

# Die Rau(c)hNächte –die Zeit zwischen den Zeiten

## ein TageBuch – ein NachtBuch

Es geschehen so viele Dinge in unserem Leben, die von Bedeutung sind, dass es sich rentiert, in der **Zeit zwischen den Zeiten** eine Art Tagebuch anzulegen. Alle Gegebenheiten (das Wetter, Gesundheitszustand, Gefühle, ...) sind von Interesse und sollten notiert werden.

Ideal ist es, zwischen den Rau(c)hnächten 1-2 Seiten auslassen, auf denen wir dann aufschreiben, was wir uns erwarten und vielleicht auch, was tatsächlich geschehen ist. Diese Aufzeichnungen begleiten uns dann durch das gesamte Jahr hindurch. Es ist interessant nachzulesen, was wir selbst „vorherge\*schrieben\*“ haben – es ist verblüffend und oft sehr verwunderlich!

Also besorge dir ein schönes Heft oder ein Buch und notiere jeden Morgen oder jeden Abend Gedanken und Erlebnisse des vergangenen Tages bzw. der vergangenen Nacht. Hierbei spiegeln die Tage / Nächte den jeweiligen Monat wieder, denn die 12 Rau(c)hnächte stehen für die 12 Monate – also die erste Nacht entspricht dem Jänner usw.

Im Folgenden stehen ein paar Reflexionsfragen und Ideen für den Tag, die dir dabei helfen sollen, alle Aspekte in deinem Leben zu beleuchten. Suche dir für jeden Tag zwei oder drei Fragen aus.

- Wie habe ich geschlafen? Was habe ich geträumt?
- Wie stehe ich im Leben? Wie fühle ich mich? Bin ich gesund?
- Wie ist das Wetter? Was geschieht auf der Welt?
- Was wird der heutige Tag bringen? Was erwarte ich mir von diesem Tag?
- Was war schön in diesem Jahr?
- Was ist in diesem Jahr geschehen, für das ich danken kann?
- Welche Erlebnisse waren in diesem Jahr besonders einschneidend?
- Was habe ich in diesem Jahr erfahren und gelernt?
- Was waren die Geschenke in diesem Jahr?
- Wer hat mich durch dieses Jahr begleitet und mir Liebe und Freundschaft geschenkt?
- Gibt es noch ungeklärte Streitigkeiten? Wem muss ich vergeben?
- Bin ich diesbezüglich mit mir selbst im Reinen?
- Mit welchen Menschen möchte ich weiterhin Kontakt haben, zu wem möchte ich den Kontakt eher einschränken?
- Was sind die Dinge, die ich in diesem Jahr abschließen konnte? Was ist mir gelungen?
- Welche Dinge sind noch offen? Was möchte ich zu Ende führen?
- Was lasse ich zurück im alten Jahr, was nehme ich mit ins neue Jahr?
- Womit verbringe ich die meiste Zeit?
- Was ist mein Lebenssinn? Was ist meine Aufgabe?

**Tania Eichhorn**  
aus dem

*erdReich*

### **Die 1. Rau(c)hnacht – 24./25. Dezember - Jänner**

Grundlage des Selbst; Versuche dich im Laufe des Abends in die Stille zurückzuziehen, gehe in dich und spüre dich! Genieße den Zauber von Weihnachten als Fest der BeSINNung!

### **Die 2. Rau(c)hnacht – 25./26. Dez. – Feber**

Innere Stimme – Führung; Erinnerung dich an deine Fehlschläge, deine Leistungen, deine Tiefen und Höhen.

### **Die 3. Rau(c)hnacht - 26./27. Dez. – März**

Zeit der Wunder, Herzöffnung - Bejahe dich selbst! Was ist dir gelungen? Was kannst du gut?

### **Die 4. Rau(c)hnacht – 27./28. Dez – April**

Tag der Kinder – An diesem Tag hat man die Möglichkeit, alles was an den drei Tagen zuvor nicht gut gewesen ist, aufzulösen! Dafür sollte man es sich genau vorstellen, alles in weißes Licht tauchen und zusehen, wie es sich in etwas Gutes / etwas Positives wandelt.

### **Die 5. Rau(c)hnacht – 28./29. Dez – Mai**

Tag für Freundschaft - Wer begleitet dich im Leben? Sprich deinen Dank offen aus!

### **Die 6. Rau(c)hnacht – 29./30. Dez – Juni**

Tag der Bereinigung - Kannst du dich offen zeigen, wie du bist (dem Partner, den Kindern, den Freunden)? Gibt es noch Dinge des vergangenen Jahres, die du gerne klären und abschließen möchtest? Nutze die Gelegenheit!

### **Die 7. Rau(c)hnacht - 30./31. Dez – Juli**

Vorbereitung für das Kommende – bereite dich gedanklich auf den kommenden Abend vor. Notiere schon heute die Dinge, die du im alten Jahr lassen möchtest!  
Was möchtest du im kommenden Jahr unbedingt erreichen? Was wird der erste Schritt hierfür sein?

### **Die 8. Rau(c)hnacht - 31. Dez / 1. Jänner - August**

Geburt des neuen Jahres - Verabschiede dich vom Alten und verbrenne den Zettel, auf dem du am Vortrag Dinge notiert hast. Heiße das Neue willkommen und entzünde ein Licht dafür! Gehe in Gedanken jeden Monat einzeln durch.

### **Die 9. Rau(c)hnacht– 1./2. Jänner - September**

Segenslicht und Weisheit

Wir verbinden uns bewusst mit unserem Licht und unserer Seele. Am Namenstag der heiligen Katharina lehrt diese uns, dass wir durch unseren Glauben das Schicksal verändern und damit Erlösung finden können.

### **Die 10. Rau(c)hnacht - 2./3. Jänner - Oktober**

Vision, Eingebung, Weihrauch (reingt den Geist und hat heilende Kräfte für unseren Körper)  
Visionen helfen, sind selbst über den eigenen Weg klar zu werden. Wir stehen HIER und JETZT, dort, wo die Vergangenheit endet und die Zukunft beginnt. Gedanken manifestieren sich und werden real ...

### **Die 11. Rau(c)hnacht - 3./4. Jänner - November**

Thema: Loslassen, Abschied nehmen – die Beschäftigung mit dem Alten hilft Platz zu schaffen für Neues.

### **Die 12. Rau(c)hnacht– 4./5. Jänner - Dezember**

Hohe-Frauen-Nacht – Reinigung, Vorbereitungen für die Nacht der Wunder. Nimm dir Zeit und lasse die vergangenen Tage und Nächte an dir vorbeiziehen. An diesem Tag hat man noch einmal die Möglichkeit, alles was an den vorangegangenen Tagen zuvor nicht gut gewesen ist, aufzulösen! Dafür sollte man es sich genau vorstellen, alles in weißes Licht tauchen und zusehen, wie es sich in etwas Gutes / etwas Positives wandelt.

### **Die PerchtenNacht**

Am Dreikönigstag endet die Zeit außerhalb der Zeit, die Tore zur Anderswelt schließen sich und wir können ins neue Jahr starten. Als Abschlussritual ist es schön, wenn man an diesem Tag die Ereignisse & Aufzeichnungen der letzten 12 Nächte durchgehen, sich für die Hinweise und die innere Führung bedankt und freudig in die nahe Zukunft blickt.

Außerdem ist es schön, die Rau(c)hnächte mit einem Ritual zu beschließen! "Wünsche einsetzen" - Wünsche und Ideen für das kommende Jahr auf einen Zettel schreiben und gemeinsam mit einem Samen in einem