

Litha-dauwritueel

voor levenskracht, frisheid en innerlijke uitstraling

Binnen oude volksgebruiken werd dauw rond midzomer gezien als bijzonder krachtig. Men geloofde dat de aarde tijdens de kortste nacht en de vroege ochtenduren doordrenkt was van levensenergie, vruchtbaarheid en zonnekracht. Het wassen met dauw werd daarom verbonden met schoonheid, vitaliteit, bescherming en vernieuwing.

Wat je nodig hebt

- Een schone doek of lichte lap stof
- Een klein schaaltje of flesje
- Eventueel bloemen of kruiden uit de tuin

Span de doek in de avond buiten, vlak boven het gras of tussen planten. Laat haar gedurende de nacht het vocht van de aarde en de koelte van de nacht opnemen.

Sta de volgende ochtend vroeg op, liefst vóór zonsopkomst. Verzamel de dauw door de doek voorzichtig uit te wringen in een schaaltje of flesje. Neem daarna een moment van stilte. Doop je vingers in het dauwwater en strijk het zacht over je gezicht, handen of hartstreek terwijl je bijvoorbeeld zegt:

*“Met het water van deze ochtend
ontvang ik kracht, helderheid en leven.
Moge licht en groei met mij meebewegen.”*

Voel even de frisheid van het water op je huid en neem bewust de energie van de ochtend in je op.

Je kunt dit ritueel heel eenvoudig houden of uitbreiden met een wandeling in de ochtendzon, meditatie, kruidenwerk of een moment van dankbaarheid voor de zomer en het leven dat om je heen groeit.

