

### 3. Tag (22. Juni): Holundertag & Eichenfest

Die Sommersonnwende zum 21.6. wird traditionell auch Holundertag, Eichenfest oder Fest der Eichen genannt. Auch heute finden im Juni noch an vielen Orten Holundertage statt – mit Wildkräuter-Workshops, Verkostungen, Märchenerzählen und Handarbeiten. Eichentage hingegen gibt es heutzutage kaum mehr.

#### Der Holundertag

Holundertag nennt man die Sommersonnwende, da um diesen Tag herum der Holunder normalerweise voll blüht. Dieses Jahr sind allerdings, wie schon im letzten Jahr, viele Pflanzen viel früher dran als sonst. Bei uns hier in Bayern sind es heuer rund 2 bis 3 Wochen Unterschied, letztes Jahr waren es sogar 4 Wochen! Die Natur verändert sich spürbar.

Während letztes Jahr zu Johanni kaum mehr Blüten zu finden waren, sondern die Hollerbüsche bereits üppig kleine grüne Beeren trugen, ist die Blüte in diesem Jahr noch voll im Gange. Zumindest hier im Berchtesgadener Land. Vielleicht findest du ja auch noch ein paar duftende Dolden.



#### Zwischen den Welten

Der Holunder ist eine alte Schutz- und Ahnenpflanze, die entsprechend Würdigung verdient. Außerdem ist der Holunder mit der Frau Holle, einem Aspekt der Muttergöttin. Mit den Ahnen ist er eng verbunden, da um die Sommersonnwende die Schleier zur Anderswelt dünner sind als sonst.

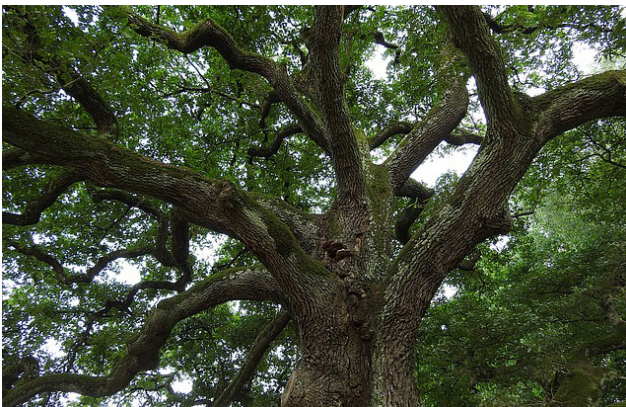
Es gibt mehrere solcher Phasen im Jahr – zum Beispiel Samhain/Allerheiligen und die Raunächte –, in denen die Verbindung zwischen den Menschen und den feinstofflichen Ebenen leichter möglich und intensiver ist. So können wir Menschen zum Beispiel besser Kontakt mit unseren Ahnen, mit Göttern und Göttinnen

wie auch mit den Naturwesen und Engeln aufnehmen. Und auch andersherum gelingt es den Wesen auf den anderen Ebenen leichter, uns Menschen zu erreichen.

Wenn du zum Beispiel in den nächsten Tagen vermehrt an eine bereits verstorbene Oma oder einen Opa denkst, könnte es sein, dass diese bzw. dieser mit dir Kontakt aufnehmen will. Bei mir hat sich beispielsweise gleich zu Beginn mein Papa gemeldet, der vor über 20 Jahren auf die andere Seite gegangen ist.

Manchmal melden sich unsere Ahnen, um uns noch etwas mitzuteilen, uns zu danken oder zu zeigen, dass es ihnen gut geht – dort, wo sie jetzt sind.

Wenn du Fragen dazu hast, melde dich gerne! Ich kann gut mit Verstorbenen Kontakt aufnehmen.



Früher sprach man auch davon, dass man an solch magischen Tagen wie Mittsommer seinen alltäglichen Verstand verliert und „ver-rückt“ wird. Entsprechend gibt es viele alte „verrückte“ Geschichten rund um die Sommersonnenwende.

Der bekannte Ethnobotaniker und Autor Wolf-Dieter Störl erzählt in seinem Buch „Von den Pflanzen der Kelten“ beispielsweise, dass man die Sonne erst stillstehen und dann drei Sprünge machen sah. Auch soll man Elfen erkennen, die Zwerge unter dem Holunder Hochzeit feiern sehen und Pferde reden hören.

## Das Eichenfest

Die Bezeichnung Eichenfest leitet sich davon ab, dass die Eiche jetzt ebenfalls in ihrer vollen Pracht steht. Schon die alten Druiden, die keltischen Priester, schätzten die Eiche als kraft- und würdevollen Baum. Sie galt als eines der wichtigsten Symbole für die Sonne und als Weltenbaum.

Laut Störl handelt es sich bei der Sommersonnenwende um ein besonderes Sonnenfest, bei dem der Sonnengott oder sein Stellvertreter – bei den Kelten war dies der Eichenkönig Belenos oder Baldur – durch ein blutiges Ritual enthauptet wird. Diese Ermordung des Sonnengottes zieht sich ähnlich durch viele Kulturen.

## Den Holunder- und Eichentag feiern

- Sammle Holunderblüten und zaubere etwas Gutes daraus.

**TIPP:** Wenn du Rezepte magst, maile mir kurz, dann sende ich dir mein Wildkräuter-Porträt zum Holunder gratis zu :-).

- Stelle dich neben/unter einen Holunder und/oder eine Eiche und spüre die Energie dieser wunderbaren Bäume.
- Besuche eine Eiche, berühre und umarme sie, wenn du magst. Frage den Baum vorher, so wie du eine Freundin oder einen Freund kurz fragen würdest. Du kannst auch telepathisch mit der Eiche sprechen und ihr Fragen stellen, die dir gerade auf dem Herzen liegen.
- Sprich ein Gebet für diese Bäume und all ihre Vertreter weltweit. Bäume sind auch miteinander vernetzt. Was du einem Baum Gutes tust, spüren auch alle anderen im Umfeld.
- Mache eine Räucherung mit Holunder oder Eiche. Du kannst jeweils Blüten, Blätter, Holz und Rinde verwenden. Eine Holunderräucherung wirkt reinigend, schützend und stimmungsaufhellend. Eine Räucherung mit Eiche reinigt den Geist und wirkt konzentrationsfördernd. Du kannst die Eiche auch gut mit Eisenkraut, Drachenblut (sehr stark reini-



## Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Rückschau auf die 1. Jahreshälfte und Dank für das, was war ...

Heute ist ein idealer Tag, um eine Rückschau auf die erste Hälfte dieses Jahres zu halten. In deinem Mittsommer-Tagebuch findest du dafür 2 vorbereitete Seiten. Wenn der Platz nicht ausreicht, drucke die Seiten nochmals aus oder das neutrale Blatt am Ende.

### Hilfreiche Fragen

Folgende Fragen können dir beim Rückschau-Halten helfen:

- Wie zufrieden bist du insgesamt mit der ersten Jahreshälfte?
- Was ist dir besonders gut gelungen?
- Welche Herausforderungen hast du gut bewältigen können?
- Welche Entscheidungen waren goldrichtig?
- Welche schönen Begegnungen gab es? Welche haben dich gut genährt?
- Welchen Wesen hast du Gutes getan?
- Welche beruflichen Hürden konntest du nehmen? Welche Erfolge gab es?
- Welche materiellen Wünsche konntest du dir erfüllen?
- Was hat dich in deiner Partnerschaft,



mit den Kindern, mit den Eltern ... glücklich gemacht? ...

**TIPP:** Konzentriere dich auf das, was positiv war und stärke dies. Was nicht so gut gelaufen ist, solltest du schon anschauen, aber verweile nicht zu lange in dieser Energie, sondern richte dich auf das Gute und die Lösungen aus.

### Danke sagen ...

Außerdem kannst du heute die Dankes-Liste ausfüllen.

Die Loslass-Liste ist für die Tage bis zum 24. Juni und die Herzenswünsche-Liste für die Tage ab dem 25. Juni.

Viel Freude dabei! :-)

Alles Liebe  
Karin Myria