

Herzlich Willkommen und viel Spaß und weitreichende, reichhaltige Erkenntnis!

Was sind Rauh Nächte?

Mit Rauh Nächten bezeichnet man die Zeit zwischen den Jahren, dem 21. Dezember und dem 6. Januar, eine energetisch herausfordernde Zeit (nicht umsonst sterben zu dieser Zeit besonders viele Menschen, macht die Polizei Überstunden, etc.). Nach alten Überlieferungen sollen die finsternen Mächte an diesen Tagen sehr mächtig sein, Seelen wiederkehren, Geister erscheinen, Dämonen Haus und Hof übernehmen. Dies wird zwar oft missgedeutet, weil es selbstverständlich die Dunkelheit braucht, wie Tag und Nacht für die natürlichen Prozesse der Schöpfung und Angst vor solchen Themen, aber auch generell nur unvollständiges Wissen und Blockaden des Verständnisses auch über die eigene Präsenz anzeigt.

Alles findet sich in uns, die ganze Palette von Dunkel bis hell stattet uns aus für den Umgang mit der Vielseitigkeit des Lebens und je bewusster wir uns dessen sind, desto verbundener können wir leben unsere Möglichkeiten sinnvoll nutzen.

Aber weiter zu den Rauh Nächten explizit: Hast du auch schon einmal gehört, dass man z. B. zwischen Weihnachten und Neujahr nicht arbeiten und keine weiße Wäsche waschen und aufhängen soll?

Odin oder Frau Holle könnten ein Wäschestück mitnehmen und daraus ein Leichentuch für den Besitzer machen ... Letzteres hat zwar eher damit zu tun, wie aufwändig es früher war, Wäsche zu waschen (wie dankbar kann man für die Erfindung der Waschmaschine sein? 🤖),

aber der Tenor ist ganz klar:

Anstrengung und Stress sind in dieser Zeit ganz besonders überflüssig. Der zentrale

Fokus auf Genuss, Ruhe, Entspannung, gemütlich den Dingen ihren Lauf erlauben, Innenschau und die eigene Bewusstwerdung zum Jahresende sind von den universalen Kräften und der Natur aller Dinge und Undinge bestärkt.

Eine besonders energetische Zeit:

Für die Germanen waren die Rauhnächte eine besondere, "heilige" Zeit (wobei es in wirklich leuchtenden Traditionen intelligenterweise nichts gibt, was nicht heilig wäre), in der nicht gearbeitet wurde. Statt dessen nutzte man die Zeit im Innen, zur Einkehr, für die Familie, zum Feiern und zum Orakeln. In Haus und Hof wurde ausgiebig geräuchert, um Mensch und Tier, Hab und Gut zu segnen.

Der Ursprung des Wortes „Rauhnacht“ scheint nicht ganz geklärt zu sein, neben dem „Rauch“ für den Brauch des Räucherns kommt ebenfalls das Wort

„haarig“ (rûch) in Betracht.

Die Vorhersagen beziehen sich auf das kommende Jahr und dabei steht jede der Rauh Nächte für einen Monat im kommenden Jahr:

die erste für den Januar, die zweite für den Februar usw. Alles wird in diesen Tagen beobachtet, so kann man z. B. auch anhand des

Wetters (ich sage mal innen und außen, also Niederschlag, Luftqualität, aber auch innere Bewegung, Befindlichkeit, Wandlung, Erkenntnis-Bereitschaft lohnt sich:))

Prognosen für das kommende Jahr erstellen.

Jeder Tag hat eine ganz besondere Qualität, besondere Fragen, mit denen man sich auseinandersetzt. 2 Tage sind dabei praktisch auch

besonders wichtig: der 28. Dezember und der 5. Januar. An diesen Tagen kann man all das bereinigen, was während der Rauhnächte nicht so gut gelaufen ist. Früher veranstaltete man zu Silvester lärmendes Treiben in Form von Umzügen, um das Alte zu vertreiben/ der Transformation Schub zu geben, heute wird geknallt, was das Zeug hält und auch viel Alkohol getrunken, um das neue Jahr zu begrüßen ... Ich empfehle in jedem Fall

Genuss und tendenziell eher die Wahl der geistigen Klarheit und Neugier. Ich kann Euch sagen, es lohnt sich, es sich in dieser Zeit

gemütlich zu machen, denn die Natur (die Energie aller Dinge) trägt uns hier ganz besonders weich (je mehr wir uns dem hingeben) und ergiebig durch wahrhaft erstaunliche, tiefe

Verwandlungsprozesse. Was das Orakeln angeht:

Schreibe alles auf, was du erlebst, nachts träumst usw. Am Ende des Jahres kannst du dann vergleichen, was tatsächlich davon eingetroffen ist – spannend!

Zur Vorbereitung: kläre alle offene Fragen, begleiche Rechnungen und Schulden, gebe Geliehenes zurück, räume auf, putze, kurzum: Mach reinen Tisch.

Ein paar wunderbare Helfer in dieser Zeit werden zum Beispiel Räucherwerk sein (eine zentral gebrauchte und großartige Kombination sind: weißer Salbei, heilige Medizinpflanze aus Nordamerika zur

Reinigung, Klärung von allem, was nicht echt ist, nicht mehr gebraucht wird, nicht mehr dienlich ist; dann Fenster auf und lüften,

Fenster zu und anschließend mit Palo Santo räuchern, dieses wertvolle Holz des ehrenwerten heiligen Baumes bitte leibevoll benutzen, danken und dadurch bewusstem Einladen der unterstützenden Kräfte,
Fenster hiernach geschlossen lassen und den Segen im wahrsten Sinne des Wortes "einziehen lassen"),
außerdem hilfreich sind ein Notizbuch, Kerzen und Schokolade.
Mögen das Fest ewig beginnen!!!

21. Dezember Thema: Reinigung

In den Tagen bis zum 24. kannst Du :

-aufschreiben, was du noch in diesem Jahr

loslassen möchtest, was du Dir
stattdessen wünschst auf die Rückseite
eines jeden Zettels und dann die
Zettel mit einem liebevollen Segen
verbrennen

-Deine Räume räuchern

-Dich fragen, was du in der letzten Zeit
gelernt hast (wirklich tiefe, runde
Erkenntnisse sind solche, die uns glücklich
machen, motivieren, entspannen:))

-ein Orakel für das kommende Jahr ziehen
und damit weich, locker, durchlässig und
offen meditieren

-eine Wunschliste für das neue Jahr
schreiben

-Dich fragen, was sich bereits Neues
ankündigt in diesem Jahr

24. Dezember Thema: Rückschau

Heute kannst Du Dich fragen:

-was besonders schön in diesem Jahr war

-wofür Du dankbar bist

-was Du gelernt hast

-wer Dich besonders begleitet hat

-was sich in dem Jahr verändert hat

-was Du mitnimmst ins neue Jahr und was du zurücklässt

Um 24 Uhr ist der eigentliche Beginn der Rauhnächte.

Rauhnächte Anfang 25. Dezember Thema:

Wurzeln, Basis

Ein Familientag, um die eigenen Wurzeln

zu stärken. Beginne an diesem Tag ein

Tagebuch und schreibe alles auf, wenn Dir etwas diesbezüglich einfällt.

Achte auch auf deine Träume. Probiere

mal aus, deine Fragen in die Träume mitzunehmen und achte auf Antworten.

Heute kannst Du:

Dich besonders mit Deiner Familie beschäftigen und deinem Fundament, alle Ahnen mit klarem Licht und Segens-, Freiheitserkenntnis-, Entspannungs- und Glückwünschen ehren, Kerze anzünden für die Ahnen (die vor uns und nach uns) deine uralten und näheren Wurzeln und deine Herkunft würdigen und ehren dich fragen, ob es etwas gibt, das der Heilung bedarf (weiche Aufmerksamkeit, Vertrauen in den Prozess) dir überlegen, was du brauchst, damit Heilung geschehen lassen kann, auf möglichst angenehme, entspannende, befreiende, passende Weise

26. Dezember Thema: Höheres Selbst,
Innere Führung

Lausche heute deiner inneren Stimme und
verbinde dich mit deinem Höheren Selbst.

Heute kannst du:

Orakel legen, dich mit Astrologie

beschäftigen, Meditation die Dir leicht fällt

(das natürlich geht immer gut in den
Rauhnächten, heute besonders)

Dich fragen, welche höheren Mächte dich
unterstützen und diese weich und liebevoll
ehren und Ihnen von Herzen danken, auch
mit Geschenken,

Kerzenlicht, Segenswünschen, Bildern,

einem Altar, wie Du es schön findest

dir überlegen, welches Symbol du mit in

das kommende Jahr nehmen möchtest

(was dich entspannt, dir Spaß macht, dich
wissensdurstig und

lebensmutig und lebenslustig macht,ganz

individuell)

dir überlegen, welches Tier, welcher Baum, welcher Stein dir Kraft gibt und weiches, liebevolles, klares Licht aus deinem innersten zu diesem schicken

dich fragen, was noch erlöst werden muss (weiche Aufmerksamkeit, Vertrauen in den Prozess)

dir überlegen, mit welchen Menschen du Kontakt haben möchtest

Meditation: „Auch wenn ich meine innere Stimme nicht höre, entscheide ich jetzt, sie besser wahrzunehmen.“)

27. Dezember Thema:

Herzöffnungherzöffnung erfahrungen

Dieser Tag ist der Herzenergie gewidmet.

Heute kannst Du:

-Dir überlegen, wer in diesem Jahr für Dich da war

-Dich fragen, für wen Du da gewesen bist, wem Du Deine Liebe und Freundschaft geschenkt hast

-darüber nachdenken, wer Dich eher belastet, traurig oder klein gemacht hat

-Dir überlegen, was Dir tiefe Freude und Erfüllung bringt

-Grasgrünes, weiches, klares Licht ins Herz atmen und Dir vorstellen, dass es sich wie eine Rose öffnet und Liebe hereinströmt

„Auch wenn es vermeindlich unlösbare Belastungen und unfreie Ideen in mir wirksam gibt, entscheide ich mich jetzt dafür, es

zu öffnen und Liebe hereinströmen zu lassen.“)

-über Deine Herzenswünsche nachsinnen und eine Wunsch-Collage basteln

28. Dezember Thema: Auflösung

Heute sollen all die Dinge, die in den vergangenen Raunächten nicht so gut gelaufen sind, wieder aufgelöst werden, damit Du

positiv ins neue Jahr starten kannst.

Heute kannst Du:

-alles Ungute, was über den Tag aufkommen mag in einen dafür ausgewählten, handlichen Stein pusten und am Ende des Tages (oder am Morgen des nächsten) einen Moment mit dem Steingeschwister die Augen schließen und frei schauen, wenn ich klar wahrnehmen könnte, was wäre die Botschaft? Was wäre das Geschenk hierdrin?" Locker lassen. Und den Stein (unsere ältesten Verbündeten)

mit

allem Dank für seine Unterstützung in der Erde begraben, oder in ein natürliches Gewässer geben (also dauerhaft der Natur übergeben).

- „Auch wenn ich diese negativen Dinge erlebt habe, starte ich positiv und gestärkt und tatsächlich erneuert ins neue Jahr und es darf immer mehr so

werden, wie es zu mir passt und mir leicht fällt.“)

-wenn du einen Heiligen/Meister/Krafttier/Engel hast, der/die Dich begleitet, zünde ein Licht an zum Dank und um die klare gegenseitige Verbindung bewusst zu stärken und um das göttliche Licht in Dir noch weiter zum Leuchten zu bringen

29. Dezember Thema: Freundschaft

Dabei geht es nicht nur um die Freundschaft zu anderen, sondern auch um die Freundschaft zu sich selbst, um Selbstliebe.

Rauhnächte Liebe

Heute kannst Du:

- Deine Freundschaft zu anderen und ihre Geschichten ansehen und ehren
- Dir überlegen, was Du brauchst um Zerwürfnisse, Streit etc. friedlich beizulegen
- Deinen Freunden mitteilen, was sie Dir bedeuten (schriftlich, mündlich oder durch liebevolle Gesten)
- Deine Leistungen in diesem Jahr besonders würdigen
- Nachschauen, ob es etwas gibt, was Du selbst Dir in diesem Jahr nicht vergeben hast

-Dich besinnen, was Du alles an Dir magst
(kein Ende zu dieser Liste nötig)

„Auch wenn Ich es manchmal im Alltag
vergessen kann, Klarheit ist, mich selbst zu
lieben, ganz individuell, ich liebe und
akzeptiere

ich mich voll und ganz. Ich möchte mich
immer weiter kennenlernen und ich kann
mir selber alles sagen, mich alles wissen
lassen.

Ich bin mit mir in Beziehung und liebe mich
ohne Ende.“)

30. Dezember Thema: Bereinigung

Es geht um den Übergang vom alten in ein
neues Jahr, darum, was Du zurücklassen
und was Du mitnehmen möchtest.

Heute kannst Du:

-aufräumen und räuchern

-entsorgen, was Dir nicht mehr dient

-alles aufschreiben, was du nicht mit in das neue Jahr nehmen möchtest, auf die Rückseite der Zettel, was du dir stattdessen wünschst

und die Zettel mit einem Segenswunsch verbrennen.

-mit Deiner Familie in Verbindung treten, auch über den Ahnenaltar

-Deine Familie segnen (z.B. „Möge Klarheit in alle meine Beziehungen leuchten und unser großes Zusammenkommen von den Wurzeln bis in die Blätter mit Liebe, Schönheit, Freiheit und Gelassenheit beschenken.“

-wenn es Dinge gibt, die loszulassen Dir schwer fällt, kannst du die Augen dazu schließen und folgenden Satz 4 tiefe Atemzüge lang bewusst in Dir wirken lassen („Auch wenn es mir schwer fällt

loszulassen, gehe ich voller Kraft, Freude und Zuversicht in das neue Jahr.“)

Silvester 31. Dezember Thema:

Vorbereitung auf das Neue

Gestalte diesen Tag bewusst.

Heute kannst du:

-ein Bad nehmen, um alles Alte abzuwaschen

-Dich mit Menschen umgeben, die Dir Spaß machen

-darüber nachdenken, welche Vorsätze Du im letzten Jahr erfüllen konntest und welche nicht, weil...?

-neue Vorsätze fassen, die Dir Spaß bringen

-die Wohnung räuchern

-Deine Mahlzeit mit der Natur (den

Naturwesen) teilen, indem Du einen Teller mit Essen an die Wurzeln eines Obstbaumes stellst (damit Fülle einziehen kann)

-rote Unterwäsche anziehen (an Silvester soll das glückliche Stunden der Liebe verheißen), dieser Tag hat aber auch in jeglicher Hinsicht die sinnlichste Energie, deshalb kannst du Dir erlauben, Dich zu verwöhnen

und verwöhnen zu lassen, mit allem was Dich entspannt, Dir schmeckt, Deine Sinne auf eine Dir angenehme Weise anspricht, darin wurzelt tiefe Weisheit, Integrität, klar verbundene Kreation, substantielle Schönheit und Einklang mit unserer menschlichen Kraft und so vielseitigen Intelligenz

-orakeln

1. Januar Thema: Geburt

Wahrscheinlich machst du heute nichts anderes, als Du sowieso machen würdest. Der Unterschied liegt aber darin, dass die Absicht eine andere ist ...

Heute kannst Du:

- Dich mit Freund:innen treffen

- Glückssymbole verschenken

- anderen Menschen Glück und

Segenswünsche mit auf den Weg geben

- das neue Jahr segnen, indem Du Blumen an Bäume stellst oder ins Wasser gibst

- Hufeisen aufhängst, um das Glück einzuladen, auf welche Weise auch immer es Dir Freude macht

- „Auch wenn es mir schwer fällt zu glauben, dass im neuen Jahr alles anders sein soll, entscheide ich mich jetzt für freien Fluss und Veränderung.“)

2. Januar Thema: Gold, Segen

Besinne dich auf die eigene Mitte. Die eigene Mitte, der goldene Kern in Deinem Inneren gibt Dir Kraft und Frieden

Heute kannst Du:

-aufräumen

-einen ersten kleinen Schritt wagen, um Deine Vorsätze wirklich umzusetzen

-eine Meditation machen

-das neue Jahr segnen

-alles mögliche tun (und essen), was Dich und Deine Mitte stärkt und was Du genießt

3. Januar Thema: Visionen

Heute geht es darum, sich bewusst zu machen, auf welche Art und Weise Du die Vision deiner Zukunft umsetzt, wie immer mit dem wertvollen, liebevollen, weisen Rückenwind des ganzen Universums

ehre all die vielfältigen unterstützenden Kräfte heute mit einer Kerze

Heute kannst Du:

-Dir bewusst machen, welche Vision Du eigentlich hast für deine Zukunft überlegen, wofür Du Deine Energie verwendest

schauen, wie und womit Du die meiste Zeit verbringst

-Dich fragen, was Du tun kannst um Deinen Visionen einen Schritt näher zu kommen, auf eine Weise, die Dir angenehm ist und Deinem so

urkraftvollen System/Wesen entspricht

-schauen, welche Situationen sich

erleichtern sollen

4. Januar Thema: Loslassen

Ein Tag für die Beschäftigung mit dem Sterben und den großen Fragen des Lebens
Heute kannst Du:

-Dich fragen, was Du ins Leben bringen willst

-reflektieren darüber, was Dein Lebensziel ist

-reflektieren darüber, was Deinem Leben Sinn (auch Sinnlichkeit) verleiht

-reflektieren darüber, was für Dich wirklich wichtig ist im Leben

einmal aufschreiben, was Du möchtest, das am Ende Deines Lebens über Dich gesagt wird und was nicht (beides lohnt sich aufmerksam zu beleuchten,

letzteres wird Dich auf Blockaden aufmerksam machen, die es für dein Wesen noch zu entfalten gilt:), Geschenke also, die noch ausgepackt werden möchten)

-Dir überlegen, was nun vorbei ist

-Dir bewusst machen, wovon Du Dich befreien/was du klären/erlösen möchtest

5. Januar Thema: Bereinigunggrauhnächte räuchern

Auch heute kannst du wieder Dinge

bereinigen, die in den vergangen

Rauhnächten nicht so gut gelaufen sind.

Diese Nacht wird die „Nacht der Wunder“

genannt, für die es allerlei Bräuche gibt um

Transformation und Segen für das

kommende Jahr zu erhalten.

Heute kannst Du:

-Dich fragen, was durch Dich in diesem Leben kreierte werden will und mit weicher Offenheit den Antworten in Dir lauschen, ganz gemütlich, wie Du es magst -alles für Ungute/was Dich belastet/dem Glücklichsein gerade am meisten im Weg steht/ von dem Du Dir wünschst, dass es Erlösung findet: das jeweils in die Spitze eines eigenen Stöckchens pusten und in das andere Ende das pusten, was Du Dir stattdessen wünschen würdest, danach alle Stöcke mit einem Segenswunsch (gänzlich) verbrenne (dies ist ein sogenannter Todespfeil, im Sinne der kreativen bewussten, verantwortlichen, sanften Transformation und Klärung); als Segen z.B.: „Möge alles was hier geschieht zum höchsten Wohle aller sein, ich bin bereit mich dem hinzugeben.“,

auch gut möglich in Verbindung mit einer
schönen Feueremonie

-weiche Offenheit dafür:

Wenn ich loslasse, was bleibt übrig?

„Auch wenn ich diese anstrengenden
Dinge erlebt habe, gehe ich positiv und
gestärkt in das neue Jahr. Ich bin bereit für
 Klärung und die großen
 Geschenke hinter jeder Spannung.“

-räuchern, weihen und aufladen

6. Januar Thema: Segen, Abschluss

Das Ende der Rauhnächte ist um 24 Uhr in
der Nacht auf den 6. Januar. An diesem
Tag sollen sich die feinstofflichen Tore
dieser besonderen

Vibration der Anderswelt schließen.

Heute kannst Du:

eine Kerze anzünden für alles, was sich bewegt hat und deine Notizen mit den Erfahrungen in den Rauh Nächten noch einmal in Ruhe durchlesen

-offen nachschauen, ob es Themen gibt, die Dich besonders beschäftigt haben und solche, die Du vielleicht wirklich gerne unter den Teppich kehren

würdest, statt sie klar zu sehen und gesehen zu werden

-Dir überlegen, ob Du in den vergangenen Tagen etwas gelernt hast, was Dir als individuelles Wesen Freude, Freiheit und Gelassenheit bringt und

-Dir einen Moment nehmen

nachzuspüren, wo diese tief angebahnte Erkenntnis Dir helfen wird im neuen Jahr sich die schönen Momente

vergegenwärtigen (das was Dich glücklich und wirklich dankbar sein lässt, auf Deine dir eigene Weise)

-Dir überlegen, was Dich glücklich gemacht hat und auf welche Weisen Du davon mehr bekommen kannst

überlegen, ob es ein Wort gibt, das diese Zeit beschreibt (erster Impuls, Du kannst Dich überraschen lassen und die Bedeutung wird sich Dir auch später noch weiter darlegen)

(7.Januar: Der "13. Tag")

Hier gibt es eine Zusatzfrage, nämlich:
Welchem Wunsch möchte ich ganz persönlich meine Aufmerksamkeit widmen dieses Jahr?

Ich wünsche Euch Genuss und
Besinnlichkeit!
Herzlichst,

Maria