

HEYNE <

CLAIRE



Stadthexen

Magische Praktiken und
Kraftorte für das urbane Leben

Die Autorin

Aufgewachsen inmitten einer reichen Fülle von alten, geheimnisvollen Bräuchen, interessierte sich Claire schon früh für die spirituelle Kraft der weißen Magie. Heute ist die Lebensberaterin und praktizierende Hexe eine der erfolgreichsten Autorinnen zum Thema Magie. Claire lebt in Leipzig.

www.hexe-claire.de

CLAIRE
Stadthexen

Magische Praktiken und
Kraftorte für das urbane Leben

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Der Inhalt dieses E-Books ist urheberrechtlich geschützt und enthält technische Sicherungsmaßnahmen gegen unbefugte Nutzung. Die Entfernung dieser Sicherung sowie die Nutzung durch unbefugte Verarbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung oder öffentliche Zugänglichmachung, insbesondere in elektronischer Form, ist untersagt und kann straf- und zivilrechtliche Sanktionen nach sich ziehen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Vollständig überarbeitete Taschenbuchausgabe 04/2016

Copyright © 2009, 2016 by Claire
Copyright © 2016 dieser Ausgabe
by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München.
Die Originalausgabe erschien 2009
unter dem Titel Stadthexen im Schirner Verlag
Alle Rechte sind vorbehalten.
Redaktion: Dr. Diane Zilliges
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München
Umschlagmotive: © EveStock/shutterstock
Satz: Leingärtner, Nabburg
ISBN 978-3-641-17862-8
V003

www.heyne.de

Inhalt

Gehören Hexen nicht aufs Land?

Innerer und äußerer Weg

Der innere Garten

Magie ist keine Einbahnstraße

Spirituelle Übungen

Besondere Hilfen für Stadthexen

Magische Praxis – die Basis der Stadthexe

Magische Substanzen selbst herstellen

Räucherwerk für die Stadt

Talismane anfertigen

Alles in Butter – Wunschlämpchen selber machen

Drogeriemagie

[Rituale für drinnen](#)

[Ein paar Grundlagen](#)

[Magischer Hausputz](#)

[Wohnungsdekoration unter magischen Aspekten](#)

[Baderituale](#)

[Liebesrituale und wirkliche Harmonie](#)

[Rituale für draußen](#)

[Die eigene Stadt magisch erkunden](#)

[Schamanisch durch die Stadt – Visionsreisen einmal anders](#)

[Ahnenverehrung](#)

[Weitere Rituale für die Stadtmagierin](#)

[Das Stadtpflanzenlexikon für Hexen](#)

[Meine Auswahl](#)

[Kräuter und Pflanzen](#)

[Bäume der Stadt](#)

Gehören Hexen nicht aufs Land?

Beim Begriff Hexe denkt man zuerst – na klar – an eine alte Frau, die etwas abseits in der Natur ihr kleines Hexenhäuschen hat und dort magische Tränke braut, während ihr eine schwarze Katze um die Beine streicht. Diese Vorstellung ist tief in der Bilderwelt unserer Kultur verankert und beeinflusst bis heute unterschwellig das Ideal davon, wie eine »richtige« Hexe lebt.

Gleichzeitig leben heute in Deutschland rund drei Viertel der Bevölkerung in Städten, und das gilt natürlich auch für Hexen. Was also tun mit dem verwunschenen Bild aus alter Zeit?

Leben bedeutet stetigen Wandel und Veränderungen, so war es schon immer, und gerade die Lebensphilosophie der Hexen weiß darum. Trotzdem ist es nicht immer einfach, von gewohnten Ideen loszukommen. Ideale und kulturelle Bilder sitzen tief. Ist man nicht erst dann eine »echte« Hexe, wenn man im Grünen lebt?

Nun, mit den Idealen ist es bekanntlich immer so eine Sache, wie einem viele Hexen, die in Dörfern leben, bestätigen können. Die ungeteilte Neugier der Nachbarn bedeutet für so manche Landhexe mehr Einschränkungen, als sich eine Stadthexe vorstellen kann. Im Mittelalter hieß es noch »Stadtluft macht frei!«, und auch wenn es bei diesem Ausspruch ursprünglich um das Thema Leibeigenschaft ging, hat er sich bis heute im übertragenen Sinne erhalten. Und ganz nebenbei: Es wäre von der schönen Natur auch nicht mehr viel übrig, wenn jeder plötzlich ein Häuschen im Grünen hätte, aber das nur am Rande.

Trotzdem ist die Stadt, in der so viele von uns leben, oft ein Stiefkind in der Magie. Das ist vor allem eine kulturelle Prägung. Wir Deutschen haben spätestens seit der Zeit der Romantik eine tief empfundene Liebe zum Wald und zur Natur, was ja auch wunderbar ist. Das bedeutet im Umkehrschluss aber nicht, dass alles Menschgemachte automatisch seelenlos ist.

Andere Kulturen machen es sich deutlich leichter in ihren Städten. In vielen Ländern Asiens gehören Straßenschreine zum alltäglichen

Stadtbild. In Südamerika gibt es Altäre und heilige Orte an Straßen, an denen man Ahnen und Volkshelden wie Heilige verehrt und sie um ihre Unterstützung für persönliche Anliegen bitten kann. Auf Island werden ganz selbstverständlich Straßen um große Gesteinsbrocken herumgebaut, wenn bekannt ist, dass Elfen darin wohnen (was diese andernfalls tatkräftig kundtun – die Bauleute bemerken, dass die schweren Baumaschinen immer wieder auf unerklärliche Weise kaputtgehen).

Man kann nicht leugnen, dass sich bei uns viele Stadtbewohner spirituell abgeschnitten fühlen zwischen hohen Häusern, Straßenlärm und hektischen Menschen, die an ihnen vorbeieilen. Zum Glück kann man daran etwas ändern, indem man seine spirituelle Wahrnehmung schärft.

Natur gibt es auch in der Stadt. Wir übersehen sie nur, weil sie in unserer Erwartung nicht vorkommt. Unser Denken spaltet Dinge gern: hier die gute Natur, dort die böse Stadt – und nichts dazwischen. Heutzutage wird dieses Schwarz-Weiß-Denken von immer mehr Menschen hinterfragt, weil sie instinktiv spüren, dass das Leben in Wirklichkeit bunt ist. Es ist ein ewiges Sowohl-als-auch, kein starres Entweder-oder.

Vor einer Weile stand ich an einer Ampel, der Feierabendverkehr dröhnte an mir vorbei, aber das war nicht alles, was zu hören war. Hoch oben auf einem Dach saß ein Amselmännchen und sang die schönsten Lieder. Wer es nicht gewohnt ist, auf so etwas zu achten, hört nur den lauten Verkehr.

Wir haben die Wahl, worauf wir unsere Antennen ausrichten, was wir mit ins Bild unserer Wahrnehmung hineinlassen und was außen vor bleibt. Wenn man vorgefasste Erwartungen gegen unvoreingenommene Offenheit und Neugier tauscht, staunt man nicht selten, wie reich und farbenfroh das Leben tatsächlich ist, das uns umgibt. Es ist wichtig, dieses neue Kennenlernen der eigenen Umgebung mit einer liebevollen Einstellung anzugehen. Der Mensch ist nun einmal ein Gewohnheitstier, und wenn man etwas wirklich neu erleben will, dann braucht es Zeit, in die neue Wahrnehmung hineinzuwachsen.

Zu diesem Buch

Dieses Buch ist kein Ritualkochbuch, auch wenn ich viele Dinge konkret vorschlage, um dir die ersten Schritte in die Stadtmagie zu erleichtern und Ansatzpunkte für die eigene Praxis zu geben. Wir alle sind eigenständige Menschen und müssen daher selbst an unserem magischen Geflecht arbeiten. Von indigenen Schamanen hört man oft, dass Rituale niemals zu leeren Hülsen nach Schema F werden dürfen. Man muss sie beleben, indem man etwas Eigenes dazugibt. Lässt man das Eigene weg, führt man nur eine Handlung aus, ohne selbst »dabei« zu sein. Aus diesem Grund verlangen alte Zauberanweisungen (auch wenn der Zauber an sich einem festen Schema folgt) immer den Namen sowie persönliche Gegenstände oder Symbole der beteiligten Personen.

Wir dürfen da wirklich mehr Mut haben. In unseren Breiten sind wir die Eingeborenen, auch wenn wir uns das zwischen Smartphone und Computer gar nicht mehr richtig zutrauen. Sind wir anders gebaut oder verdrahtet als die »edlen Wilden«, die bis heute so gern verklärt werden? Kein bisschen. Es stimmt allerdings, dass wir seelisch und spirituell nicht mehr so gut verankert sind, weil unsere Traditionen zu großen Teilen abgebrochen sind.

Zum Glück kann man jederzeit beginnen, sich wieder in das Geflecht der Traditionen, des alten Wissens – einfach des Zaubers des Lebens – einzuweben. Nicht indem man blind die Vergangenheit nachzumachen versucht, sondern indem man die Weisheit der Vorfahren im Hier und Jetzt nutzt. Mitten in der Stadt, mitten in der Hektik, aber auch mitten in all den noch unentdeckten Energien, Verbindungen und zauberhaften Möglichkeiten, die das Leben für uns bereithält.

Ich habe dieses Buch in fünf Bereiche aufgeteilt. Erst einmal geht es mir mit »Innerer und äußerer Weg« um den Blick hinter die Kulissen der Magie. Heutzutage wird wieder viel gezaubert, aber manchmal ein bisschen zu wenig über die Zusammenhänge und Ursächlichkeiten nachgedacht.

Auch wenn blinde Tradition tatsächlich Schlamperei ist, wie Bertolt Brecht es sinngemäß ausdrückte, können wir viel von unseren Vorfahren lernen. Tradition bedeutet bekanntlich nicht, die Asche anzubeten,

sondern die Glut weiterzutragen. Die Reisen zu den inneren Sternenswelten, wie es früher genannt wurde, die Pflege des inneren Gartens, diese alten Traditionen geben uns auch heute noch Kraft und Halt. Man muss sie nur nutzen und praktizieren.

Und da hapert es oft. Gerade bei geistigen Übungen ist es nicht selten, dass Leute darüber weggehen oder sie beurteilen, ohne sie überhaupt ausgeführt haben. Wenn die Übungen sich auch noch als halbwegs gut durchführbar lesen, werden sie von vornherein nicht ernst genommen. Dabei weiß jeder ernsthaft spirituell Suchende: Was am einfachsten erscheint, ist fast immer die höchste Kunst.

Das ist wie beim Meditieren. Eine beliebte Meditationstechnik besteht darin, ruhig dazusitzen und die Gedanken wie Wolken vorbeiziehen zu lassen. Geradezu lächerlich simpel, nicht wahr? Und doch springen manche Anfänger schon nach wenigen Minuten auf und verlassen den Meditationsraum, weil sie es nicht mehr aushalten. Dabei ist es »einfach« nur Dasitzen.

Mir ist natürlich klar, dass gerade Anfänger auch vom »Blingbling« der Hexentraditionen angezogen werden: die Kerzen, die Kräuter, die schönen Altäre und geheimnisvollen Symbole. Dagegen ist auch nichts zu sagen, aber wenn du dich mit all den schönen Dingen nach Herzenslust ausgetobt hast und so langsam die tieferen Sinnfragen auftauchen: Tu dir einen Gefallen und fang mit der geistigen Arbeit an. Du wirst dich wundern, was du da noch alles rausholen und erreichen kannst!

Wenn dir das alles schon völlig klar ist, kannst du natürlich auch gern gleich mit der magischen Praxis und dem Wirken im Außen beginnen. Nach den eher grundsätzlichen Dingen folgt nämlich das zweite Kapitel voller magischer Rezepturen, denn die »Hardware« darf nicht fehlen. All diese Angebote sind erprobt, und ich habe bewusst Dinge ausgewählt, die man anfertigen kann, ohne ein Vermögen dafür auszugeben.

In meinen Anfängen war das noch anders. Damals waren die meisten Hexenbücher stark von der Zeremonialmagie und deren Vorgaben geprägt. Ich konnte mir in jungen Jahren aber weder kostbares Jasminöl noch echten Safran als Räucherwerk leisten und weiß noch gut, wie schnell man sich dann »draußen« fühlt. Kaum war die magische Welt entdeckt, schloss sie scheinbar auch schon wieder ihre Türen, wenn das

entsprechende Kleingeld fehlte.

Nach manchen Zutaten ein wenig suchen zu müssen ist allerdings in Ordnung und führt einen hin und wieder sogar zur entscheidenden Erkenntnis. Wie im Märchen, wenn einer weisen Frau für den entscheidenden Zauber eine bestimmte Zutat gebracht werden muss, die man nur unter großen Mühen beschaffen kann.

Im dritten und vierten Teil des Buches dreht sich dann alles um lebendige und kreative Rituale für drinnen und draußen, die die Basis für dein eigenes magisches Schaffen bilden. Dazu gehört aus meiner Sicht auch ein Abschnitt über das wichtige Thema der Ahnenverehrung.

Zum Abschluss, Teil fünf, folgt ein Stadtpflanzenlexikon. Ich wollte herausfinden, ob man in der Stadt als magischer Selbstversorger leben kann – man kann es tatsächlich.

Noch ein Hinweis

Bevor wir beginnen, noch etwas, das mir sehr am Herzen liegt: Wenn man verschiedene Rituale, Anleitungen und so weiter in einem Buch liest, dann ist das erst einmal sehr konzentriert und kann einem auch mal zu viel werden. Wie soll man das alles umsetzen und womit zuerst anfangen? Schließlich haben die meisten auch so schon einen stressigen Alltag.

Probiere einfach das aus, was dich wirklich anspricht, und mach es dir im Alltag zu eigen. Es ist besser, wenn du eine einzige Sache findest, die du gern machst und die dir immer wieder wirklich etwas gibt, als wenn du zehn Sachen auf einmal probierst und zwei Wochen später mit deinen Interessen schon wieder ganz woanders bist. Du hast dir dieses Buch ja gekauft, damit du tatsächlich etwas mitnehmen kannst für dich, damit es etwas in deinem Leben bewegt.

Der eigentliche Zauber findet nicht auf den Seiten von Büchern statt, sondern in dem Moment, wo du ihn zum Leben erweckst und anfängst, etwas zu tun. Das Hexentum ist ein Praxisweg. Als Ende der 1960er-Jahre die sichtbare Wiederbelebung dieses Weges begann, nannte der britische Autor Stewart Farrar sein berühmtes Buch »What witches do«, also »Was Hexen tun«. Damit hatte er einen zentralen Punkt in drei Worten zusammengefasst. Es ging nicht darum, was Hexen denken, worüber sie

philosophieren oder an was sie glauben. Es ging um das, was sie *tun*.

Unsere Kultur ist von einer Buchreligion geprägt, nämlich dem Christentum und seiner Bibel. Auch wenn man sich nicht damit identifiziert, sollte man diese Prägung nicht unterschätzen, sonst nimmt man sie unbewusst einfach mit und bleibt »in Büchern stecken«, ohne sich jemals wirklich an die Praxis zu wagen.



Innerer und äußerer Weg

In meiner beratenden Tätigkeit als Hexe erreichen mich nicht selten aufgeregte Zuschriften von Leuten, die spontan irgendein Ritual aus dem Internet ausprobiert haben, das keine Wirkung zu zeigen scheint. Was kann man da bloß tun? An dieser Frage sieht man schon, dass *einiges* zu tun ist!

Ich sage es einmal so: Kein Buddhist würde auf die Idee kommen, dass man das Meditieren von heute auf morgen lernen kann. Aber bei der Magie denken viele Menschen, dass man dafür nicht groß zu üben bräuchte. Einfach die angegebenen Zutaten nach Anweisung nutzen, und schon braucht man sich keine Gedanken mehr zu machen.

Das kann so natürlich nichts werden, denn die Magie hat so etwas wie eine eingebaute automatische Sicherung. Die schützt sie vor beliebiger Benutzbarkeit. Es kann eben nicht jeder, unabhängig von seiner inneren Reife und spirituellen Erfahrung, einfach machen, was er gerade will. Na gut, machen kann man es natürlich schon (viele tun das), aber die Ergebnisse werden nicht die sein, die man sich vorgestellt hat.

Vorgegebene Rituale können wunderbar funktionieren, aber nur, wenn sie mit der richtigen inneren Einstellung und einem gewissen Schatz an spirituellen Erfahrungen ausgeführt werden. Und natürlich mit Gefühl. Ansonsten gibt es vielleicht einen kleinen Effekt, aber der ist bald schon wieder verpufft.

In diesem Kapitel geht es um ein paar Grundlagen, die dich fit machen, damit du mit der Magie die bestmöglichen Ergebnisse erzielst. Als Nebeneffekt schärfen die Übungen hier auch noch deine Intuition und

wirken seelisch ausgleichend. Jede spirituelle Tradition, die nicht bloß an der Oberfläche kratzt, kennt neben dem äußeren Tun auch das innere Handeln. Beide gehen Hand in Hand und ergänzen sich gegenseitig. Wird eine Seite vernachlässigt, gerät man ins Ungleichgewicht, die Kräfte kommen dann ins Stocken. Wer nur in inneren Übungen versinkt, vergisst das reale Leben. Wer nur zaubert und nach außen wirkt, weiß irgendwann gar nicht mehr, warum er das, was er will, eigentlich anstrebt.

Für alle Übungen hier möchte ich vorab noch einmal auf ein sinnvolles Maß hinweisen: Lieber eine Übung auswählen und regelmäßig damit arbeiten, als fünf verschiedene Übungen auf einmal probieren und es dann doch bald wieder sein lassen. Der spirituelle Weg lebt von einer gewissen Gleichmäßigkeit. Der innere Halt, den dir eine regelmäßige Praxis gibt, ist durch nichts zu ersetzen.

Der innere Garten

Innerer Garten, das ist ein Begriff, den wir den Weisheiten der fahrenden Völker verdanken. Viele wissen zumindest vom Gefühl her gleich, was damit gemeint sein könnte. Es geht um die Innenschau, was vielleicht ein altmodisches Wort ist, den Nagel aber auf den Kopf trifft. Durch diese Innenschau berühren wir den spirituellen Urgrund hinter den materiellen Erscheinungen und verbinden uns sowohl mit unserem Instinkt als auch mit der Kraft des Lebens an sich.

Es gibt mittlerweile unendlich viele Rituale und magische Rezepte, die nach außen zielen. Im Ritual geht man tatsächlich nach außen, aber ganz allgemein ist unsere gesamte Kultur darauf ausgerichtet, sich mit dem Außen zu beschäftigen. Wie sehe ich aus? Wie wirke ich? Was werden die anderen wohl von mir halten? Natürlich ist diese Seite des Lebens wichtig. Der Mensch ist ein soziales Wesen, das ursprünglich immer in Gruppen gelebt hat. Wir sind also schon von Natur aus daran interessiert, was die anderen von uns halten. Daran ist nichts verkehrt.

Aber für ein gesundes Gleichgewicht brauchen wir auch den Blick nach innen. Wenn man das eigene Innere nicht mehr erkennt, erkennt man auch nicht das Innere der Dinge und Personen ringsum. Der intuitive