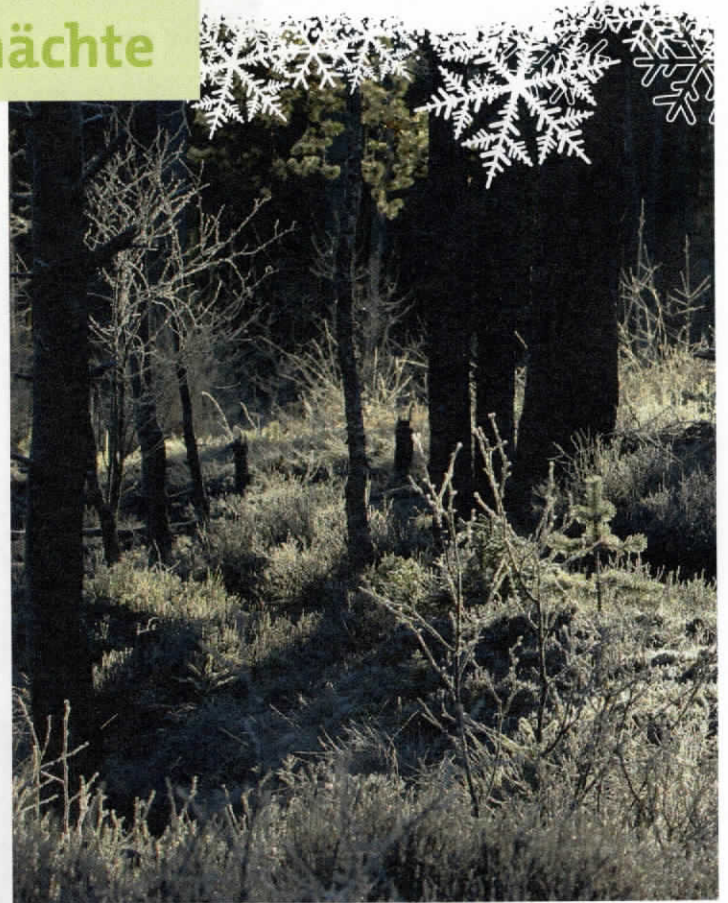




## Zauber der Rauh Nächte

Als Rauh Nächte wird die Zeit zwischen den Jahren bezeichnet. In den meisten Traditionen beginnen die Rauh Nächte um Mitternacht, wenn der Heilige Abend vorbei ist, und enden Schlag Mitternacht vom 5. auf den 6. Januar. In anderen Überlieferungen beginnen die Rauh Nächte bereits am 21. Dezember, dem Tag der Wintersonnenwende. Sie gelten schon immer als die 12 Heiligen Tage und Nächte. Jede Rauh Nacht ist einem der zwölf Monate zugeordnet. So entspricht die erste Rauh Nacht dem Januar, die zweite dem Februar des folgenden Jahres und so weiter.

Die Rauh Nächte haben ihre Wurzeln in der germanischen und keltischen Tradition. Sie entstanden als der Mondkalender (354 Tage) vom Sonnenkalender (365 Tage) abgelöst wurde. Um die Lücke von 11 Tagen und 12 Nächten im Kalender zu schließen, hängten die Kelten die Rauh Nächte als besondere Zeit an. In diesen Tagen sind die Schleier zu den Anderswelten dünner, die Tore zur „anderen Welt“ stehen offen. Sie galten als Brücke zwischen Diesseits und Jenseits. Unsere Vorfahren orakelten und wünschten sich auf diesem Wege Weissagungen, eine Vorausschau und Visionen. Die Menschen saßen gemütlich zusammen, erzählten Märchen und Geschichten, es wurde geräuchert, gesungen, getanzt, gelacht, gefeiert,....



Der Begriff „Rauh Nächte“ leitet sich ab von rauh und wild, von Rauch oder Räuchern - „Rauch Nächte“ - und vom mittelhochdeutschen Wort „ruch“, was haarig, pelzig bedeutet. Damit ist das Aussehen der Geister, Gespenster und Gestalten gemeint, die zu dieser Zeit ihr Unwesen treiben.

Diese magischen Tage sind eine Zeit der Ruhe, der Stille, des Lauschens nach Innen. Sie lädt dazu ein, das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen, dankbar die Geschenke daraus zu nehmen und sich von Ausgedientem und Überflüssigem zu verabschieden. Nach altem Volksglauben regen diese Tage auch dazu an,



Haben Sie Lust, die Rauhächte wiederzuentdecken und sie auf eine Art und Weise, die in unsere heutige Zeit passt, zu nutzen? Wenn ja, freue ich mich sehr auf Sie und wünsche Ihnen eine gesunde, glückliche und gesegnete Adventszeit. *Julietta Haun*

sich voller Freude, Neugier, Offenheit, Klarheit und Mut auf das neue Jahr vorzubereiten und Wünsche ins Universum zuschicken. Viele Weisheiten, Erzählungen, Mythen, Rituale und Bräuche ranken sich darum.

Seit vielen Jahren zelebriere ich die Rauhächte für mich und mit Gruppen. Bei einer der letzten Meditationen in der Seniorenresidenz am Westpark habe ich von den Rauhächten erzählt und so ist die Idee entstanden, mit Ihnen gemeinsam in den Zauber, die besondere Energie der Rauhächte einzutauchen.

Wir treffen uns jeweils dienstags von 10:00 bis 11:00 Uhr im Gemeinschaftsraum im 1. OG zu folgenden Terminen:

**21. Dezember 2021**

Einstimmung auf den Zauber der Rauhächte – Bräuche, Rituale, Weisheiten

**28. Dezember 2021**

Zauber der Rauhächte – Vertrauen und Kraft spüren

**4. Januar 2022**

Zauber der Rauhächte – Dankbarkeit und Freude auf das neue Jahr