



Ostara

ZEIT DES AUFBRUCHS UND DER ERNEUERUNG

Die Frühlings-Tag und Nacht-Gleiche (21. März) ist ein energetischer Meilenstein im Kreislauf der Natur. Der Winter ist nun endgültig vorbei, und wir feiern das Fest des Gleichgewichts von Licht und Dunkelheit, Wärme und Kälte, weiblich und männlich. Alles steht in den Startlöchern, ist voller Tatendrang und in positiver Aufruhr. Biene nehmen ihre Arbeit auf, Hummelköniginnen bilden neue Staaten, Blumen recken ihre Köpfchen aus der Erde. Wir feiern die Wiedergeburt der Natur aus dem Schlaf des Winters und begrüßen die neue Kraft und die positive Energie, die sie uns jetzt schenkt.

Dieses Gleichgewicht haben wir nur zweimal im Jahr. Jetzt zum Frühlingsbeginn und dann später zum Beginn des Herbstes. Jetzt aber werden die Tage länger und die Nächte kürzer. Die Zeit, in der wir uns eher nach innen gewendet und mit inneren Themen und Visionen beschäftigt haben, endet jetzt. Wir beginnen, uns wieder mehr nach außen zu orientieren und der realen Welt zu zuwenden. Jetzt locken uns die ersten warmen Sonnenstrahlen und die wärmere Luft hinaus ins Freie. Die Energie dieser Zeit gibt uns Kraft, etwas Neues zu beginnen, uns hinaus zu wagen und anzufangen. Wenn wir offen und sensibel sind für die Energie in der äußeren Welt und die Impulse aus unserem Inneren, können wir mit dieser Kraft fließen. Häufig verspüren wir in diesen Frühlingstagen das dringende Bedürfnis, unsere Wohnungen und Häuser, vor allem die Fenster zu putzen. In dieser Zeit bietet es sich auch an, unsere Kleidung durch zu sehen, die warmen Winter Sachen weg zu packen und leichtere Kleidung, die in den Tiefen der Kleiderschränke aufbewahrt wurden, zu lüften und bereit zu legen für den Frühling. In früheren Tagen wurde nach der Säuberung des Hauses ein Segnungsritual durchgeführt, indem mit einem frischen grünen Zweig - meist von einer Birke -, der in Salzwasser getaucht wurde alle Eingänge des Hauses gesprengt und damit gesegnet und geschützt wurden von negativen Einflüssen.

SPÜRE DIE IMPULSKRAFT DES NEUEN UND REINIGE DICH NOCH VON ALTEM.

Welcher meiner Samen/Ideen/Visionen darf nun ans Licht?

Was ist mein nächster Schritt, um diese Idee zum Leben zu erwecken?

Gleichgewicht

Was bedeutet für mich im Gleichgewicht zu sein, oder zu kommen?

Wovon habe ich zu viel, und wovon zu wenig?

Fühle ich mich in Balance mit meinem weiblichen und männlichen Anteil?

Woran halte ich gerne fest, was mich aber ins Ungleichgewicht bringt?

Was gibt mir Lebenskraft?

Womit stehe ich meinem eigenen Erblühen und Wachstum im Weg?



DIE MUTTER DES FEUERS

Nun wandelt sich die Göttin zur Mutter des Feuers: Sunna, die Sonnengöttin, Ostara die grüne Göttin der Fruchtbarkeit im Frühling (Göttin der Morgenröte), Liuba, die Göttin des Mondfeuers, und Artio, die Bären des Sternenfeuers.

Viele Sagen und Legenden berichten von einer „Königin“, die mit dem Wagen, von Hasen gezogen, über das Land fuhr und eine Schneise hinterließ, in der das Wachstum noch üppiger und die Pflanzen noch riesiger wurden als anderswo. Auf der schwäbischen Alb hieß sie „Königin Sybille“, im Norddeutschen Raum „Verena“.

Die Himmelsrichtung der Göttin ist der Osten, wo sich jeden Morgen strahlend die Sonne erhebt, und ihre Farbe ist das frische Grün und sanfte gelb. Ihre Symbole sind Frühlingsblumen, rote Eier und der Kraftstab. Die Tiere der Feuergöttin sind der Hase, die Bärin und der Frosch. Ihr Bäume sind die Weide und die Hasel.

Da für Fruchtbarkeit meist zwei Geschlechter verantwortlich sind und die Erde als weiblich gedacht war, bedarf es der Umarmung eines männlichen Gottes. Der Sonnen Gott, geboren an der Wintersonnenwende, war nun ein junger Mann mit aller Kraft und Wildheit der Jugend. Bei den Kelten wurden diese Attribute mit dem Hirsch in der Brunst assoziiert. Dessen Aufgabe es war, als Herr der Tiere und der wilden Lebenskraft, die Göttin aus dem Schlaf „wach zu küssen“. Der germanische Herne gehört ebenso zu den Göttern männlicher Zeugungskraft wie der Gott Freyr. Und auch der germanische Gott Thor, dessen Hammer als Blitz in die Erde fuhr, um sie zu befruchten, gehörte zu den verehrten männlichen Göttern.

Die Erde und der Himmel feiern Hochzeit

PFLANZENKRAFT ZU OSTARA

Besonders gelbe Pflanzen die sich jetzt zeigen, stehen in Verbindung mit Ostara

Eberesche: Sie ist mit ihren orange-roten Beeren der Lieblingsbaum der Amsel. Sie wirkt leicht und Licht und galt als Symbol für das wieder erwachen der Natur im Frühling. Sie wurde von den Kelten und den Germanen als Glücksbringer betrachtet sowie als Schutzbaum, der auch bei blitzen Obdach bot. Verwendet werden ihre Blüten als Mittel gegen Husten und ihre Beeren wegen ihres hohen Vitamin C Gehalt. Die Ebereschenkraft schenkt Wachstum Fruchtbarkeit und neue Energie.

Löwenzahn:

Ist mit einer der ersten Heilkräuter die jetzt schon blühen und gesammelt werden können. (Immer nur so viel mitnehmen, gerade die Blüten, so dass die Wildtiere noch genügend haben) Der Löwenzahn ist eine der wichtigsten Heilkräuter bei rheumatischen Beschwerden und bei Gicht. Im Frühjahr werden vor allem die Blätter des frischen Löwenzahn verwendet, entweder klein geschnitten als Brotbelag oder in Form von Salat. Aus den Wurzeln können wir einen Tee zubereiten. Durch seine Bitterstoffe ist er anregend für die Leber wie für die Nieren und ist damit ideal für eine Blut reinigende und entschlackende Frühjahrskur.

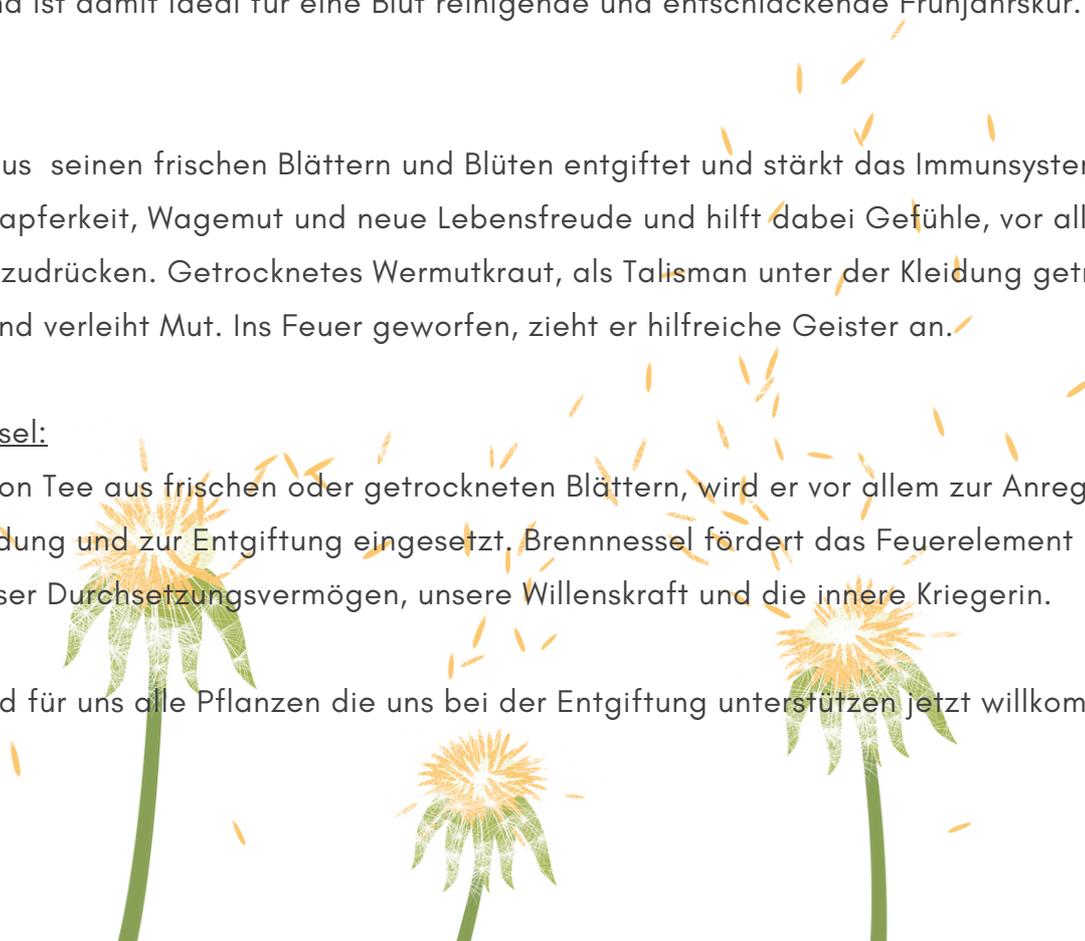
Wermut:

Ein Tee aus seinen frischen Blättern und Blüten entgiftet und stärkt das Immunsystem. Er verleiht Tapferkeit, Wagemut und neue Lebensfreude und hilft dabei Gefühle, vor allem Zorn, auszudrücken. Getrocknetes Wermutkraut, als Talisman unter der Kleidung getragen, schützt und verleiht Mut. Ins Feuer geworfen, zieht er hilfreiche Geister an.

Brennnessel:

In Form von Tee aus frischen oder getrockneten Blättern, wird er vor allem zur Anregung der Ausscheidung und zur Entgiftung eingesetzt. Brennnessel fördert das Feuelement und damit unser Durchsetzungsvermögen, unsere Willenskraft und die innere Kriegerin.

Somit sind für uns alle Pflanzen die uns bei der Entgiftung unterstützen jetzt willkommen.



HEILSTEINE

Zu Ostara unterstützen uns alle Steine die gelb oder grün sind.

Chrysopras:

Ist ein grüner Heilstein, der schon von Hildegard von Bingen zur Entgiftung eingesetzt wurde. Körperlich regt er die Entschlackung an, hilft bei Hauterkrankungen und fördert die Fruchtbarkeit. Spirituell vermittelt er die Erfahrung, Teil eines größeren Ganzen zu sein. Er soll zudem den Gerechtigkeitsinn fördern und zur Wahrheitssuche anregen. Er hilft seiner Trägerin, die Suche mit Geduld zu betreiben. Er schenkt Vertrauen in sich selbst und befreit von belastenden Bildern aus der Kindheit.

Calcit:

Der gelbe Calcit wirkt Entwicklungsbeschleunigend und hilft damit seiner Trägerin aus von Stagnation geprägte Situationen herauszufinden und Ideen in die Tat umzusetzen.

Weiterhin verleiht er Selbstvertrauen und Standfestigkeit.

Er spiegelt das Sonnenlicht eines heiteren Tages wieder.

Heilwirkungen auf den Körper:

Er fördert die Verdauung, unterstützt das Bindegewebe wie die Nieren, Milz und Magen.

Als Steinwasser sagt man, unterstützt der Calcit bei Karies, Haarspliss und brüchigen Fingernägeln.

Er wird dem 2. Chakra, Sexual-Chakra, und dem 3. Chakra Solarplexus zugeordnet und damit den Themen wie "die innere Sonne leben", kreativ sein, Sexualität genießen.

TIERKRAFT ZU OSTARA

Hase :

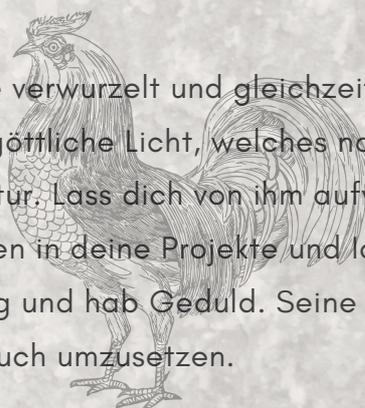
Der Hase ist ein Symbol für die Göttin, für Weiblichkeit und Fruchtbarkeit. Er verkörpert Glück und inneres Gleichgewicht, Schnelligkeit und Intuition. Er erinnert uns daran, den Zyklen der Jahreszeiten zu vertrauen.

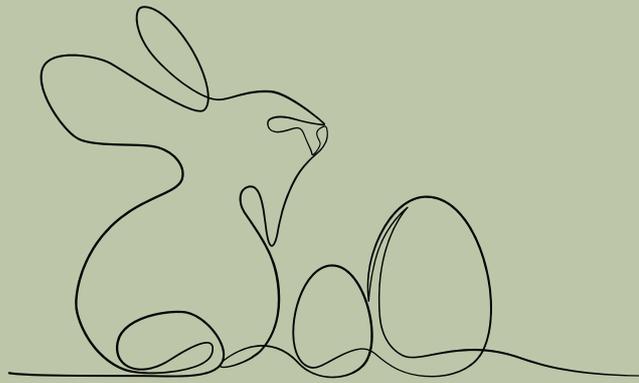
Der heilige Mondhase ist das Tier der Frühlingsgöttin Ostara. Bei Vollmond ist der „Mondhase“ im Sternbild zu sehen. Der Hase war für die Menschen früher ein Symbol dafür, dass die Göttin der Morgenröte sich bereits auf dem Weg befindet, um den frostigen Winter endlich zu verbannen.



Hahn:

Der Hahn ist tief mit der Erde verwurzelt und gleichzeitig mit dem kosmischen Ursprung. Er begrüßt mit seinem Ruf das göttliche Licht, welches nach der Nacht wieder geboren wird. Er weckt den Hof und die Natur. Lass dich von ihm aufwecken, um der Welt dein göttliches Licht zu zeigen. Hab Vertrauen in deine Projekte und Ideen und besonders in dich. Bleib dabei trotzdem bodenständig und hab Geduld. Seine Impulskraft wird dich unterstützen und dir helfen deine Vision auch umzusetzen.



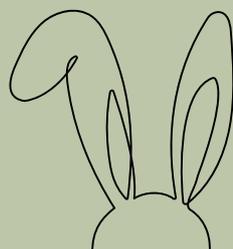


DAS EI:

Dann war da noch die Sache mit dem Ei. Das Ei ist natürlich auch ein Zeichen für die Fruchtbarkeit, aber vor allem ein Zeichen für den Frühling. Denn früher legten die Hühner erst wieder Eier wenn genügend Sonnenlicht da war und mit dem ersten Ei im Stall wussten die Bauern dass nun der Frühling begann.

Nach einer keltischen Legende hat die Göttin Ostara ein rotes Ei gelegt, das sie viele Jahrtausende lang zwischen ihren Brüsten trug, um es zu wärmen und im Anschluss der Dunkelheit zu übergeben. Als das reife Ei schließlich aufbrach, ist aus ihm die ganze Welt hervorgegangen: Pflanzen, Gewässer, Tiere und Menschen. Währenddessen ist der Eidotter zur Sonne geworden, die Licht in die Dunkelheit brachte. Die Gabe der Eier – als Sinnbild der Erdenmutter Ostara – stellt demnach ein Ritual dar, das der Geburt der Erde gedenkt.

Seit dem 17. Jahrhundert wird Ostern mit dem Suchen von den bunt bemalten Ostereiern verbunden. Als Eierbringer gilt heute im deutschsprachigen Raum der Osterhase. Und so verbinden sich alte germanische Bräuche mit den christlichen Feiertagen.



RITUALE FÜR ZU HAUSE



- Aussortieren deines Kleiderschranks (Wintersachen weichen den Frühlingsachen)
- Ideale Zeit für einen Fasten Tag/oder mehrere
- Frühjahrsputz/vor allem deine Fenster
- Deine Wohnung dein Haus mit bunten Farben schmücken
- Erste Aktivitäten im Garten (oder Balkon), aussehen von Saatgut
- Deinen Frühlingsaltar schmücken
- Ostara Feuer (zur Segnung des Lichts und der Fruchtbarkeit)
- Neun Kräutersuppe kochen (Rezept siehe unten)
- Räuchern

Verwende zum Beispiel folgende Kräuter für deine Räuchermischung:

Zum reinigen alter Energien:

- *Brennnessel*: unterstützt die energetische Entschlackung
- Weidenrinde

Für die Frühlingsenergie einzuladen:

- Veilchen
- Gänseblümchen
- Löwenzahnblüte



Neuen Kräutersuppe:

Bärlauch, Gänseblümchen, Gundelrebe, Brennnessel, Scharbockskraut, Schafgarbe, Löwenzahn, Girsch, Vogelmiere

Zwiebel, etwas Margarine/Butter, Mehl, Gemüsebrühe, Salz Pfeffer und Gewürze nach belieben.

Die geschnittenen Zwiebeln in der Butter andünsten und das Mehl zur Butter-Zwiebel-Mehlschmelze dazugeben zum Anbräunen. Mit der Brühe ablöschen und nach und nach zugießen. Wer mag, kann noch Sahne, Schmand oder saure Sahne dazu geben. Milch tut es auch. Dann aufkochen und die gewaschenen, sowie klein geschnittenen Kräuter kurz dazugeben. Dann mit einem Passierstab zerkleinern.

Garnieren kannst du sie mit ein paar Gänseblümchen die du dir dafür zurück behältst.

Sie ist vitalisierend, vitaminreich und entschlackend zugleich nach der langen Winterzeit (Fastenzeit). Unsere Vorfahren haben die Kräuter genutzt, um ihre müden Knochen wieder aufzubauen. Die Kräuter können durch andere Kräuter der Region ersetzt oder ausgetauscht werden.

Es ist eine schöne Tradition und sehr gesund.

DIE BOTSCHAFT

Meine Vision von IMBOLC darf sichtbar werden.

Ostara versinnbildlicht die Überwindung des dunklen und das Schaffen von Fülle, Aktivität und Wachstum. Die Energie dieser Zeit gibt uns Kraft, etwas Neues zu beginnen, uns hinaus zu wagen und anzufangen. Wenn wir offen und sensibel sind für die Energien in der äußeren Welt und die Impulse aus unserem Inneren, können wir mit dieser Kraft fließen.

Die Lebendigkeit der Natur beginnt auch uns anzustecken. Wir nehmen aufmunternde Frühlingsgefühle wahr. Wenn vorher die Stille vorgeherrscht hat und wir noch nicht greifen konnten, was in diesem neuen Zyklus auf uns wartet, nehmen wir nun viel mehr ein Gefühl von Lebendigkeit und neuem Drang zur Aktivität wahr. Die frischen Farben und das neue Grün haben wissenschaftlich erwiesen einen stimmungsaufhellenden Effekt auf unser Gemüt. Es ist jetzt genau die richtige Zeit, dass wir nun auch unsere Samen setzen. Die Energie der Natur unterstützt uns dabei.

TRADITIONEN UND BRAUCHTUM

Feld Weihe:

Früher bei den Kelten wurden Kräuter Sträuße und eine Kerze in den Boden gesteckt um die Erde zu weihen. Auch du kannst die Erde bei dir auf deine Art und Weise weihen.

Frühlingsfeuer:

Das Feuer lädt die Sonne ein und es segnet und beschützt die Samen, sowie die Menschen die dies sehen können. Osterfeuer sind auch heute noch sehr verbreitet. So gibt es in Regionen Sonnenräder aus Holz und Stroh, die als brennende Räder die Hügel hinunterrasen und verkünden den Sieg der Sonne über den Winter.

Quellwasser:

Auch heute noch wird dem holen von Wasser aus einer Quelle an Ostara/Oster-Morgen besondere Heilkraft zugesprochen. Man wäscht sich damit die Augen aus, um den Winter endgültig abzuwaschen.

WAS NOCH ZU OSTARA GEHÖRT

Osten:

Es ist die Himmelsrichtung des Sonnenaufgangs, die dem neuen Tag Klarheit und Erleuchtung bringt. Der Osten ist voll strahlender Energie. Er bringt die Macht der Erneuerung, damit dein inneres Licht immer mehr leuchten und deinen Weg erhellen kann. Symbolisch steht er also für:

- Aufbruch
- Neubeginn
- Sehnsucht nach Wachstum
- Umsetzung deiner Visionen



Element Luft:

Die Luft können wir nicht greifen, sehen oder Spüren.

Sie ist das am wenigsten dichteste Element.

Dadurch ist die Luft Vermittler der irdischen Welt und der himmlischen.

Durch unsere Atmung verbindet sie uns mit dem Lebensatem – dem Odem – der universellen Lebensenergie.

Sie bringt uns die Freiheit und schenkt uns den Überblick, wo wir oftmals nicht klar denken können.

Sie klärt den Geist, steht für das fliegen des Geistes und der Seele.

Über die Luft werden Düfte und Klänge transportiert.

Sie trägt unsere Worte und Gesänge weit hinaus – sie steht damit für die Kommunikation und den Austausch – auch mit der feinstofflichen Welt.

Sie schenkt uns ganz viel Leichtigkeit und Freude, Kreativität und Inspiration, Kindlichkeit und Verspieltheit.

Die Luftenergie symbolisiert das Männliche. Sie beinhaltet analytisches Denken, Direktheit, Logik und Klarheit.

Die Luft steht ebenfalls für Veränderung, egal ob positiv oder negativ und somit auch für neue Herausforderungen.

Gelb:

Gelb ist die Farbe des Ostens, da wo die Sonne aufgeht, das Licht geboren wird.

So kannst du symbolisch dafür deine gelbe Kerze entzünden vielleicht noch einmal mit der Frage: Für was brenne ich? Was will ans Licht?

ALTES WIRD VERBRANNT DAMIT NEUES ENTSTEHT

So gibt es bestimmt noch viel zu sagen, noch mehr Kräuter, Bäume Sträucher, Tiere die mit dem Frühling verbunden sind.

So gehe raus und öffne deine Sinne. Was begegnet dir immer wieder und überlege dir was es für dich bedeutet. Halte es für dich fest, schiebe es für dich auf, nimm etwas aus der Natur mit was dich erinnert.

Sturm der Wandlung

Langsam verdunkelt sich der Himmel.

Wolken werden herangetrieben und verschlingen die Sonne.

Der Wind peitscht um die Häuser und zerrt an Fensterläden und Dachziegeln.

Regen peitscht gegen das Fenster.

Und dann scheint plötzlich wieder grell die Sonne ins Zimmer.

Die Regentropfen auf der Scheibe glitzern wie tausend Diamanten.

Die Elemente tanzen wild umeinander.

Regen, Sonne, Wind — Wasser, Feuer, Luft

Sie tanzen ihren Reigen um Mutter Erde herum.

Der Wind trägt heute vieles mit sich fort.

Er nimmt die Angst und lässt sie in der Sonne verglühen.

*Er nimmt die Angst und lässt sie vom Regen fortspülen.

Er schafft Platz für neues Vertrauen.

Der Wind ist heute unser guter Freund in der Not.

Er nimmt die Mutlosigkeit und lässt sie im Feuer wandeln.

Er nimmt die Mutlosigkeit und lässt sie vom Wasser transformieren.

So ist wieder Platz für neuen Mut und neue Zuversicht.

Der Wind ist heute unser Heiler, unser Schamane.

Er nimmt den Seelenschmerz und lässt ihn vom Feuer heilen.

Er nimmt den Seelenschmerz und lässt ihn vom Wasser mitnehmen.

So entsteht Platz für Liebe und innere Wärme.

Der Wind ist heute unser Vertrauter und Ratgeber.

Er nimmt unsere Tränen und lässt sie vom Feuer trocknen.

*Er nimmt unsere Tränen und lässt sie mit dem Wasser davon fließen.

Er schafft Platz für Lachen und Lebensfreude.

Der Wind fegt heute durch uns hindurch.

Er nimmt unsere Hoffnungslosigkeit und lässt sie von der Sonne verzehren.

*Er nimmt unsere Hoffnungslosigkeit und lässt sie vom Wind wie Staub verwehen.

Er macht Platz für Hoffnung und Tatendrang.

Der Wind pustet heute unsere Wunden.

Die Sonne streichelt heute unsere Seelen.

Das Wasser klärt heute unseren Geist.

Mutter Erde gibt uns Halt, damit der Wind uns selbst nicht davor wehen kann.

*Mutter Erde schützt uns, damit die Sonne nicht uns selbst verbrennen kann.

Mutter Erde trägt uns damit das Wasser uns nicht fortspülen kann.

Und der Sturm tanzt um uns herum.

Ich danke den Kräften der Elemente.

*Ich danke der Sonne, dem Regen und dem Sturm.

Ich danke Mutter Erde.

Schamanin Jasra, 11.03.2021

Notizen

