

*Es fängt etwas Neues an, und ich gehe einfach mit.  
Ich weiß nicht, was es ist und wohin es mich führt.  
Es fängt etwas Neues an, mit aller Kraft.  
Voll Vertrauen gehe ich einfach mit.*

## *Der Mai*

*Zeit der Liebe*

*Blütezeit*

*Fülle und Genuss*

*Zeit des Sich-Verströmens*

*Zeit der Blüten und Düfte*



*Der Mai bringt Fülle, Fruchtbarkeit und Genuss. Das Wetter ist noch ein bisschen unbeständig, doch die Kraft und somit die Wärme der Sonne ist deutlich spürbar. Nach den Eisheiligen werden die Temperaturen dann stabiler. Die Natur leuchtet in allen Farben, und Freude und Liebe für das neue Leben beginnen in unserem Herzen zu blühen und werden spürbar.*

*Mai - Wonnemonat, Winnemond, Blumenmond, Marienmond*

*Der Mai ist der fünfte Monat im gregorianischen Kalender und hat 31 Tage. Der Name Mai wird aus dem lat. Wort „maius“ abgeleitet und es gibt verschiedene Deutungen dieses Wortes. Zum Einen kann es die Ableitung vom Namen der Göttin Maia sein oder von dem altitalischen Gott Jupiter Maius, dem Beschützer des Wachstums.*

*Im 8. Jh. wurde von Karl dem Großen der Name „Wonnemonat“ eingeführt. Er soll auf das Steigen der Temperaturen und das Wiedererwachen der Vegetation hinweisen.*

*„Blumenmond“ wird er deshalb genannt, weil im Mai die Hauptblütezeit der meisten Pflanzen liegt.*

*„Weidemond“ heißt er deshalb, weil im Mai das Vieh auf die Weide gebracht wird.*

*„Marienmond“ deshalb, weil in der kath. Kirche der Mai der Verehrung der Gottesmutter Maria geweiht ist.*

*Besondere Tage im Mai:*

*30.04./02.05. Walpurgisnacht, Beltain*

*01.05. Maifeiertag, Tag der Arbeit*

*11.05 bis 15.05. Eisheilige*

*18.05. Fest des Pan*

*Am zweiten Sonntag im Mai ist „Muttertag“.*

*39 Tage nach dem Ostersonntag, immer an einem Donnerstag ist „Christi Himmelfahrt“ und Vatertag.*

*Am 50. Tag nach dem Ostersonntag ist das heilige Pfingstfest.*

### *Walpurgisnacht - Beltain*

*Beltain ist ein keltisches Fest der Fruchtbarkeit, der Liebe und des Wachstums. Die dunkle Zeit des Jahres war zu Beltain endgültig vorbei, und in der Nacht zum 1. Mai wurde bei den Kelten um Mitternacht das heilige Feuer entzündet. Betörende Düfte, liebliche Klänge, zarte Farben, Feen und andere Wesen geistern durch die Natur und die Tür zur Anderswelt steht weit offen. Man bat um Segen, Fülle und Fruchtbarkeit für das Jahr. Menschen und Tiere reinigte man von der dunklen Zeit. Auch der Maibaum hat wohl seinen Ursprung bei den Kelten. Häuser und Ställe wurden mit frischem Grün geschmückt. Tänze um den Maibaum, Tanz in den Mai, Mairitt, Maispaziergang....Es war/ist auch die Zeit um den oder die Liebste anzulocken und zu schauen, wie es um die Liebesangelegenheiten stand/steht.*

*Später wurde dann dieses Fest zum gefürchteten Hexensabbat.*

*Walpurgisnacht ist nach der heiligen Walburga benannt, die vor Krankheit, Hunger und Missernten schützt.*

### *Maifeiertag-Tag der Arbeit*

*Seit dem 13. Jh. wird der 1. Mai in Europa mit Bräuchen wie Tanz in den Mai, Maispaziergang... gefeiert.*

*Im 20. Jh. wurde er zum internationalen Feiertag der Arbeiterbewegung.*

### *Eisheilige*

*„Kalte Sophie wird sie genannt, denn oft kommt sie kalt angerannt“*

*„Pflanze nie vor der kalten Sophie“*

*Erst Mitte Mai ist der Winter vorbei, bis dahin kann es noch Frost geben. Diese Tage werden auch „gestrenge Herren“ oder „Eismänner“ genannt. Sie werden heiligen Bischöfen und Märtyrern aus dem 4. und 5. Jh. zugeordnet.*

- 11. Mai Mamertus*
- 12. Mai Pankratius*
- 13. Mai Servatius*
- 14. Mai Bonifatius*
- 15. Mai Sophie*



### *Fest des Pan*

*Pan ist der griechische Waldgott der Fruchtbarkeit. Er wird an diesem Tag gerufen und geehrt, auf dass alles in diesem Jahr Frucht bringe und man durch die Natur - Mutter Erde - in Fülle versorgt und genährt wird.*

### *Muttertag*

*„Ich weiß genau, dass ich dich mag und das nicht nur heut' an Muttertag“*

*„Ein Kind ohne Mama ist wie eine Blume ohne Sonne. Danke, dass es dich gibt“*

*Der Muttertag ist ein Fest zu Ehren der Mutter. Es hat seinen Ursprung in der englischen und amerikanischen Frauenbewegung. Die Amerikanerin Ann Marie Reeves Jarvis organisierte Mitte des 19. Jh. „Mother Day Meetings“, bei denen Mütter aktuelle Fragen austauschen konnten.*

### *Christi Himmelfahrt*

*Christi Himmelfahrt ist die Rückkehr Jesu zu seinem Vater in den Himmel.*

*Der Vatertag wurde auf diesen Tag gelegt, um den Vater zu ehren. Er wird zurückgeführt auf Louisa Dodd, deren Vater im Sezessionskrieg starb. Sie rief Anfang des 20. Jh. eine Bewegung zu Ehren der Väter ins Leben.*

### *Pfingsten*

*„Komm oh heiliger Geist, entzünde das ewige Feuer der Liebe in mir“*

*Pfingsten besteht aus zwei Feiertagen, dem Pfingstsonntag und -montag. Es ist das Fest des heiligen Geistes, der in die Welt gesandt wurde, um Jesus bei den Menschen lebendig zu halten. Es zeigt auch das Ende der Osterzeit an.*

*Der Heilige Geist ist neben Gott Vater und Gott Sohn die dritte Person der hl. Dreifaltigkeit. Er ist die liebende Kraft allen Lebens, lebendig, schöpferisch, aus einem inneren Feuer, kraftvoll. Wir können uns der Kraft des hl. Geistes öffnen und um Segen für unsere Taten bitten, um Liebe und Verbundenheit.*

### *Wissenswertes über die Pflanzen im Mai:*

*Der Mai ist eine Zeit des Genusses. Spargelzeit, Erdbeerzeit, Salate, Kräuter, Waldmeisterbowle, Frühkartoffeln.....*

*Jedes Essen, das du zu dir nimmst, ist ein Geschenk der Natur und der Schöpfung an dich. Sei dir dessen bewusst und danke dafür.*

*Geerntet werden im Mai:*

*Mairüben, Spargel, Rhabarber, Radieschen, Rettich, frühe Salate, Waldmeister, Brennnessel, Gänseblümchen, Birkenblätter, Weißdornblüten*

*Aussaat und Pflanzung im Mai:*

*Bohnen, Brokkoli, Karotten, Kartoffeln, Mais, Spinat, Tomaten, Zucchini, Stauden*

*Eine besonders heilkräftige Pflanze des Mai ist der **Waldmeister**.*

*Der Waldmeister wird auch Maienkraut, Waldmännchen, Leberkraut oder Herzfreund genannt. Er wächst meist an schattig-feuchten Plätzen in Nadel- und Buchenwäldern und hat weiße, zu einem Kreuz zusammenlaufende Blüten. Er blüht von Ende April bis Juni. Seine Blätter sollten vor der Blüte geerntet werden, da sonst der Cumaringehalt zu hoch wird, was zu Schwindel und Kopfschmerzen führen kann. Er hat einen intensiven süßen Geruch, den er aber erst durch das Trocknen verbreitet.*

*Er wurde/wird auch als Leberkraut verwendet, ist reich an Vitamin C, beruhigt und besänftigt das Herz, lindert Kopfschmerzen und macht leicht und beschwingt. **VORSICHT:** zuviel bewirkt das Gegenteil.*

*Das Wesen des Waldmeisters lässt das Herz öffnen, er hilft uns Gefühle zu heilen und uns auf Neues einzulassen. Er schenkt neue Hoffnung.*

*In Räuchermischungen zusammen mit Minze und Huflattich wirkt er beschützend.*

*Die Inhaltsstoffe des Waldmeisters finden wir in Süßwaren, Likören, Limonaden, Götterspeisen, Eis...*

*Er steht ganz stumm im Wald herum, an schattig-feuchten Plätzen – hier brauchst du nicht zu hetzen. Komm setz dich und lass zu, finde wieder Ruh. Öffne dein Herz, lass gehen deinen Schmerz, lass wandeln dein Sein, du bist ein heller Schein.*

*Für den fünften Abschnitt im Jahresrad, von Walpurgis/Beltain bis zur Sommersonnenwende am 21. Juni möchte ich Euch einige Gedanken mit auf den Weg geben:*

*Wie die Blüten im Mai sich dem Sonnenlicht öffnen und ihren Duft verströmen, so können auch wir unser Herz öffnen, um das Licht und die Sonne jedes neuen Tages einzulassen.*

*Überall blühen jetzt die Blumen in wunderbaren Farben und Formen und Düften. Emsig werden sie von allen möglichen Insekten umflogen.*

*Die Vogelwelt ist jetzt mit dem Nestbau und der Eiablage und manchmal schon mit dem Schlüpfen eines Vogelkinds beschäftigt.*

*Die Kletterpflanzen strecken ihre „Fühler“ weit aus um Neues zu umklettern.*

*Alles strebt nach oben, dem Licht und der Sonne entgegen.*

*Die Tage werden länger, und die Nacht und Kälte verliert ihre Kraft.*

*Wenn der Himmel im Mai genügend Wasser spendet, kann die Erde die trockene Sommerzeit gut überleben.*

*Die Symbolik der Natur will uns lehren:*

*Der Mai ist ein Monat des sich Öffnens – in sich Hineinhören – da sein – seiner Intuition folgen – der inneren Weisheit lauschen – Licht, Liebe und Freude aussenden.*

*Der Mai birgt in sich die stärkste Kraft des Jahres. Sie wird sichtbar in all der blühenden Blumenpracht und grüner Blätter an den Bäumen und Sträuchern. Diese Kraft kann es schaffen auch uns aus unserem „winterlichen Denken“ ins neue Handeln, in die Tatkraft zu bringen. Die Natur stellt uns dafür ihre stärksten Helfer zur Verfügung: Farben Düfte, Blüten, Schönheit überall, Sonne, Vogelgesang, Früchte und Pflanzen. Der Mai zeigt uns die Leichtigkeit des Seins, das Genießen der Schönheit, das sich Hinsetzen, Betrachten und Staunen.*

*Die Fastenzeit ist vorbei.*

*Leichtigkeit, Fröhlichkeit, Herzlichkeit kehren in unser Herz und in unser Leben ein.*

*Vorschläge für die Frühlingszeit:*

- ♦ *Wanderungen zu Fuß oder mit dem Rad.*
- ♦ *Sich wie ein Kind an den Blumen zu erfreuen und ihre verschiedenen Düfte einatmen. Erinnerst dich der Duft vielleicht an etwas?*
- ♦ *Die ersten Schmetterlinge zu entdecken, die Bienen und Hummeln zu beobachten.*
- ♦ *Hauptsächlich „Sonnennahrung“ zu sich zu nehmen, d.h. alles Gemüse und Früchte, die in der Sonne, im Freiland gewachsen sind, vermehrt zu essen. Auch Kräuter und Wildkräuter gehören dazu. Gerade in den Kräutern und Wildkräutern stecken die Wurzelenergien von Mutter Erde und die Sonnenenergie von Vater Himmel. Wildkräuter haben generell einen bittereren Geschmack!!*
- ♦ *Mit blanken Füßen früh durch die feuchte Wiese laufen, anschließend warme Socken anziehen und auf warme Füße achten.*
- ♦ *Setze dich in die Sonne und stell dir vor wie die Wärme und die Kraft der Sonne jede einzelne Zelle deines Körpers durchströmt und durchflutet und deine Zellen zu tanzen beginnen ( und du vielleicht auch).*



*Meditationsvorschlag:*

*Herzmeditation – suche dir einen ruhigen Ort und nimm dir Zeit für dich. Atme ganz bewusst in deine Herzgegend ein und aus. Du kannst dir eine Herzgegend als ein wunderschönes grünes Blatt vorstellen, das du mit deinem Atem nährst. Wenn du dich mit diesem Gedanken wohl fühlst und vielleicht ein Gefühl der Freude, der Liebe, des Lichtes... entstanden ist, dann führe beim Einatmen deine beiden Hände vor dein Herz und beim Ausatmen öffne sie nach vorne mit dem Gedanken Freude, Licht, Liebe, Kraft an Menschen, Tiere oder was immer du möchtest zu schicken. Wiederholen kannst du das sooft wie du es möchtest. Alle positiven Gedanken und Gefühle, die du hinausschickst in deine Umgebung verändern die Welt ein Stück zum Besseren.*

*Knospen brechen auf, Samen keimen ins Unbekannte hinein, werden zu Pflänzchen, bilden Sprossen, Blätter und Blüten ohne zu wissen, was sie draußen erwartet.*

*Vertrauen    Vertrauen    Vertrauen*

*Auch wir brechen auf, wagen Neues, gehen Unbekanntem entgegen.  
Vertrauen in die Kraft des Lebens in uns selbst und um uns herum.  
Vertrauen auf die göttliche Quelle in uns.*

*Aktuelles:*

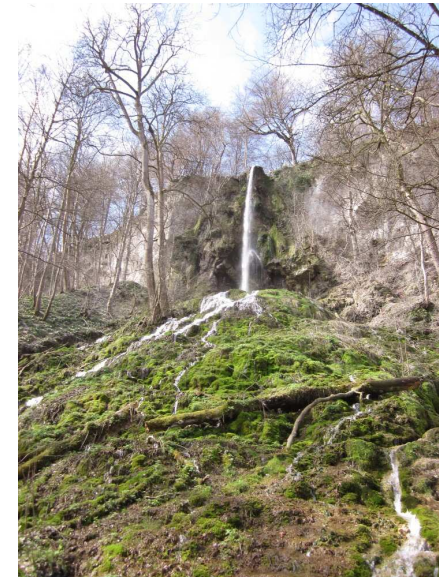
*Jeden ersten Freitag im Monat um 18.30 möchte ich einladen zum gemeinsamen Singen und Tönen. Jeder Ton und jeder Klang kommt aus dem Herzen, aus seinem ureigenen Sein und schenkt so Heilung und Freude. Es kommt nicht auf die Schönheit der Stimme an, sondern auf das was man bei jedem Lied, bei jeder Melodie, bei jedem Ton empfindet und fühlt.*

*Ihr könnt gerne mal auf der Internetseite von Dinah Arosa Marker oder Amei Helm nachschauen. Dort ist recht schön beschrieben um was es mir auch geht.*

*Jeden ersten Donnerstag im Monat um 19.30 Uhr besteht die Möglichkeit zu einem Klangbad. Das ist für jene gedacht, die einmal in die Klangarbeit hineinschnuppern möchten.*

*Licht- und klangvolle Grüße*

*Agathe*



[klangfluss@yahoo.de](mailto:klangfluss@yahoo.de)