



In Einklang mit dem Jahreskreis: Ritual und Gedanken zu Lughnasadh

Ein Beitrag von Sonja Fiederling

Die hellste Phase im Jahr ist überschritten, aber noch sind die Tage lang und meist warm. Im Kirchenjahr werden im August Marienfeiertage begangen und das Mondfest Lughnasadh bzw. auch Lammas genannt im Jahreskreis – und manche genießen nun einfach die Sommerwochen. Auch in dieser Zeit kann es mal nass oder eher kühler sein, aber in der Regel haben wir auch in wettermäßig eher unbeständigen Jahren immer wieder richtig viel Sonne und Wärme, viele gehen ins Schwimmbad oder an die Badeseen.

Wie auch im Winter nach der Sonnenwende steht jetzt ebenfalls allgemein Urlaubszeit an, viele verbringen freie Tage Zuhause oder fahren irgendwo hin. Die Erntezeit startet nun so richtig, es gibt – je nach Gebiet und wie die Witterung im bisherigen Jahresverlauf gewesen ist – das erste Obst und auch das Sommergemüse ist reif, ebenso wie das Getreide und wer Kräuter sammelt, hat jetzt auch nochmal eine „heiße“ Phase.

Sonne tanken, Ferien, Ernte, das steht um diese Jahreszeit auch bei mir an – wie verbringst Du sie? Hier ein paar Gedanken und Inspirationen...

Sommerzeit ist... Ferienzeit

Sommerzeit ist... Erntezeit

Sommerzeit ist... Sonnenzeit





Sommerzeit ist... Ferienzeit

Ferien bzw. Urlaub, das ist für jeden unterschiedlich. Für die Kinder bedeutet es wohl in erster Linie: Keine Schule, heißt meist auch länger schlafen als sonst, der normale Rhythmus ist unterbrochen und es ist alles etwas anders und oft auch entspannter.

Bei mir gibt es ebenfalls eine Sommerpause analog zur Winterpause, die ich im Rahmen der Raunächte mache. Bei mir heißt das grundsätzlich, dass ich dann möglichst wenige feste bzw. länger geplante Termine habe, der normale Beruf ruht weitgehend. Im Sommer ist Raum für flexible Unternehmungen oder mal für Nichtstun, ich nutze die freien Tage auch gern, um in Haus und Garten Sachen nach und nach und in Ruhe zu erledigen, für die ich in den Wochen davor nicht so viel Gelegenheit hatte wie eigentlich erhofft. Wandern, Badeseen oder ein Ausflug sind ebenfalls spontan möglich, ich kann endlich ein Buch anfangen, das schon eine Weile auf mich wartet 😊 oder auch mal im Schatten dösen, nachdem ich gemütlich herumgewurschtelt habe.

Wiederum ist es für andere undenkbar, nicht wegzufahren, wenn sie ein paar Tage frei haben – mir ist aufgefallen, dass für viele der Begriff *Urlaub* einhergeht mit „*nicht Zuhause sein*“. Hier sind die Vorstellungen aber ebenfalls ganz verschieden, manche campen, andere wollen ans Meer oder in die Berge oder bestimmte Sachen von der Welt sehen, eine andere Stadt erkunden, der eine taucht, der andere wandert gern... Auch ich fahre gelegentlich mal woanders hin und übernachtete dort, zum Beispiel auf Besuch oder um etwas Bestimmtes zu sehen oder zu erleben, wenn mir danach ist, aber eigentlich fast nie während meiner Sommer- und Winterpause.

Die Ferienzeit geht, so wie meist das ganze Jahr, sehr schnell herum, von daher sollte man sie meiner Ansicht nach so verbringen, wie sie einem guttut – ob Zuhause, bei einem Familienbesuch, in einem fernen Land oder auf dem Campingplatz um die Ecke. Was machst Du am liebsten, wenn Du Ferien hast und machst Du das dann auch beziehungsweise hast Du die Gelegenheit dazu?





Sommerzeit ist... Erntezeit

Wer einen Garten hat, ein Hochbeet oder den einen oder anderen Obstbaum/-strauch, hat in der nächsten Zeit vielleicht das eine oder andere zu tun. Vielleicht ist Frühobst bereits reif und man kann etwas davon einfrieren, gar traditionell einkochen oder einen Kuchen aus den Früchten backen. Eigene Tomaten oder Gurken, frisch vom Strauch gepflückt, eventuell sogar ein paar Kartoffeln aus Garten oder Pflanzkübel – schon ein paar selbst angebaute Sachen können uns nun viel Freude bringen. Und bei wem es dieses Jahr mit dem einen oder anderen nicht so geklappt, die Rüben und Radieschen zwar ein gutes Kraut, aber keine Knollen gebildet haben, der hat im nächsten Jahr vielleicht mehr Glück oder probiert etwas anderes aus.

Ich bin hier sehr aktiv und habe um diese Zeit vor allem mit der Pflege von Garten, Gemüse und Blumen zu tun, während ich mich u.a. über die ersten roten Tomaten freue. Meist ist noch nicht allzu viel einzukochen oder zu verarbeiten, aber ich sammele auch gern Kräuter, um sie beispielsweise gleich frisch zu verwenden oder trockne sie u.a. für Tee oder zum Räuchern. Zu viel zu machen und dann nicht mehr nachzukommen, bringt da meist auch keine Freude und wirkt sich auf den Ernteerfolg aus – von daher übertreibe ich es damit nicht. Es ist ein sehr schöner Ausgleich und erdet mich.

Vielleicht machst Du auch das eine oder andere im Garten, mit Kräutern oder hältst Dich einfach in der warmen Jahreszeit gerne in der Natur oder draußen auf? Natürlich setze ich mich auch gerne hin, ob draußen oder drinnen, gehe ein wenig in mich, in der helleren Jahreshälfte dann bevorzugt eher draußen. Während manch aktiver Tätigkeiten kommen mir aber oft viele Ideen und Gedanken, da ich meinen Kopf dadurch sehr gut frei bekomme – ähnlich wie ein anderer dann beim Sport, Yoga oder in einer bewussten Meditation. Und Ernte muss ja nicht immer nur physisch sein, es ist jetzt auch ein guter Zeitpunkt, um manche Sachen vielleicht abzuschließen, mit denen man sich nicht länger beschäftigen will; oder Ideen endgültig umzusetzen, die einen schon das ganze Jahr beschäftigen...





Sommerzeit ist... Sonnenzeit

Sommer ist klar auch Regen und Gewitter, aber natürlich vor allem ganz viel Sonnenschein und Wärme. Nachdem wir das ganze Jahr meist sehr beschäftigt sind oder Termine einhalten wollen, teils vielleicht auch müssen, ist es jetzt auch mal schön, einfach zu genießen. Die Tage werden langsam kürzer, aber man bemerkt es noch nicht allzu sehr und die Gelegenheit für abendliche Unternehmungen wie Wandern, Radfahren, grillen, nochmal an den See oder in den Biergarten gehen ist noch da; vor allem, wenn man gerade idealerweise auch noch Urlaub hat. Mal die Seele baumeln lassen, wie man sagt, gar nicht so viel nachdenken, machen, auf was man gerade Lust hat – das erinnert mich an meine Kindheit oder Jugend. Schwimmbad, Badesee, die Freunde treffen, zum Sport gehen, kaum Verpflichtungen in den Ferien...

Die Sommerzeit lädt uns dazu ein, uns ein wenig ins Bewusstsein zu holen, dass es auch andere Dinge gibt wie die, mit denen wir uns gedanklich oder aktiv oft beschäftigen. Und gerade, wenn man eigentlich „nichts“ tut und es mal ein wenig lockerer angeht, kommen meiner Erfahrung nach manchmal Dinge auf einmal ins Laufen, wo es vorher trotz großer Bemühung nur schleppend oder fast gar nicht vorwärts gegangen ist.

Eine Ruhephase bringt auch einem selbst oft gute Gedanken und Ideen – was will ich vielleicht noch umsetzen, oder was ist mir gar nicht so wichtig?

Ich wünsche Dir und deinem Tier schöne sommerliche Wochen, mit Sonnenschein, angenehmen Regentagen, die ein wenig Abkühlung bringen und hoffe, Du findest Ruhe und Gelegenheit, die Tage zu genießen.

Sonja

