



# Grüne Magie

Heilende Kräuter, Pflanzen,  
Tränke und Öle

---

Arin Murphy-Hiscock

mvgverlag 

# Grüne Magie

Heilende Kräuter, Pflanzen,  
Tränke und Öle

---

Arin Murphy-Hiscock

**mvg**verlag 

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

**Für Fragen und Anregungen:**

[info@mvg-verlag.de](mailto:info@mvg-verlag.de)

**Wichtiger Hinweis**

Dieses Buch ist für Lernzwecke gedacht. Es stellt keinen Ersatz für eine individuelle medizinische Beratung dar und sollte auch nicht als solcher benutzt werden. Wenn Sie medizinischen Rat einholen wollen, konsultieren Sie bitte einen qualifizierten Arzt. Der Verlag und der Autor haften für keine nachteiligen Auswirkungen, die in einem direkten oder indirekten Zusammenhang mit den Informationen stehen, die in diesem Buch enthalten sind.

5. Auflage 2021

© 2020 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Die englische Originalausgabe erschien 2017 bei Simon & Schuster unter dem Titel *The Green Witch*. © 2017 by Simon & Schuster, Inc. All rights reserved

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Übersetzung: Marion Zerbst

Redaktion: Dr. Anita Krätzer

Umschlaggestaltung: Manuela Amode

Umschlagabbildung: [iStock.com/Nata\\_Slavetskaya](https://www.istock.com/Nata_Slavetskaya)

Satz: [inpunkt\[w\]o](http://inpunkt[w]o), Haiger ([www.inpunktwo.de](http://www.inpunktwo.de))

eBook: [ePubMATIC.com](http://ePubMATIC.com)

ISBN Print 978-3-7474-0090-6

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-432-7

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-433-4

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

**[www.mvg-verlag.de](http://www.mvg-verlag.de)**

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

## Widmung

Für Saya und Sydney, die vielleicht zur nächsten Generation der grünen Hexen gehören.

## Danksagung

Ich möchte Eileen und Brett für ihren fleißigen Einsatz bei der Überarbeitung dieses Buches danken, das, wie ich finde, dadurch erheblich verbessert wurde. Ferner gilt mein Dank auch diesmal wieder dem Team von Provenance Press, das mir bereits vor zwölf Jahren bei der Entwicklung und Gestaltung dieses Textes geholfen hat; insbesondere danke ich Andrea. Und schließlich geht mein herzlicher Dank an alle Leser, die im Lauf der Jahre begeistert auf mein ursprüngliches Buch *The Way of the Green Witch* reagiert und darum gebeten haben, es der Leserschaft erneut zugänglich zu machen.

# Inhalt

Einführung

## ***Teil 1*** ***Das Wesen der grünen Magie***

### *Was ist grüne Magie?*

Der Weg der grünen Hexe  
Eine kurze Geschichte der grünen Magie  
Lernen, sich mit der Erde zu identifizieren  
Worin besteht das Magische am grünen Weg?

### *Die eigene Kraft entdecken*

Fokussieren Sie Ihre Energie auf Ihre Schwerpunktthemen!

Werkzeuge

Machen Sie Ihr Zuhause zu einem Heiligtum  
Ein Heiligtum im Freien schaffen  
Mit der Erde im Einklang leben

### *Sich auf die Natur einstimmen*

Lernen Sie Ihr Eckchen des Universums kennen  
Nehmen Sie die Energie in Ihrer Umgebung wahr  
Erdung

Mit den vier Elementen der Natur arbeiten  
Die eigenen Sinne entdecken und weiterentwickeln

*Die Energien der Jahreszeiten freisetzen*

Energie und Kreislauf der Jahreszeiten  
Feiern zur Sonnenwende und zur Tagundnachtgleiche  
Meditationen für jede Jahreszeit  
Jahreszeitliche Rituale

**Teil 2**  
***Den grünen Weg gehen***

*Ein erdverbundenes Leben*

Sonne, Mond und Sterne  
Mit grüner Energie arbeiten  
Die Magie der Bäume  
Die Energie von Blüten nutzen  
Wirksame Kräuter und Grünpflanzen  
Steine: die Knochen der Erde

*Der Garten grüner Hexen*

Die Kraft eines Gartens  
Die Gestaltung Ihres Gartens  
Tipps für die Bepflanzung  
Naturnahes Gärtnern  
Beleben Sie Ihre Wohnung mit Zimmerpflanzen!

*Hilfsmittel und Zubehör für die magische Arbeit*



Verarbeitung und Lagerung von Kräutern  
Extrahieren der Kräuterenergie  
Segnen Sie Ihre Kreationen  
Räuchermischungen herstellen  
Zaubersäckchen herstellen  
Ein Traumkissen anfertigen  
Zaubersäckchen für den Garten  
Einen Besen herstellen  
Balsame oder Parfüms herstellen  
Trittsteine für den Garten

### *Heilen mit der Kraft der Natur*

Jeder Heilungsprozess besteht aus zwei Schritten  
Heiltees  
Ätherische Öle zur Stärkung der Energie  
Regenerierende Badezusätze und Badesalze  
Stärkende Elixiere

### *Kochrezepte für grüne Hexen*

Die Energien von Früchten nutzen  
Die Energie von Blumen in Kochrezepte integrieren  
Stärkenden Kräuteressig herstellen  
Speisen mit aromatisiertem Zucker süßen  
Gesundheitsfördernde Gemüse Rezepte  
Holen Sie sich die wertvollen Inhaltsstoffe von Körnern in die  
Küche!

### *Die magischen Entsprechungen von Pflanzen und anderen Hilfsmitteln der grünen Hexe*

## *Literaturverzeichnis*

# *Einführung*

Warum auch immer Sie nach innerem Gleichgewicht suchen – Sie werden feststellen, dass ein Leben im Einklang mit der Energie der Natur Ihnen helfen kann, sich von den Stressfaktoren in Ihrem Leben zu befreien und sich auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren. Und es gibt keine bessere Möglichkeit, den Reichtum und die Herrlichkeit der Natur zu erkunden, als den Weg der grünen Hexe zu gehen.

Es ist der Weg der Naturkundlerin, Kräuterkundigen und Heilerin – eine flexible und individuelle Lebensweise ohne genau festgelegte Vorgehensweisen oder Rituale. Er eignet sich für alle Menschen, die die Gaben der Natur erforschen und nutzen wollen, um zu mehr Gleichgewicht und Harmonie in ihrem Leben zu gelangen. In diesem Buch finden Sie die Informationen, die Sie brauchen, um die spirituellen Praktiken der grünen Magie zu erlernen und sich darin zu vervollkommen. Sie erfahren, wie man diesen Weg in unserer modernen Welt gehen kann, und erhalten Informationen über wichtige Heilkräuter, Pflanzen, Bäume, heilende Steine und vieles andere mehr. Außerdem enthält dieses Buch Rezepte, Übungen, Vorschläge für Rituale und Anleitungen zur Herstellung von Tränken und Kräutermischungen für alltägliche und magische Zwecke.

Dieses Buch erzählt die Geschichte der grünen Magie und erklärt Ihnen, wie Sie Ihre eigenen Vorgehensweisen

entwickeln können. Es ist ein positiver, praxisorientierter Leitfaden für moderne grüne Hexen, die in unserer heutigen Gesellschaft versuchen, im Einklang mit der Natur zu leben. Das Besondere und Wichtige an der grünen Magie ist die Tatsache, dass es sich dabei um einen sehr speziellen, individuellen Weg handelt. Jeder wird sich zu anderen Praktiken der grünen Magie hingezogen fühlen und diese auch auf unterschiedliche Art und Weise umsetzen. Es geht darum, in *Ihrem* Leben und innerhalb *Ihres* persönlichen Umfelds ein praktikables Gleichgewicht zu finden.

Die grüne Hexe arbeitet eng mit der Natur zusammen und nutzt deren Gaben. Sie verwendet Materialien aus der Natur, um das körperliche und geistige Wohlbefinden zu verbessern und etwas für das Wohl ihrer Umwelt zu tun, und bemüht sich, einen persönlichen Kontakt zur Natur herzustellen. Es mag Ihnen schwierig erscheinen, in unserer heutigen technisierten, industriellen Welt im Einklang mit der Natur zu leben. Doch zum Glück brauchen Sie die Einflüsse der modernen Welt nicht aus Ihrem Leben auszuklammern oder zu beseitigen. Sie müssen lediglich herausfinden, wie Sie Ihr modernes Leben mit dem uralten Wissen verbinden können, das nur darauf wartet, wiederentdeckt zu werden. Entscheidend ist zu erkennen, dass die grüne Energie auch in unserer heutigen Welt noch vorhanden ist, und zu sehen, wie sie noch immer funktioniert. Hören Sie auf die Welt um sich herum. Öffnen Sie Ihr Herz. Finden Sie Ihr inneres Gleichgewicht wieder. Und genießen Sie diese Reise.

**Hinweis:** Obwohl hier von grünen Hexen gesprochen wird und von »sie« die Rede ist, steht der Weg der grünen Hexen selbstverständlich auch Männern offen, die sich immer häufiger diesem Bereich zuwenden. Die weibliche Form wurde nur der Zweckmäßigkeit halber gewählt.

Teil 1

*Das Wesen der  
grünen Magie*

## *Was ist grüne Magie?*

Früher lebten grüne Hexen, damals allgemein als Kräuterhexen bezeichnet, abgeschieden in der Natur und nutzten die Energien der Pflanzen und Bäume um sich herum, um andere Menschen zu heilen. Die Leute kamen oft von weither, um ihre Hilfe zu suchen. Heute leben solche Heilerinnen eher mitten in der Stadt oder in den Außenbezirken und arbeiten in den verschiedensten Berufen und sind zum Beispiel im Geschäftsleben, in medizinischen Bereichen, als Lehrerin oder als Hausfrau und Mutter tätig.

Eine grüne Hexe definiert sich nicht darüber, wo sie wohnt oder womit sie ihren Lebensunterhalt verdient. Und ihre Tätigkeit beschränkt sich auch nicht auf die Arbeit mit Pflanzen, Bäumen oder Kräutern. Sie definiert sich nicht – wie manche Menschen vielleicht glauben – nur über den besonderen Ausdruck ihrer Spiritualität oder über ihre Religion, sondern über ihre Beziehung zu ihrer Umwelt, über ihre Ethik und ihre enge Verbundenheit mit der Natur. Sie lebt den grünen Weg – den Weg der grünen Magie.

Und das ist ein ganz persönlicher, von den besonderen Fähigkeiten, Vorlieben und Abneigungen der jeweiligen Person geprägter Weg, bei dem auch das Klima der betreffenden geografischen Region und die Wechselbeziehung mit der Energie dieser Region eine wichtige Rolle spielen. Grüne Magie ist weniger eine

Tradition als vielmehr die persönliche Ausformung eines Ideals.

## **Der Weg der grünen Hexe**

Nach allgemeiner Auffassung ist die grüne Magie ein naturverbundener Ausdruck von Spiritualität, in dessen Mittelpunkt die Interaktion des Menschen mit seinem natürlichen Umfeld steht. Magie schließt die Nutzung natürlicher Energien als Mittel zur Erfüllung einer Aufgabe oder zur Erreichung eines Ziels ein. Meist glauben Hexen und Zauberer sowohl an einen Gott als auch an eine Göttin (manchmal auch nur an eine Göttin) und betrachten Magie als natürliches Phänomen.

Magie wird häufig mit Wicca verwechselt, einer modernen, naturverbundenen Religion. Zwar haben Wicca und Magie viele Gemeinsamkeiten (zum Beispiel die Ehrfurcht vor der Natur), doch Wicca ist eine genau definierte Religion. Demgegenüber gibt es viele verschiedene, unterschiedlich stark strukturierte Formen von Magie. Im Rahmen dieses Buches bedeutet Hexerei oder Magie einfach nur, mit natürlichen Energien zu arbeiten, um bestimmte Ziele zu erreichen – ohne jeden religiösen Kontext.

Eine grüne Hexe ist also eine Person, die den grünen Weg geht und der bewusst ist, wie die Energie der Natur durch ihr Leben und ihre Umgebung hindurchfließt, auch wenn diese Umgebung nicht der Garten- und Waldlandschaft von Märchen und romantisch verklärten Vorstellungen entspricht.

Warum verwende ich die Formulierung »den Weg der grünen Hexe gehen«, statt einfach zu sagen, dass jemand »grüne Magie praktiziert«? Ganz einfach: Grüne Magie ist keine vom gewöhnlichen Leben abgetrennte Praxis wie beispielsweise die rituelle Magie, sondern ein allumfassendes Erlebnis des Eintauchens, bei dem das ganze Leben zur magischen Erfahrung wird.

Grüne Magie ist keine formelle Tradition wie Gardnerian Wicca, Dianic Wicca, Feri-Tradition oder andere verbreitete Wicca-Formen. Ich bezeichne mit dem Begriff »die Tradition der grünen Magie« keine klare Überlieferung und Lehre von Eingeweihten, sondern lediglich verschiedene magische Praktiken aus unterschiedlichen Regionen, die zu unserer heutigen grünen Magie zusammengefloßen sind.

Da die grüne Magie ein sehr individueller Weg ist, stellt jedes Buch über dieses Thema nur eine persönliche Interpretation dar. Initiation in die grüne Magie zu erhalten ist schon aus rein praktischen Gründen unmöglich: Es gibt kein formelles Wissen, das durch sorgfältige Ausbildung weitergegeben wird; keinen Gruppengeist, in den man durch von Ältesten praktizierte heilige Zeremonien eingebunden wird. Manche heutigen eklektizistischen Gruppen mögen sich in ihren Praktiken auf die Ideale der grünen Magie stützen, doch das ist nicht dasselbe.

Wer den Weg der grünen Hexe geht, kann sein persönliches Wissen (einschließlich persönlicher Aufzeichnungen und Schriften) an jemand anderen weitergeben; aber das ist kein Initiationsprozess. Wenn man sich mit den Ideen und Ansichten eines bestimmten Autors oder einer Autorin über den Weg der grünen Hexe beschäftigt, ist das natürlich auch eine Form der Ausbildung, bei der man eine neue Weltsicht und neue Übungen und



Techniken kennenlernt, mit deren Hilfe man seine Verbindung zur Natur weiterentwickeln und vertiefen kann. Das kann zwar niemals ein so intensiver Prozess sein wie die Aufnahme einer traditionellen Lehre, bei der die oder der Lehrende unter Anleitung eines Meisters arbeitete; aber es ist ein moderner Weg, Kenntnisse und Fähigkeiten von jemandem zu erwerben, der den Weg der grünen Hexe geht.

## **DIE WELTSICHT DER GRÜNEN HEXE**

Die Begriffe Heilung, Harmonie und Gleichgewicht spielen in der Praxis und Weltsicht der grünen Hexe eine wichtige Rolle. Sie stehen für drei verschiedene Kernbereiche:

1. Die Erde (nicht nur Ihr regionales Umfeld, sondern auch unser ganzer Planet)
2. Die Menschen (sowohl die Menschheit im Allgemeinen als auch die Angehörigen Ihrer Gemeinde und Ihres Freundes- und Bekanntenkreises)
3. Sie selbst

Die Erde wird oft als Mittelpunkt des Interesses grüner Hexen betrachtet, was ein bisschen ungerecht ist. Denn die grüne Hexe ist sich zwar darüber im Klaren, dass die Erde diesen Planeten und alle dort lebenden Geschöpfe – Tiere, Pflanzen und Menschen – umfasst. Ihr ist aber auch bewusst, dass das Individuum sehr leicht untergeht, wenn man all dies in einen Topf wirft. Wir können zwar den falschen Umgang mit dem Wasserverbrauch auf unserem Planeten verurteilen; doch regionale Aktionen haben oft mehr direkte Auswirkungen auf unsere Umwelt als Demonstrationen vor irgendeinem Bürohochhaus. Die Devise der grünen Hexe lautet, dass man lieber erst mal vor seiner eigenen Haustür kehren soll.

Außerdem geht es der grünen Hexe auch um die Menschen. Sie weiß, welchen enormen Einfluss wir Menschen

auf die Natur haben – nicht nur durch den Umgang jedes Einzelnen mit der Natur, sondern auch durch die Energie, die wir durch unsere Gefühle und Überzeugungen erschaffen. So wie die Energie der Natur uns beeinflusst, hat umgekehrt auch unsere Energie Auswirkungen auf die Natur – und die sind nicht immer positiv. Deshalb will die grüne Hexe die Harmonie zwischen Mensch und Natur erhalten. Außerdem weiß sie, dass wir Menschen uns auch gegenseitig mit unserer Energie beeinflussen. Daher versucht sie, ein harmonisches energetisches Umfeld zu bewahren, das den Menschen ein Gefühl innerer Ruhe schenkt und in dem sie sich positiv entwickeln und mit Leichtigkeit und Liebe miteinander umgehen können.

Und nicht zuletzt muss die grüne Hexe auch mit den Realitäten ihres eigenen Lebens im Einklang stehen. Das bedeutet, dass sie sich über ihre persönlichen Ziele und Hindernisse klar werden und sich selbst kennenlernen muss, damit sie ihre Energien und Fähigkeiten so gut wie möglich einsetzen kann.

Ihr wahres Ich ist nicht unbedingt der Mensch, der Sie gern wären, sondern der Mensch, der Sie *sind*. Dieses wahre Ich zu entdecken kann sehr schwierig sein. Wir belügen uns immer wieder selbst, und zwar oft so gut, dass wir für bestimmte Seiten unserer Persönlichkeit ein Leben lang völlig blind bleiben. Es kann sich aber durchaus lohnen, uns mit der Schattenseite unseres Selbst auseinanderzusetzen, um unsere dunkleren und unsere positiven Seiten in harmonischem Einklang miteinander zu halten; dadurch bringen wir unsere persönliche Energie ins Gleichgewicht.

## **DIE ETHIK DES WEGS DER GRÜNEN HEXE**

Auf jedem Weg, bei dem es um den Ausdruck unserer Spiritualität geht, spielt Ethik eine wichtige Rolle. Interessanterweise gibt es auf dem Weg der grünen Hexe

keine anderen ethischen oder moralischen Regeln als diejenigen, die der oder die Praktizierende bereits vertritt.

Warum kennt die grüne Magie keine ethischen Regeln? Erstens sind ihre Praktiken etwas so Persönliches, dass ein übergreifendes ethisches System zwangsläufig manche Vertreter der grünen Magie ausschließen oder dazu zwingen würde, ein anderer Mensch zu werden. Bei der grünen Hexenkunst geht es aber nicht darum, Menschen zur Veränderung zu zwingen, sondern darum, jeden dazu zu bewegen, ihr oder sein persönliches Leben mit der Energie der Natur in Einklang zu bringen. Zweitens fühlen sich grüne Hexen so eng mit ihrer Umwelt verbunden, dass ethische Vorgaben unnötig sind. Wenn man sich selbst als Teil eines größeren Ganzen begreift, kann man schwerlich gegen dieses Ganze vorgehen. Wenn man mit der Erde zusammenarbeitet, wäre es kontraproduktiv, etwas gegen sie zu tun. Das schließt auch Aktionen gegen einzelne Mitglieder der erweiterten Energie der Erde ein – beispielsweise andere Menschen, Tiere, Pflanzen usw. Es ist schwierig, unethisch zu handeln, wenn einem klar ist, dass alles und jeder von den negativen Auswirkungen solchen Handelns betroffen wäre.

Wenn man die Welt um sich herum liebt und respektiert, geht man nicht schlecht mit ihr um. Je mehr Mitgefühl und Anteilnahme man für seine Umgebung empfindet, desto besser behandelt man sie. Das hat etwas mit der Goldenen Regel zu tun, die sich wie ein roter Faden durch verschiedene Religionen hindurch zieht. Es ist ein wechselseitiges Geben und Nehmen: Wenn du deine Mitmenschen höflich behandelst, werden sie sich dir gegenüber genauso verhalten. »Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es heraus.« Das gilt für Gedanken, Handlungen und Energie gleichermaßen.

Aus der Sensibilität und Bewusstheit, um die sich eine grüne Hexe bemüht, ergibt sich automatisch ein Wissen darüber,

wen und was sie mit ihren Handlungen und Entscheidungen beeinflusst. Dank dieses Verständnisses, dieses Verantwortungsbewusstseins und dieses Gefühls, eine Hüterin des Lebens zu sein, braucht sie sich nicht weiter mit dem Thema Ethik auseinanderzusetzen. Die Natur ist unsere Mutter, unser Vater und unser bester Freund. Es ergibt keinen Sinn, seinen Verwandten oder Freunden absichtlich zu schaden. Denken Sie an die Liebe und den Respekt, den Sie der Erde entgegenbringen, und weiten Sie diese Hochachtung auf sämtliche Lebewesen aus. Menschen, Tiere, Pflanzen, Bäume - sie alle sind Teil der Natur, also behandeln Sie sie mit demselben Respekt wie die Erde selbst.

## **Eine kurze Geschichte der grünen Magie**

Die Praktiken der heutigen grünen Hexe haben ihren Ursprung in der Volksheilkunst und der Volksmagie. Die Vorfahren der modernen grünen Hexe waren Kräuterheilkundige, Hebammen, Heilerinnen, Wahrsagerinnen und Menschen mit magischen Fähigkeiten, die den früheren Dorfbewohnern wertvolle Dienste leisteten.

Zu den Aufgaben dieser spirituellen Vorläufer der grünen Magie gehörten normalerweise Geburtshilfe, die Totenwaschung vor der Bestattung und die Nutzung verschiedener Pflanzen zur Heilung von Körper und Seele. Diese Menschen wussten um Leben und Tod. Sie wussten, mit welchen Pflanzen man einen Menschen vor dem Tod retten oder ins Jenseits befördern kann. Die grünen Hexen früherer Jahrhunderte wurden zwar häufig respektiert, aufgrund ihres Wissens jedoch meist auch gefürchtet oder zumindest mit Misstrauen betrachtet. Sie wurden oft von ihren Gemeinden ausgegrenzt und lebten allein oder weitab von den anderen Menschen. Auch heute noch begegnet die

Gesellschaft Menschen mit einem außergewöhnlichen Wissen nicht selten mit einem gewissen Unbehagen.

Wahrscheinlich wollten die spirituellen Vorfahren unserer heutigen grünen Hexen aber auch von sich aus außerhalb der menschlichen Gemeinschaft leben, weil man die Stimme der Natur nicht so leicht hören kann, wenn man von anderen Menschen umgeben ist. Dank ihrer Nähe zu Wäldern und Feldern konnten Menschen mit magischen Fähigkeiten leichter mit den Energien der Natur kommunizieren und Kräuter und andere Materialien sammeln, die sie für ihre Arbeit brauchten.

Die Vertreter der Volksmagie, die ebenfalls zu den Vorfahren der grünen Hexen gehören, hatten vieles mit den Volksheilern gemeinsam. Manchmal waren die Heilerinnen früherer Zeiten gleichzeitig auch Hexen, die die Volksmagie ihrer jeweiligen Region praktizierten. Doch meistens waren sie einfach nur Großmütter, die ein Talent dafür hatten, Dinge »in Ordnung zu bringen«. Volksmagie besteht aus Praktiken und Überlieferungen, die innerhalb einer geografischen Region oder eines Kulturraums von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Dabei ging es normalerweise um Weissagungen zu Liebe und Ehe, landwirtschaftliche Erträge oder das Wetter.

Owen Davies, der Autor des faszinierenden Buches *Popular Magic. Cunning-folk in English History*, erklärt, dass Volksmagier im Gegensatz zu den Heilern und Heilerinnen ursprünglich vor allem die Aufgabe hatten, Menschen von Flüchen oder bösem Zauber zu befreien. Ihre Existenzgrundlage war also die Hexerei; und als die Menschen nicht mehr daran glaubten, war es mit ihrer Karriere vorbei.

## **ÄHNLICHE FORMEN DER MAGIE**

Es gibt auch noch andere moderne Wege, die der grünen Magie ähneln. Küchen- und Heckenhexen zum Beispiel

widmen sich ähnlichen Praktiken und werden manchmal sogar mit grünen Hexen gleichgesetzt. Alle drei Formen der Magie haben drei grundlegende Gemeinsamkeiten: Sie beruhen auf Volksmagie; sie müssen nicht unbedingt ein spirituelles Element beinhalten; und sie werden eher von einzelnen Menschen als von einer ganzen Gruppe praktiziert.

Bevor wir uns genauer damit befassen, was den Weg der modernen grünen Hexe ausmacht, will ich einen kurzen Blick auf die Küchen- und Heckenmagie werfen, um herauszufinden, worin diese beiden Wege einander ähneln und was sie voneinander unterscheidet.

- **Küchenhexen** sind eher familienorientiert und praktizieren ihre Magie im Herzen des modernen Hauses: der Küche. Die magische Betätigung der Küchenhexe besteht in täglichen Hausarbeiten wie Kochen, Putzen, Backen usw. Wenn man den Boden von Staub und Schmutz säubert, kann man ihn zum Beispiel gleichzeitig von negativer Energie reinigen. Eine Küchenhexe arbeitet eher intuitiv als rituell und geht dabei nicht unbedingt systematisch vor.
- **Heckenhexen** leben in der Nähe der Natur, oft außerhalb der Stadt. Wenn man an die klassische »weise Frau« am Stadtrand denkt, von der sich die Menschen früher Liebeszauber und Heiltränke beschafften, hat man eine ziemlich gute Vorstellung davon, was eine Heckenhexe ist. Die moderne Heckenhexe arbeitet normalerweise für sich allein, praktiziert eine neuheidnische Form der Magie, und ihre Arbeit beruht auf Zauberei.

Moderne Anwender bestimmter Formen von Magie versuchen häufig, ihre Praxis an eine geschichtliche Tradition anzubinden, um den Eindruck einer gewissen

Überlieferung zu erwecken; doch diese Anbindung ist nicht so wichtig wie die Treue zu sich selbst. Das gilt vor allem für den Weg der grünen Hexe.

Es ist leicht, zurückzublicken und die Einflüsse der Vergangenheit auf unsere modernen Vorgehensweisen zu erkennen. Doch jede grüne Hexe entwickelt ihre eigenen Praktiken. Es gibt keine Initiation und keine festen Regeln, die eingehalten werden müssen. Der grüne Weg ist einfach nur eine Widerspiegelung des inneren Lichts der grünen Hexe.

### **Die MODERNE GRÜNE HEXE**

Trotz ihrer angeblichen Fortschrittlichkeit blickt unsere moderne Gesellschaft gern sehnsüchtig auf frühere, einfachere Zeiten zurück, auch wenn das Leben damals härter war als heute. Doch dieser Blick zurück ist keine nostalgische Sehnsucht nach einer verklärten Vergangenheit, sondern ein unbewusstes Hingezogensein zu einem Wissen, das uns durch Innovation, Fortschritt und technologische Verbesserungen abhandengekommen ist.

Wir brauchen moderne Innovationen nicht zu verdammen oder rückgängig zu machen, und wir müssen auch nicht auf Bürgersteige, Fernseher oder Computer verzichten. Wir sollten uns einfach nur darüber klar werden, wie wir in unserem modernen Leben mit dem Wissen früherer Zeiten in Kontakt treten können, das nur darauf wartet, wiederentdeckt zu werden. Technologie durch Hexerei und ein bäuerliches Leben ersetzen zu wollen, ist nicht die Lösung. Wer die Evolution rückgängig machen und zu einer früheren Entwicklungsstufe zurückkehren will, verleugnet unsere moderne Welt. Eine grüne Hexe dagegen verleugnet die Welt um sich herum nicht, sondern akzeptiert sie und

sucht nach Wegen, diese Welt in ihre spirituelle Praxis zu integrieren. Grüne Magie ist eine Brücke zwischen Gegenwart und Vergangenheit, Neuem und Altem. Der Weg zu einer sinnvollen und erfolgreichen grünen Magie besteht darin, das Wirken der grünen Energien in unserer heutigen Welt zu erkennen.

## **Lernen, sich mit der Erde zu identifizieren**

Das Hauptmerkmal grüner Hexenkunst ist eine starke Identifikation mit der Erde. Obwohl der Respekt vor der Erde und eine bewusste Wahrnehmung der Natur in den modernen alternativen spirituellen Bewegungen eine wichtige Rolle spielen, gehört eine grüne Hexe nicht unbedingt einer solchen Bewegung an. Der Hauptunterschied zwischen dem grünen Weg und neuheidnischen Religionen besteht darin, dass Gottesfiguren in der grünen Magie keine wichtige Rolle spielen. Der grünen Hexe genügt es, sich mit der Mythologie und alten Religionen zu beschäftigen, um zu einem tieferen persönlichen Verständnis davon zu gelangen, wie die Energie der Erde im Lauf der Jahrhunderte wahrgenommen wurde. Sie verehrt aber nicht unbedingt Götter und Göttinnen, die Erdmuster und Erdenergien ausdrücken oder repräsentieren. Unser Planet selbst ist ein Archetyp der liebevollen Mutter, die ihre Kinder nährt, hegt und pflegt; eine weitere Ausgestaltung dieses Archetyps ist für die grüne Hexe nicht notwendig. Allerdings finden viele grüne Hexen eine mythologische Figur – sei es eine Gottheit oder ein Held –, die mit ihrem persönlichen Glauben und ihrer persönlichen Energie in Einklang steht, und lassen sich von dieser Figur inspirieren. Das führt jedoch nicht dazu, dass sie diese Figur anbeten oder verehren.



Während alternative Religionen die Menschheit als Verwalter oder Hüter dieses Planeten betrachten, sieht sich die grüne Hexe nicht einfach nur als »Hausmeister«, sondern als Manifestation der Erde selbst. Dank dieser starken Identifikation mit der Erde kann sie partnerschaftlich mit den Erdenergien zusammenarbeiten.

Jemand, der die Erde ehrt und die Natur als seinen wichtigsten Lehrmeister betrachtet, wird manchmal als Naturanbeter oder Heide bezeichnet. In unserem modernen Sprachgebrauch sind diese Begriffe jedoch nicht grundsätzlich abwertend gemeint, sondern bezeichnen einfach nur einen Menschen, der das Göttliche in der Natur verehrt. In den spirituellen New-Age-Praktiken wird das Wort »heidnisch« von Menschen reklamiert, deren Seele mit dem Herzschlag der Erde mitschwingt. Ist die grüne Hexe also eine Heidin? Das gilt möglicherweise für einige grüne Hexen, aber nicht für alle. Der Weg der grünen Hexe ist nicht unbedingt ein religiöser. Es ist ein spiritueller Weg, aber Spiritualität ist nicht immer gleichbedeutend mit Religion. Eine grüne Hexe kann jeder beliebigen Religion anhängen und das Göttliche auf ihre eigene Weise verehren, solange sie auch die Natur als etwas Heiliges, Gesegnetes betrachtet. Die grüne Hexe sieht überall in der Natur das Göttliche; und jede grüne Hexe interpretiert diese Göttlichkeit ein bisschen anders.

## **DAS LEBEN FEIERN**

Grüne Magie ist eine ständige Feier des Lebens – ein Dialog mit der Natur, der sowohl die Praktizierenden als auch die Erde selbst bereichert. Der Austausch von Energien bringt vielfältige Vorteile, die man auf einen einfachen Nenner bringen kann: Durch diesen Dialog heilen wir die Erde, und die Erde heilt uns. Wir streben durch unser Handeln nach Harmonie. Wir bemühen uns, Energien auszugleichen, die in eine Schiefelage geraten sind.

Wie andere Wege, die von einer Verehrung der Erde geprägt sind, liegt auch der Ursprung der grünen Magie im landwirtschaftlichen Kalender, im Wechsel der Jahreszeiten, in den Wettermustern und in magischen Ritualen der Volksmagie, die um der Gesundheit oder Fruchtbarkeit willen durchgeführt wurden. Viele neuheidnische Praktiken haben ihre Wurzeln in dieser uralten grünen Magie, wobei dem Wort »Wurzeln« hier eine wichtige Bedeutung zukommt: Wenn etwas irgendwo verwurzelt ist, entspringt es aus einer Quelle und ist zugleich stark und fest verankert. Wer seine Wurzeln verleugnet, der verleugnet also sowohl sein Fundament als auch seine Stärke. Wir sehen vielleicht nur den Stamm und die Zweige eines Baumes; doch das Wurzelsystem reicht tief und weit in die Erde hinein.

Da die grüne Magie keine genau definierte Schule oder Richtung ist, steht es ihren Anhängern frei, alles, was sie lernen, an ihre persönlichen Bedürfnisse anzupassen. Das bedeutet nicht nur, dass man von anderen Menschen entwickelte Praktiken abändern kann, sondern auch, dass man sich an die Erfordernisse der jeweiligen Situation anpassen muss. Es bedeutet, flexibel auf die eigenen Bedürfnisse und die Bedürfnisse der Erde einzugehen.

Grüne Magie ist, wie gesagt, nicht gleichbedeutend mit Wicca. Bei Wicca handelt es sich um eine formelle, systematische Religion, die bestimmte Lehren und moralische Richtlinien aufstellt und deren Anhänger genau vorgegebene Rituale praktizieren. Die grüne Magie dagegen ist eine unsystematische, flexible Praxis, die keine festen Feiertage und keine obligatorischen Rituale kennt. Die grüne Hexe ist anpassungsfähig. Sie gestaltet ihren Weg ihren individuellen Stärken und Talenten entsprechend und

orientiert sich dabei an den Energien und Mitteln, die ihre Heimat ihr bietet.

Wenn Sie beispielsweise von Massachusetts nach New Mexico ziehen, werden sich Ihre magischen Praktiken zwangsläufig verändern, weil Sie sich an Ihre neue Umgebung, die neue Flora und Fauna und die neuen Energien der Sie umgebenden Landschaft anpassen müssen. Wenn Sie eine neue Beziehung zur Erde in New Mexico eingehen, entwickeln Sie sich dadurch automatisch weiter, denn Sie spiegeln Ihr Umfeld jetzt auf andere Weise wider als in der Natur in Massachusetts.

## **Worin besteht das Magische am grünen Weg?**

»Magie« ist ein Wort, das Verwirrung stiften kann. Magie ist keine Illusion und auch keine künstliche Manipulation unnatürlicher Kräfte, sondern etwas ganz Natürliches. Magie ist die bewusste Nutzung natürlicher Energien in der Absicht, zu einem besseren Verständnis der umgebenden Welt zu gelangen und sich mit den Energien der Welt in Einklang zu bringen.

Die meisten grünen Hexen halten den Begriff »Magie« für irrelevant. Dieser Begriff lässt etwas Außergewöhnliches vermuten, doch für die grünen Hexen wohnt selbst den banalsten Dingen eine gewisse Magie inne. Wenn sie den Fluss der natürlichen Energien um sich herum spüren, darauf reagieren und ihn sanft in die gewünschte Richtung lenken, ist das für sie das Natürlichste von der Welt – eben Naturmagie. Die Natur selbst ist etwas Magisches. Das Alltägliche ist der grünen Hexe heilig.

Marian Green, die Autorin des Buches *Wild Witchcraft*, geht einen Weg, der der Philosophie der grünen Magie sehr nahe kommt, wobei der Natur- und der Heckenmagie eine wichtige Rolle zukommen. Sie schreibt: »Magie ist die Kunst

zu lernen, diese Elemente des ewigen Wandels zu erkennen: die natürlichen Muster von Ebbe und Flut, das Auf und Ab von Fortschritt, Stillstand und Rückzug ... Magie lehrt uns zu erkennen, in welche Richtung die Gezeiten der Natur fließen, auf welcher Ebene sie sich bewegen und was sie jedem von uns in diesem Augenblick bieten können.« Für Marian Green bedeutet Magie zu lernen, sich mit den Kräften der Natur in Einklang zu bringen, und zu erkennen, wie sie durch unser Leben fließen. Das ist nichts anderes als der Lebensweg der grünen Hexe.

Zauberei ist auf dem Weg der grünen Hexe etwas völlig Natürliches. Ist es Zauberei, eine Tasse Rosmarintee gegen Kopfschmerzen zu brauen, oder ist es Naturheilkunde? Für die grüne Hexe ist diese Frage belanglos. Ihr kommt es nur auf den bewussten Einsatz der Energien des Rosmarins an, um ein vorübergehendes Ungleichgewicht zu beheben. Dank unserer engen Verbindung zur Natur und der Erkenntnis, dass wir alle Teil der Natur sind, können wir als Bindeglied zwischen der Welt der Menschen und der Welt der Natur fungieren.

Wenn Sie sich für die Energie der Natur öffnen und akzeptieren, dass Sie ein Teil dieser großen Sinfonie aus Kraft und Energie sind, können Sie an dieser Energie teilhaben und Ihr Leben wieder ins Gleichgewicht bringen. Und als Nächstes können Sie sich bemühen, das energetische Gleichgewicht anderer Situationen wiederherzustellen.

In anderen magischen Schulen gibt es Methoden, um Energie zu sammeln, sie auf ein Ziel auszurichten und dann freizusetzen. Die grüne Hexe arbeitet auf eine langsamere, subtilere Weise mit der Energie. Sie will Teil des Hin- und Herfließens der sie umgebenden Energie sein. Sie sammelt sie also nicht bewusst, um ihr eine bestimmte Form zu geben und sie dann freizusetzen. Die grüne Hexe wirkt von

innen heraus und bewegt sich mit dem natürlichen Fluss der Energien mit, statt sie manipulieren zu wollen.

Die Verwendung des Begriffs »Magie« kann Sie dazu verleiten, Ihre Arbeit als etwas Besonderes zu betrachten. Ich gebe in diesem Buch keine Anleitung zum Ziehen eines magischen Kreises, in dem man arbeiten soll, und keine Vorschriften zur Anrufung von Gottheiten. Ich schreibe auch keine genaue Abfolge von Ritualen vor, an die man sich halten muss. Die Arbeit der grünen Hexe ist etwas Individuelles, Fließendes, Natürliches, das sich von Sekunde zu Sekunde ergibt. Es ist wichtig, das magische Potenzial in jedem Augenblick zu erkennen. Alles ist in dem Sinne magisch, als dass es wundersam und einzigartig ist – jeder Atemzug, jeder Schritt, jedes Umrühren einer Suppe. Alles, was Sie tun, ist ein magischer Akt. Das Leben selbst ist Magie.

Diesem Wissen muss die Erkenntnis gegenüberstehen, dass Sie als grüne Hexe eine heilige Verantwortung tragen, nicht nur über die Harmonie in Ihrer Umgebung zu wachen, sondern auch daran zu denken, dass, wie Poppy Palin in ihrem Buch *Craft of the Wild Witch* es formuliert, »jede positive Geste zu einem Zauber werden kann«.

Die grüne Magie birgt allerdings die Gefahr, dass Vertrautheit zur Missachtung führen kann. Da in den Augen der grünen Hexe jeder Augenblick magisch und voller Möglichkeiten ist, kann sie mit der Zeit so unempfindlich dafür werden, dass kein Augenblick mehr etwas Besonderes für sie ist. Hüten Sie sich davor, in diese Unaufmerksamkeit zu verfallen! Erlauben Sie es sich, im Verlauf der Jahreszeiten immer wieder über die Freude und Kraft der Natur, über die Schönheit und Schrecklichkeit von Sonnenuntergängen und Stürmen zu staunen. Jeder Augenblick ist etwas Magisches, weil er ungeahnte Möglichkeiten in sich birgt – aber auch, weil er nur ein Augenblick ist. Das Alltägliche ist der grünen Hexe heilig,

eben weil es alltäglich ist. Das englische Wort für »alltäglich« (*mundane*) leitet sich vom lateinischen *mundus*, »die materielle Welt«, ab, und die Kraft der grünen Hexe entspringt der Energie dieser materiellen Welt.

## **DER EID DER GRÜNEN HEXE**

Im Grunde ist grüne Magie eine Einstellung, ein Lebensgefühl. Man kann den grünen Weg aber auch mithilfe persönlicher Rituale und Zaubersprüche gehen. Durch Rituale können wir unsere persönliche Energie im Rahmen einer vorgegebenen Struktur auf die uns umgebende Energie einstimmen und diese natürliche Energie unserer Umgebung anders erfahren als in unserem Alltagsleben.

Wenn Sie in meinen bisherigen Ausführungen sich selbst und Ihre Einstellung wiedererkannt haben, ist der Weg der grünen Hexe vielleicht der richtige für Sie. Wenn Sie sich verbindlich dazu verpflichten möchten, diesen Weg zu beschreiten, können Sie den unten stehenden Eid ablegen oder ihn gern auch als Anregung für eigene, persönlichere Formulierungen verwenden. Sie können dabei eine bestimmte Gottheit ansprechen wie in diesem Beispiel (und auch an anderen Stellen in diesem Buch) oder die Anrufung der Gottheit weglassen; ganz wie Sie möchten.

*Gott und Göttin,  
Naturgeister,  
Elemente um mich herum,  
segnet mich auf meinem Weg der grünen Hexe.  
Möge jede meiner Handlungen dem Wohl aller dienen,  
Mensch und Natur gleichermaßen.  
Bringt mir Weisheit und Frieden,  
Gelassenheit und Ausgeglichenheit auf meinem Weg.  
Gebt mir das Vertrauen, die Arbeit zu tun, die ihr von mir  
verlangt,*