

Magische
RAUHNÄCHTE
JOURNAL





Hallo, du wundervolle Seele!

Schon immer war ich fasziniert von der Magie, die sich spürbar zum Jahresende wie ein magischer Teppich in die Tage einwebt. Dies ist meine Lieblingszeit im Jahr. Ich empfinde diese Zeit wie ein Portal, das mich daran erinnert, dass wir alle Kinder des großen Kosmos sind. Seit mehreren Jahren begleite ich Menschen durch diese zauberschöne Zeit mit meinem „Magische Rauhnächte“-Kurs und Meditationen, die dich wieder mit deiner eigenen Seele verbinden. Dieses Journal führt dich durch die magische Zeit im Dezember und hilft dir, deine Erfahrungen, Wahrnehmungen und Entscheidungen wie einen Schatz zu bewahren – weit über die Zeit zwischen den Jahren hinaus. Es hilft dir dabei, deine Bedürfnisse, Träume und Leidenschaften zu entdecken und dich darauf zu fokussieren, was du wirklich willst. Du wirst Fragen beantworten, die du dir wahrscheinlich noch nie zuvor gestellt hast. Hier kannst du all das aufschreiben, was dir in den Rauhnächten begegnet. Deine Orakel notieren. Ein Bild zeichnen, zu dem du dich inspiriert fühlst. Später im Jahr hast du dann dieses Buch als einen stetigen Ratgeber an deiner Seite. Es ist dann dein Wegweiser: Was steht für den kommenden Monat an?

Außerdem bringt der gesamte Dezember schon eine Magie mit sich, an der ich dich auch teilhaben lassen möchte. So erzähle ich dir in diesem Buch auch von den Sperrnächten, dem Julfest und lade dich auf ein wundervolles Ritual ein, welches du mit deinen Lieben gemeinsam machen kannst. Nutze die Zeit im Dezember um wahre Ruhe, Entspannung, Klarheit und Frieden in dir zu finden. Tauche tief und lebe das Wunder, dass du bist!

Deine Beate

Willkommen

ZU DEINER REISE

*Lass dich verzaubern und in eine Welt führen,
in der du dich dir selbst ganz nah fühlen kannst.*

Jedes Mal, wenn die letzten Tage eines Jahres anbrechen, beginnt eine ganz besondere Zeit. Sie lädt dich ein, vollkommen ruhig zu werden. Alles scheint still zu stehen und du kannst in die Unendlichkeit einsinken. Es ist eine Zeit, in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ineinanderlaufen und wir den Samen für das neue Jahr setzen können. Immer wenn etwas Altes zu Ende geht, öffnet ein sich Zeittor. Die Rauhnächte sind genau das. Die große Pause im Jahr, eine Zeit zwischen der Zeit. Mach dich bereit für eine Reise zurück zu deiner Kraft. Jetzt bist du eingeladen, für dich selbst ein tiefes Verständnis zu entwickeln, in deine Mitte und zur Ruhe zu kommen, um Antworten auf deine Fragen zu finden.

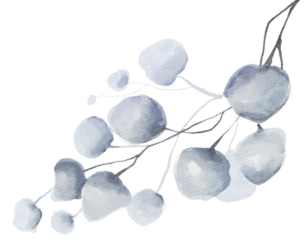
Die Rauhnächte eignen sich perfekt dazu, um neue Inspirationen und stärkende Routinen in deinen Alltag einzubauen. Diese Zeit öffnet dich für deine Visionen und Träume. Säe das, was du dir im kommenden Jahr wünschst, denn die Zeit der heiligen Nächte ist die beste Zeit für Manifestationen und Transformation. Es ist Zeit, nichts zu tun und in dich zu hineinzulauschen ...
Das Wichtigste in dieser Zeit bist DU!

Tipp

Richte dir einen Ort ein, an dem du Zeit für dich hast.

Suche dir einen geeigneten Platz und schmücke ihn für die Adventszeit und die Rauhnächte mit schönen Kristallen und Kerzen. Ergänze ihn mit Dingen, die dir in dieser Zeit begegnen und über den Weg laufen. Nutze diesen besonderen Ort für das Schreiben in deinem Journal, deine Meditationen oder einfach nur zum Träumen.





FAST VERGESSENE ALTE ZEITEN

*Die Zeit zum Jahresende ist voller Legenden,
Märchen und Mythen.*

Die zwölf heiligen Nächte unmittelbar nach der Wintersonnenwende haben ihren Ursprung in einer viel älteren Zeitrechnung als unser heutiger gregorianischer Kalender, der erst 1582 eingeführt wurde. Der Ursprung wird in der Zeitrechnung nach einem Mondjahr vermutet. Ein Jahr aus zwölf Mondmonaten umfasst nur 354 Tage. Die elf fehlenden Tage bzw. zwölf Nächte auf die 365 Tage des Sonnenjahres, werden als Tage außerhalb der Zeit beschrieben. Es ist die Zeit zwischen den Jahren – es sind die heiligen Raunächte.

Meist geht man davon aus, dass die Raunächte um Mitternacht nach dem Heiligen Abend beginnen und mit dem Null-Uhr-Glockenschlag zum 6. Januar enden. Man zählt dann vom 25. Dezember bis einschließlich 5. Januar zwölf Nächte. Die erste Raunacht ist also der komplette 25. Dezember, die zweite der 26. Dezember und die zwölfte der 5. Januar, stets von Mitternacht bis Mitternacht. Nach einer anderen Zählweise beginnen die Raunächte bereits am Thomastag, dem 21. Dezember, der Wintersonnenwende.

So ganz genau weiss man nicht, wie der Name „Raunacht“ entstanden ist. Es gibt dazu unterschiedliche Theorien. Eine geht davon aus, dass die Raunächte ihren Namen vom Räuchern haben. Eine andere Theorie geht davon aus, dass das Wort Raunacht von den ruuchen Nächten, den rauhen, kalten Nächten abgeleitet wurde. Es ranken sich viele Geschichten, Traditionen und Mythen um diese Zeit. Früher waren die Höfe im Winter still, es gab keinen Strom, die Tage waren kurz, die Schneedecke legte alles still. Die Menschen haben ihre Zeit mit Geschichten, Märchen, Ritualen, Musizieren, Handarbeiten und Orakeln verbracht.

In der Zeit rund um Weihnachten wurde nicht gearbeitet, die Menschen kamen zusammen und genossen die gemeinsame Zeit. Natürlich hat dabei das Unheimliche, nicht Erklärbare, schon immer eine große Rolle gespielt: Man sagte sich, die Tore zur Anderswelt seien dünner, so dass Mythenwesen, Götter und Geister auf die Erde kämen und die Menschen prüften.





Mancherorts galten diese Nächte als derart gefährlich, dass besondere Regeln eingehalten werden mussten. Das Haus durfte keinesfalls unordentlich sein, denn Frau Holle schaute nach Ordnung und bestrafte oder belohnte wie im Märchen. Die wilde Jagd, angeführt von Gott Wotan, fegte über das Land und suchte verlorene Seelen. Deshalb durfte man auch keine Wäsche waschen und aufhängen, da man fürchtete, die weiße Wäsche an der Leine könnte von den wilden Reitern gestohlen und als Leichentücher verwendet werden. Auch verließen die Leute früher bei Dunkelheit nicht mehr ihre Häuser. Und um die durch die Lüfte jagenden Wesen wohl gesonnen zu stimmen, stellten die Bewohner Fleisch, Kuchen oder Hülsenfrüchte vor die Tür.

Die Rauh Nächte bleiben immer ein Stück unfassbar, nicht umsonst werden sie auch „Niemandszeit“ genannt. Viele Rauh nachtrituale wurden nur mündlich überliefert, einige werden – etwas abgewandelt – bis heute gepflegt. So wurden zu Silvester früher lärmende Umzüge veranstaltet, um Altes zu vertreiben – heute übernehmen das die Böller. Wirklich verlässliche Quellen über die Bräuche gibt es kaum, so verschwinden die Spuren in der Dunkelheit. Tatsächlich lässt sich der Zauber der Rauh Nächte nur mit dem Herzen und nicht mit dem Kopf entdecken.

Da die 12 Rauh Nächte der inneren Einkehr dienen und dem Übergang zwischen Chaos und Ordnung gewidmet sind, solltest du vor dem 24. Dezember (besser noch bis zur Wintersonnenwende am 21. Dezember) alle wichtigen Dinge erledigt und abgeschlossen haben. Dazu nutzten unsere Ahnen die sogenannten Sperrnächte.

