



Litha

SOMMERSONNENWENDE

Litha ist ein Sonnenfest.

Wir feiern die Sommersonnenwende, den längsten Tag und die kürzeste Nacht am 21.06.

Aber wir sind schon früher und natürlich auch länger in der Qualität von Litha.

Die Sonne, die Helligkeit und die Stunden des Lichts erreichen nun ihren höchsten Stand.

Obwohl wir gerade erst den Beginn des Sommers wahrnehmen, die warmen bis heißen Sonnentage erleben, uns auf den Urlaub freuen, Eis essen und schwimmen gehen, befinden wir uns nun schon am Ende der Aufwärtsbewegung des Sonnenlichts – und damit am Wendepunkt.

Der Höhepunkt des Lichts ist zugleich der Anfang ihres Rückgangs. Doch zunächst beginnt die Zeit, in der die Sonne ihre stärkste Feuer und ihre größte Kraft entfaltet. Wir fühlen uns angeregt, vitalisiert und voller Energie. Meist genießen wir die zunehmende Helligkeit und Wärme, den blauen Himmel und einen leichten, frischen Sommer Wind.

Bisher sind die Pflanzen vor allem in die Höhe gewachsen, jetzt geht es ins Volumen, in die Ausdehnung, dass Frucht ansetzen und das Reifen. Aus den Blüten reifen jetzt die Früchte – Gemüse und Obst können allmählich geerntet werden. Jetzt ist die Zeit in der wir die Fülle der Früchte, die uns die Natur schenkt, genießen. Bei den Blumen sind es die Farben gelb, orange, rosa und rot bis hinzu violett und blau, die die Kraft dieser Zeit besonders intensiv ausdrücken. Und so und gibt uns eine große Lebensfreude und Lebensfülle.

Es ist die Zeit des Draußen seins, des Feiern's und der Leichtigkeit.

in Verbundenheit Ela



EIN BISCHEN GESCHICHTE

Dieses bemerkenswerte Ereignis war schon für unsere Vorfahren wichtig, das belegen archäologische Funde. Am berühmtesten ist dafür natürlich der Steinkreis von Stonehenge, aber auch hier bei uns auf dem Kontinent gab es viele Sonnenobservatorien.

Nur waren sie nicht wie in Stonehenge aus Stein, sondern aus Holz gebaut, darum wurden ihre Überreste erst in den letzten Jahren mit Hilfe der Luftbildarchäologie gefunden. Zu den spektakulärsten Funden gehört das Sonnenobservatorium von Goseck in Sachsen-Anhalt, das den Zeitpunkt der Sonnenwenden genau markiert.

Es wurde 4800 v. Chr. errichtet und gilt aktuell als ältestes Sonnenobservatorium der Welt. (zum Vergleich Stonehenge entstand zwischen 2500 und 2100 v. Chr.).

Auf dem Bild oben sieht man die Rekonstruktion aus dem Jahre 2005. Dabei wurden die Palisaden und sowie die Tore, durch die die Sonne zur Winter- und Sommersonnenwende auf- und untergeht, wieder originalgetreu aufgebaut.

Wie genau unsere Vorfahren diesen Tag begangen haben, wissen wir natürlich nicht.

In Goseck wurden zahlreiche Rinderknochen, besonders Schädel, und in drei Erdgruben auch Menschenknochen gefunden. Sie waren sorgfältig bearbeitet worden, das Fleisch von den Knochen abgeschabt. Das könnte für Menschenopfer sprechen – oder für spezielle Begräbnisrituale.





WEITERE HINTERGRÜNDE IM LAUFE DER ZEIT

Großdeutschen Germanien-Fantasien fanden dann in der Ideologie der Nationalsozialisten ihre absolute Zuspitzung. Die NS- Propaganda instrumentalisierte so genanntes germanisches Brauchtum gerne für ihre eigenen Zwecke. Das betrifft in besonderem Ausmaß die Sonnenwendfeiern.

Bereits ab den 1920er Jahren hatte die Jugendbewegung die Sonnenwendfeier reaktiviert und an weithin sichtbaren Plätzen große Feuer entzündet. Nach 1933 wurden diese Feste zuerst von der HJ, später auch von anderen NSDAP Abteilungen übernommen. Die Feier der Sommersonnenwende gehörte zu den großen nationalsozialistischen Festtagen. Ab 1937 fand eine zentrale Sonnenwendfeier im Berliner Olympiastadium statt.

Eine zentrale Rolle spielte dabei die SS, deren Führer Heinrich Himmler besonderen Wert auf die Pflege germanischer Bräuche legte.

Angesichts dieser problematischen Geschichte der Sonnenwendfeiern, ist es hilfreich zu schauen, welche Traditionen in unserem Kulturkreis noch vorhanden sind.

In vielen süddeutschen Regionen wird seit dem 12. Jahrhundert der Johannistag gefeiert, zum Gedenken an den Hl. Johannes den Täufer, der Jesus im Jordan taufte.

Neben Jesus und Maria ist Johannes der Täufer der einzige Heilige, dessen Geburtstag im Jahreskreis gefeiert wird. Da Johannes der Täufer laut dem Neuen Testament sechs Monate älter war als Jesu, wurde der Geburtstag auf den 24. Juni gelegt. Im julianischen Kalender, der bis 1582 galt, war das auch das Datum der Sommersonnenwende.

Auf diese Weise konnten offensichtlich bereits vorhandene heidnische Bräuche in einen christlichen Kontext integriert werden.

Die Äußerung Johannes über Jesus:

"Er muss wachsen, ich aber muss abnehmen." (Johannes, 3,30)

Vielleicht eine Verbindung zum Jahreslauf der auf- und absteigenden Sonne.



BEDEUTUNG BEI DEN KELTEN

In der keltischen Tradition ist Mittsommer, Alban Hevin, der Muttergottheit geweiht. In der germanischen Entsprechung der Baldurs Mutter Frigg, die eine begabte Seherin war und das Wissen um das gesamte Schicksal besaß.

In der Sagenwelt ist es markant, dass zwei Sonnengestalten, zum Mittsommer, umgebracht werden. Den Sonnenschein Baldur, Friggs Sohn und Liebling, hat Loki mit einem Pfeil aus Mistelzweig getötet. Der Drachentöter Siegfried wurde mit List und aus Hinterhalt von Hagen von Tronje niedergestreckt. Die Symbolik ist hier ziemlich eindeutig. Die Sonnengötter werden zur Sommersonnenwende getötet. Die Kraft der Sonne nimmt ab diesen Tag immer mehr ab.

Bei den Kelten wurde die Sommersonnenwende 12 Tage lang gefeiert.

Es war ein Dank- und Freudenfest. Die Frauen haben das Starkbier mit Kräuter gebraut, welches eine berauschende und aphrodisierende Wirkung gehabt haben soll.

Riesige Lagerfeuer brannten lichterloh und die Menschen tanzten freizügig um das Feuer herum.

Da an diesen Tagen die Wände zwischen den Welten (wie bei allen Jahreskreisfesten) sehr dünn sind, hat man, durch diverse Rituale, einen Blick hinter die Wand geworfen. Allerdings musste man sich von den Angriffen aus den Anderen Welten auch selber schützen. Da kommt der berühmte Beifuß-Gürtel ins Spiel. Der Beifuß ist die Schutzpflanze schlecht hin und wurde zur solchen Zwecke gerne genommen. Beifuß wurde auch gerne verräuchert oder in der Pfeife geraucht. Er hat die Eigenschaft den Kopf und Gedanken frei zu bekommen. Anderen Pflanzen wurden dabei auch nicht vernachlässigt. In den Gürtel haben die Männer sehr gerne auch das Eisenkraut eingeflochten. Das ist das Kraut der Schmiede, der Gerechtigkeit und Männlichkeit. Auch der Gundermann wurde gerne genommen. An der Behausung wurden die Sträube aus Holunderblüten und Blätter, Beifuß, Gundermann und Johanniskraut gehängt. Das diente dem Schutz und Wohlstand. Die Druiden und Heiler haben die Bärlapp-Sporen gesammelt und diese immer wieder in das Feuer geworfen. Die Bärlapp-Sporen explodieren im Feuer und erzeugen Funken und andere Licht- und Explosionseffekte.



Lebensrad

Auf der Ebene vom Lebensrad, ist diese Zeit unsere Lebensmittel, die Phase vom Ende 30 bis Ende 40. Es sind die Jahre, in denen wir uns zum Zenit, dem Höhepunkt unseres Schaffens, aufschwingen. Oft beginnen wir Anfang 40 noch einmal mit etwas neuem. Manche entscheiden sich jetzt erst oder noch einmal für ein Kind, andere beginnen eine Weiterbildung, orientieren sich beruflich um und wagen neue Projekte. Es ist, als würden wir uns in diesen Jahren mit ganzer Kraft aufmachen um uns auf unsere größtmögliche Sonnenkraft, Ausstrahlung und Reife hin zu bewegen.

Litha – Keltische Mondgöttin

Litha steht für Überfluss und Fruchtbarkeit, Macht und Ordnung, Balance und Ausgewogenheit. Interessant ist, dass Litha als Mondgöttin gerade an jenem Tag gefeiert wird, an dem die Sonne am längsten scheint. Die Erklärung liegt wahrscheinlich im Mythos, dass in dieser Nacht Sonne und Mond – als Symbole für Tag und Nacht heiraten und damit der Erdgöttin Fruchtbarkeit spenden. Anlass für viele Paare dies auch zu tun.

Die Sonne ist als gehörnter Sonnengott auf dem Höhepunkt seiner Kraft, die von nun an langsam schwinden wird. So überträgt er seine Kraft allmählich immer mehr der Erde, was man dadurch merkt, dass die heißesten Tage des Jahres erst noch kommen werden, in denen die Sonne mit aller Kraft auf die Erde brennt.

Zum Ausgleich zur sengenden Kraft des Sonnengottes wird innerhalb des Mittsommer-Festes Litha als Mondgöttin mit der Bitte um Wasser angerufen. Nur das richtige Verhältnis von Sonne (Licht und Wärme) und dem zum Wachstum nötigen Wasser, das ja immer in Verbindung mit der Mondgöttin gebracht wird, lässt dem Schoß der Mutter Erde neue Fruchtbarkeit und Ernte entspringen.

FÜLLE UND WACHSTUM

Wer oder was macht dich glücklich?

Welche Erfolge willst du feiern?

Wo stehst du gerade im Leben?

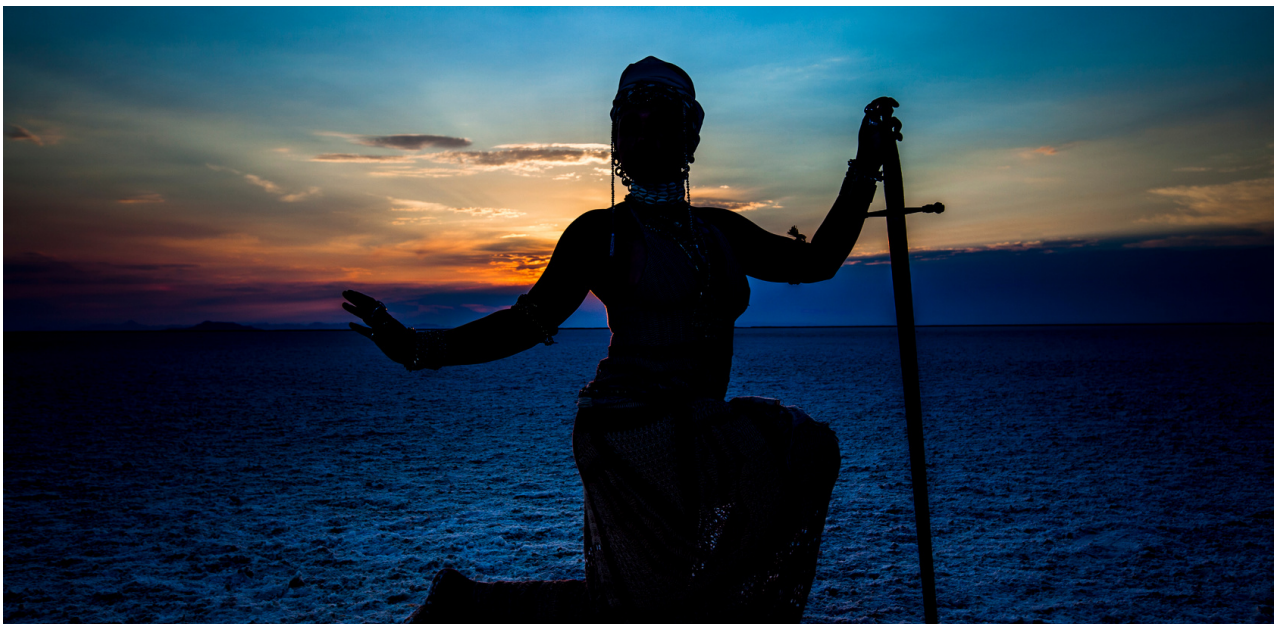
Lebst du dein volles Potenzial?

Lebst du in der gewünschten Fülle deines Lebens, wie du es dir erträumt hast?

Wie geht es gerade deinem inneren Kind?

Ver/sorgst du dich liebevoll und mütterlich?

Wer oder was kann sich langsam verabschieden und ist nicht mehr wichtig in deinem Leben ?



SIRONA

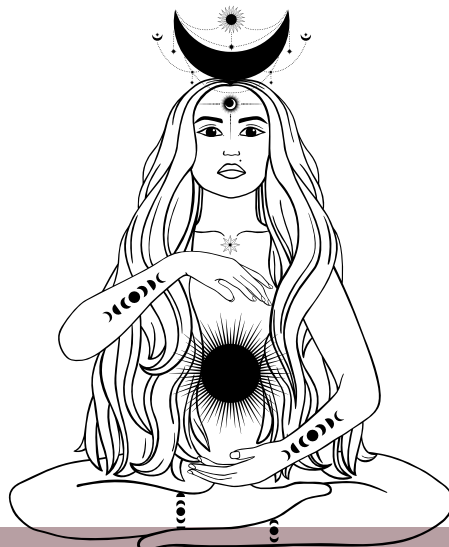
Göttin des Heilwassers

Die Göttin der heilenden Gewässer ist Sirona, die mindestens seit der Eiszeit überall in Europa verehrt wurde. Sie ist die große Heilerin. Das klare Wasser ihrer Quellen enthält Sauerstoff und wertvolle Mineralien, die unsere Körper stärken. Ihr berühmtestes Heiligtum ist das Quellheiligtum bei Hochscheid im Hunsrück, wo die Heilkräfte ihrer Wasser so bekannt waren, dass in gallorömischer Zeit ein großes Bad mit komplexen Tempel und Badehäuser entstand. Ihre Heilkraft wird oft durch zwei Schlangen verdeutlicht, die sich um ihre Arme winden.

Von Sironas Wasser zu trinken oder darin einzutauchen, kann uns gesund machen.

Oft jedoch reagiert der Körper mit Krankheit, wenn die Seele und die Gefühle unheil sind. Dann kann weinen heilen. Steckengebliebene Energien fließen wieder, ganz konkret aus dem Körper heraus, der Fluss nimmt sie mit und trägt sie davon.

Krankheit ist oft ein Anzeichen dafür, dass mit unserer Seele etwas im Argen ist, und wie die Schlange, die Sirona begleitet, streifen wir unsere alten heute ab, wenn wir den Prozess der Heilung beginnen.





Johanniskraut:

Seine Wirkung ist Antidepressiv. Es verleiht sowohl Ruhe und Entspannung als auch Lebendigkeit und Anregung. Es beschenkt uns in der kalten Jahreszeit mit der Lebenskraft der Sonne.

Eiche:

Die Rinde, die Blätter und Früchte wirken Blut stillen, zusammenziehend und keimtötend. Der Tee aus Eichenblättern soll bei Durchfall und starke Menstruationsblutung helfen. Eichen-essenz /Uhr-tinktur hilft das Leben leicht und spielerisch anzugehen. In ihrer Nähe lässt sie uns Gerechtigkeit und Zuversicht spüren, erinnert uns an selbstloses Geben und Großzügigkeit.

Holunder:

Ist der Lieblingsbaum der Göttin Holla, die die Gesundheit und das Leben der Menschen und Tiere schützt. Man sagt in ihm wohnt ein beschützender Haus Geist. Genutzt werden die Blüten für eine Vitaminreiche Limonade oder für Tee, aus Rinde, Beeren und Blätter. Dieser Tee hilft zur Blutreinigung und auch beim Abnehmen. Tee aus den Blüten nutzen wir bei Erkältung und Grippe, da er schweißtreibende Wirkung hat. Aus den Beeren kann ein Vitamin reicher Saft oder Gelee hergestellt werden. Die Holunder Kraft stärkt und beschützt uns.

Beifuß:

Wenn er in der Blüte steht, dann sind erhöhte Mengen an Bitterstoffen vorhanden, was eine erhöhte verdauungsfördernde Wirkung nach sich zieht. Die Bitterstoffe sorgen für eine appetitanregende, verdauungsfördernde Wirkung. Es regt die Ausschüttung der Magensäfte an und die Fettverdauung wird beeinflusst. So soll er auch Regelschmerzen und Sodbrennen lindern, menstruations- und wehenfördernd sein.

Es gäbe noch viele Pflanzen zu nennen vertraue da auf deine Intuition.

Gehe raus und lass dich führen, was lenkt deine Aufmerksamkeit auf sich, lausche was die Pflanze dir zu sagen hat.

HEILSTEINE

Zu Litha unterstützen uns alle Steine die mit der Sonne dem Mond und dem Wasser verbunden sind.

Mondstein:

Er ist im Mond zugeordnet und gilt als Intuition -, Gefühls - und Fruchtbarkeitsstein. Er wird zudem als Glücks - und Liebes - Stein betrachtet, der vor allem Frauen dabei hilft, den inneren Hormonzyklus in Übereinstimmung mit dem Rhythmen der Natur zu bringen. Er soll sowohl die Fruchtbarkeit fördern als auch bei Menstruationsproblemen, nach Entbindungen und in den Wechseljahren helfen. (Also ein absoluter Frauenstein)

Alabaster:

Sagt man ist kristallisiertes Meerwasser, dass zu einem durchsichtigen weißen Stein geworden ist. Aufgrund seiner Lichtdurchlässigkeit wird er als sanftes Licht der Erde bezeichnet, dass uns dabei unterstützt, uns zu regenerieren und zu transformieren. Er steht für Hingabe, für liebevolle Mütterlichkeit, für einen Standpunkt jenseits aller Urteile. Er berührt unser Herz und hilft uns dabei Himmel und Erde in uns zu verbinden.

Jaspis:

Roter Jaspis beschert innere Harmonie, Zufriedenheit und Verständnis. Er befreit von Blockaden und äußeren Einflüssen. Zudem verleiht er mehr Mut sowie Willenskraft und in stärkt Problemsituationen die Konfliktbereitschaft.

TIERKRAFT ZU LITHA

Schmetterling:

Er ist das Tier der Metamorphose, der Wandlung, der Transformation und der Herausforderung, jegliche Veränderung anzunehmen und mit ihr zu gehen, statt sich gegen sie zu wehren.

Wildschwein:

Das weibliche Schwein, ist das heilige Tier der Mutter Göttin. Es steht für Sensibilität, Großzügigkeit, nähren und genährt werden sowie die Fähigkeit, die Schätze der Erde wieder zu finden. Das Schwein erinnert uns daran, dass wir Sinnlichkeit, Erotik, Schönheit und Fruchtbarkeit in unser Leben integrieren. Das männliche Schwein, der Eber steht für Wildheit und Kampfgeist und ist das Begleittier der Göttin Freya

Aber auch hier gäbe es noch viele Tiere zu nennen. Schau mal welches Tier dir als Nächstes bewusst begegnet und lausche was es dir zu sagen hat



WEITERE FRAGEN DIE DU DIR STELLEN KANNST:

Mit welchen drei Begriffen würdest du die letzten sechs Monate deines Lebens beschreiben?

Wenn du dir diese drei Begriffe nun anschaust, wie fühlst du dich dabei? Welche Gedanken gehen dir durch den Kopf? Schreibe alles auf und versuche dabei, all deine emotionalen und gedanklichen Vorgänge wertfrei und dabei freundlich zu beobachten.

Welche Erkenntnis nimmst du aus deinen Beobachtungen mit?

Wenn du an die letzten sechs Monate denkst, wofür bist du dankbar?

Was war die größte Herausforderung, mit der du dich im letzten halben Jahr auseinandergesetzt hast?

Mit dieser Momentaufnahme deines Lebens, welche Aspekte möchtest du gern beibehalten, weil sie dir Freude und Dankbarkeit schenken? Was möchtest du gern verändern? Und womit möchtest du gern aufhören?

Love:

Leave:

Change:

Und nun das Wichtigste: Was möchtest du für jeden dieser Aspekte konkret tun, damit du ihn beibehalten, loslassen oder ändern kannst.

RITUALE FÜR ZU HAUSE

- Eine Nacht draußen verbringen
- Im Sommerregen barfuß tanzen
- Fußbäder mit Kräutern
- Johanniskraut-öl ansetzen
- Die Spirale gehen
- Deinen Altar schmücken
- Hollundersirup herstellen
- Räucher Sticks herstellen
- Magischer Kräuterstrauß sammeln



Suche dir eine Wiese mit vielen unterschiedlichen Kräutern. Konzentriere dich auf den Grund warum du diese Kräuter sammeln möchtest. Beginne mit dem Pflücken des ersten Krauts. Nun gehe neuen Schritte und schau welches nächste Kraut in deinen Strauß möchte. Gehe nun wieder neuen Schritte und schau, welche Pflanze ebenfalls in deinen Strauß möchte und so weiter, bist du neun unterschiedliche Kräuter zusammen hast.

Räuchermischung der Elemente:

Element Erde:

- alle Pflanzenteile die näher an der Erde wachsen, wie den Wurzeln, Rinde und Hölzer.

Element Wasser:

- Ist in den Harzen und Ölen aller Pflanzen enthalten

Element Feuer:

- finden wir in den Blüten in all ihrer Pracht und viel Farbigkeit.

Element Luft:

- finden wir in allen Blättern

Räucherspaziergang:

Schon der Spaziergang zu einer Pflanze, sei es ein Kraut in der Wiese, eine Wild Rose oder ein bestimmter Baum, kann ein Weg zu sich selbst sein. Du kannst dich mit einem bestimmten Thema oder Anliegen auf den Weg machen, den Platz der Pflanze erspüren, sich mit der Pflanze verbinden und sogar in einen Dialog mit ihr treten. Vielleicht gibt es da schon Erkenntnisse. Oder du fragst die Pflanze, ob sie sie sich oder ein Teil von ihr für ein Ritual zur Verfügung stellen möchte und bitte darum, sie mit allem Respekt mitnehmen zu dürfen. Nach dem Trocknen steht sie nun als Räucherwerk zur Verfügung. So stelle beim Räuchern noch mal deine Frage und erfahre es mit allen Sinnen über Bilder Gedanken Erinnerungen, Visionen.



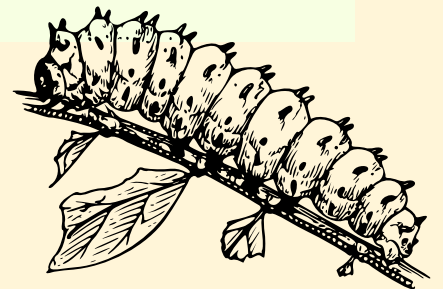
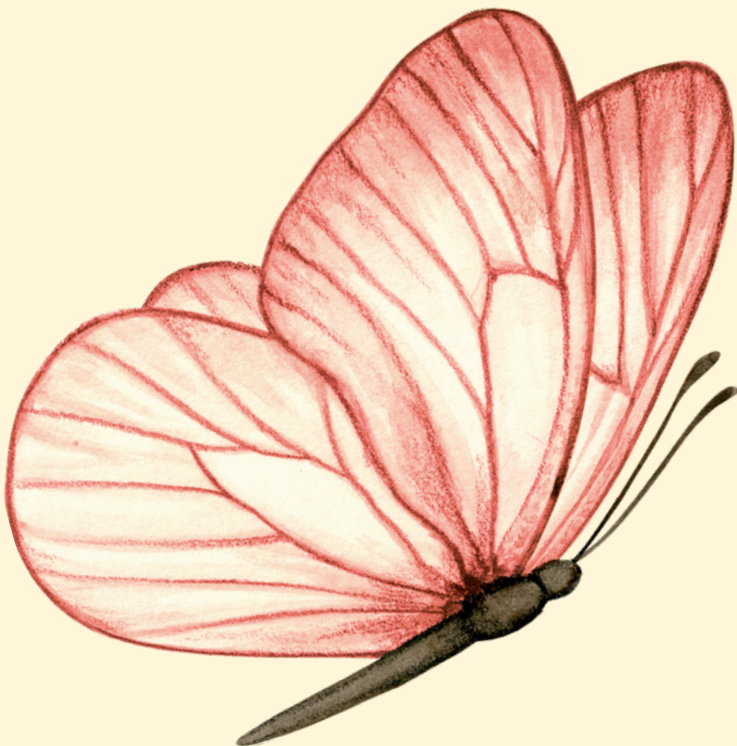
DIE BOTSCHAFT

Wir stehen am höchsten Zenit und sind dankbar. Zur Sommer-Sonnenwende manifestieren wir deshalb Dankbarkeit und bitten um den Segen für das kommende Halbjahr.

Vertrauen und Dankbarkeit stehen im Mittelpunkt

Denn ohne Vertrauen wagen wir uns nicht auf neue Ufer. Wir brauchen Vertrauen, um unseren eigenen Weg gehen zu können. Und die Dankbarkeit gibt uns Fülle. Denn ohne Dankbarkeit sehen wir nicht, was wir alles schon erreicht haben. Wir sehen unseren inneren Reichtum nicht, der uns nährt und wiederum Vertrauen schenkt.

Werden und Vergehen. Tag und Nacht. Beide Wenden (Sommer wie Wintersonnenwende) sind wichtig, denn sie zeigen uns, dass alles im Rhythmus ist. Dass es kein Licht gibt ohne Schatten. Alles besteht immer aus zwei Seiten. Alles in unserem Leben. Und so laden sie uns dazu ein, inne zu halten und zu prüfen, wo wir stehen.





Johanniskraut

**Johannisfeuer brennen wieder in der Nacht,
Menschen und Elfvölklein tanzen -
Es wird des längsten Tags gedacht.
Dort wo Johanniskrautinseln weit leuchtend
stehen,
Kannst du die ausgelassenen Tänzer sehen.
Sie jauchzen und jubeln, besingen die Kraft
Und was Johanniskraut alles schafft.
Du Pflanze aus Feuer und reinem Licht.
Vor dir alle Macht des Dunklen bricht.
Schützt vor Gewitter und noch viel mehr,
Stellst die Kraft der Nerven wieder her,
Flutest Licht in jeden Lebensraum,
Heilst Wunden in Seele und Körper,
Bist wie ein lichter Engelstraum.**

Ein Gedicht von Adelheid Lingg

Notizen

