



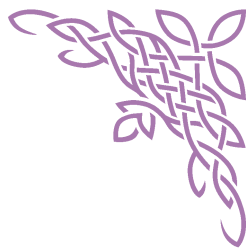
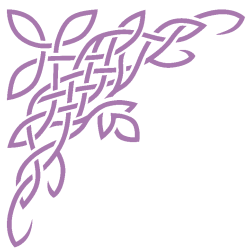
Caroline Deiß

UN ANNO DI MAGIA



**Rituali e usanze
della tradizione nordica,
mese per mese**

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO



CAROLINE DEIB

UN ANNO DI MAGIA

RITUALI E USANZE
DELLA TRADIZIONE NORDICA,
MESE PER MESE



 EDIZIONI
**IL PUNTO
D'INCONTRO**



Caroline Deiß

Un anno di magia

Titolo originale: Dein mystisches Jahr

Traduzione di Rossella Franceschini

Copyright © 2022 mvg Verlag, an Imprint of Muenchner Verlagsgruppe GmbH, Munich, Germany, www.mvg-verlag.de. All rights reserved. Negotiated through Giuliana Bernardi, Literary Agent.

Copyright © 2023 Edizioni Il Punto d'Incontro per l'edizione italiana

Prima edizione originale pubblicata nel 2022 da mvg Verlag

Prima edizione italiana pubblicata nel novembre 2023 da Edizioni Il Punto d'Incontro, via Zamenhof 685, 36100 Vicenza, tel. 0444239189, fax 0444239266, www.edizionilpuntodincontro.it

Finito di stampare nel novembre 2023 presso LegoDigit, Lavis (TN).

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'editore, a eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.

ISBN 978-88-6820-983-4

INDICE

Prefazione.....7

L'ANNO INIZIA D'INVERNO

GENNAIO

Mese di Giano, che guarda al passato e al futuro..... 13

FEBBRAIO

Mese della purificazione.....27

IL VENTO DELLA PRIMAVERA SOFFIA IN OGNI DOVE

MARZO

Mese del nuovo inizio e della ripartenza.....43

APRILE

Mese della forza e della gioia di vivere.....57

MAGGIO

Mese della fecondità e dell'amore.....73

L'ESTATE PORTA SOLE E CALDO

GIUGNO

Mese della realizzazione e della crescita interiore.....93

LUGLIO

Mese dell'abbondanza..... 113

AGOSTO

Mese del raccolto abbondante..... 129

ARRIVA L'AUTUNNO

SETTEMBRE

Mese di transizione 149

OTTOBRE

Mese del commiato e del lasciar andare 165

NOVEMBRE

Mese di ascolto della voce interiore 183

L'ANNO FINISCE COME È INIZIATO: CON L'INVERNO

DICEMBRE

Mese della pace 201

Postfazione 217

Ringraziamenti 218

Bibliografia..... 219

Nota sull'autrice 223

PREFAZIONE

Magia? Misticismo? Li percepisci quando cammini in un bosco. Li ritrovi nel fresco profumo del muschio bagnato, nell'enigmatico verso della civetta o nel terreno morbido e soffice sotto i tuoi piedi. Sono momenti magici, ricchi di mistero e al tempo stesso inebrianti.

Hai l'impressione di essere osservato da occhi invisibili. Volpi, caprioli o creature della natura? Nani, folletti, elfi o fate? Puoi solo immaginarli perché, anche se ne avverti la presenza, non riesci a vederli. Senti gli alberi frusciare, quando vogliono comunicarti qualche messaggio, ispirarti e incuriosirti, in modo segreto, magico, misterioso.

Questi stati d'animo hanno spinto i nostri antenati ad attivare il proprio potenziale extrasensoriale, il che ha permesso loro di ricevere segnali chiari, suggerimenti e indicazioni dall'anima. Essi parlavano con pietre, fiori, erbe, alberi, consideravano le forze della natura entità da venerare e adorare. Così si spiegavano il mondo e lo interpretavano, vivendo in armonia e in equilibrio con esso.

Fino all'epoca dell'Illuminismo, per scienziati stimati come Aristotele, Pitagora, Talete e molti altri ancora era naturale includere nelle proprie scoperte il divino, il trascendentale, l'inintelligibile, l'invisibile e il mistico. Lo studio della natura e l'esperienza extrasensoriale del mondo si completavano. Nelle leggi delle orbite planetarie, gli scienziati riconoscevano l'armonia dell'universo creato da Dio e i botanici lodavano il creatore per le meraviglie del regno vegetale.

Tuttavia, nel corso dei secoli furono messi in primo piano soltanto gli aspetti misurabili della natura, finché l'invisibile e l'esperienza soprannaturale del mondo caddero nell'oblio. Ciò che fu scoperto in seguito è senz'altro vero, tuttavia è solo una parte della realtà. Le dimensioni inafferrabili, spirituali, da allora vengono per lo più trascurate.

Eppure misticismo e magia sono con noi in ogni istante. Con i cinque sensi non esploriamo solo il mondo visibile ma ci affacciamo anche alle porte del regno spirituale, impercettibile. L'intensità degli organi sensoriali varia molto da persona a persona. Ciascuno di noi dispone di percezioni particolari, tagliate su misura e vive nella propria realtà, unica al mondo. Sappi che i tuoi occhi non vedono cose delle quali forse potresti sorridere. Sei tu l'artefice della tua esistenza, sei tu che stabilisci la verità della tua vita, del cielo e delle stelle. La tua dignità dipende da come crei il tuo mondo. Sei nato con questa libertà e responsabilità. Usala e trasforma la tua vita in un viaggio straordinario ed emozionante attraverso le realtà fantastiche della Terra.

Con la tua esperienza individuale, soggettiva, del mondo crei tu stesso i rituali del tuo quotidiano. Da migliaia di anni questa è la chiave per il manifestarsi dell'anima, per varcare la soglia di dimensioni sconosciute e immateriali. Le usanze, le tradizioni, i riti e i culti descritti in questo libro rappresentano una possibilità di vivere i momenti magici dell'anno con tutti i sensi. Puoi modificarli o spostarli a tuo piacimento o puoi usarli semplicemente come ispirazione per nuove idee. Organizza il tuo anno come desideri e come te lo immagini.

Per ogni mese troverai dodici modi di sperimentare momenti mistici, magici. Prima ti sarà spiegato il significato del nome del mese e la sua numerologia, della quale scoprirai le connessioni cosmiche e spirituali. Poi ne conoscerai le divinità, che in passato condizionavano l'esistenza. Esse ci guidano dalla notte dei tempi fino al presente, dove sono ancora percepibili e agiscono

nel mondo degli umani. Domande su come, per esempio, l'aura dei metalli influisca sullo spirito e sul destino delle persone trovano qui una risposta. Come è noto, le erbe racchiudono tutta la forza del mondo, perciò per ogni mese scoprirai il potere magico di una pianta e le sue proprietà segrete. Gli alberi, se interrogati, si comportano allo stesso modo, sussurrando a chi cammina messaggi dall'altro mondo. Chi legge queste pagine incontrerà e amerà gli animali guida e i pianeti, interconnessi con ogni altro essere vivente in una rete di conoscenze cosmiche, dove si liberano forze magiche primordiali. Saranno descritti luoghi incantati, che trasmettono forza, ispirazione e benessere, e che facilitano l'accesso alla propria anima, incontrerai creature magiche che ti accompagneranno lungo il tuo cammino. Ti immergerai nel mondo mistico degli incensi, cibo dello spirito e ponte verso il soprannaturale, e conoscerai strumenti magici particolarmente importanti. Infine conoscerai le leggende e le usanze di ciascun mese, immergendoti ancora di più nella loro magia. Con l'aiuto di queste pagine potrai dunque organizzare il tuo anno magico seguendo i tuoi bisogni, i tuoi desideri e i tuoi progetti.

Caroline Deib





L'ANNO
INIZIA
D'INVERNO



Il mondo sembra finalmente pacificarsi, una spessa coltre di neve attutisce i rumori e la limpida luce del sole avvolge il paesaggio in una luminosità scintillante: è inverno. Ciò significa che le porte dell'altro mondo, del regno degli spiriti, degli avi e dei misteri della creazione, in questo magico momento sono aperte. Lo percepisci camminando in un bosco imbiancato, quando senti la neve scricchiolare sotto i piedi, quando fai il pupazzo e respiri l'aria fresca e pungente. È una stagione nella quale puoi vivere da vicino le forze naturali elementari e in cui impari ad aprirti con tutti i sensi, in cui puoi scoprire energie cosmiche nascoste o semplicemente rallentare e fare il pieno di energia. In questi momenti sei pervaso da una sensazione di gioia traboccante di incanto e magia, il desiderio di pace, tranquillità e di un fuoco che arde nel caminetto e che profuma di resina si diffonde in ogni cellula del tuo corpo. Nella stanza calda accendi una candela di un colore invernale: rosso (energia vitale), bianco (semi del nuovo inizio) o verde (simbolo della vita eterna), bevi una tazza di tè, ti concedi, in un catino di vetro, un pediluvio con fiori di lavanda essiccati, boccioli di rosa e qualche goccia di olio di rosmarino e infine ti accoccoli sul divano sotto una morbida coperta.





GENNAIO

MESE DI GIANO, CHE GUARDA AL PASSATO E AL FUTURO

*“Tempo chiaro e dolce a Capodanno,
assicura bel tempo tutto l’anno”.*

ORIGINE DEL NOME DEL MESE E NUMEROLOGIA DI GENNAIO

Gennaio è il primo mese dell’anno e il secondo mese invernale, dopo dicembre. Altre antiche denominazioni sono “Hartung” e “Hartmonat” (“mese rigido”), “Schneemonat” (“mese della neve”), “Eismond” (“mese del ghiaccio”), “Wintermonat” (“mese dell’inverno”) o “Wolfsmonat” (“mese del lupo”). Gennaio prende il nome dal dio romano Giano, rappresentato con due volti, uno che guarda l’anno nuovo e l’altro che guarda l’anno vecchio. È il dio dell’inizio e della fine, delle soglie, delle porte e dei passaggi in nuovi mondi, di nuovi livelli di coscienza e dell’anno che verrà.

A esso è dedicato il numero magico uno, associato a Dio e simbolo di un nuovo inizio, di rinnovamento e rinascita. Il numero uno rappresenta lo spirito d’innovazione, il coraggio, l’iniziativa personale, l’indipendenza e l’individualità. Agli occhi dei filosofi greci simboleggia l’unità in sé, lo spirito divino intrinseco a ogni cosa.

DIVINITÀ DI GENNAIO: HOLLE, COMPAGNA SPIRITUALE NEL VIAGGIO VERSO L'OLTREMONDO

Holle, veggente, sacerdotessa, guaritrice e sciamana dell'Europa del Paleolitico e del Neolitico, ti accompagnerà in un viaggio incredibile, affascinante e magico, in modi trascendentali e dimensioni ultraterrene. Avrai così un'anteprima del paradiso. Recati nei luoghi dove puoi percepire al meglio il tuo spirito. Per esempio nei boschi vicino a casa. Ascolta il fruscio del vento d'inverno, senti il canto degli alberi e cerca delle radici ricoperte di muschio dove ardere lentamente la resina e gli aghi degli abeti in una pentola di ferro. Chiudi gli occhi, fai un respiro profondo e assapora l'autentico profumo della natura. Holle sarà lì con te e risponderà alle tue domande sulla vita.

Secondo un'antica tradizione, percepirai il suo spirito soprattutto nelle dodici "notti del fumo", dalla vigilia di Natale all'Epifania. In quelle lunghe notti buie, essa vaga con il suo seguito di anime di bambini morti, elfi, nani, gnomi e maghi per risvegliare gli umani dal sonno invernale e aprire i loro sensi all'aldilà. Prepara sul davanzale noci, mele e una manciata di cereali, come miglio, frumento o orzo, e sarai ricompensato con la sua infinita bontà e i suoi misteriosi poteri magici.

La dea Holle si presenta come una guida spirituale; più tardi, nel folklore germanico, divenne la signora celeste e benevola che incarna la potenza spirituale nella natura e ogni tanto appare agli umani. È chiamata anche Frau Gode, Frau Bertha, Frau Holda, Frau Huld o Frau Holle. In Germania è discendente ed erede delle antiche dee germaniche Frigga, Freya, Iduna e Hel e continua anche oggi il suo operato con chi ne avverte la presenza durante escursioni in boschi magici e paludi nebbiose o in passeggiate all'alba su prati misteriosi.

METALLO MAGICO DI GENNAIO: IL PIOMBO, METALLO DELLA DIVINAZIONE

Il piombo ispira un viaggio alla scoperta delle segrete profondità del cosmo e della propria vita. Un antico rito divinatorio di Capodanno consiste nella sua fusione: il metallo fuso viene fatto solidificare nell'acqua fredda e a seconda delle forme che assume regala profezie sul futuro. A tale proposito, dei pezzi di piombo vengono scaldati in un cucchiaio, con una candela o una piccola fiamma, fino allo scioglimento. Il metallo fuso è poi versato in un catino di ceramica insieme a dell'acqua fredda, dove subito si solidifica. La forma dei pezzi serve per predire il futuro. È come riempire un sacco con oggetti pesanti e gettarlo via prima di entrare nell'anno nuovo: si riparte più leggeri. L'usanza di dire addio all'anno vecchio fondendo il piombo nell'acqua è un rituale utile per iniziare il nuovo anno con buoni propositi. Chi lo segue ricomincia sgravato dai fardelli del passato. E poter ripartire da zero significa libertà.

Al piombo sono inoltre associate proprietà che favoriscono la concentrazione, la perseveranza e la pazienza. I medici antroposofici usano con buoni risultati quello potenziato per alleviare il dolore nell'organismo umano, poiché agisce positivamente su milza, ossa, legamenti, denti, cute e tessuti, sui processi di invecchiamento e sull'udito.

PIANTE MAGICHE DI GENNAIO: CRESCIONE, ARABETTA, BECCABUNGA, ERBE MAGICHE CHE SPUNTANO SOTTO LA NEVE E IL GHIACCIO

Crescione, arabetta e beccabunga crescono in luoghi sacri come sorgenti, ruscelli e fonti, venerati da millenni in quanto origine della vita. Persino nell'inverno più rigido, quando coltri di neve trasformano il paesaggio in un paradiso e le acque sono gelate, le tre misteriose piante lavorano impercettibil-

mente sul ghiaccio per romperlo e allungarsi verso i raggi del sole che le chiamano. È il momento in cui raggiungono il massimo della forza e dell'energia, in cui, consumate con del pane imburrito o nell'insalata, ti ripuliscono le arterie, ti purificano il sangue e, mescolate all'olio di senape, ti aiutano a guarire dal raffreddore. Simbolo di depurazione, resistenza e tenacia, sono associate a tratti caratteriali quali la forza interiore, la perseveranza e la determinazione. Fin dall'antichità, sono considerate tra i cibi più benefici, capaci di assicurare la salute e di rafforzare il sistema immunitario. Sono piccanti e saporite, ricche di vitamine e solleticano il palato con nuovi indecifrabili sapori. Piante verdi e succose, piene di energia vitale, crescono in un mondo invernale apparentemente spoglio e gelido.

ALBERO DI GENNAIO:

IL GINEPRO, PROTETTORE CONTRO LE FORZE OSCURE

Nella natura incontaminata trovi spesso ginepri antichissimi, scheletrici, che offrono, soprattutto nelle giornate nebbiose, uno spettacolo mistico. La mattina presto, nel buio, percorri sentieri fantastici che conducono a questi enigmatici compagni di epoche passate. Come stregati da un incantesimo, sembra che aspettino di essere affrancati da una parola magica. Quale di essi ti attrae magicamente? Avvicinati, toccalo, ma stai attento alle spine. Osserva i suoi rami sottili, carichi di bacche blu e verdi. Respirane il profumo, che in pochi istanti ti ammalierà e ti farà cadere in un leggero stato di trance, che pervaderà i tuoi sensi. E poi, all'improvviso, in quelle sagome verticali riconoscerai delle figure umane. Lo spirito dell'albero entrerà in contatto con te e ti ricorderà il tuo destino.

Come albero della vita, al ginepro in passato era attribuito un potere protettivo contro le forze oscure, perciò in alcune regioni e in determinati periodi, se ne appendevano i rami sopra la porta di casa per scacciare sfortuna e rovina. Per i popoli

germanici, il ginepro era sacro. Nelle saghe i ginepri sono abitati da diverse creature della natura, inoltre funge da porta per l'aldilà. Secondo delle antiche leggende, fate, nani e giganti vi entravano e vi uscivano. Dai nostri avi sappiamo che il giorno di Natale, un tempo, si appendevano rami di ginepro sopra le porte delle stalle per tenere lontane le streghe. Oggi questi rametti, legati sopra l'uscio di casa o sul davanzale della finestra, ci aiutano ad allontanare pensieri diabolici ed energie negative.

Le bacche di ginepro contengono olio essenziale, che bruciato emana un piacevole profumo balsamico e disinfetta l'aria della stanza. Le sue bacche mature, ricche di vitamine, proteggono dalle infezioni, perciò vengono usate volentieri come infuso e come spezia nei crauti e nei piatti di carne e pesce.

ANIMALE GUIDA DI GENNAIO: LA CIVETTA, UCCELLO DELLA SAGGEZZA

Nelle buie notti invernali di gennaio senti il verso della civetta in modo molto chiaro. Essa guarda sempre in faccia la verità della vita e ti invita a fare lo stesso. Nei momenti difficili dell'esistenza ti offre conforto e ti incoraggia a vedere nuovi spiragli di luce, che esistono, ma sono oscurati dal velo nero che ti avvolge. In qualità di messaggera del mondo invisibile, la civetta si mette in contatto con i tuoi avi e ti trasmette i loro saggi consigli di felicità. Quando trovi una piuma di civetta durante le tue passeggiate nella natura, pensa che è il regalo di un'anima affascinante che ti protegge in ogni istante della vita.



PIANETA DI GENNAIO: SATURNO, IL PIANETA DEL DESTINO

Saturno, la stella errante, è considerato da millenni il “guardiano della soglia”. Domina sul tempo, ti mostra i limiti della vita terrena e favorisce la tua maturità spirituale per superare il confine con il mondo soprannaturale. Lì tocca la tua anima, la ispira e la schiude per farti imparare a riscoprire e a realizzare la tua natura divina.

Ti aiuta a guardare le esperienze negative e le malattie, a trarne forza, diventando padrone del tuo destino. Ti insegna che gran parte del nostro malessere è causato da un eccessivo attaccamento al passato, che ti fa cadere in una spirale di pensieri negativi.

Saturno ti porta in galassie straordinarie e sfere divine, dove risiedono i tuoi aiutanti spirituali in ogni istante della tua vita. Il suo metallo simbolico è il piombo. Portane sempre un pezzo in tasca come portafortuna magico e come rimedio emblematico di una vita lunga, un cuore sano, nervi saldi e ossa forti.

Saturno favorisce l’attuazione di obiettivi e progetti lavorativi, l’integrità e la sincerità. Insegna che i veri doni della vita spesso sono nascosti dietro a ciò che consideriamo una disgrazia e che il nostro concetto di felicità di solito è sbagliato. Molte volte incontri ostacoli e problemi nel tuo percorso, che ti generano dubbi e ti mettono di fronte ai tuoi limiti. Solo dopo aver superato queste difficoltà ti rendi conto che in realtà erano un appiglio per raggiungere la vera felicità.

Usa le piante magiche di Saturno nella tua vita quotidiana, ti ispireranno nuove strade e momenti mistici: castalda, aloe, cipolla, bardana, barbabietola, bieta, borsa del pastore, cumino, fiordaliso, centaurea, biancospino, cotogno, epilobio, equisetolo, faggio, fumaria, edera, pelosella, orzo, lino, nespolo, papavero, pino, prugnola, gallinella, consolida maggiore, tasso, olmo, verbasco, viola del pensiero e mais.

LUOGHI MAGICI DI GENNAIO: LE MONTAGNE, GIGANTI DI UN'EPOCA INCANTATA

Che si tratti delle vette innevate delle Alpi, dell'incredibile gamma di colori degli altopiani in autunno o dei leggendari pendii dei monti dei Giganti, le montagne affascinano da sempre l'uomo con la loro aura indescrivibile. Se la loro semplice presenza ci conquista, questi colossi diventano davvero interessanti quando possiamo toccarli con mano. Scala la vetta di una montagna, togliti le scarpe, sdraiati sul terreno pietroso, percorri a piedi nudi l'impressionante superficie, afferra con le mani la parete rocciosa. Chiudi gli occhi e osserva ciò che accade. Senti fluire un'energia irresistibile nel tuo corpo, simile a un balsamo dell'anima? Una magica forza ti travolge, una sensazione di infinita libertà si espande in ogni cellula del tuo corpo e momenti di sconfinata felicità, di estasi, ti catturano. Ascolta il respiro della vetta, percepiscine il mormorio e lasciati incantare.



CREATURE MAGICHE DI GENNAIO: GLI GNOMI, SPIRITI DELLA TERRA PRONTI AD AIUTARTI

Gli gnomi vivono in compagnia di uomini e donne, nelle viscere della terra, nelle colline o negli antri rocciosi nei pressi della tua dimora. Di giorno dormono ed escono dalle loro porticine solo quando tutti gli abitanti della casa sono immersi in un lungo e profondo sonno. Quando le stelle brillano in cielo, s'intrufolano in punta di piedi, al chiaro di luna, nell'abitazione e proteggono le persone addormentate e gli animali in cortile. Secondo delle antiche leggende portano in casa felicità e prosperità, ricchezza e benessere. Però non possono essere visti. Perché se uno gnomo è avvistato da un umano, perde il suo potere magico e non può più tornare nel mondo terrestre. Viste le loro dimensioni, in un forno possono starcene più o meno 14. Con i loro abiti di colore grigio, di notte passano inosservati mentre girano per la casa e si occupano svelti dei loro abitanti.

Se hai un mucchio di lavoro da sbrigare, chiedi aiuto a questi omini e donnine invisibili. Prepara una terrina colma di frutta, pane e dolci o del pane e latte, di cui sono particolarmente ghiotti. Scrivi quello che c'è da fare su un foglio. Quando sono in azione, sono molto veloci ed efficienti, ma anche incredibilmente timidi, perciò non li vedrai mai, anche se li sentirai sempre. Quando ti sveglierai la mattina, percepirai un'energia esplosiva e l'impulso irrefrenabile di finire il tuo lavoro rapidamente. Di notte ti appariranno in sogno e, da loro ispirato, il giorno dopo riuscirai a lavorare bene e alacramente.

Procurati una porticina di legno, sarà il magico collegamento con il mondo degli gnomi. Sistemala in giardino davanti a un tronco d'albero, a una montagnola di pietre da te costruita o a un cumulo di terra, sarà l'ingresso nel loro regno. Sul balcone bastano un po' di pietre o una casetta di ramoscelli e foglie con la porticina per entrare.

Queste piccole creature magiche vivono in case, cortili e fienili, in passato preferivano ripararsi nella stalla con gli animali. Si possono trovare anche sulle barche e nei boschi.

**PER LA FUMIGAZIONE DI GENNAIO:
L'AMBRA, L'ORO DEGLI ALBERI FIN DALLA PREISTORIA**

L'ambra, una resina che milioni di anni fa è fuoriuscita dal tronco di pini e altre conifere, può avere fino a 300 milioni di anni. In Grecia e nell'antico Egitto era considerata un ottimo rimedio contro numerose malattie. Nell'antichità era usata quotidianamente per la fumigazione.

La "pietra del sole", come questa resina viene anche chiamata, ti connette con lo spirito creatore di questo astro e produce un'atmosfera incantata di rinnovamento e calore spirituale. Per tale ragione, questa linfa dorata era ed è ancor oggi un elemento essenziale nelle fumigazioni rituali e purificanti, il suo intenso fumo ti connette con la tua forza ancestrale e con la tua sorgente interiore e risveglia in te la fiducia nella vita eterna. A essa viene inoltre attribuita un'azione analgesica e rilassante. Con un po' di fortuna puoi trovarne qualche pezzo sulle spiagge del mar Baltico, un momento magico, che conferisce all'energia di questa pietra ancora più potenza.



OGGETTO MAGICO DI GENNAIO: IL CALDERONE SACRO, UNO SGUARDO NEL FUTURO

Per i Celti, e in parte anche per i Germani, il calderone svolgeva una funzione importante nella vita quotidiana, ma soprattutto era uno strumento destinato al culto e alle cerimonie, usato nei funerali, nei sacrifici e nelle consacrazioni. I Celti distinguevano tre tipi di calderoni: quello della ricchezza e dell'abbondanza, quello sottratto all'altro mondo e quello della guarigione o della reincarnazione. La grande dea madre celtica, Ceridwen, faceva bollire nel suo, per un anno e un giorno, la pozione della sapienza e dell'ispirazione divina. Presso i Celti era un elemento importante nell'ambito della spiritualità e delle cerimonie. Fungeva in questo caso da oggetto di culto ed era associabile a caratteristiche quali forza, potenza, bellezza, autorità, ma anche intelligenza e saggezza. Il calderone miracoloso quindi rappresentava il collegamento tra le forze magiche dell'altro mondo e il regno degli uomini. Simboleggiava il cerchio e la sfera, gli archetipi della vita e della natura, come le mele, le bacche, il sole, la luna, la terra ecc.

Posiziona un paiolo al centro della tua stanza, aggiungi un po' di sabbia, accendi dei carboncini per incenso e sistemaci sopra delle erbe come bacche di ginepro, finocchio, anice, cumino, lavanda, incenso e resina di abete rosso. Quando vedrai



il fumo salire magicamente dal paiolo ti verrà naturale meditare. Entrerai subito in uno stato di leggera trance. E questo ti aprirà le porte di diversi livelli di coscienza, ti guiderà a una conoscenza benefica, stimolando la tua creatività e le tue capacità autoguaritive.

Anche un paiolo sopra un fuoco o un fornello può generare un'intensa meditazione. Usalo per cucinare una zuppa di fagioli, erbe fresche e altra verdura. Continuando a mescolare entrerai in una sorta di estasi che, come per magia, trasformerà le tue domande sulla vita in risposte. Percepisci la forza crescente del paiolo, l'aumentare della tua energia vitale, senti gioia, armonia e felicità penetrare al tuo interno.

USANZE NEL MESE DI GIANO

Gennaio è il mese nel quale riflettiamo sulla nostra vita, scriviamo i buoni propositi e coltiviamo speranze e aspettative per l'anno nuovo.

Secondo un'antica tradizione, in gennaio dovresti pulire e benedire la casa con dell'acqua magica, segno primordiale di vita, attingendola da un pozzo, un fiume o un ruscello. Puoi usare anche neve disciolta o acqua piovana appena raccolta. Accendi una candela, immergi un rametto di rosmarino nell'acqua e aspergi le stanze della tua casa, pronunciando le seguenti parole: "Possa la mia casa prosperare grazie all'energia cosmica". Poi percepisci la magia che fluttua nell'aria, che risveglia le forze primordiali nascoste dentro di te e ti fa vincere le sfide della vita.



Primo di gennaio: Capodanno

Capodanno non è semplicemente il giorno che segue la notte di San Silvestro. Al primo giorno dell'anno sono legate numerose usanze e tradizioni, per esempio quella di cucinare una zuppa di lenticchie. Secondo un'antica credenza questi piccoli saporiti legumi riempirebbero di monete d'oro la borsa di chi le gusta.

Il primo giorno del nuovo anno è sempre stato considerato un giorno speciale. Perciò si fa in modo che trascorra tranquillamente. La casa e il cortile devono essere puliti e in ordine. Ogni angolo deve essere liberato energeticamente dal fardello dell'anno passato, preferibilmente con una fumigazione. A tale scopo sistemate sopra dei carboncini per incenso delle erbe essiccate (artemisia, tanaceto, erba del bisonte, petali di rosa e fiori di lavanda) e della resina di abeti rossi e bianchi appena raccolta. Con la piuma magica di un uccello autoctono, distribuite il fumo nella stanza. Oltre a sprigionarsi un delizioso profumo, si aprono le porte del paradiso per la benedizione divina sull'intero anno.

Inoltre, secondo una credenza popolare, nulla può intralciare un anno fortunato se la mattina di Capodanno si incontra un maiale. Perciò è consuetudine regalare a familiari, vicini e amici un maialino di marzapane. Simbolicamente si tratta dell'animale sacrificale del dio germanico Freyr, protettore della casa e del cortile e portatore di prosperità e ricchezza.

Anche scope e spazzacamini portano fortuna poiché rappresentano metaforicamente la pulizia dei camini, che permette agli spiriti buoni di entrare tutto l'anno dai comignoli e di aiutarti nel lavoro e nella gestione di preoccupazioni e difficoltà. Anche un quadrifoglio o un ferro di cavallo sono sinonimo di buona riuscita, benessere, successo, vitalità e protezione cosmica.

Le corse dei Perchten

Le tradizionali corse dei Perchten, che si svolgono nella terrificante notte tra il 5 e il 6 gennaio, hanno radici precristiane, celtiche o germaniche. Gli utensili principali usati in queste corse sono, accanto alle fantasiose maschere, le campane e i sonagli, con cui i Perchten girano per le strade facendo un gran baccano. Il chiasso è fondamentale per salutare come si deve il nuovo anno, scacciare gli spiriti maligni e avere un anno fortunato. Queste corse creano un collegamento con il subconscio, con strati culturali arcaici e con l'altro mondo.

In tempi ostili e difficili o nei momenti tristi, i pensieri cupi ti assillano come demoni. Essi cercano di privarti della gioia e di opprimerti con paure e malinconie. I Perchten allora ti ricordano di affrontare quei sentimenti con altrettanta forza e di combatterli. Puoi riuscirci con l'auto-riflessione. Metti in discussione i tuoi pensieri, i tuoi sentimenti e le tue azioni ed entra in contatto con te stesso, scoprendo qualcosa in più su di te. Arriverai alle tue radici spirituali, che circondano la tua anima con pensieri positivi e vitali. Sii certo che tutto cambierà in meglio.

Appendi alcune maschere del sole nella tua stanza. Ti ricorderanno la dea della natura Percht, chiamata anche Holle e spesso raffigurata come un sole. Forse la conosci dalla fiaba dei fratelli Grimm. In questi giorni freddi, essa percorre il paese, ti osserva e ti aiuta, purché tu sia pronto alla purificazione, lavori su te stesso e desideri uscire dalla crisi rafforzato.





FRIGG, osservatrice dall'universo