möglichkeit im Zeitraum der schulmedizinischen Behandlung die Milch abzupumpen und wegzukippen. Nun war dies einfach keine Option für mich, weil das mir und dem Baby (wir waren auch noch zum ersten Mal komplett alleine zu diesem Zeitpunkt) nur einen großen Haufen zusätzliche Probleme beschert hätte. So schaute ich mich also nach Alternativen um. Freundinnen und Bekannte, die im schulmedizinischen Bereich arbeiteten, reagierten indem sie mir die Gefährlichkeit dieser Krankheit erörterten - die Schmerzen, die Heilungsprobleme und was alles passieren könne, wenn die Krankheit nicht behandelt wird. Wahrhafte Horrorgeschichten. Alle wahr, keine Frage. Aber das half mir nicht weiter- zumal alle ignorierten, dass ich die Krankheit sehr wohl behandeln wollte -nur eben auf anderem Wege. Dies gilt aber in der Schulmedizin allzu oft als "gar nicht" behandeln - schließlich wollte ich ja die Medikamente nicht nehmen. Noch nie zuvor hatte ich so aktiv an meiner Heilung mitgewirkt. Anlass war natürlich die schwierige äußere Situation. Ich konsultierte zwei Heilpraktikerinnen und erhielt so eine umfassende heilpraktische Behandlung aus Vitamin B12, Quaddeln und Homöopathie. Zusätzlich recherchierte ich täglich nach den Ursachen und möglichen Heilungswegen - dafür nutzte ich in erster Linie das Tarot und andere Orakelkarten. Ich behandelte die Krankheit auch mental und in Ritualen. Besonders beeindruckt hat mich bei all dem die Homöopathie, denn die Schmerzen kamen schließlich doch. Aber

wenige Minuten nach der Einnahme von drei Kügelchen (und die auch nur insgesamt 3 Mal im Verlauf einer Woche) waren sie für mehr als einen Tag komplett verschwunden. Ich habe die Gürtelrose ohne ein Schmerzmittel problemlos überwunden. Ich denke, dass dies nur möglich war, weil ich mit allen Sinnen und zur Verfügung stehenden Mitteln aktiv war und der Angst keine Chance gegeben habe. Meine Selbstwahrnehmung verbesserte sich in dieser Zeit erheblich und ich entwickelte ein sicheres Gespür für meinen Gesundheitszustand. Der Höhepunkt war schließlich, dass ich mich bei der Krankheit bedankte und sie fortschickte. Erfolgreich. Nun ist natürlich die Gürtelrose keine lebensbedrohende Krankheit. Aber sie war so stark - und in der Theorie auch so gefährlich - um mich völlig darauf einzulassen (bei einer leichteren Krankheit hätte ich dies - paradoxer Weise - vermutlich nicht getan). Ich habe in Folge dessen viel über mich und die Medizinwege gelernt. Ich habe gelernt, dass die Schulmedizin mit Angst arbeitet. Natürlich habe ich auch Angst, wenn ich krank bin. Aber die Angst darf nicht die lauteste Stimme sein, denn dann kann ich ja die anderen Stimmen nicht hören. Zum Beispiel die Stimme des Vertrauens in mir, die mit der Göttin verbunden ist. Der Teil in mir, der weiß, dass alles kommt, wie es kommen muss und ich immer Hilfe bekommen werde, wenn ich darum bitte. Die Stimme, die mir hilft aktiv zu werden. Die Stimme, die mir hilft abzuwägen, ob ich Fortschritte mache und was ich als nächstes tun muss. All diese inneren intuitiven Sinne werden von der Angst blockiert. Der schulmedizinische Weg scheint Mittel gegen die Angst zu haben: Eine Medizin, Tabletten. Zwar helfen die Tabletten gegen die Angst und in den meisten Fällen auch gegen die Krankheit, aber sie nehmen dafür die Eigenverantwortung. Ich will natürlich nicht dafür plädieren einen schwierigeren Weg als nötig zu gehen. Mir persönlich fehlt jedoch das Vertrauen in die schulmedizinischen Lösungen - das Vertrauen, dass die Medizin tatsächlich gesund und gut wirkt. Für mich ist sie kein Heilmittel sondern eher ein Kampfstoff. Ein Kampfstoff, der oft genug andere Körperprozesse beeinträchtigt. Die

Grundlage jeder "normalen" Medizin ist das Bild vom Körper als Maschine - ich bin aber keine Maschine.

Die Medizin ist ausgerichtet auf einen männlichen Durchschnittsmenschen. Erst seit ca. sechs Jahren müssen die Arzneimittel vor der Zulassung überhaupt an Frauen getestet werden.¹

Selbstverständlich ist es gut und wichtig, dass wir die Schulmedizin haben und selbstverständlich liegt die Beurteilung dessen, was einer hilft, nur bei der Einzelnen.

Wenn ich anschau, wie mein Verhältnis zur Schulmedizin ist und war, so war es zwar nie unkritisch, aber trotzdem war die Schulmedizin das Maß aller Dinge. Eine ernsthafte Krankheit alternativ mit Homöopathie oder etwas anderem zu behandeln, erscheint dem Gefühl nach immer noch als Risiko für mich. Dabei halte ich es für kein größeres Risiko. Vor allem bringe ich der Schulmedizin nicht genügend Vertrauen entgegen, denn das, was ich von Ärztinnen und Ärzten brauchen würde, können diese mir fast immer nicht geben. Tief in mir ist die Sehnsucht nach einer Heilerin oder einem Heiler, der mir persönlich und mit Zeit zur Seite steht, zu mir kommt und mir auch Mut macht, mir auch seelisch hilft. Dies ist aber nun mal nicht das Berufsbild von ÄrztInnen. Ich fürchte, es ist auch nicht das Berufsbild von HeilpraktikerInnen. Ich suche nach Verständnis, Hilfe, Anleitung und auch danach aufgefangen zu werden. Die Realität bietet aber neben Krankenkassenbudget und selbst zu zahlenden HeilpraktikerInnenbesuchen nachweisbare Schlechterbehandlung von Frauen, Fehldiagnosen (aufgrund des Gendergaps oder Uninformiertheit)² und unnötige Operationen. Oder hirnerkrankende Medikamente mit einer unglaublichen Liste an Nebenwirkungen zur Behandlung von diagnostizierten Psychosen, die bewiesenermaßen ebenso erfolgreich - bzw. sogar erfolgreicher - mit "Hausmitteln" behandelt werden können (In dem Fall, den ich kenne, war die Psychose zudem nicht mal richtig diagnostiziert, sondern es handelte sich um eine in Deutschland wenig bekannte Krankheit). Realität ist auch, dass Ärzte und Ärztinnen wenig über die von ihnen verschriebenen

Medikamente wissen.³ Regelmäßig bekommen Schwangere und Stillende kontraindizierte Mittel verschrieben.⁴ Auch die Wechselwirkung zwischen verschiedenen Mitteln wird nicht beachtet und chronisch Kranke nehmen schließlich Medikamente um die Nebenwirkungen der anderen Medikamente im Schach zu halten - obwohl sich die Medikamente besser abstimmen ließen. Und all dies ist nur die Spitze des Eisberges.

Für mich heißt das, dass ich wann immer es geht - also in allen nicht akut lebensbedrohlichen Situationen - auf die Schulmedizin verzichten möchte. Die Rechnung von Vor- und Nachteilen geht für mich bei normalen kleineren und mittleren Erkrankungen nicht auf. Ich arbeite nun daran mehr Heilungswissen und Heilkompetenz (für mich) zu erlangen - auch im Bereich der Homöopathie. Damit kann ich besser für mich sorgen und habe eine Basis für selbstständige Entscheidungen. Dazu zählt für mich auch, dass ich bemuttert und gerettet werden will sobald ich nur etwas stärkeres als einen Schnupfen habe - eine Tatsache, an der ich arbeiten muss. Gesundheit kann nur ein ganzheitliches Thema sein und der Umgang mit Krankheiten folglich auch. Ich denke ich werde genug noch genug Gelegenheit zum Üben haben.

jana

1 Quelle: Dr. med Ingrid Olbricht
"Frauengesundheit - Männermedizin" in
"Gesellschaft in Balance"

2 Quelle: Dr. med Ingrid Olbricht
"Frauengesundheit - Männermedizin" in
"Gesellschaft in Balance"

3 Aussage einer Krankenhausapothekerin
in leitender Position

4 Ist mir selbst schon passiert und kann
man auf den großen
Schwangerschaftsforen wie zB.
www.urbia.de immer wieder lesen.

Der Artikel kann auf dem Schlangengesang-
Forum diskutiert werden



Hinwendung und Heilung

Letzte Woche habe ich einen Artikel im "Spiegel" gelesen über die Placebo-Wirkung in der Medizin. Darüber wie viel Prozent wohl die Placebo-Wirkung zum Heilerfolg beiträgt. Es ging um Spritzen und Tabletten, aber auch um Akupunktur und Homöopathie, sowie um die Wirkung einer psychotherapeutischen Behandlung. Fazit war: mindestens 40 % einer Besserung auf eine Behandlung ist dem sog. Placeboeffekt zuzuordnen. Aha, na und?

Ich bin Physiotherapeutin, Osteopathin und Heilpraktikerin, seit Jahren in eigener Praxis tätig und verbringe im Schnitt pro Behandlung sicherlich eine Stunde mit meinen Patienten. Natürlich ist diese Hinwendung an den Patienten, das offene Ohr für körperliche, wie seelische Beschwerden, zeit- und kraftaufwendig. Ist es da nicht seltsam, warum unsere schulmedizinisch arbeitenden Kollegen besonders bei chronischen Schmerzpatienten, besonders aber bei Frauen, nicht die gleichen Erfolge verbuchen können, wie wir alternativmedizinisch arbeitenden Therapeuten? Nein, denn diese Hinwendung bewirkt die Heilung! Nicht die Frage: Was kann ich Ihnen verschreiben? Wie lange wollen Sie krank geschrieben sein? Ein Händedruck, auf Wiedersehen.

Welcher Arzt macht heute schon noch eine körperliche Untersuchung? Welcher Arzt misst den Puls und kann diesen dann auch noch bewerten? Welcher Orthopäde fragt nach dem Schlafverhalten, nach Sorgen, Beruf und Familie? Wie oft wird man "berührt", wie oft kommt es in der Arztpraxis zu fürsorglichem Körperkontakt?

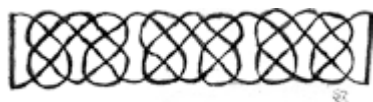
All das kostet Zeit, Zeit ist Geld! Ich verstehe die Mediziner, die klagen, dass die Vergütung für das Patientengespräch nicht ausreichend ist. Aber ich denke auch, dass in den meisten Praxen ein riesiger Apparatpark steht, der teuer bezahlt

werden muss und sich erst über einen langen Zeitraum amortisiert. Vielleicht bringt es an mancher Stelle aber gerade das "Weniger" an Technik und dafür das "Mehr" an Menschlichkeit.

Damit will ich nicht die Notwendigkeit der Apparatedizin in schwerwiegenden Fällen in Abrede stellen. Dafür werden wir immer Spezialisten brauchen, aber vielleicht sollte sich der ein oder andere Hausarzt überlegen, ob er nicht lieber weniger anschafft und dafür den Patienten im Falle eines Falles zum Spezialisten überweist und dafür mehr Zeit für seine Patienten aufbringt. Weniger Klagen, mehr "Hand anlegen", könnte die Devise sein. Der Körperkontakt von Arzt zu Patient beschränkt sich heute doch oft auf den Händedruck zur Begrüßung und Verabschiedung. Ist das eine "Behandlung"?

Als Anregung zur Diskussion und kleiner Denkanstoß.

Nix für ungut,
artemisathene



Die Medizin der Hildegard von Bingen

Sicherlich wird man sich fragen, warum ich gerade in einer Webzine über Göttinnen und weibliche Spiritualität über eine christliche Nonne aus



dem Mittelalter schreiben möchte. Aber beispielsweise die Ernährungslehre der Hildegard von Bingen ist gerade in unserer heutigen Zeit von erschreckender Aktualität, wie ich finde. Außerdem war Frau von Bingen eine erstaunliche Persönlichkeit in einer von Männern dominierten Welt im düsteren Mittelalter, in der es schwer war, eine (modern ausgedrückt) Karriere zu machen. Und ob ihre Visionen und ihre Weisheit nun von einem Gott oder einer Göttin stammen, will ich gar nicht festlegen. Zwar war sie gläubige Christin, aber hätte sie überhaupt eine andere Religion haben dürfen, um ihr Wissen weiterzugeben?

Zur Person

Hildegard von Bingen wurde 1098 in Bermersheim in Rheinhessen in ein adliges Geschlecht hineingeboren. Schon als kränkliches Kind hatte sie Visionen. Hildegard wurde bei ihrer Tante Jutta von Sponheim in deren Klause am Kloster Disibodenberg erzogen. Auch hier war sie immer wieder krank, kaum fähig zu Gehen, oft auch mit Sehbehinderungen eingeschränkt. Nach Juttas Tod 1136 wurde Hildegard deren Nachfolgerin als Priorin, entschied aber, 1147/48 ihr eigenes Kloster zu gründen. Hildegard zog mit 18 Schwestern in dieses Benediktinerinnenkloster auf den Rupertsberg bei Bingen und war die Äbtissin. 1165 gründete sie das heute noch bestehende Tochterkloster Eibingen bei Rudesheim.

Ihr Wissen empfing sie durch göttliche Visionen oder (ganz trivial) durch Beobachtungen im klösterlichen Kräutergarten oder allgemein in der Natur. Aber auch im Umgang mit vielen Kranken und durch ihre eigene Erfahrung (wie bereits erwähnt, war sie bereits als Kind sehr oft krank) konnte sie ihr Wissen schöpfen.

Hildegards Ernährungslehre

Hildegard verband in ihrer Lehre den Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit, in dem sie den einzelnen Lebensmitteln natürliche Heilkräfte zuwies. Dabei kann ihre Arbeit als Kur verstanden werden, also punktuell im Krankheitsfall eingesetzt werden oder auch auf das ganze Leben angewendet werden. Dabei gibt es, wenn man so will, sechs

"goldenen Lebensregeln", die ich wie folgt zusammenfassen würde:

1. die richtige Auswahl der Lebensmittel: "Eure Lebensmittel sollen eure Heilkräfte sein", also eine gesunde und ausgewogene Ernährung
2. Entgiftung des Körpers in regelmäßigen Abständen: "Wenn die Säfte im Menschen das rechte Maß bewahren, so ist der Mensch gesund. Haben sie sich aber in Gegensatz zueinander gestellt, dann machen sie ihn hinfällig und krank." Gerade heutzutage ist auf eine Entschlackung des Körpers zu achten, da wir ihm ständig Konservierungsstoffe, Umweltgifte oder auch oft chemische Medikamente zuführen
3. Entspannung und Arbeit (das Berühmte "Ora et Labora"), bzw. Ruhe und Bewegung sollen eine gleichwertige Stellung im Leben erhalten und keines davon darf überwiegen
4. Der richtige Schlafrhythmus, bzw. auch der Rhythmus von Schlafen und Wachsein: "Denn wenn der Mensch schläft erholt sich sein Mark und macht seine Knochen fest, stärkt das Blut, bildet neues Muskelfleisch, vereinigt die Glieder und vermehrt Verstand und Wissen." Der Bezug zu heute ist, denke ich, klar zu erkennen.
5. Seelische Abwehrkräfte stärken: "Die Seele ist für den Körper, was der Saft für den Baum ist, und ihre Kräfte entfaltet sie wie der Baum seine Gestalt." Hier wird der ganzheitliche Aspekt ihrer Lehre besonders deutlich.
6. Lebensenergie aus positiven Naturerlebnissen und natürlichen Heilmitteln schöpfen.

Heutzutage erlebt ein Getreide ein Revival, das bereits Hildegard als wichtigstes Grundnahrungsmittel beschrieben hat: den Dinkel. Er liefert als Brei, Müsli, Brot oder in sonstiger Form seinen entscheidenden Beitrag an Aminosäuren, Spurenelementen und Vitaminen zur ausgewogenen Ernährung:

"Dinkel ist das beste Getreide, er wirkt wärmend und fettend und kräftig, und er ist milder als andere Getreidearten, er bereitet dem, der ihn ißt rechtes Fleisch und rechtes Blut, und er macht frohen Sinn und Freude im Gemüt des Menschen"

Bei Obst und Gemüse ist Vorsicht geboten: Bei Hildegard gehören zu den schädlichen Lebensmitteln auch die Rohkost-Küche. Sie

nennt Herz-, Leber- und Lungenbeschwerden, sowie eine schlechte Verdaubarkeit die schädlichen Folgen von ungekochtem Obst und Gemüse. Der Heilpraktiker Dr. Wighard Strehlow schreibt in seinem Buch "Hildegard-Medizin für alle Tage" aus seiner Erfahrung heraus, dass Menschen, die sich nur von Rohkost ernähren, oft unter Durchblutungsstörungen leiden, also über kalte Hände und Füße und Gedächtnisstörungen klagen und eben durch die von Rohkost veränderte Zusammensetzung der Darmbakterien ebenfalls unter ständigen Blähungen leiden. Wir finden also auch hier wieder Hildegards Beobachtungen bestätigt.

Auch der Fleischgenuss gehört bei Hildegard zur ausgewogenen Ernährung dazu, allerdings werden auch hier wieder bestimmte Heilkräfte bestimmten Fleißsorten zugewiesen, so beispielsweise beim Schweinefleisch, dass nur Kranke zu essen bekommen, da es beim gesunden Menschen schädigend wird.

"Neuere" und "exotische" Pflanzen wie Avocados, Kiwis, Tomaten und auch Kartoffeln waren Hildegard noch nicht bekannt, weshalb diese Früchte und Gemüsesorten außen vor sind. Oft wird in Ratgebern trotzdem auf sie verwiesen, meist aber mit dem Ergebnis, dass man sie nicht verwenden soll, da besonders die Nachtschattengewächse zu viele Alkaloide enthalten und den Körper schädigen können.

Ein Rezept will ich vorstellen, das ich schon sehr oft selbst ausprobiert habe und einfach nur gut und lecker finde:

Das schwäbische Habermus, das man als warmes Frühstück genießen kann:

Zutaten für eine Person:

1 Tasse Dinkelschrot

2 Tassen Wasser

1 kleingeschnittener Apfel

je 1 Messerspitze Galgant- und

Bertrampulver

2 Teelöffel Honig

Zimt

Den Dinkelschrot in das kalte Wasser einrühren und unter Umrühren 5 Minuten vorsichtig aufkochen. Apfel, Galgant, Bertram und Honig hinzufügen. Bei kleiner

Hitze 10 Minuten quellen lassen und schlussendlich etwas Zimt (je nach Belieben) unterrühren.

Annika



Wichtige Originalschriften zur Heilkunde von Hildegard
Liber Subtilitatum Diversarum Naturarum Creaturarum

Teil I: Physica Naturkunde

Physica ist in 9 Bücher gegliedert. Sie handeln in 513 Kapiteln über Pflanzen, Elemente, Bäume, Steine, Fische, Vögel, Säugetiere, Reptilien und über den Ursprung der Metalle.

Teil II CAUSAE ET CURAE Heilkunde

Causae Et Curae befasst sie sich mit den Krankheiten des Menschen von Kopf bis Fuß, mit der Ernährung und Verdauung, mit den Gemütsbewegungen, mit Wachen und Schlafen, Gehen, Stehen, Reiten. Sie gibt Anweisungen über die gesunde Lebensführung.

Hinweis: Die Hildegard-Medizin ist seit ihrer Neuentdeckung reichlich umstritten. Bei Beschwerden sollte immer zunächst ein Heilpraktiker oder Arzt befragt werden. Vieles gilt bereits als überholt, wie z.B. der Aderlass und das Schröpfen, weshalb ich darauf auch nicht eingegangen bin. Wichtig fand ich, die Parallelen zu heutigen Sichtweisen aufzudecken und vielleicht Interesse zu wecken, sich damit weiter zu beschäftigen. (vgl. Hierzu auch : www.promed-ev.de/modules/wfsection/article.php?articleid=39)

Quellen:

www.wolfgang-schuhmacher.de/hildegardvonbingenspiritua/litaet/hildegardinfo1.htm
www.uni-mainz.de/~horst/hildegard/
www.hildegard.de/
www.st-hildegard.com/
www.reikibuch.de/edelsteine_bingen.html
www.wikipedia.de/Hildegard-Medizin
Dr. Wighard Strehlow: Hildegard-Medizin für alle Tage, Knauer MensSana

Krankheiten und Schmerzen "wegsaugen"

Ich habe mir angewöhnt Schmerzen und auch Erkrankungen im Anfangsstadium (z. B. Halsentzündung) wegzusaugen. Das geht ganz einfach und ist erstaunlich effektiv.

Dazu stelle ich mir erst einmal meinen Körper als Haus mit vielen Zimmern vor. Dort wo ich z. B. Schmerzen habe (also zum Beispiel im Hals) stelle ich mir ein Zimmer vor, das komplett von Staub, Ruß o.ä. verschmutzt ist. Mit meinem imaginären Staubsauger sauge ich dann den Schmutz in diesem Zimmer weg (und somit die Schmerzen bzw. die Entzündung). Ich sauge so lange, bis das ganze Zimmer schmutzfrei ist und die Farben wieder leuchten. Schon beim Saugen merke ich, wie die Schmerzen nachlassen bzw. die Entzündung zurückgeht.

Manchmal kommt es vor, das man den selben Raum mehrfach saugen muss (im Abstand von einigen Stunden).

Natürlich darf man nicht vergessen, den vollen Staubsaugerbeutel zu entsorgen. Ich tue das, indem ich den Beutel in eine imaginäre Mülltonne stopfe und diese in die Unendlichkeit des Universums verschwinden lasse.

Silver RavenWolf hat diese Technik in ähnlicher Form in einem ihrer Bücher beschrieben. Allerdings hat sie keinen Staubsauger benutzt sondern einen Saugball.

Achtung!!! Diese Methode kann nur unterstützend angewandt werden und erübrigt keinen Besuch beim Arzt. Besonders bei Verletzungen und Krankheiten der inneren Organe sollte man

unbedingt einen Arzt aufsuchen und sich an dessen Anweisungen halten. Bei akuten Erkrankungen (z.B. Erkältung) kann diese Methode Linderung verschaffen. Sollten die Beschwerden allerdings länger als 24 Stunden anhalten, sollte auch hier ein Arztbesuch der nächste Schritt sein.

Sassenach



Pflanze: Frauenheilkräuter

Frauen lieben Blumen und Kräuter. Das ist schon seit Menschengedenken so. Sie erfreuen sich an der Farbenpracht und dem Duft der Pflanzen, sie nutzen die Aromen zum Würzen ihrer Speisen und viele Frauen nutzen auch die Heilkräfte mancher Kräuter für ihre Gesundheit. Die Vielfalt von "Mutter Natur" hat auch für jedes Lebensalter und die meisten Beschwerden, die "Frau" haben kann, etwas zu bieten.

Kräuterweiblein, Kräuterhexen und kräuterkundige Zauberinnen gibt es in Erzählungen und Märchen rund um den Globus, von der Antike bis zu Neuzeit. Ebenso reicht die Vielzahl der Pflanzenrezepte von ägyptischen Papyri über die Aufzeichnungen griechischer und römischer Ärzte, den Schriften mittelalterlicher Mönche und Nonnen, sowie den hermetischen Schriften der Alchemisten der Renaissance bis zu den modernsten Abhandlungen über die chemischen Zusammensetzungen der Heilpflanzen. Viele so genannte "Hexenpflanzen" waren und sind heilkräftige Kräuter für Frauenleiden. Da sie manchmal auch zum Beenden einer ungewollten Schwangerschaft hergenommen wurden, sind sie in Verruf geraten. Heute gibt es zur Verhütung einer Schwangerschaft bessere und sicherere Methoden, in der Geschichte aber blieb vielen Frauen nur die gefährliche Variante eines "frucht-tötenden" Tranks. Heute werden Frauenheilkräuter zum Glück

wieder häufiger zur Behandlung von Krankheiten eingesetzt und es mehren sich sogar die Fürsprecher aus den Reihen der Schulmedizin.

Durch alle Lebensphasen können uns die Helferinnen von "Mutter Natur" begleiten. Sie können Beschwerden lindern, Krankheiten heilen und uns unterstützen im "Frau sein". Nicht selten helfen sie uns einen Bezug zu unserer Weiblichkeit überhaupt erst herzustellen, damit wir uns so annehmen und lieben können wie wir sind.

Ich kann an dieser Stelle nur eine kleine Auswahl der hilfreichen Heilpflanzen für Frauenkrankheiten nennen, verweise aber auf die reiche Literatur zum Thema, sowie auf unsere Serie zu Pflanzen der Göttin im Schlangengesang. Dort findet auch immer wieder einmal eine Frauenpflanze Platz. Zu meinen Lieblingskräutern in der Frauenheilkunde gehören:

Zu meinen Lieblingskräutern in der Frauenheilkunde gehören:

Der Frauenmantel, *Alchemilla vulgaris*:



Diese unscheinbare Wiesen- und Wegrandpflanze ist aus der Frauenmedizin nicht mehr wegzudenken. Sie begleitet schon die jungen Frauen und hilft die Regel zu harmonisieren, PMS-Beschwerden und Menstruationskrämpfe zu lindern. Sie kuriert sanft Unterleibsentzündungen und kann auch bei Kinderwunsch eine hilfreiche Begleiterin sein. Wie ihr Name schon sagt, legt sie sich schützend um die Frau wie ein Mantel und hüllt sie liebevoll ein. Man nimmt sie als Tee oder aber als Urtinktur zu sich.

Die Schafgarbe, *Achillea millefolium*:



Auch sie ist ein häufiger Gast auf Wiesen und Weiden. Da ihr Blatt so wunderschön gefiedert ist, wird sie auch "Augenbraue der Venus" genannt. Die ätherischen Öle der Pflanze enthalten Azulen, das blutstillend, entzündungshemmend und krampflösend wirkt. Deshalb ist die Schafgarbe eine wertvolle Helferlin bei starken Menstruationsblutungen mit Krämpfen. Sowohl als Tee, aber auch als krampflösender Badezusatz wirkt die Schafgarbe wunderbar.

Der Beifuß, *Artemisia vulgaris*: Die der griechischen Mond- und Jagdgöttin Artemis geweihte Pflanze galt schon seit alter Zeit als Frauenheilpflanze. Sie hilft bei stockender, unregelmäßiger Blutung, aber auch bei Menstruationskrämpfen. Ein Tee aus Beifußkraut bringt nicht nur die Regelblutung in Gang, er fördert auch die Verdauung und den Gallefluss. Vorsicht: nicht in der Schwangerschaft verwenden!
Der Beifuß, *Artemisia vulgaris*: Die der griechischen Mond- und Jagdgöttin Artemis geweihte Pflanze galt schon seit alter Zeit als Frauenheilpflanze. Sie hilft bei stockender, unregelmäßiger Blutung, aber auch bei Menstruationskrämpfen. Ein Tee aus Beifußkraut bringt nicht nur die Regelblutung in Gang, er fördert auch die Verdauung und den Gallefluss. Vorsicht: nicht in der Schwangerschaft verwenden!

Mönchspfeffer, *Agnus castus*: dieser hübsche Strauch aus dem Mittelmeerraum hat als Tinktur oder in homöopathischen Tropfen schon vielen

Frauen geholfen ihre PMS-Beschwerden zu lindern, den Zyklus zu harmonisieren oder die Milchbildung anzuregen. Er hat Einfluss auf den Gelbkörperhormon-Haushalt und soll auch schon bewirkt haben, dass sich eine lang ersehnte Schwangerschaft eingestellt hat.



Die weiße Taubnessel, *Lamium album*:



wird häufig eingesetzt bei übermäßigem und auffälligem Ausfluss. Sie ist aber auch eine hilfreiche Begleiterin bei unregelmäßigen Blutungen, bei Zysten und Entzündungen der Genitale. Innerlich wie äußerlich ist ihre sanfte Heilkraft wirkungsvoll.

Der Rotklee, *Trifolium pratense*: diese allseits bekannte und häufige Wiesen- und Weidenpflanze findet, durch ihren Gehalt am pflanzlichen Östrogenen, verbreitet Einsatz in der Behandlung von Wechseljahresbeschwerden. Sie gleicht sanft die Schwankungen des Hormonhaushaltes aus, lindert Hitzewallungen und wirkt sich günstig auf die Vaginalschleimhaut aus.



Liebstockel, *Levisticum officinale*: ist als Gewürzkraut in vielen Gärten anzutreffen. Verwendet werden sowohl die Wurzel, wie auch Blätter und Stiele. Heilkräftig sind die enthaltenen ätherischen Öle. Man verwendet den Liebstockel in der Frauenheilkunde zur Linderung krampfartiger Menstruationsbeschwerden, sowie bei PMS-Symptomen wie Völlegefühl, Blähungen oder Migräne. Außerdem gilt er als Aphrodisiakum (für Männer!). Während der Schwangerschaft sollte man ihn allerdings meiden!



Diese Liste ließe sich unendlich fortsetzen. Die Einsatzmöglichkeiten für Heilpflanzen in der Frauenheilkunde sind immens. "Mutter Natur" schenkt uns in ihrer unendlichen Weisheit viele hübsche, kleine Helferinnen, wir müssen nur wissen wie wir sie einsetzen können. Dafür gibt es ausgebildete "Kräuterhexen", die auf altes Wissen zurückgreifen und es täglich durch eigene Erfahrungen erweitern. Wendet Euch also vertrauensvoll an eine von ihnen oder erlernt selbst die Schätze der

Erde zu be-greifen und einzusetzen.

Literaturhinweise: Margret Madejski, Alchemilla
Rätsch, Storl, Müller-Ebeling, Hexenmedizin
Elisabeth Brook, Kräuter helfen heilen
Kräuterseminare und Exkursionen:
www.krauterhexenschule.de

artemisathene



Praktisches Rezepte mit Frauenheilkräutern

Schafgarben-Badezusatz für ein Vollbad

80-100 g Schafgarbenkraut mit 1 Liter kochendem Wasser überbrühen, 20 Minuten ziehen lassen und dann abseihen. Dem fertigen Badewasser zusetzen und 15-20 Minuten baden.

Einsatzmöglichkeiten: als schmerzlinderndes und krampflösendes Bad während der Menstruation. Bei starken Menstruationsblutungen und PMS-Beschwerden. Als Teilbad oder Waschung bei Wunden und entzündeten Hauterkrankungen. Dazu entsprechend weniger Teekraut verwenden, ca. 1 Hand voll auf ¼ bis ½ Liter Wasser. Vorsicht: bei Allergikern kann es zu Hautausschlägen kommen

Teemischung bei Menstruationskrämpfen

Frauenmantelkraut, Schafgarbenkraut, Gänsefingerkraut und Melissenblätter zu gleichen Teilen mischen. 1-2 TL der Kräutermischung mit 250 ml kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. 2-3 x täglich eine Tasse davon trinken.

Der Frauenmantel wirkt harmonisierend auf den Hormonhaushalt, Schafgarbe und Gänsefingerkraut lindern die Krämpfe und vermindern besonders starke Blutungen.

Die Melisse hat sanft beruhigende, und mild krampflösende Wirkung, sie stärkt zudem Kreislauf und Nervensystem und verleiht dem Tee einen angenehm frischen Geschmack.

Liebstockelwein nach Hildegard von Bingen

Hildegard von Bingen empfiehlt bei Krämpfen und Schmerzen einen Liebstockelwein. Dafür legt man eine Hand voll frisches, kleingeschnittenes Liebstockelkraut in einen ¼ Liter Weisswein und lässt diesen über Nacht ziehen. Am nächsten Tag erhitzt man den Wein bis zum Sieden und seih ihn nach wenigen Minuten ab. Liebstockelwein sollte warm getrunken werden. Er findet seinen Einsatz bei Krämpfen aller Art: bei Menstruationskrämpfen genauso, wie bei rheumatischen Muskelverspannungen, krampfartigem Husten und Magen-Darmkrämpfen. Auch bei Migräne ist ein Versuch sinnvoll. Natürlich kann genausogut ein Tee aus dem Kraut hergestellt werden. Vorsicht: Schwangere sollten weder den Tee noch den Wein trinken!

Diese Rezepte sind nur als Anregung gedacht, sie sind kein Ersatz für eine Therapie durch eine qualifizierte Fachfrau oder einen Fachmann!

artemisathene



Die Reise zum Lyfjaberg - Eine Meditation

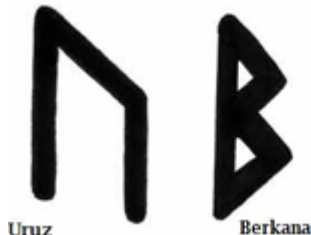
Bei diesem Text handelt es sich um eine Meditationsvorlage, die den Meditierenden auf den Lyfjaberg zur jungen Göttin Eira führt. Der Text kann während der Meditation von einer zweiten Person langsam vorgelesen werden oder man spricht ihn vorher langsam auf Band, um ihn dann während des Meditierens abzuspielen.

Zum Meditieren empfiehlt sich eine aufrechte, sitzende Position (Drachensitz oder Lotussitz für Geübte, für eher Ungeübte ein Stuhl mit Lehne) oder - vor allem beim Hang zu Rückenschmerzen, die störend wirken würden - im Liegen. Dazu legt man sich auf den Rücken, die Arme locker neben dem Körper ruhend, die Beine nicht überkreuzt, da diese sonst einschlafen können. Bei der liegenden Position sollte man vorher sicher gehen, dass man wach genug ist, um nicht einzuschlafen. Der Raum sollte angenehm temperiert sein, ansonsten empfiehlt sich eine leichte Decke.

Dem gesprochenen Text muss während der Meditation nicht zwanghaft Folge geleistet werden. Sollten sich dem Meditierenden spontan andere Szenarien darbieten, sind diese für ihn gerade wichtiger. Der gelesene Text kann dann einfach ignoriert werden. An den Stellen, an denen im Text ein [...] eingefügt ist, muss der Sprechende eine kurze Pause machen, um dem Meditierenden etwas Zeit für eigene Eindrücke zu lassen. Die Länge der Pausen liegt dabei im eigenen Ermessen. Eine vorherige Absprache mit dem Meditierenden ist eventuell von Vorteil.

Atme ruhig und entspannt. Spüre, wie du einatmest und die Luft tief in deinen Bauch vordringt. Atme aus, alle Anspannung weicht aus deinen Beinen. Sie werden angenehm weich und schwer. Entspanne deinen Bauchraum. Entspanne deine Schultern, lass sie leicht zusammensacken. Entspanne dein Gesicht und werde ruhig. Du stehst an einem angenehmen Ort, um dich herum ist nur Dunkelheit. Du siehst in die Dunkelheit hinein und erkennst schemenhaft ein Tor. Du gehst langsam darauf zu. Es ist weit offen und hinter ihm leuchten zwei Runen: Berkana und Uruz. Du weißt, dass Berkana für die Göttin und die Frau steht und Uruz für Stärke und Gesundheit. Sie scheinen dich zu rufen, also gehst du weiter auf sie zu. Du stehst nun direkt vor dem offenen Tor und die Runen leuchten so stark, dass du glaubst, sie berühren zu können. Lass ihr Wesen auf dich wirken und gehe durch sie und das Tor hindurch.





Uruz

Berkana

Du befindest dich nun auf einem Weg, du atmest frische Luft und die Sonne streichelt dir über dein Gesicht. Es riecht nach jungem Gras und den Bäumen, die sich am Wegesrand leicht im Wind wiegen. In einiger Entfernung erkennst du einen Berg, der Weg führt direkt auf ihn zu. Du nährst dich ihm und findest dich vor einer riesigen Waberlohe, einem Ring aus Feuer, wieder, die den Berg als schützender Wall umgibt. Du hörst die Flammen knistern und spürst ihre Hitze in deinem Gesicht. Langsam, sehr langsam gehst du auf das Feuer zu und hinein. Während du hindurch schreitest, spürst du, wie du dich in ihnen auflöst und kurz verlierst. Ihr Licht und ihre Hitze durchfluten deinen gesamten Körper. Die Glut verbrennt alles, was du nicht mehr brauchst. Unversehrt und rein kommst du aus der Waberlohe heraus. Du scheinst zu leuchten, als du deinen Weg zum Berg fortsetzt.

Ein Riese stellt sich dir in den Weg, es ist Fiölswidr, der Wächter des Lyfjaberges. Er fragt dich, wer du bist und was du auf dem Berg willst. Du antwortest ihm und er lässt dich weiter gehen.

Der Berg ist steil und du musst dich sehr anstrengen, um ihn zu besteigen. Du erreichst seinen Gipfel und siehst vor dir ein Holzhaus. Du gehst hinein. Innen sind neun junge Frauen damit beschäftigt unterschiedliche Arbeiten zu verrichten.

*Alles redet und lacht durcheinander, außer einer. Sie steht an einem Kessel, der über dem Feuer hängt. Das ist Eira, die beste Ärztin der Asen. Sie dreht sich zu dir herum. Du stehst nun kurz vor ihr. Der Duft von würzigen Kräutern steigt dir in die Nase. Ihr langes Kleid ist in einem satten dunkelgrün und ihre dunkelbraunen, langen Haare sind zu einem Zopf verflochten. Du grüßt sie höflich und respektvoll, sie erwidert dies mit einem freundlichen Nicken. Ihre grünen Augen scheinen direkt auf den Grund deiner Seele zu blicken und du berichtest ihr, weshalb du sie aufgesucht hast. [...]
Nachdem du ihr alles erklärt hast, legt sie*

dir ihre Hände auf den Kopf. Danach führt sie dich zu ihrem Kessel. Auf ihm erkennst du die Rune Kenaz, die Fackel der Erkenntnis. Sie heißt dich in den Kessel hinein zublicken. Zuerst siehst du darin nur dein Spiegelbild, doch dann offenbart er dir Einblick in dein Inneres.[...] [...]

Am Ende siehst du wieder dein Spiegelbild. Du bedankst dich bei Eira, die dich zum Abschied lächelnd segnet.

Vor dir erscheint wieder das Tor, durch das du gekommen bist. Dahinter erkennst du das Dunkel. Du verabschiedest dich und gehst hindurch.

Langsam bewegst du deine Finger und deine Füße. Atme noch einmal tief ein und kehre zurück, sobald du bereit dafür bist.

Das Besteigen des Lyfjaberges bringt laut dem Fiölswinnsmal der Edda jeder Frau Heilung und Stärke. Trotzallem darf man nicht erwarten, dass man mit einem gebrochenen Arm hinaufsteigt und komplett geheilt herunter kommt. Die Reise zum Lyfjaberg bietet vielmehr einen entscheidenden Anstoß für den Heilungsprozess.

Die Reise empfiehlt sich besonders bei chronischen oder austerapierten Krankheiten. Sie kann zur Klärung der Ursachen der Krankheiten sehr nützlich sein.

Meine Vorlage ist dabei nur eine Möglichkeit ihn zu bereisen und kann individuell verändert werden.

Über Anmerkungen und Erfahrungsberichte würde ich mich sehr freuen. (Nachricht an die Redaktion.)

Cailynn



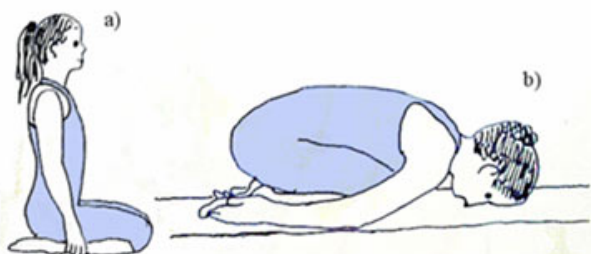
Reise zum inneren Kind

Zu unserer Themenausgabe "Heilkunst und Göttinnen der Heilkunst" möchte ich einen kleinen meditativen Beitrag beisteuern. Es handelt sich dabei um eine Art Traumreise zu seinem "inneren Kind". Soweit ich weiß, ist die Arbeit mit einem "inneren Kind" ein Bestandteil von Psychotherapien, um Schäden und Traumata in der Kindheit aufzuarbeiten. Dabei wird die Persönlichkeit bewusst in zwei Teile gespalten: einmal das kindliche Ich und das Erwachsenen-Ich. Alle unsere Gefühle, unbewussten Reaktionen, unsere Kreativität und Spontaneität und noch viele andere Eigenschaften, so heißt es in der psychologischen Deutung, entstammen kindlichen Erfahrungen, die unser inneres Kind erlebt und tief in uns verwahrt.

Ich selbst habe diese Übung als spielerische Meditation kennen gelernt, die mir schon vielfach gezeigt hat, wer ich bin und wie ich glücklich sein kann.

Die Kontaktaufnahme mit dem "inneren Kind" kann auf verschiedene Art und Weisen geschehen. Man kann Briefe schreiben, musizieren, malen, tanzen usw. Ich habe die Reise zum "inneren Kind" mit Yoga-Übungen verbunden, die ich als sehr schön und passend empfinde und je nach Lust und Laune benutze. Wer im Yoga ungeübt ist, sollte das Ganze langsam angehen. Es muss aber jeder selbst entscheiden, wie weit seine Gesundheit und seine Gelenkigkeit das Ausüben zulassen.

Yoga-Stellung "Das Kind"



Zu dieser Stellung ("Asana") :

Diese Stellung eignet sich sehr gut, um die Aufmerksamkeit nach innen zu

richten und ein Gefühl für den eigenen Atem und Körper zu bekommen. Der gesamte Rücken wird dabei sanft gedehnt und entspannt. Besonders angenehm finde ich diese Asana während meiner Mensbeschwerden oder bei leichten Magenproblemen.

Ausführung:

a) Auf die Fersen setzen und das Brustbein aufrichten, dabei die Schultern entspannen und die Arme seitlich herabhängen lassen. Rücken und Wirbelsäule strecken, die Augen schließen.

In dieser Asana verweilt man eine Weile, während vor seinem inneren Auge vielleicht eine Treppe erscheint oder eine Tür, man visualisiert eine Art "nach innen laufen" und sucht sein "inneres Kind". Dabei fand ich es immer hilfreich, wenn ich mir zuvor ein Kindheitsbild vor mich hingelegt habe oder mir ein bestimmtes Alter oder einen bestimmten Ort überlegt habe. Wenn man sich bereit fühlt, ihm zu begegnen, atmet man tief ein.

b) Beim Ausatmen langsam nach vorne sinken und dabei das Kinn so einziehen, dass die Stirn den Boden berührt. Die Hände liegen seitlich neben den Füßen mit den Innenflächen nach oben. Dadurch werden die Schultern leicht nach unten gedrückt. Wenn der Kopf beim ersten Mal nicht gleich auf den Boden kommt, kann man ihn auch auf die geballten Fäuste legen, einen kleinen Schemel oder ein etwas festeres Kissen zu Hilfe nehmen.

In dieser Stellung kann man nun konkreten Kontakt zu seinem inneren Kind aufnehmen. Man kann es Dinge fragen, sich an Situationen erinnern, die einem Freude gemacht haben oder, wenn man in stabiler Verfassung ist, kann man auch einmal etwas fragen, wovor man sich vielleicht fürchtet oder gefürchtet hat.

c) Entweder nach einem Sinnabschnitt in der Begegnung oder nach deren Beendigung die Handflächen auf den Boden legen und langsam aufsetzen. Jetzt kann man entweder die Übung wieder fortsetzen oder das Ganze

beenden. In jedem Fall lohnt es sich die Reise danach schriftlich oder bildlich festzuhalten.

Wer sich gerne mehr über dieses Thema wissen möchte, dem empfehle ich die Audio-Datei "Psychologische Schlüsselbegriffe: Das innere Kind", eine Vorlesung vom Bildungsserver Hessen (http://lernarchiv.bildung.hessen.de/archiv/hr/2003/psychologie/show_more?item_id=3620)

Annika

Quellen:
Yoga for Life "Stress bewältigen", Dorling Kindersley Verlag
www.yoga-vidya.de



Aufgelesen Buchrezension

Hexenmedizin die Wiederentdeckung einer verbotenen Heilkunst - schamanische Traditionen in Europa

Claudia Müller-Ebeling, Christian Rätsch,
Wolf-Dieter Storl

Dieses Buch wurde von drei Autoren verfasst, jeder für sich eine Persönlichkeit mit interessantem Hintergrund, und bietet somit auch drei unterschiedliche Schwerpunkte bei der Betrachtung der Hexenmedizin. Den ersten Teil schrieb Wolf-Dieter Storl, Kulturanthropologe und Ethnobotaniker, der weltweite Forschung betrieben hat und heute als "Allgäuer Schamane" lebt. Er betrachtet die gesellschaftliche und historische Stellung der "Hexe" aus anthropologischer Sicht. In seinen von historischen Quellen geprägten Text schleichen sich einzelne

Heilpflanzenportraits und deren Einsatz im Laufe der Geschichte ein. Claudia Müller-Ebeling führt uns, als Kunsthistorikerin und Ethnologin, das sich wandelnde Bild der weisen Frauen und Hexen in der Kunst vor Augen. Sie befasst sich dabei auch mit der Symbolwirkung bestimmter Heilpflanzen. Christian Rätsch, der sich einen Namen gemacht hat als Kenner psychoaktiver Pflanzen, ist schamanisch initiiertes Ethnopharmakologe. Er beleuchtet natürlich den Aspekt des Einsatzes psychoaktiver und giftiger Pflanzensubstanzen in der Medizin. Seine fundierten Kenntnisse der antiken Quellen und Mythen macht das Lesen zu einem echten Kurzlehrgang der Medizingeschichte.

Pflanzenportraits und Rezepte sind immer wieder passend in den Text eingefügt und farblich abgesetzt. Sie bilden aber nicht den Schwerpunkt dieses medizingeschichtlich geprägten Buches. Wer vor wissenschaftlichen Texten nicht zurückschreckt wird seine Freude an diesem reichbebilderten Buch aus dem AT-Verlag haben. Reine Unterhaltungslektüre ist es allerdings nicht.

Gebundene Ausgabe: 272 Seiten
Verlag: AT Verlag (Juni 1998)
ISBN-10: 3855026017
ISBN-13: 978-3855026012
Preis: 31,90€

artemisathene



Elisabeth Brook - Kräuter helfen heilen

Dieses Buch der englischen Autorin ist 2004 im Schirner-Verlag als Taschenbuch erschienen. Sie hat dieses Buch ganz bewusst für praktizierende Hexen und Zauberer geschrieben und lässt Übungen und Symbolik der Wicca-Praxis einfließen. Elisabeth Brook teilt die Heilpflanzen nach Gesichtspunkten der Astrologie ein. Sie

unterscheidet Sonnen-, Mond-, Merkur-, Venus-, Mars-, Jupiter- und Saturnkräuter. Für jede Kategorie gibt sie mehrere Beispiele. Brooks erläutert die Namen und historischen Erkenntnisse über die Heilpflanzen, deren Wirkung auf den Körper wie auch auf die Psyche des Menschen. Rezepte und rituelle Verwendung der Pflanzen finden ausführliche Erwähnung. Oft gibt sie Hinweise zur Mythologie oder aber Anleitungen zu Ritualen, Meditationen und Visualisierungen. Gerade die Verbindung bestimmter Göttinnen zu ausgewählten Pflanzen spielt in diesem Buch eine wichtige Rolle.

Die enthaltenen Rezepte sind abwechslungsreich, sie bieten vom Tee über Salben, Tinkturen, Heilwein, Sirup und Pastillen alles aus der Hexenküche. Das Register ist in Bezug auf Erkrankungen recht gut, Heilpflanzen klammert es aber leider aus. Da auch eine ordentliche Inhaltsangabe fehlt, gestaltet sich die Suche nach bestimmten Pflanzen äußerst mühsam.

Insgesamt kann man dieses Buch sehr empfehlen für Therapeuten, die schon Erfahrung mit Heilpflanzen haben, oder für diejenigen Laien, die ein besonderes Interesse an der esoterischen Betrachtung von Heilpflanzen haben. Wer medizinisch-pharmakologische Informationen erwartet, wird hier enttäuscht werden. Es zählt aber dennoch zu meinen ganz persönlichen Lieblingsbüchern über Heilpflanzen.

350 Seiten (Paperback)
sagenhafte 8,95 €

artemisathene



Diane Stein, Die Weisheit der Göttin umarmen

**Das spirituelle Heilbuch für Frauen.
Innere Transformation durch die Kraft
des Weiblichen und feinstoffliche
Energien**

Diane Stein arbeitet seit vielen Jahren als Heilerin für sich und andere. Durch ihre eigene Lebensgeschichte suchte und fand sie Wege zur Heilung: Methoden, Konzepte und Erfahrungen, die ihr körperlich und seelisch halfen, Heilerin zu werden. Von Diane Stein gibt es einiges an Literatur zum Thema Heilung, aber dieses Buch scheint mir das Beste zu sein.

Ich halte das Werk für eines der besten Heilbücher, die ich gelesen habe. Nun hat das sicherlich auch damit zu tun, dass es mich in einer Situation, wo ich Heilung brauchte, direkt ansprach. Der objektive Vorteil des Buches ist, dass Diane Stein sehr ausführlich Meditationspraxis und -übungen, die die Grundlage von all ihren Heilungsansätzen sind, vorstellt. Dabei beschreibt sie auch in einfachen Worten, wie sich die Selbstversenkung anfühlt und wie sie geübt werden kann; wie es sich anfühlt Führung und Unterstützung zu erhalten. Die Heilweisen, um die es in "Die Weisheit der Göttin umarmen" geht, sind rein feinstofflicher Natur: Imagination, die Verwendung von Energien, Reiki, Heilen mit Edelsteinen. Nicht zuletzt geht es auch um Kontaktaufnahme zu Wesen, die uns bei der Heilung helfen können, und darum Heilsitzungen an sich und anderen durchzuführen - sowohl direkt, als auch über weitere Entfernungen hinweg. Ein Kapitel beschäftigt sich mit der Möglichkeit des Auflösens des Karmas. Alles ist sehr ausführlich und durch die vielen Handlungsvorschläge auch mehrschichtig beschrieben.

Sehr detailliert stellt Diane Stein vor, wie die verschiedenen Energiekörper und Energiezentren zusammen hängen und miteinander und aufeinander wirken. Mir persönlich war das mitunter schon etwas zu viel.

Nichts davon ist für Diane Stein bloße Theorie. Alles wird von ihr gelebt, verwendet und mit ihren Erfahrungen zusammen geschildert. Sie ermutigt jede Frau ihre eigene Heilung anzugehen. Was ich stellenweise als sehr anstrengend empfand, ist Diane Steins sehr esoterisches Weltbild - eine sehr individuelle Mischung aus buddhistischen Ansätzen, Wicca, Göttinnenglauben und Aufstiegs-Licht-und-Liebe-Esoterik mit außerirdischer Führung. Es ist für sie schlüssig, hilfreich und

wegleitend und zieht sich von daher durch das ganze Buch. Obwohl ich persönlich damit im Detail nichts anfangen konnte und zum Teil konträre Ansichten vertrete, ist das, was sie an Heilungswissen weitergibt, so gut und wichtig, dass ich das Buch sehr gut finde und sehr gerne gelesen habe.

Diane Stein, Die Weisheit der Göttin umarmen.

Das spirituelle Heilbuch für Frauen.
Innere Transformation durch die Kraft des Weiblichen und feinstoffliche Energien
Ansata Verlag, ISBN 3778771361, 368 Seiten, 45 Euro

Anmerkung: Das von Diane Stein erschienene Buch "Heilerinnen" behandelt ähnliche Themen, ist aber nicht so tiefgehend. Es liest sich auch deutlich trockener und langweiliger und kommt nicht an "Die Weisheit der Göttin umarmen." heran.

jana



Netze weben

Zusendung /Veranstaltung:
Star Johnsen-Moser



Unser schöner Planet macht zur Zeit sehr schnelle und schwere Erfahrungen der Transformation durch. Während wir gemeinsam aufsteigen in höhere Oktaven von Licht, Klang und Frequenzen.

Alles bewegt sich schneller, während wir am planetarischen Aufstieg teilhaben. Viele Lichtwesen und Meister helfen uns dabei, loszulassen von begrenzter Spiritualität, Glaubenssystemen und Ängsten. In unserem Körperbewußtsein hindern sie uns, unsere eigene Göttlichkeit wahrzunehmen. Während ihrer 30-jährigen Erfahrung als Heilerin hat Star, viele für sie neue Schwingungen und heilende Eigenschaften erforscht und erfahren. Sie arbeitete einige Jahre mit Bruder Angel Domingo. Er gab bis zu seinem Tode 1990 sein Wissen an Star weiter.

Star arbeitet mit dem „axiotonalen“ Gitter, ein zirkuläres fünfdimensionales Feld, durch welches wir mit unserem feinfühligem Körper andere Frequenzen und multidimensionale Erinnerungen erfahren. Diese Erinnerungen sind in uns gespeichert und können somit abgerufen werden. Star hat lange Zeit mit Max (ein alter Maya Kristallschädel) gearbeitet. Dank ihrer erfahrenden Fähigkeiten konnte sie den Kristallschädel mit seinem einprogrammiertem Wissen nutzen. Dieser Schädel ist von den Schöpfern mit dem multidimensionalen Bewußtsein programmiert worden. Seit längerer Zeit arbeitet sie mit dem Kristallschädel XA-MU-KU. Star leitet die Cahokia Mysteries School for Cosmic Education in Texas, zusammen mit Mayapriestern und dem Schamanen Hunbatz Men.

Star's Homepage:

www.ponyexpress.net/~starseed

Von der Naturheilpraxis Annerose Brandt finden in München im November ein Intensiv-Workshop und Einzelsitzungen mit Star statt. Siehe Kalender.

Frauenwissen weitergeben

Das Projekt Roter Mond sucht Unterstützung.

Das Webprojekt www.rotermond.de beschäftigt sich mit der Menstruation und dem weiblichen Zyklus auf spirituelle, heilkundliche und politische Art und Weise. Leider sind dem Projekt aber die Mitweberinnen abhanden gekommen. Monatlich treffen Fragen und Hilferufe von Frauen per Mail ein, viele spannende Themen sind unbehandelt und die Homepage veraltet langsam.

Wer hat Lust:

- sich inhaltlich mit anderen auszutauschen über oben genannte Themen
- Rezepte und Erfahrungen einzusenden
- Artikel zu schreiben
- ...

Kontakt: jana@rotermond.de oder Post an Schlangengesang, PF 87 03 52, 13162 Berlin

Links

Der sanfte Weg zur Gesundheit

Verändere Dein Leben und heile Dich selbst

In meinem Buchregal gibt es ein abgegriffenes Buch, das bald auseinander fällt. Es heißt "Der sanfte Weg zur Gesundheit" und ist von meiner favorisierten und erfahrenen Heilpraktikerin mit dem Pseudonym Gisa geschrieben. Gisa listet hier eine große Anzahl an Erkrankungen auf, schreibt über deren seelische Ursachen, bietet Affirmationen an, gibt Hinweise zu homöopathischen Mitteln, Heilsteinen und Farben. Mir hat es schon sehr oft geholfen.

Es war im Heidenverlag erschienen - nun aktuell im Alraunenverlag - und leider wegen der Herstellungskosten kleiner Auflagen sehr teuer. Es ist es wert, aber wer kann schon 59,90 Euro für ein Buch ausgeben?

Nun ist ein großer Teil des Buches online zu lesen.

Ich kann es nur wärmstens weiter empfehlen und freue mich sehr, dass diese Informationen nun allen zugänglich sind.

<http://www.alraunen-verlag.de/literaturinsel/cd-dvd/index.html>

bzw über die Startseite www.alraunen-verlag.de und dort "kostenloses Wissen" im Menü auswählen.

Eine Rezension zu dem Buch ist auf www.nebelpfade.de zu finden.



Kalender

Der Schlangengesang – Göttinnenkalender

Es existieren schon tausende Kalender für Festtage der Göttin in ihren vielen Aspekten. In unserem Kalender bemühen wir uns nur Daten aufzunehmen, die historisch belegt sind. Das ist nicht so einfach. Es gibt wie gesagt viele Websites und Bücher die Termine verbreiten, aber deren Quellen sind oft zweifelhaft oder überhaupt nicht genannt. Das Auffinden und Auswerten historischer Quellen allerdings ist fast eine Lebensaufgabe.

Deshalb haben wir in unseren Kalender neben den Daten und Bezeichnungen eines Festes auch die Quelle der Daten eingetragen. Sollte jemand einen Fehler entdecken oder noch ein Fest mit einer gesicherten Quelle hinzufügen wollen, so ist sie/er herzlich dazu eingeladen.

artemisathene



Feiertage im September

Zweite Hälfte des September

Im antiken Griechenland fallen in unseren September die Mondmonate Metageitnion

und Boedromion. Boedromion wurde benannt nach dem Gott Apollon als Helfer in der Not. Einer Quelle zufolge hieß der Monat auch Demetrion nach der Göttin Demeter, deren Fest der Eleusinischen Mysterien in diesem Monat gefeiert wurde.

Im römischen Reich hieß dieser Monat September, der siebte Monat nach dem alten Jahresbeginn im März. Er soll dem Gott Vulcan geweiht gewesen sein.

Im germanischen Sprachgebiet hieß der Monat Scheiding, von shei = trennen, scheiden. Er zeigt das "Scheiden" des Sommers an und ist der Monat der Obsternte.

Um den 30. September fand auch das Ernte-Dankfest statt.

Es gibt aber auch die

Monatsbezeichnungen: Holmonat das bezieht sich auf das Holzholen für den Winter, Herbitsmånoth (der erste Herbstmonat), Halegmanoth (althochdeutsch) Herbstmond und Überherbst sind Namen neueren Datums, denn sie weisen auf die Jahreszeit Herbst. Herbting zeigt auf das Thing das in diesem Monat Brauch war. Früchtemonat, Obstmond oder Vollmonat beziehen sich auf die reichhaltige Ernte der Herbstfrüchte. Wildmond erinnert an den Beginn der Jagdzeit, Saumond an das Treiben der Schweine in den Wald zur Eichelmast. Silmand und Seelenmonat - der neunte Jahresmonat war der Opfermonat und diente dem Gedenken der Verstorbenen.

23. September: Zwillinge, abnehmender Mond:

Fest der Göttin Latona (lateinischer Name der griechischen Göttin Leto), Mutter der Zwillinge Artemis und Apollon.

Quelle: (3)

23. September: Tag- und Nachtgleiche

26. September: Krebs, abnehmender Mond: Festtag der Venus Gen(e)trix, der

Stammutter Roms durch ihren Sohn Äneas. (mehr im schlangengesang 5/04)

Quelle: (3),

[http://de.wikipedia.org/wiki/Venus_\(Mythologie\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Venus_(Mythologie))

26./27. September = 15. Boedromion -

2./3. Oktober = 21. Boedromion: dieses Jahr: Beginn der großen Eleusinischen Mysterien in Griechenland. Dieses 9tägige Mysterien-Fest um die Legende von Demeter und Persephone hatte die Aufgabe den Teilnehmenden die Angst vor dem Tod zu nehmen und sie am Mysterium von Tod und Wiedergeburt teilhaben zu lassen. (siehe Schlangengesang 1/03)

Quelle für das Datum:

<http://www.numachi.com/%7Eccount/hmepa/calendars/696.3.Boedromion.html>

29/30. September oder 31.9./01. Oktober = 7. oder 8. Pyanepsion:

Steinbock/Wassermann, zunehmender Mond:

Oskhophoria: ein Traubenernte und Traubenkelterfest. In erster Linie war es ein Fest des Gottes Dionysos, aber auch Apollon und die Athene Skira bzw. die Göttin Skira wurden bei diesem Fest verehrt. Die Geschichte des Theseus und der Ariadne, bzw. der Mythos vom Minotaurus spielte im Verlauf des Festes eine wichtige Rolle.

Quelle: (5), (6)

Ende September: genauer Termin war leider nicht feststellbar: Fest der ägyptischen Göttin Hathor.

Quelle: http://www.land-der-pharaonen.de/Wissenschaften/body_wissenschaften.html

Ebenso ohne festes Datum, wahrscheinlich um den 29./30. September: Wotanstag, mit dem Erntefest und Wodansblot im germanischen Kulturkreis. Es ist Zeit, dass man Besuch von Wodan erwarten kann, der überprüft ob man bereit ist den neuen Reichtum auch zu teilen. Es wird ein Bierfest veranstaltet, Tisch und Raum werden mit Hopfenblättern geschmückt. Quelle: Gardenstone: germanischer Götterglaube

Festdaten ohne gesicherte Quelle:

Bei meinen Recherchen für die Feste in diesem Monat stieß ich wieder auf eine Liste an Daten, die sich von mir nicht durch sichere Quellen belegen ließen. Wenn jemand eine solche Quelle kennt und zitieren kann, wäre ich sehr dankbar: 22.9. Fest der Seegöttin (Sedna?) bei den

Eskimos, 27.9. Varuni (Indien), 28.9. Baubo (Giechenland)

Quellenangaben: (1) Ovid Fasti, (2) der römische Festkalender, Reclam, (3) www.novaroma.org, (4) www.imperiumromanum.com, (5) <http://www.geocities.com/athens/parthenon/6670/doc/fest.html>, (6) http://www.geocities.com/medusa_iseum/library/griechkreis.html (7) <http://www.personal.psu.edu/users/w/x/wxk116/RomanCalendar>

artemisathene



Feiertage im Oktober

Der Oktober teilte sich im antiken griechischen Kalender für dieses Jahr auf die Mondmonate Boedromion und Pyanepsion auf. Der Name Pyanepsion kommt vom gleichnamigen Fest zu Ehren der Göttin Artemis und ihres Bruders Apollon sowie der Horen (Personifikationen der Jahreszeiten). Boedromion wurde benannt nach dem Gott Apollon als Helfer in der Not. Einer Quelle zufolge hieß der Monat auch Demetrium nach der Göttin Demeter, deren Fest der Eleusinischen Mysterien in diesem Monat gefeiert wurde.

Im römischen Kalender war der Oktober der achte Monat nach dem alten Jahresbeginn im März.

Der alte Name dieses Monats im germanischen Sprachraum wird als "Gilbhart" angegeben. Es bezeichnet die Zeit des Welkens und Vergehens des Laubes. Etymologisch ist anzunehmen, dass sich Gilbhart aus den Bezeichnungen gilb = gelb und hart = viel, sehr zusammensetzt.

26./27.September - 2./3.Oktober: die großen Eleusinischen Mysterien in

Griechenland. Dieses 9tägige Mysterien-Fest um die Legende von Demeter und Persephone hatte die Aufgabe den Teilnehmenden die Angst vor dem Tod zu nehmen und sie am Mysterium von Tod und Wiedergeburt teilhaben zu lassen. (siehe Schlangengesang 1/03)

Quelle für das Datum:

<http://www.numachi.com/%7Eccount/hmepa/calendars/696.3.Boedromion.html>

1. Oktober: Zwillinge, abnehmender Mond Fest der römischen Göttin Fides, der Göttin der Treue (mehr dazu im schlangengesang 7/04)

Quelle: (4),

Ebenso Festtag der römischen Göttin Juno Sororia: es war wohl ein Fest zur Einweihung der jungen Mädchen ins "Frausein". Ein Pubertätsfest für die Mädchen Roms.

Quelle: (3),

<http://students.roanoke.edu/groups/relg211/minor/festivals.html>

4. Oktober: Krebs, abnehmender Mond Ieiunium Cereris: römisches Fest zu Ehren der römischen Göttin Ceres.

Der Ritus geht auf Anweisungen in den Sibyllinischen Büchern zurück und ist daher sicherlich eher griechischen Ursprungs. An diesem Festtag wurde gefastet.

Quelle:

http://societasviaromana.org/Collegium_Religionis/caloct.php

5. Oktober: Löwe, abnehmender Mond Öffnung des Mundus Cereri: Die "Welt der Ceres", ein Erdsplatt auf dem Forum Romanum, der nur dreimal jährlich geöffnet wurde und einen Eingang zur Unterwelt darstellte. Diese Öffnung zur Unterwelt steht sicherlich im Zusammenhang mit Proserpinas Winterhalbjahr in der Unterwelt. Quelle: (3)

Ebenso an diesem Tag: "Fest der alten Weiber" in Litauen.

Quelle: Bericht von Litauern.

8./9. Oktober = 27. Boedromion: Jungfrau, abnehmender Mond/ Jungfrau, In Griechenland: Opfer zu den Nymphen und Gaia (Erdmutter) in Erchia und zu Athene und Teithras.

Quelle:

<http://www.winterscapes.com/kharis/calendar.htm>

9. Oktober: Jungfrau, abnehmender Mond
Fest der Fausta, vergöttlichte Frau des römischen Kaisers Constatin und Fest der Felicitas, der Göttin des Glücks sowie der Venus Victrix, der Göttin des Sieges in Rom.

Quelle:

http://societasviaromana.org/Collegium_Religionis/calocet.php

10. Oktober: Waage, abnehmender Mond
Fest der Juno Moneta, einer römischen Göttin, der "mahnenden, warnenden" Juno. Sie galt als Beschützerin der Stadt gegen Überfälle von Feinden, war aber auch Schutzherrin der Münzprägestätte in Rom. Ihr Tempel war gleichzeitig auch Prägestätte. Sie hat einen weiteren Festtag am 1. Juni.

Quelle: (3),

http://home.tiscali.be/mauk.haemers/collegium_religionis/calendar.htm

11. Oktober: Waage, abnehmender Mond
Meditrinalia: Festtag der römischen Göttin Meditrina, Göttin der Gesundheit und des Weines. (siehe Text im schlangengesang 05/4)

Quelle: (3)

12. Oktober: Skorpion, zunehmender Mond
Augustalia: Fest der Fortuna Redux: römische Göttin der glücklichen Heimkehr nach Reisen, Abenteuern oder Feldzügen. Mehr dazu im schlangengesang 5/04

Quelle: (3),

http://home.tiscali.be/mauk.haemers/collegium_religionis/calendar.htm

13. Oktober: Skorpion, zunehmender Mond
Fontinalia: Fest zu Ehren des Gottes Fontus, Sohn des Janus und der Nymphe Juturna. An diesem Tag wurden die Quellen Roms besucht und mit Blumen geschmückt und ein Weinopfer wurde dargebracht. Man dankte den Quellgöttern und Quellgöttinnen für die Heilkraft des Quellwassers.

Quelle: (7),

<http://www.ancientworlds.net/aw/NewsStory/194879>

17./18. Oktober = 6. Pyanepsion: Steinbock,

zunehmender Mond:

Proerosia: Übersetzt heißt dieses Fest "Einleitung zum Pflügen" und ist ein landwirtschaftliches Fest der Göttin Demeter in Eleusis. Mehr dazu im schlangengesang 5/04

Quelle: (6)

18./19. Oktober = 7. Pyanepsion: Steinbock, zunehmender Mond:

Pyanepsia: Fest der herbstlichen Früchtereunte in Griechenland und bitte um den göttlichen Segen für die Aussaat. Es war ein Fest zu Ehren Apollons, Helios (Sonnengott) und der Horen (Jahreszeitengöttinnen).

Quelle: (5), (6)

18.-21. Oktober: Durga Puja: Fest der indischen Göttin Durga. Je nach Region konnte dieses Fest zwischen 2 und 9 Tage dauern.

Quelle: <http://www.durga-puja.org/durga-puja-calendar.html>, http://www.divyajyoti.de/Kalender/text_Religi%C3%B6se%20Feste.htm

20./21. Oktober = 9. Pyanepsion: Wassermann, zunehmender Mond

Stenia: In Eleusis und Alimountas stattfindendes nächtliches Fest zu Ehren der Göttinnen Demeter und Persephone. Es war der Auftakt zu den Tesmophorien und nur Frauen vorbehalten. (siehe Text schlangengesang 5/04)

Quelle: (5), (6)

22./23. Oktober - 24./25. Oktober = 11.-13.

Pyanepsion: Thesmophorien: Feier zu Ehren Demeters und Persephones zu Beginn der Saatzeit (Sporetos). Die Feierlichkeiten waren auf Frauen beschränkt und gehörten zum Bereich der weiblichen Mysterien. (siehe Text schlangengesang 5/04)

Quelle: (5), (6)

25. Oktober: Widder, zunehmender Mond

Lakshmi-Puja: zum Vollmond nach dem Durga-Fest feiern die Hindus zuhause das Fest der Mutter-Göttin Lakshmi. Sie laden dazu ihre Nachbarn ein und beten zu Lakshmi um Gesundheit und Wohlstand. Die Hindus glauben, dass Lakshmi zu diesem Vollmond die Häuser der Menschen besucht.

Quelle:

<http://hinduism.about.com/library/weekly/extra/bl-alm.htm>

29. Oktober - 2. November: Isia: Fest der ägyptischen Göttin Isis in Rom. Früher war dieses Fest vom 13. bis 16. November gefeiert worden. In der späteren Zeit des römischen Reiches wurde das Fest vorverlegt. (siehe Text schlangengesang 5/04)

Quelle: Vera Zingsem: Göttinnen großer Kulturen

Dann gibt es noch zwei nicht näher spezifizierte Feste im Oktober:

Apaturia: Opfer zu Ehren des Zeus Phratrios und der Athena Phratia. Gefeiert wurde in Athen und bei den Ioniern.

Marawu und Owaqlt: Zeremonien der Frauenbünde der Hopi-Indianer: Fest für Fruchtbarkeit und Heilung.

Quelle:

http://bauerw.tripod.com/indianer/hopi.htm#hopi_zeremonien

Quellenangaben: (1) Ovid Fasti, (2) der römische Festkalender, Reclam, (3) www.novaroma.org, (4) www.imperiumromanum.com, (5)

<http://www.geocities.com/athens/parthenon/6670/doc/fest.html>,

(6)

http://www.geocities.com/medusa_iseum/library/griechkreis.html

(7)

<http://www.personal.psu.edu/users/w/x/wxk116/RomanCalendar>

artemisathene



V e r a n s t a l t u n g e n

Kräuterhexenschule: Schön wie Aphrodite - Naturkosmetik selbst gemacht

Natürliche Schönheit natürlich pflegen und erstrahlen wie die Göttin der Liebe!

Seminar zum Thema Naturkosmetik selbst gemacht. Theorie: Inhaltsstoffe, Hygiene, Konservierung etc. Praxis: Herstellung eines Gesichtswassers, eines Körperöls, eines Lippenpflegestifts und einer Creme
Kosten: 45 € (inkl. Skript und Material)
Termin: Sa 20.10.2007 10.00-15.00
Ort: Unterhaching bei München
Anmeldung: Sabine Zeitler: Tel: 60011548 oder info@praxis-zeitler.de
Mehr Infos und Seminare unter: www.praxis-zeitler.de

Mit der Göttin durch's Medizinrad

27.10.2007 - 28.10.2007

Raum Gießen

Ein Heilungszyklus für Frauen (8 Wochenenden)

Mit der Göttin durch's Medizinrad und danach gestärkt, freudig, kraftvoll, weiblich, verbunden, geerdet und inspiriert das Leben feiern. Wir arbeiten mit: Ritualen, Tänzern, Naturerfahrung, schamanischen Reisen, Baumkommunikation, Medizinrad, Kreativem und vielem mehr. Ich freue mich auf Dich!

Erstes Wochenende am 27./28.10.2007

Dr. agr. Barbara Sassen

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Schillerstr. 7,

D-35452 Heuchelheim

Tel. (0641) 61702

<http://www.schamanische-praxis.de>

Freie Plätze: max. 12

Preis: 150,00 EUR / Wochenende

Lesung von Luisa Francia im Frauenbuchladen Lillemore's in München

Dienstag, den 25. September 2007 um 20 Uhr

LUISA FRANCIA

Dunkle Spiegel

Orakel als Weg in eine andere Wirklichkeit
Verlag Frauenoffensive

"Dunkle Spiegel" ist ein philosophisches Buch über Orakel, das sich von ideologischen Bezügen jeder Art entfernt.

Im ersten Teil geht es um den freien Umgang mit dem eigenen Leben. Um die Verbindung zum ursprünglichen Wahrnehmen und Fühlen, in dem das Glück der natürliche Sinn des Lebens ist.

Außerdem ist es ein praktisches Tarotbuch, mit dessen Hilfe LeserInnen ihre eigene Deutung der Karten oder anderer

Orakeltechniken entwickeln können.
UKB € 7,00/ erm. 5,00
Barerstr. 70, 80799 München

**Lesung von Cambra Skadé a im
Frauenbuchladen Lillemore´s in
München**

Donnerstag, den 18. Oktober 2007 liest um
20 Uhr

CAMBRA SKADÉ

Am Feuer der Schamanin
Reiseweg im sibirischen Altai
Hans-Nietsch-Verlag

Zwei Reisen in den sibirischen Altai werden
für die Künstlerin und Autorin Cambra
Skadé zu einer schamanischen Initiation in
sieben Phasen. Es ergeht ein Ruf an sie,
das Bekannte zu verlassen, Ahnungen
werden in ihr wach. Im Schwellen-Reich
folgt die Suche nach Orientierung, der
Kampf mit Zweifeln.

Die Bilder, die sich mit dem Text verweben,
stellen eine Verbindung aus Fotografie und
Gemalten dar, in die auch alte sibirische
Bildwelten eingearbeitet sind. Diese
besondere Bildsprache verdeutlicht den
Übergang von der alltäglichen äußeren
Wirklichkeit zur spirituellen Ebene des Altai.
Cambra Skadés Bilder und Texte lassen die
Weisheitslehre und Mythen der Altaier
lebendig werden.

UKB. € 7,00 /erm. € 5,00

Barerstr. 70, 80799 München

Ritueller Tanz durch den Jahreskreis

Der Ritueller Tanz durch den Jahreskreis auf
Fehmarn orientiert an den acht (oder neun)
Jahreskreisfesten. Der rituelle Kreistanz
besteht aus meist einfachen, festgelegten,
sich immer wiederholenden Schrittfolgen
und Bewegungen. Es geht um ein inneres in
den Fluss kommen mit dem Tanz.
Tänzerisches Können ist dabei ebenso
wenig Voraussetzung, wie perfekte
Bewegungen.

...

21.09.2007 - Herbst-Tag-und-Nachtgleiche

02.11.2007 - Samhain (Halloween)

14.12.2007 - Wintersonnenwende

28.12.2007 - Rauhnächte

01.02.2008 - Lichtmess

Kursgebühr: 18,- € pro Einzeltermin oder

Jahresgruppe für 9 Abende: 135 €

Teilnehmerinnen: 10 - 18 Frauen

Detail-Informationen zu den

Veranstaltungen auf Fehmarn gibt Tatjana

Hof. gruppe@reclaiming.de

**Kristallschädel, ihr Geheimnis, ihre
Energie**

Intensivworkshop mit Star Johnson-Moser
3. und 4. November 2007

180 Euro

Naturheilpraxis Annerose Brandt

Stürzerstr. 35, 80689 München

Annerose.Brandt@gmx.de

Tel. 089 / 58 97 99 50

vier-winde-gedanken

3. – 10. Nov. 2007

CHYMORGEN Cornwall

Vorträge am Kamin zum Thema

TOPOGRAFIE EINES PFADES

Die sieben Richtungen des Pfades-nach-
innen

zum AlIEinSein

Informationen für Interessentinnen und

Anmeldungen

bitte per Post:

Alix & Brigitte Morrigan, CHYMORGEN,
Botallack / St. Just, TR 19 7QJ, Cornwall,
UK

oder per e-mail erfragen:

mailto:info@chymorgen.co.uk

oder auf der website:

www.chymorgen.co.uk

Lesereise Wolf-Dieter Stori

Mittwoch, 3. Oktober 2007, 10 00 - 18 00
Uhr

Schortens

Tagesseminar "Pflanzen erleben -

Heilkräuter, Zauberpflanzen, Ethnobotanik"

Volkshochschule Friesland-Wittmund

Kieler Strasse 8

26419 Schortens

Tel.: 04461-98790 oder 987915

anmeldung-fri-@vhs-frieslandwittmund.de

Veranstalter: Michael Hellbusch, KVHS

Friesland-Wittmund

Donnerstag, 4. Oktober 2007, 19 30 Uhr
Hannover

Vortrag "Gesundheit am Wegesrand -
unsere einheimischen Heilpflanzen"

Kastens Hotel Luisenhof 1-3

30159 Hannover

Veranstalter: Tao Buchhandlung, Kristine
Schrader

Freitag, 5. Oktober 2007, 19 30 Uhr Bremen

Vortrag "Borreliose natürlich heilen"
La Milonga
Stader Strasse 35
28207 Bremen
Veranstalter: Ojas Ayurveda Institut, Sibylle
Michaela Balkow

Samstag, 6. Oktober 2007, 10 00 - 17 30
Uhr
Bremen
Tagesworkshop "Heimische Heilpflanzen &
Phytotherapie"
SteinReich/Atrium
Vor dem Steintor 34
28203 Bremen
Tel.: 0421-4987303
Vorverkauf ab 20.07.2007 bei Ojas-
Ayurveda-Bremen, Tel.: 0421-591934

und im SteinReich-Bremen, Tel.: 0421-
4987303
Veranstalter Sibylle Michaela Balkow, Ojas
Ayurveda Institut

Weltkonferenz der Ethnotherapien 2007
Weltkonferenz der Ethnotherapien 12.-14.
Oktober 2007 in München (an der LMU)
[http://www.institut-
ethnomed.de./weltkonf07.html](http://www.institut-ethnomed.de./weltkonf07.html)



Impressum

Schlangengesang – der Rundbrief für Göttinnenspiritualität wird von keiner Organisation herausgegeben, sondern von Privatpersonen, die sich zu diesem Zweck zusammen fanden.

V.i.S.d.P.: Nora Bugdoll, Thulestraße 7, 13189 Berlin

Bilder:

Schlangengesanglogo von Distelfliege
Zierelemente von Caitlin, Teleri, Aruna, Temkes, Jana
Fotos: artemisathene, Ash, jana, Markus, Serena, Temkes

Dieser Rundbrief darf nur als Ganzes und unverändert in der vorliegenden Form weiter verbreitet werden. Eine Weiterverbreitung als Ganzes ist erwünscht.

Das Copyright des vorliegenden Materials (Bilder, Texte, Grafiken, Dateien u.ä.) liegt bei den jeweiligen AutorInnen, KünstlerInnen, die im Einzelnen der Redaktion namentlich bekannt sind. Jegliche Weiterverwendung des Materials ist nur mit Genehmigung des jeweiligen Autoren, der jeweiligen Autorin, erlaubt.

Schlangengesanginfos

Schlangengesang ist ein offener Rundbrief für alle Menschen, die sich mit der Göttin beschäftigen. Schlangengesang erscheint alle zwei Monate. Über das Internet als HTML-Email ist Schlangengesang kostenlos abonniebar. Die Printversion und ist jetzt auch abonniebar: Gegen einen Unkostenbeitrag (in bar) von 2 Euro ist Schlangengesang auch auf Papier abonniebar unter der Postkontaktadresse.

Wenn Dir der Rundbrief gefällt, verteile ihn bitte weiter - sei es als Email oder als Ausdruck (z.B. im Frauenzentrum, Esoladen etc).

Schlangengesang ist ein Rundbrief zum Mitmachen: Bitte schicke uns Deine LeserInnenbriefe, Beiträge, Buchrezensionen, Kleinanzeigen oder was immer Du im Schlangengesang veröffentlichen möchtest.

Kontakt

Bitte schickt LeserInnenbriefe, Kleinanzeigen und Artikel an:
kontakt@schlangengesang.de oder Schlangengesang, PF 87 03 52, 13162 Berlin

Infos zu Schlangengesang, Abomöglichkeit und Archiv: <http://www.schlangengesang.de>