Die Rauhnächte 2024 / 2025



Es gibt verschiedene Ansichten und Zählweisen, wann die Rauhnächte beginnen. Die Rauhnächte beginnen in der Nacht des Heiligen Abend vom 24. auf den 25. Dezember und enden am 5. Januar. Die 12 heiligen Nächte stehen für die 12 Monate im neuen Jahr.

Die Rauhnächte sind eine Zeit des Rückzugs, der Reflexion und Besinnung. Symbolisch soll hier der Übergang vom Chaos in die Ordnung stattfinden.

Es ist eine gute Zeit um sich dem Unbewussten / Unsichtbaren zuzuwenden, um z.B. Orakelkarten zu ziehen und sich für das kommende Jahr neu auszurichten. Du kannst ein Tagebuch führen, indem du alle deine Träume, Begegnungen, Briefe und Erlebnisse dieser 14 Nächte und Tage aufschreibst.

Wie Du diese Zeit für Dich nutzen kannst - Rauhnacht-Rituale

- > Das Haus oder die Wohnung aufräumen und putzen (nicht entrümpeln und ausmisten, das soll kein Glück bringen)
- Das Haus oder die Wohnung räuchern, z.B. mit
 - Weihrauch bringt Segen und Erhöhung der Energien
 - Salbei hat eine feine starke feinstoffliche Reinigungskraft
 - Myrrhe desinfiziert, klärt und reinigt die Räume, gibt Ruhe
 - Kampfer löscht alte Informationen im Haus / Wohnung
 - Angelika Wurzel erhellt die Raumschwingung
 - Wachholder vertreibt alle negativen Einflüsse, Krankheitsgeister und Dämonen
 - Myrte sorgt für Reinheit und Klarheit, bringt Frieden
 - Styrax gibt Wärme und Geborgenheit, öffnet für die Liebe
 - es gibt auch fertige Mischungen zu kaufen.
- > Geliehenes zurückgeben und Schulden begleichen, wenn möglich
- Angelegenheiten klären und Ballast loswerden
- > Meditation und Einkehr
- > Schauen wofür bist Du dankbar, in diesem Jahr?
- > Auf die Träume achten und ein Tagebuch führen



Rauhnachtskalender für 2024 / 2025

Wintersonnenwende 21. Dezember

Reinigung - Befreiung von negativen Energien

- > Alle Räume räuchern
- > Aufschreiben was Du im alten Jahr noch loslassen möchtest und verbrennen
- > Eine Kerze am Abend anzünden, für die Wiedergeburt des Lichtes
- > eine Karte oder Rune für das neue Jahr ziehen
- > Brot und Wasser teilen, auch mit der Natur und den Tieren
- > Kleine Symbolische Lichtgeschenke mit Segenswünschen in der Natur verteilen
- Den Weihnachtsbaum mit guten Wünschen schmücken

	Eine	Wunschliste	tür	das	neue	Jahr	schreiben	

F Line wanschilste fur das neue Juni schielben	

Die Fragen für diesen Tag:

- > Welche Energien möchte ich jetzt loslassen bzw. wovon möchte ich mich noch befreien?
- Was ist mir in diesem Jahr Bewusst geworden und was habe ich gelernt?
- > Welche Qualität kündigt sich jetzt in meinem Leben an?



1. Rauhnacht - 24. auf 25. Dezember - Januar -

Rückschau, Basis, Herkunft und Wurzeln

Heute ist die Energie des Loslassens, ein guter Zeitpunkt um belastende Situationen nicht länger mit sich herumzutragen.

- > Was war schön in diesem Jahr?
- > Was habe ich gelernt und wofür bin ich dankbar?
- > Welche Ereignisse waren besonders einschneidend?
- > Was waren die Geschenke in diesem Jahr?
- > Was hat sich verändert?
- Was habe ich zu Ende gebracht?
- > Was ist noch offen?
- Was lasse ich zurück und was nehme ich ins neue Jahr mit?



Ritual für diesen Tag:

- > Zünde für deine Familie / Ahnen eine Kerze an und Segne dieses Licht
- > Segne Deine Wurzeln

Die Fragen für diesen Tag:

- > Was sind meine Wurzeln?
- > Was brauche ich für mein Wachstum?
- > Welche Bedürfnisse möchten im nächsten Jahr heilen / loslassen bzw. brauchen mehr Aufmerksamkeit?



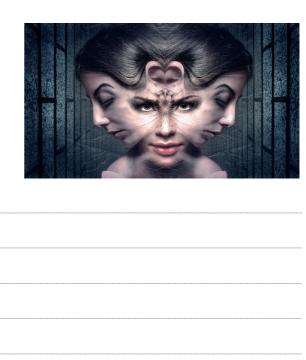
2. Rauhnacht - 25. auf 26. Dezember - Februar -

Höheres Selbst, Verbindung mit der inneren Stimme, innere Führung

Ritual für diesen Tag:

- > Meditieren, welche Kräfte begleiten mich?
- ➤ Bastele eine Collage mit Bildern und / oder Texten zum Thema:

"Kräfte	die	mich	im	neuen	Jahr	begleiten'



Die Fragen für diesen Tag:

010	Die Fragen für diesen Fag.						
	>	Welche Energien begleiten mich im neuen Jahr?					
	>	Was sind meine Ziele?					
	>	Was darf noch heilen / gehen?					
-							
-							



3. Rauhnacht - 26. auf 27. Dezember - März -

Herzöffnung und Selbstliebe

Ritual für diesen Tag.	Ritual	für	diesen	Tag:
------------------------	--------	-----	--------	------

Nica	 Meditation: Atme Licht in de öffnet. 	ein Herzensmitte (-raum) und	d stelle Dir vor das sie sich wie eine Blume
	> Was sind deine Herzenswüns	sche?	
Die	Fragen für diesen Tag:		
	Welche Wünsche sind tief inWas hilft mir mein Herz off		
	➤ Wie sieht mein Leben mit o		



4. Rauhnacht - 27. auf 28. Dezember - April -

Auflösung, Vergebung und Transformation

- Rufe dir alle negativen Erinnerungen noch einmal auf und schreibe sie auf einen Zettel, auf einem anderen Zettel formuliere alles ins Positive um und verbrenne den negativen Zettel.
- > Meditation: Stelle dir die violette Flamme vor die alles negative in dir verbrennt.



Die	Fra	gen	für	die	sen	Tag:
	\triangleright	أزرا	o f	مامات	ich	micl

- > Wie fühle ich mich nach dem Loslassen?
- > Welchen Menschen möchte ich heute vergeben?
- > Wo spüre ich noch keine Dankbarkeit?



5. Rauhnacht – 28. auf 29. Dezember – Mai –

Verbundenheit, Freundschaft und Selbstliebe

- > Teile Deinen Freunden mit was sie Dir bedeuten
- > Segne Deine Freundschaften

P

			ananananananananananananananananananan	
.	r	5 (m. 4) T		
νie		Fragen für diesen Tag:		
		Wie kann ich die Beziehung zu Menschen verbessern / vertiefen?		
		3		
		"		
		Was brauche ich um mir selbst zu vergeben und mich selbst zu lieber	1?	



6. Rauhnacht – 29. auf 30. Dezember – Juni –

Bereinigen, Versöhnen und Loslassen

- > Aufräumen und Räuchern
- > Schaue was Du im alten Jahr noch zurücklassen kannst
- > Nimm Dir Zeit um das alte Jahr zu reflektieren
- Ravaita dan Übaraana in das nava Tah

41	-	1
<u>G</u>		· Vo
		3

>	Bereite den Übergang in das neue Jahr vor
	für diesen Tag:
>	Wie kann ich meine weibliche und männliche Seite in Harmonie bringen?
>	Welche Menschen möchte ich wieder in meinem Leben haben?
>	Welche Handlungen aus der Vergangenheit habe ich (mir) vergeben und welche kann ich mir nicht vergeben?
	vergebern.



7. Rauhnacht - 30. auf 31. Dezember - Juli -

Wandlung, und Vorbereitung auf das kommende Jahr, Übergang ins neue Jahr

- > Nimm ein Bad uns wasche das alte ab
- Fasse gut Vorsätze für das neue Jahr, Orakel, ziehe Karten usw.
- Es ist günstig ein paar Speisen mit den Naturwesen zu teilen (auf einen Teller an die Wurzeln eines Baumes stellen)

YVV	War No.

Fragen	für	diesen	Tag:
--------	-----	--------	------

- > Was ist mir besonders wichtig in meinem Leben?
- > Was wünsche ich mir und möchte ich bestärken?
- > Welche kleinen Schritte kann ich jetzt zu meiner Vision gehen?





8. Rauhnacht – 31. Dezember auf 1. Januar – August –

Geburt des neuen Jahres, Neubeginn

Ritual für diesen Tag:

Ziehe 3 Orakelkarten mit den Fragen:

- ❖ Was brauche ich für die Umsetzung meiner Vision?
- Wie kann ich mein Ziel mit Leichtigkeit verwirklichen?
- ❖ Welche Menschen unterstützen mich dabei?

Wat.			
	Sign	A C	42
		4	

_	n
	ür diesen Tag:
>	Wovon sollte es mehr in meinem Leben geben?
	Was möchte ich in diesem Jahr erleben?
	Was passiert, wenn ich nichts verändere?



9. Rauhnacht - 1. auf 2. Januar - September -

Gold, Licht, Segen und innere Mitte

- > Tue alles was Dich in deine Mitte bringt und sie stärkt
- Meditation: Lasse goldenes Licht über dein Kronenchakra (Kopf) in dein Herz und von da aus in Deine Hände fließen

	A	2	COM	N.E.
-	200		-	20
		•	-	-
	1	1		
) /		
		188		

Die Fragen für diesen Tag	Die	Fragen	für	diesen	Tag:
---------------------------	-----	--------	-----	--------	------

- > Was bedeutet Fülle für mich?
- > Wo in meinem Leben gibt es schon die Fülle und wie sieht sie aus?
- > Was bedeutet Segen für mich?
- > Auf welche Weise möchte ich die Menschen und mein Umfeld segnen?



10. Rauhnacht - 2. auf 3. Januar - Oktober -

Visionen, Verbindung mit dem Göttlichen

	für diesen Tag: Meditiere um zur Ruhe zu kommen und um Impulse und Eingebungen wahrzunehmen Ziehe verschiedene Orakelkarten für deine Visionen
> >	Für diesen Tag: Welche Visionen trage ich im Herzen? Wie nutze ich meine Gedanken, Vorstellungsgaben und meine Ausdruckskraft in Wort und Tat? Womit verbringe ich meine Zeit? Wie oft gehe ich in die Natur um Energie zu tanken?



11. Rauhnacht – 3. auf 4. Januar – November –

Loslassen, Abschied nehmen

	für diesen Tag: Meditation: Wozu bin ich auf der Erde und was hat sich meine Seele vorgenon	mmen?
Fragen	Wie gehe ich mit Verlust um? Welche Geschenke erhalte ich, wenn ich das alte Loslasse? Welche Gedanken, Emotionen und Gefühle konnte ich in diesem Jahr gehen lassen?	



12. Rauhnacht – 4. auf 5. Januar – Dezember –

Tag der Wunder und Klarheit

Ritual für diesen Tag:

> Öffne dein Geist für die alltäglichen Wunder und welche Wunder nimmst du wahr?



Fragen für diesen Tag: > Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen? > Was kann ich tun um ein Magnet für Wunder und magische Ereignisse zu werden?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?		
> Welche Wunder bin ich bereit zu empfangen?	Fraoen	für diesen Taa:



13. Rauhnacht - 5. auf 6. Januar - Dezember -

Rückblick und Reflektion

O 11	C "	1.	_
KITIINI	TIIV	diesen	IND

Ritual i	für diesen Tag:	
>	Räuchere deine Umgebung mir Myrrhe und Weihrau	ch
	Denke an die letzten 12 Nächte zurück und spüre in	
	,	· ·
Fragen	für diesen Tag:	
	Welche Energien / Themen haben mich begleitet?	
>	Wie ist es mir mit den Rauhnächten ergangen?	
>	Mein Resümeé	
	Mem Resumee	
		A STATE OF THE STA