

The book cover features a dark green background with a central light green rectangular panel. The panel contains the title in white and light green text. The cover is surrounded by a dense, colorful illustration of various magical and natural elements: a golden cauldron with a red flower above it, a red candle in a holder, a crescent moon, a green key, a green crystal, a red feather, a green stone with a triangle, a green triquetra, and various leaves and ferns in shades of green, brown, and red.

LUNADEA
de
WEG
van de
HEKS

MAGISCH EN
INTUÏTIEF LEVEN



Uitgeverij AnkhHermes is pionier op het gebied van
bewustwording, spiritualiteit, gezondheid en nieuwe wetenschap.

Lunadea

De weg
van de heks

MAGISCH EN INTUÏTIEF LEVEN



AnkhHermes

Omslag Villa Grafica
Binnenwerk De Garage
Auteursfoto Marleen Sahetapy
NUR 728

ISBN 9789020216547
ISBN e-book 9789020216585

© 2020 Lunadea
© 2020 Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van VBK|media,
Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden gereproduceerd, op welke manier dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever, behalve in het geval van korte aanhalingen gebruikt in beschouwende artikelen of recensies uiteraard met vermelding van de bron.

Uitgeverij AnkhHermes vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

www.ankh-hermes.nl

Inhoud

Voorwoord	7
Inleiding	13
Het heksenpad: leven vanuit oerkracht	19
Hoe ik de heks in mij leerde kennen	19
Vind de heks in jezelf	23
Werken met gevoel	28
Je intuïtie kun je trainen	29
Aarden en zuivering	32
Zeven manieren om jouw eigen oerkracht te vinden	37
Hekserij in alle soorten en maten:	
what's in a name?	39
Zoveel stromingen, zoveel namen	47
De nieuwe traditionele heksen	52
Een aantal stromingen toegelicht	55
Heksen en magie: rituelen horen erbij	59
Hoe mijn eerste ritueel helemaal mislukte, maar toch goed ging	59
Symboliek opent deuren	67
Symbolisch kijken	70
Magisch denken: be careful what you wish for	72
Oefen het magisch denken	74
Een eigen magische plek, heilige ruimte, sacred space of altaar	76

Heksenfeesten: jaar- en maanfeesten vieren	83
Hoe de jaarfeesten mijn hekserij verdieping gaven	83
Leven naar het jaarwiel	87
Voorbeeldvieringen voor de jaarfeesten	92
Leven naar de maancyclus	104
Voorbeeldvieringen voor de 13 maanfeesten	108
Buiten- en binnenhekserij: hekserij in de natuur, de stad en thuis	115
Hoe mijn dagritme een ritueel werd	115
Natuurmagie en landschapsmagie	119
Waarom veel heksen kruidenheksen zijn	122
Hekserij vanuit je keukenkastje	126
Magie in de stad	130
Huis-, tuin- en keukenmagie	139
Hekserij voor jezelf: verbinding geeft kracht	143
Hoe de heideplant me zelfvertrouwen geeft	143
Wees het archetype heks	147
Verbinding begint bij loslaten	151
Zo trek je welvaart en geluk aan	158
De heks in jezelf accepteren	160
Nawoord	163
Woordenlijst	169
Dankbetuiging	175

Voorwoord

Met mijn vingers voel ik in mijn nek ongeveer vijf centimeter onder mijn haargrens. Hij zit er nog steeds, vlak boven de laatste wervel van mijn ruggengraat. Een moedervlek. Anders dan de huid eromheen steekt hij wat uit. Alleen door schuin achter mij in de spiegel te kijken en mijn haar omhoog te houden kan ik hem ook zien, bruin op mijn verder witte huid. Ik zal een jaar of zeven geweest zijn toen mijn moeder me er een verhaal over vertelde: ‘Wist je dat als je in de middeleeuwen zo’n moedervlek had, je gedood kon worden? Er waren heksenjagers die bij vrouwen zochten naar de tekenen waaraan je een heks zou kunnen herkennen, en één daarvan was een bolle, donkere moedervlek in de nek, hals of het gezicht. Dus het is maar goed dat je nu leeft.’ Haar verhaal is me altijd bijgebleven: had ik een heksenteken op mijn lichaam?

Voorbestemd of toeval, ik weet het inmiddels zeker: ik ben een heks, en daar ben ik trots op!

Echte heksen komen niet uit sprookjes! zo luidde de titel van een artikel waarvoor ik was geïnterviewd. Ze hadden de pakkende zin in enorme letters over een foto geplaatst waarop ik in het gras in een heksenboek blader. De tekst was natuurlijk bedoeld om lezers te trekken, maar het is

waar: heksen bestaan! Het zijn geen vreemde mensen, maar ze zijn wel anders. Ze voelen dat de natuur en alles wat daaruit voortkomt bezielde is, uit energie bestaat, en kunnen met die bezieling werken. Dat is magie!

Dit klinkt misschien niet als het algemeen heersende sprookjesbeeld dat al generaties lang wordt doorgegeven, maar juist dat sprookjesbeeld zien velen als eerste voor zich als ik eerlijk op de vraag antwoord wat voor werk ik doe: 'Ik ben een heks.'

Mijn eigen pad, mijn persoonlijke weg van de heks, is er een vol leermomenten. Naast de anekdotes over de weg die ik heb bewandeld lees je in dit boek over hekserij, zodat je een beeld krijgt over wat het levenspad, het heksenpad, voor een heks inhoudt.

Heks ben je of je bent het niet. Het heks-zijn is een gevoel dat in je zit, en wanneer je dit gevoel herkent zul je intuïtief aanvoelen dat het er altijd al was. Iedere heks heeft deze herkenning uiteindelijk ervaren.

Je hoeft niet al op jonge leeftijd te weten dat je heks bent. Sommige mensen zijn hun hele leven heks, maar noemen zich niet zo. Soms omdat ze dat niet willen en soms omdat het niet in ze opkomt om zich zo te noemen.

Zelf voelde ik me ook altijd anders, maar als kind wist ik nog niets af van heksen dus dacht ik gewoon dat ik niet normaal was, raar, de vreemde eend in de bijt. Ik was liever in de natuur dan onder mensen, observeerde liever dan dat ik deelnam, was een einzelgänger, had voorspelende dromen, zag natuurwezens en aura's. Pas later, toen ik er gesprekken over had gehad met mede-heksen ontdekte ik dat velen mijn gevoel herkenden. Blijkbaar zit dat stukje heks-zijn al in je en wordt dat als anders bestempeld, zolang je de heks er nog niet in hebt herkend.

Het heksengevoel is voor iedereen verschillend. Daarom kan alleen jijzelf bepalen of je een heks bent. Het is iets heel persoonlijks. Maar als je bij het lezen of horen over hekserij het gevoel krijgt dat het over jou gaat, je ontroerd raakt, er bijpassende herinneringen uit je jeugd naar boven komen en je herkenning ziet, dan is de kans groot dat je je de heks in jezelf herinnert.

Gedurende de jaren dat ik me nu verdiep in hekserij heb ik – hongerig naar alle informatie die ik kon vinden en elke ervaring die ik kon opdoen – diverse soorten hekserij bestudeerd. Ik was een solitaire heks, stapte in een heksengroep, leerde moderne hekserij kennen, leerde over Italiaanse hekserij, en vond uiteindelijk een vorm van hekserij die écht aansluit bij mijn manier van beleven. Mijn eigen hekserij noem ik traditionele hekserij, omdat dat bij mij past. Het is de hekserij nog van vóór de heksenvervolgingen, en nog vóórdát het werd vermengd met andere tradities. Het spreekt me aan omdat het een vrije, en op de natuur gerichte vorm van hekserij is die uitgaat van je persoonlijke kracht, zonder al te veel dogma's of regels. Het belangrijkste is, dat de manier waarop jij jouw hekserij uitvoert goed moet aanvoelen. Dat leer ik mijn heksenleerlingen ook: het maakt niet uit hoe vaak je leest of te horen krijgt dat iets bij hekserij hoort (mediteren bijvoorbeeld), als je daar de kriebels van krijgt en het gewoon niet prettig vindt, luister dan naar de signalen van je intuïtie en doe het niet. Zoek naar manieren die voor jou wél goed aanvoelen. In het voorbeeld van mediteren kun je ervoor kiezen om te wandelen, om op die manier je rust te vinden, of voorafgaand aan een ritueel ademhalingsoefeningen te doen om je af te stemmen.

De andere regel die ik erg belangrijk vind is: *do no*

harm but take no shit. Oftewel: schaad jezelf en anderen niet, maar laat ook niet over je heen lopen. Ik zal deze regel verderop in het boek nog uitgebreid beschrijven.

Ik heb er vaak aan gedacht om een boek te schrijven omdat ik mijn kennis over hekserij graag deel met iedereen die erover wil leren. In mijn jaren op het heksenpad heb ik veel meegemaakt en veel geleerd waarvan ik denk dat dat het delen waard is. Elke heks 'heks' weer op een eigen manier dus wat je hier leest is hoe ik hekserij ervaar en dat kan afwijken van de ervaring van andere heksen. *De weg van de heks* beschrijft hoe ik hekserij heb leren kennen en wat ik ervan heb geleerd, mijn ontdekkingen maar ook mijn blunders, zodat jij daarmee je voordeel kunt doen. Hekserij heeft mij heel veel gebracht, met name zelfvertrouwen en eigenwaarde. Het is uitgegroeid tot mijn levenswijze, en de betekenis daarvan is nog groter dan alle letters die ik hier op papier heb geschreven. Tegelijkertijd komen deze woorden recht uit mijn hart en horen bij de overtuiging die ik erbij voel en erin heb willen stoppen. Lees dit boek en voel, dat is de beoogde essentie van mijn woorden, zodat het misschien dezelfde herkenning bij jou oproept die mij raakte toen ik voor het eerst las over hekserij. Haal eruit wat voor jou interessant is en betekenis heeft, en breng het in de praktijk. Dan pas leer je hekserij écht kennen.

Hekserij is geen bekeringsreligie, ik wil je niet op andere gedachten brengen en ben van mening dat we elkaar moeten respecteren, ook op het gebied van levenswijze en religieuze keuze. Nee, dit boek is geen pleidooi om heks te worden! Het is een boek vol informatie ter lering over wat hekserij inhoudt en hoe je als heks de magie ervan ten volle kunt gaan ervaren, zodat ook jij een magisch le-

ven gaat leven. Het is een bundeling van de kennis die ik door de jaren heen heb opgedaan. Want ook al word ik nu gezien als een soort heksenjuf en Elder, ook ik heb ooit mijn eerste stappen op dit pad gezet. Juist als beginnende heks merkte ik hoe fijn het was als kennis werd gedeeld, en vanuit dat oogpunt deel ik nu mijn kennis met jou.

Als je nu voor het eerst leest over hekserij kan ik me voorstellen dat wat ik schrijf soms misschien klinkt als abracadabra. Daarom heb ik achter in mijn boek – ter bevordering van het leesgemak – een woordenlijst opgenomen waarin je de meeste heksenwoorden terug kunt vinden.

*Magische Groet,
Lunadea
★*

Inleiding

Het beeld dat over hekserij bestaat, is al eeuwenlang negatief; ontstaan vanuit angst voor de wijsheid van de vrouwen (en mannen!) die méér van de zichtbare en onzichtbare wereld begrepen dan de meeste mensen. Magie was zo ongrijpbaar dat het angst opwekte en dat kwam na de middeleeuwen tot een hoogtepunt tijdens de heksenvervolgingen, toen er zelfs heksenjagers waren om de mensheid ‘te zuiveren van iedereen die bezeten zou zijn van de duivel’. Die ontketenden een rigoureuze klopjacht om alles wat te maken had met een ander ‘Hogere’ dan de katholieke kerk voorschreef uit te bannen. Niet alleen vermeende heksen, maar onder andere ook zigeuners, heidenen en alle niet-katholieken moesten het ontgelden. Je bezighouden met magie was gevaarlijk en zelfs in de buurt komen van een heks kon je dood betekenen. Mensen waarschuwden elkaar door middel van verhalen om je vooral niet in te laten met heksen, en zo ontstond het beeld van de gemene sprookjesheks.

Omdat de heksenvervolgingen honderden jaren hebben geduurd, is het negatieve heksbeeld in ons denken ingesleten en doken heksen onder. Hekserij als kunde verdween naar de achtergrond. Het enige wat openlijk

bewaard bleef waren volksgebruiken zoals het zout over je schouder gooien om ongeluk te voorkomen of koorden met heksenstenen ophangen ter bescherming. Pas aan het einde van de achttiende eeuw, nadat in vrijwel heel Europa de heksenvervolgingen ten einde waren gekomen, verschenen er boeken van antropologen zoals Margareth Murray en Charles Leeland die beweerden dat hekserij nooit was weggeweest en dat er door heel Europa nog heksengroepen bestonden. Hun boeken inspireerden velen maar de grote opleving van hekserij kwam pas in 1951 toen in Groot-Brittannië – als allerlaatste land in Europa! – de wet tegen hekserij eindelijk werd opgeheven. Enkele jaren daarna lanceerde Gerald Gardner zijn boek *Witchcraft Today* en verkondigde in de media openlijk dat hij een heks was. Hij maakte zijn vorm van hekserij daarmee in korte tijd groot: dat noemde hij wicca, wat bestempeld werd als moderne hekserij.

Wicca kwam in de jaren zeventig van de vorige eeuw pas naar Nederland en sindsdien lijkt er elke twintig jaar een opleving in interesse voor hekserij te ontstaan in ons land. In de jaren zeventig werden de eerste wiccacovens (heksengroepen) gevormd, rond de eeuwwisseling was er weer een opleving en begonnen heksen steeds meer alleen te werken, solitair en zonder coven. En nu, ongeveer twintig jaar later, merk ik dat er weer een verandering gaande is. De nadruk lijkt nu meer te liggen op het onderzoeken van de geschiedenis van hekserij, het terugbrengen van tradities en op natuurbeleving.

Ook bij de niet-heksen bemerk ik meer positiviteit rondom magie en bewuster leven. Ochtendrituelen zijn hip, een altaar om bij te mediteren is gewoon geworden en mindfulness is zelfs in de zakenwereld populair (net

als magisch denken, visualisatie en manifestatie). Er is verandering gaande! Mensen deinzen er niet meer voor terug om wat magie aan het leven toe te voegen, en in hun zoektocht naar een spirituele en een natuurgerichte invulling van het leven kruisen velen zo ook het heksenpad.

Waarom zou ik mezelf een heks noemen, denk je misschien. Dat heb ik mezelf ook dikwijls afgevraagd. Eigenlijk vraag je daarmee meerdere dingen tegelijkertijd, namelijk: wat is hekserij? Wat is een heks? En daaruit voortkomend: waarom zou je als moderne vrouw of man nog steeds het woord 'heks' gebruiken?

Wat de meeste heksen verbindt is dat ze eenheid voelen met de natuur, maar ook hun eigen kracht en energie aanvoelen en die kunnen sturen. Dat doen ze door rituelen uit te voeren: handelingen met een symbolische betekenis. Al noemen de meeste beoefenaars van hekserij zich tegenwoordig gewoon een heks, toch kiest niet iedereen ervoor om zich zo te noemen en worden ook wel de benamingen 'pagan', 'wiccan', 'heiden', 'traditional' of 'beoefenaar' van de oude religie gebruikt.

Het woord heks is een heel oud woord. Het is in verschillende Europese talen terug te vinden: in het Engels zijn er de woorden *hag* of *hex*, in het Zweeds *haxa* en in het Duits *Hexe*. In Nederland gaat het woord *hexe* terug tot het Middelnederlands en is verbonden met het woord 'hagetisse' of 'haechdisse', letterlijk vertaald: iemand die op een haag rijdt. Het woord stamt uit een tijd dat steden en dorpen nog werden beschermd door hagen en omheiningen. Daarbinnen was het veilig, daarbuiten niet. Heksen waren degenen die daar via trance overheen reisden, en contact maakten met een onzichtbare wereld. Spreekwoordelijk gezien stonden ze met hun ene been in de ge-

wone wereld en met hun andere been in de onzichtbare wereld. De haag was de scheidslijn.

Het woord 'wicca', dat door Gardner als naam voor hekserij is ingebracht, is een oud-Angelsaksisch woord dat 'tovenaar' betekent. De vrouwelijke vorm hiervoor is 'wicce', waar het woord *witch* weer van afstamt. Ook dit woord betekent 'wijze man of vrouw'. Deze wijze mannen en vrouwen waren niet enkel de genezers en vroedvrouwen van die tijd, zij waren ook degenen die de kennis bezaten over de voortgang van de seizoenen, de stand van de sterren en andere zaken die voor de meeste mensen een groot mysterie waren. Het woord *craft* betekent 'de kunst': dus *witchcraft* betekent 'de kunde van de wijzen'. De woorden 'heks' of 'wicca' zijn dus allesbehalve negatief!

De werkelijkheid van wat een heks tegenwoordig doet ligt eigenlijk niet ver af van wat de wijze mannen en vrouwen vroeger deden. Moderne heksen zijn misschien niet meer de consultants die ze vroeger waren, de bezigheden zijn in de loop der tijd weinig veranderd. De meeste beoefenaars verdiepen zich in alternatieve geneeswijzen en kruidengeneeskunde, leren symbolen kennen, de symboliek van alles om zich heen te duiden, proberen te leven naar de ritmes van de natuur en ondersteunen dit met rituelen en magische handelingen.

In onze huidige tijd waarin alles wordt beredeneerd en er steeds minder mysteries zijn, lijkt het alsof de hang naar spiritualiteit als tegenhanger van het rationalisme groter wordt. Hekserij is meer dan enkel spiritualiteit, het is ook de magie van de wereld erkennen en hiervan deel uitmaken.

Wanneer je wordt geraakt door de realisatie dat je een

heks bent, volgt de vraag aan jezelf of je dat woord ook openlijk gaat gebruiken. Om me heen merk ik dat veel heksen zichzelf en elkaar onderling wel een heks noemen, maar het woord naar buiten toe niet gebruiken. Dat heeft te maken met de keuze of je jouw overtuiging wilt verdedigen tegenover degenen die je daarover zullen bekritisieren, of niet. Zelf heb ik weinig kritiek gehad op mijn openheid maar ik weet van anderen dat dat zeldzaam is. Er is altijd wel iemand die lacherig doet of je vraagt waarom je een heks bent, en dan is het fijn om daar een goed antwoord op te kunnen geven.

Maar de grootste en belangrijkste reden om het woord ‘heks’ nog te gebruiken is: omdat het kan!