



Modron

Vrouwenagenda

november 2011  december 2012

Leven volgens jouw natuur



Modron

Drievoudige schikgodin - Zij die jou je Leven brengt

*Morrigan, Morgen,
Morgana, Madre, Matrona,
Matriarch, Terra Mater,
Meter, Demeter,
Mere, Mare, Maman,
Mother, Mutter,
Moeder, Moder,
Mem, Mama*

AAN DE VOET van de wereldboom Ygdrasil ofwel de Es, leefden eens drie zusters. Zij hadden de speciale taak om het lot van ieder mens bij de geboorte vast te leggen. Dit deden ze door levensdraden te spinnen, de lengte ervan af te meten en deze vervolgens door te knippen.

De eerste en jongste zuster was als een maagd. Iedere dag opnieuw oefende ze om de draad zo zuiver en regelmatig mogelijk te spinnen. Soms lukte dat heel gemakkelijk en gleeed de wol soepel en flexibel door haar handen. Op andere momenten was het lastig om de aandacht in het hier en nu te houden en kroop het vlas in elkaar tot dikke harde bobbel. Maar ze hield vol. Ze voelde de hoop groeien in haar hart en werkte aan een mooie toekomst voor iedereen.

De tweede en middelste zuster was als een moeder. Iedere dag opnieuw oefende ze om haar oordeel los te laten en liefde te ervaren in de oneffenheden die ze in het gesponnen garen van haar jongere zuster zag. Soms ging dat heel gemakkelijk en mat ze bijzonder lange lengtes af. Op andere momenten werden de imperfecties haar te veel en mat ze ongeduldig korte varianten af. Maar ze hield vertrouwen. Ze voelde haar opdracht om zich te verbinden met compassie en een lang leven te schenken aan iedereen.

De derde en oudste zuster was als een bestemoer. Iedere dag opnieuw verbond ze zich met de wijsheid in haar hart en oefende ze in rechtvaardigheid om de levensdraad op precies het goede moment door te knippen. Soms ging dat heel gemakkelijk en herkende ze als vanzelf de grens tussen het begin en het einde, het verleden en de toekomst, deze en de andere wereld. Op andere momenten was het lastig om het einde te zien en verdwaalde ze in onbekende niemandslanden. Maar ze zette door. Iedere dag opnieuw. Ze had beloofd om de grenzen van moed te verleggen en iedereen op het juiste moment weer veilig Thuis te brengen.

Het lot vormt sinds mensenheugenis de rode draad in het leven. Dit is het geschenk dat jij hebt gekregen van jouw schikgodin. Maar niet alles in het leven is voorbestemd. Er is ook zoiets als Vrije Keuze. De keuze die je hebt, is dat jij bepaalt hoe je omgaat met jouw leven. Wat maakt jou gelukkig, ongeacht de lengte en oneffenheden op je pad? In de Modron Vrouwenagenda 2012 lees je alles over de verschillende wegen naar Geluk en hoe jij hier op jouw manier dichterbij komt. Want of het nu stilte, beweging, rust, uitdaging, sport of meditatie is: als het je hart doet glimlachen, is dat een stap op jouw weg naar Geluk. Modron maakt gebruik van oude wijsheden uit de natuur en koppelt deze aan praktische tips voor je lichaam, je geest en je ziel. Laat je verrassen door de kracht en de eenvoud van Moeder Natuur. Laat je verleiden door Geluk!

De Modron Vrouwenagenda is een uitgave van het Modron Vrouwencollege en Caroline Groeneveld. Meer informatie: www.modron.org

THEMA 2011-2012:

JOUW WEG NAAR GELUK

De hinde is in de Keltische symboliek het dier van de hoop. Als je een hinde tegenkomt op je pad, volg haar dan. Ze wijst je jouw weg naar geluk.

Persoonlijk

Naam

Adres

Plaats

Telefoon

Mobiel

E-mail

BSN

Belangrijke telefoonnummers

Werk

Partner

Kind

Kind

Kind

School

School

School

Crèche

Oppas

Huisarts

Tandarts

Diversen

Waarschuwen bij nood

Polisnummer

Bloedgroep

Donor codicil

IN JE HANDEN houdt je een bijzonder boek. De teksten zijn het afgelopen jaar met veel liefde voor je geschreven. Ieder beeld is daarna persoonlijk voor je uitgezocht om de woorden aan te vullen. De Modron Vrouwenagenda is bedoeld als natuurlijke leidraad op jouw weg naar Geluk.

Tijdens het schrijven heb ik gekeken naar het fundament van onze Europese beschaving en onderzocht hoe deze oude wortels verbonden zijn met een gelukkig leven in het hier en nu. Kelten, Germanen, Saksen en andere volken die duizenden jaren geleden leefden, kenden allen een unieke verbintenis met de Natuur en verstonden als geen ander de kunst om in het nu te zijn. Ze voelden zich één met de seizoenen en leefden volgens een Heilig Triadisch principe: zorg goed voor het Land, dan zorgt het goed voor jou. Zorg goed voor de Mensen met wie je leeft, dan zorgen zij goed voor jou. Zorg goed voor de zielen en de Goden in de Andere Werelden, dan zorgen zij goed voor jou. Het leven van toen was gevaarlijk, maar de volken vertrouwden op de beweging van Moeder Natuur en vierden vele geluismomenten.

De moderne mens heeft heel andere verbintenissen opgebouwd. De samenlevingen van nu ontwikkelen hulpmiddelen die leiden naar een leven vol gemak. We vertrouwen op kennis en wetenschap, controle en bewijs en hebben met ongelooflijk knappe technieken vele onbekende terreinen inzichtelijk gemaakt. We hoeven ons in Nederland geen zorgen meer te maken over voeding, warmte en licht. De supermarkten liggen vol, de huizen zijn warm en elektriciteit is voor iedereen beschikbaar. Het verzorgde leven van nu lijkt veilig en gemakkelijk. Maar maakt het ook gelukkiger als je de beweging van Moeder Natuur en de Heilige Triade definitief achter je laat?

Steeds opnieuw raakt het me diep om te ervaren hoe toen en nu samenkomsten en hoe beide gemeenschappen verrassend accuraat zijn in hun zienswijzen over het leven. Ik geloof in een bundeling van beide. Ik geloof dat onze voorvaders en voormoeders de basis hebben gelegd, het fundament zijn van Thuis. En ik geloof in de wetenschap, in de nieuwsgierigheid van de mens om uit te zoeken hoe het met de toekomst zit. Ik geloof in allebei!

Met deze agenda hoop ik dat ook jij ervaart hoe oud en nieuw in het nu bewegen. Laat je dragen door Moeder Natuur, laat je leiden door je natuurlijke nieuwsgierigheid en ervaar dagelijkse inspiratie in 2011-2012!

Bendithion y Modron
De Zegeningen van de Moeder
Caroline Groeneveld

2 mei 2011 - nieuwe maan van De Havik - eerste stap op de weg van de Vrede



LEVEN VOLGENS JOUW NATUUR

De samenkomst van oud en nieuw



NOVEMBER 2011

1
2 🌙
3
4
5
6
7
8
9
10 🌙 De Klif, Samhain
11
12
13
14
15
16
17
18 🌙
19
20
21
22
23
24
25 ☉
26
27
28
29
30

DECEMBER 2011

1
2 🌙
3
4
5
6
7
8
9
10 🌙 Het Getijde
11
12
13
14
15
16
17
18 🌙
19
20
21
22 Midwinter
23
24 ☉
25
26
27
28
29
30
31

JANUARI 2012

1 🌙
2
3
4
5
6
7
8
9 🌙 De Reebok
10
11
12
13
14
15
16 🌙
17
18
19
20
21
22
23 ☉
24
25
26
27
28
29
30
31 🌙



DE VIER SEIZOENEN: JIJ EN JOUW NATUUR

Winter

Uuintar – Wintar

Tijd van de onweren en vriezeende koude

Het leven in de natuur wordt steeds stiller. Konijnen, eekhoorns en roodborstjes zoeken een schuilplaats voor de winter. Dieren die buiten blijven krijgen een dikke wintervacht. Bomen hebben hun uiterlijkheden verloren en zijn nu als silhouetten in de nacht. Moeder Aarde rust uit. Ze neemt de tijd en keert diep naar binnen, naar de oerbron van het leven. Donker, geluidloos, vertrouwd.

Volgens de vrouwelijke maankalender van Avalon begint de winter met de volle maan van De Klif. In de Grote Cyclus van het jaar is dit het moment waarop het leven begint: bij de conceptie. Deze dag wordt ook wel Samhain of de dag van de keuze genoemd. Dit jaar is dat op donderdag 10 november. De Romeinse mannelijke zonnecalender houdt de stand van de zon aan. Winter begint dan op 22 december, de kortste dag van het jaar.

Meer verbinding met de energie van winter ervaar je door stil te worden. Yoga, meditatie of een ander vorm van gebed helpen je hierbij. Het brengt je dicht bij wie je bent en de kern van jouw wezen.



Oude Winterfeesten
Element
Emoties
Fase in het vrouw zijn
Keltische Wintergodin
Voeding voor je basis

Samhain en Midwinter
Aarde
Moed - rust - vertrouwen
Wijze Vrouw - zij die het leven ervaren heeft
Cerridwen - hoedster van je levensbron
Yoga

[illegible]

28 MAANDAG

8.21 16.34

29 DINSDAG

30 WOENSDAG

01 DONDERDAG

note:

NOVEMBER 48 DECEMBER 48

*Afnemende Maan
van Het Getijde*

Het Paard Bescherming

Het tweede aandachtspunt op je pad is het Paard. Dit dier is een reiziger tussen de werelden en beschermt je op je reizen in deze wereld en het onderbewuste. Hij wijst aan waar je te snel gaat en voert je weg van mogelijk gevaar.



02 VRIJDAG

03 Samhain
ZATERDAG

04 ZONDAG

De Klif

note: 22 december Modron Midwinter viering in de bossen

November – zet de stap

Nevelmaand *Tijd van het vallen van de zaden*
Maan van de Klif *Maan van de vallende bladeren*

Weg van de Keuze

Lekker buiten zijn

Op een dag zijn alle bladeren van de bomen verdwenen en zie je een nieuwe kaalheid om je heen. De natuur laat los. Een oude eik toont zijn grillige knoesten. Over weidevelden hangen trage mistflarden. Nevelen omhullen het landschap met een melkachtige deken waarin schaduw en zonlicht een ander spel spelen. Soms waait het stormachtig en zijn er even felle opklaringen met prachtige regenbogen. Het kleine beetje warmte dat er nog is, wordt vastgehouden door het gevallen dikke bladerdek. Beekjes en bronnetjes stromen gestaag en krijgen een zwartbruine kleur. Kikkers graven diep in de modder, op zoek naar een veilig plekje. Egels, dassen en hamsters kruipen in hun warme winterhol. Duizenden kraaien komen bijeen en zoeken een gezamenlijke slaapplaats. Samen slapen betekent meer bescherming voor iedereen. Een laatste kraanvogel vertrekt naar het zuiden. Moeder Natuur wordt donker, kaal en koud. Het is tijd om naar binnen te gaan. De stilte komt eraan.

Voeding voor je lichaam

Stwmp Naw Rhyw

Stwmp Naw Rhyw is een oud Welsh gerecht dat al duizenden jaren met Samhain gemaakt wordt voor je dierbaren in deze en de andere wereld. De stamp-pot bestaat uit negen verschillende ingrediënten die de negen wachters van het Keltisch Levenswiel vertegenwoordigen. Voor 4 personen heb je nodig:

4 aardappelen
1 winterwortel
1 knolletje
200 gram erwten
1 pastinaak
1 prei
peper
zout
verse melk

Was, schil en hak de ingrediënten en kook ze samen in één pan gaar in ongeveer 25 minuten. Giet het kookwater af en maak met de verse melk een pureestamp. Voeg peper en zout naar smaak toe. Ben je single? In de stamp-pot wordt traditioneel gezien een ring verstoppt. Vrouwen die op zoek zijn naar een partner, scheppen op met een houten lepel. Degene die de ring op haar bord terugvindt, is de eerste die trouwt het komende jaar.



Balans voor je emoties

Vrouwenmantel – Alchemilla Vulgaris

November en in het bijzonder het Keltische nieuwjaarfeest Samhain vormen de start van de Grote Cyclus van het Jaar. Volgens de Kelten begint het leven in het donker, diep in de baarmoeder ofwel aan het begin van de winter. November is de maand waarin je de eerste stap op de Grote Cyclus zet. Het is een maand die gaat over intenties zetten en keuzes maken. Waar wil jij het komende jaar naar toe?

Vrouwenmantel groeit overal in Europa in graslanden, weilanden en open plekken in het bos. Het plantje wordt ongeveer 30 cm hoog en is onopvallend. Ze bloeit tussen juni en september. De bladeren hebben getande lobben en zijn rond of niervormig. Vaak zijn ze behaard en in de vroege ochtend zie je prachtige dauwdruppels liggen in het hart van het blad. Dauw wordt bij de druiden als bijzonder heilig gezien: in de dauw wordt de eerste ochtendzon gevangen en daarmee overstijgt je de tegenstelling tussen water en vuur. Dat is ook een van de eigenschappen van vrouwenmantel. Het is een echt spierversterkend vrouwenkruid en helpt je om je ware aard naar boven te brengen en hierin meer evenwicht te laten ontstaan: harde vrouwen worden zachter en onzekere vrouwen worden moediger. Het kruid laat je de details van het leven zien en helpt je herinneren wat er echt toe doet. Het neemt je mee op weg naar een diepere verbinding met het vrouwelijke beginsel in je emotionele en spirituele beleving. Vrouwenmantel helpt je om de eerste stap te zetten en te kiezen voor wie je bent.

Drink vrouwenmantel als thee of voeg het kruid toe aan een reinigingsbad. Ga in de vroege ochtend eens naar het bos en ga op zoek naar de dauwdruppels van deze plant. Vang ze op en drink de dauw als symbool voor de mystieke verbinding tussen je ziel en het leven.



Inspiratie voor je ziel

10 november Samhain

10 november Volle maan De Klif

Zo vier je Samhain

Samhain is het eerste Keltische jaarfeest op de Grote Cyclus van het Jaar. Het feest duurt drie dagen en begint op de dag vóór volle maan op 9 november. Op deze dag kijk je nog één keer terug naar het afgelopen jaar en haal je samen met je dierbaren herinneringen op. Je neemt afscheid van dierbare en verdrietige gebeurtenissen. De tweede dag is een dag waarin het oude voorbij is en het nieuwe nog niet is begonnen. In deze tussentijd eer je je voorouders door een extra bord op tafel te zetten en een stiltemaaltijd te nuttigen. Het traditionele gerecht dat bij deze dag hoort is Stwmp Naw Rhyw. In de stilte spreek je met overleden dierbaren en vraag je om een boodschap voor het komende jaar. De dag na volle maan is nieuwjaarsdag. De legende vertelt dat de eerste persoon die nu je huis bezoekt een sleutel voor je heeft over de richting van je levenspad in het komende jaar.

Zo vier je de volle maan De Klif

De volle maan De Klif valt altijd samen met Samhain. Het is de eerste volle maan op de Grote Cyclus van het Jaar. Deze maan vertegenwoordigt je intentie voor het komende jaar. Welke richting wil je op en welke keuzes maak je om hier dichterbij te komen? Waar schenk je meer aandacht aan en wat laat je achter je? De naam is een verwijzing naar de hoge rotsen langs de kustlijn van Wales. Het land stelt de veilige thuishaven voor. De zee in de diepte vertegenwoordigt de stroming van je ziel. Mediteer deze avond op de keuze die jij wilt maken voor jouw toekomst en geef hier op een creatieve manier uiting aan: in een tekening, een kunstwerk, met muziek, dans of een verhaal.