

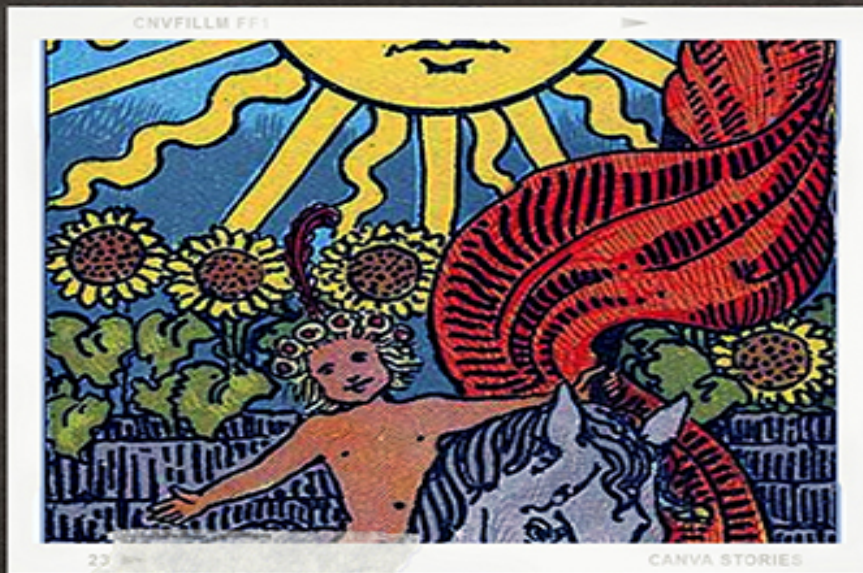
Evelyn Meyer-Lentge

Zwischen den Jahren

Mit den Raunächten ins neue Jahr



Was bringt das neue
Jahr?



Begleitbuch fürs Kartenlegen & andere Rituale

Inhalt

Herzlich Willkommen bei den Raunächten

Allgemeines und Wissenswertes

Rituale und Bräuche

Empfehlungen rund um die Raunächte

So kannst du das Handbuch benutzen

Herzlich Willkommen bei den Raunächten

Der Zeitraum zwischen Weihnachten und Neujahr ist etwas Besonderes. Irgendwie scheint das Alltagsleben stillzustehen, eine kleine Pause machen zu wollen. Die Hektik der Vorweihnachtszeit ist vorbei und es breitet sich eine seltsame Leere aus. „Zwischen den Jahren“ heißt diese Zeit auch im Volksmund und genauso fühlt sie sich auch an: wie ein Zwischenraum in unterschiedlichen Welten.

Doch wozu ist diese Pause gut, die uns da aufgezeigt wird? Von jeher werden diese Tage und Nächte mit Bedacht und Ritualen gefüllt. Vor allem mit Ritualen, die dazu dienen, Altes loszulassen, also Platz zu schaffen und Neues willkommen zu heißen.

Wie viele andere, nutze auch ich diese Zeit, um mich zurückzuziehen und mich mit meinem Wünschen und Plänen für das nächste Jahr zu beschäftigen. Mein Ritual dazu ist das Kartenlegen in den Raunächten. Früher habe ich das alleine für mich gemacht. Gemütlich aufs Sofa gekuschelt, habe ich eine Kerze angezündet, mein Lieblingskartendeck herausgeholt und meine Gedanken notiert. Vor einigen Jahren wurde ich von einer Freundin in eine Online - Raunachtsgruppe eingeladen. Mittlerweile gehört das zu meinem festen Bestandteil für diese Zeit und ich freue mich jedes Jahr darauf. Durch den Austausch mit Gleichgesinnten wird das Ganze viel freudiger und lebendiger.

Was mich an „meiner“ Gruppe besonders begeistert: hier werden die Karten nicht als Weissagung oder Orakel gesehen.

Vielmehr beobachten und reflektieren wir die Bilder und Gefühle, die bei der Betrachtung in uns aufsteigen. Diese Art der Kartenlegung empfinde ich sehr inspirierend und sie kommt mir als Coach und Mentaltrainerin sehr entgegen. Schließlich geht es ja nicht um die Karte an sich, sondern um das, was sie in uns auslöst.

Es ist das Verständnis, dass die Karten, die wir ziehen nicht von außen beeinflusst werden. Kein unabänderliches Schicksal oder eine höhere Macht gibt uns den Weg vor. Es ist unser Zustand, unsere Gedanken und Vorstellungen über den jeweiligen Monat, der uns zu der Karte greifen lässt. Damit wird das Unbewusste sichtbar gemacht und wir können dann bewusst damit spielen. Und so ziehen wir in den 12 Raunächten vom 25. Dezember bis 06. Januar jeweils eine Karte für die zwölf Monate des kommenden Jahres.

Vor dem Hintergrund dieses liebgewonnenen Rituals habe ich ein kleines Handbuch entwickelt. Du findest hier Informationen und Inspirationen zu den Raunächten und Platz, um für jede Nacht, deine Karte mit ihrer Bedeutung zu notieren und deine Gedanken dazu aufzuschreiben.

Auch die jeweilige Monatsenergie im Jahreszyklus hat in diesem Büchlein ihren Platz gefunden. Jeder Monat selbst hat seine Bedeutung und hält bestimmte Aufgaben bereit. Das zieht sich seit Jahrtausenden durch fast alle Religionen und mystischen Betrachtungsweisen hindurch. Ereignisse im Jahreszyklus werden mit fast gleich lautenden Legenden erklärt.

Viele Gottheiten alter Religionen, finden sich zum Beispiel in den heiligen der christlichen Lehre wieder. So können wir ähnliche Feierlichkeiten und Begriffe rund um das Fest der Wintersonne finden, weit bevor sich das Christentum Weihnachten und die Heilige Nacht zu eigen gemacht

haben, z.B. das Julfest und die angelsächsische „Nacht der Mütter“, die zwischen dem 23. und 25. Dezember angelegt ist.

In meiner Beschreibung beziehe ich mich auf die römische, keltische und christliche Mythologie, sowie auf den Jahreskreislauf, den die Natur und die Bewirtschaftung von Flur und Feld vorgibt. Dieses Bewusstsein ist auch bei uns Städtern heute noch unbewusst aktiv. Je älter ich werde, desto häufiger stelle ich das fest. Je mehr ich mich auf diesen Jahresrhythmus einlasse, desto mehr habe ich das Gefühl, „im Fluss“ oder im Einklang zu sein.

Du findest also bei jedem Monat eine kurze Beschreibung, wofür dieser Monat generell steht und eine dazu passende Inspiration, mit der du spielen kannst. Das geht am besten während des laufenden Jahres am Monatsanfang.

Inspiration - das ist der Kern, um den es in den Raunächten und in diesem Büchlein geht. Lass dich inspirieren von der Monatsbedeutung, der Karten, der Träume und der Gespräche, die du in dieser Zeit so führst.

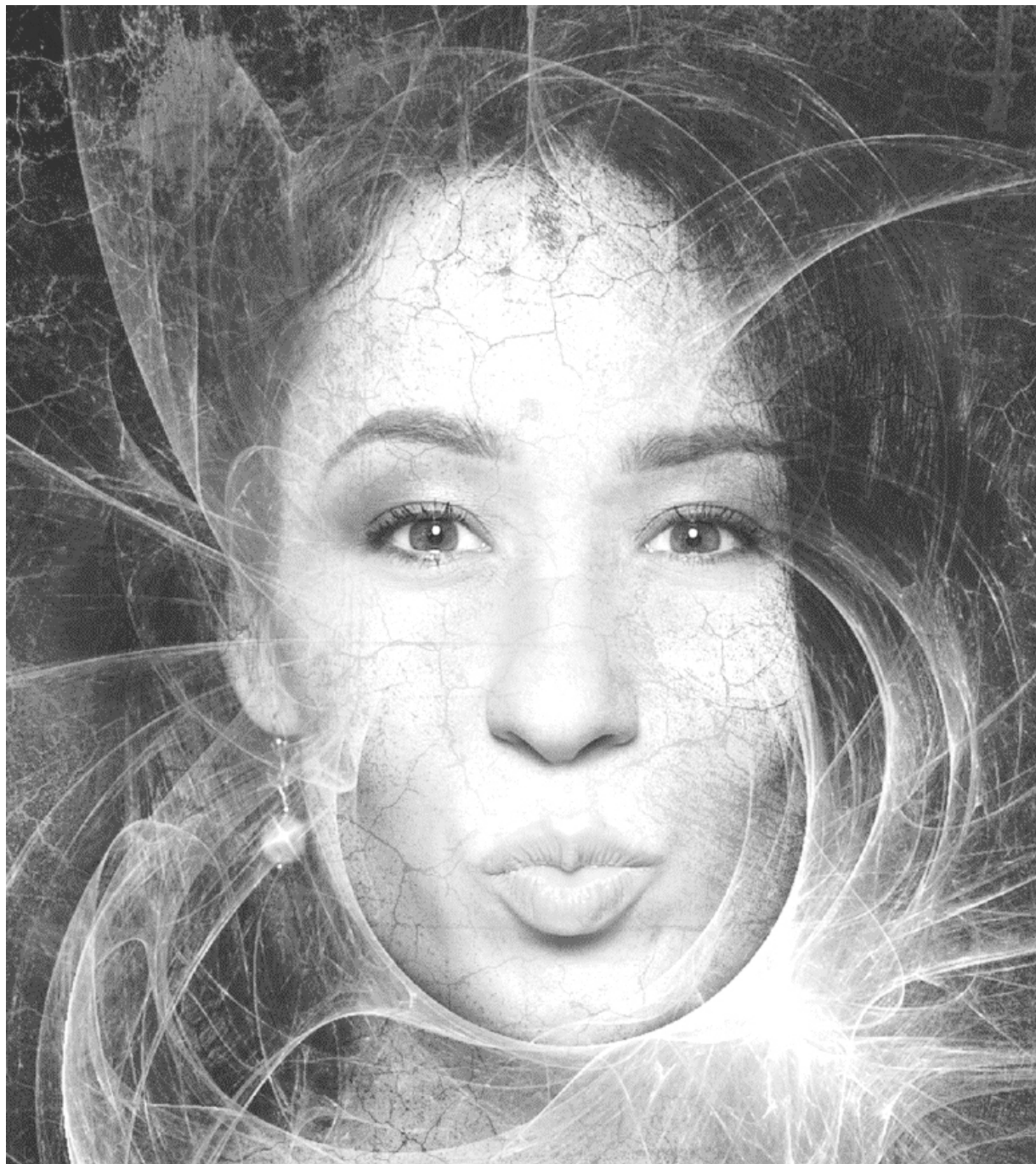
Das Buch ist so angelegt, dass du damit auch im laufenden Jahr arbeiten kannst. Du hast jederzeit die Möglichkeit, nachzuschlagen und zu ergänzen. Du kannst schauen, was sich tatsächlich in dem betreffenden Monat zeigt. Du kannst dich erinnern, wie deine Gedanken in der jeweiligen Raunacht waren und vergleichen, ob sich im aktuellen Monat etwas geändert hat. Du hast auch die Möglichkeit z.B. am Monatsanfang, aktuelle Ergänzungskarten zu ziehen.

Ich lade dich ein - auf eine spannende Reise. Dieses Buch ist dein persönlicher Reiseführer. In ihm stehen die

Sehenswürdigkeiten, die du entdecken möchtest. Erst wenn du vor Ort bist, kannst du wirklich entscheiden, was du von den Empfehlungen wahr- und annehmen möchtest.

Viel Spaß dabei

Deine Evelyn





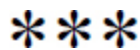
Allgemeines und Wissenswertes

Die Raunächte werden nach alter Tradition auch als die „zwölf heiligen Nächte“ bezeichnet. Über den Zeitraum ist man sich nicht wirklich einig. Einige beginnen damit zum Thomastag/Wintersonnenwende am 21. Dezember und enden am 1. Januar. Häufiger wird allerdings der Zeitraum vom. Dezember bis 06. Januar genannt.

Den Ursprung haben die Raunächte in der vorchristlichen Zeit. Sie sind zutiefst mystisch und von uraltem Aberglauben beherrscht. Es wird vermutet, dass der Brauch aus der Differenz der Tagesanzahl von Mond- und Kalenderjahr entstanden ist. Das Mondjahr hat nur 354 Tage, das Kalenderjahr aber 365. Da bleiben elf Tage und zwölf Nächte übrig und fallen „aus der Zeit“. Wir befinden uns zwischen den Jahren. Eine willkommene Gelegenheit für Dämonen und Geister die verschwommenen Grenzen von Zeit und Raum zu nutzen und auf der Erde ihr Unwesen zu treiben. Noch dazu in der dunklen Jahreszeit.

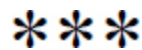
Nicht nur über den Zeitraum, auch über den Wortstamm gibt es verschiedene Meinungen. Die Einen leiten es von dem Ritual des Räucherns her ab, das in diesen Nächten von Priestern und Hofbauern vorgenommen wurde. Das war ein sehr probates Mittel, um vor bösen Geistern zu schützen, die Räume von negativen Energien zu reinigen. Das war ehrlich gesagt auch eine hygienische Frage. Die Anderen leiten das Wort von „rauch“ ab, was früher für pelzig oder behaart stand. In der Kürschnerei werden die Begriffe „Rauhware“ oder „Rauchware“ für Pelzwaren teilweise noch verwendet. Und auch für die Raunächte gibt

es die Schreibweise „Rauhnächte“. Beide Formen sind korrekt. Folgt man der haarigen Herleitung, beziehen sich die Raunächte auf die mit Fell bekleideten Dämonen, die in diesen Nächten ihr Unwesen treiben – die Perchten. Sie sind mit dicken, zerzausten Pelzen bedeckt. Im Alpenraum wird der Brauch der Perchtenläufe ausgiebig gepflegt.



Die Perchten verkörpern allgemein zwei Gruppen, die guten Schönperchten, und die bösen Schiachperchten, mit einer Glocke treiben sie das alte Jahr aus. Sie treten in den Raunächten auf, um die Ernährungs-, Sauberkeits- und Arbeitsvorschriften für diese Tage zu überwachen. Während die Schiachperchten oft in großer Zahl und mit großem Gefolge in der Nacht auftreten, erscheinen die

*Schönperchten am Tage und wünschen den Dorfbewohnern
Glück und Segen*



Ob die Perchtenläufe tatsächlich aus einem heidnischen Brauch entstanden sind, ist umstritten. Zumindest gibt es einen namentlichen Zusammenhang mit „Perchta“, einer Sagengestalt, die aus der nordischen Göttin Frigg hervorgeht und die vor allem in den Raunächten auftritt. Perchta soll in dieser Zeit durch die Lüfte fahren.

Darüber hinaus gibt es eine weitere Figur, den „Krampus“, der ist zwar äußerlich den Perchten sehr ähnlich, hat aber einen anderen Hintergrund und begleitet heute vielmehr den Nikolaus, während die Perchten in den Raunächten aktiv sind. Wir finden diese Figuren übrigens in den Figuren des Knecht Ruprechts oder Frau Holle (Perchta/Frigg) wieder; sowohl was das Auftreten im Winter als auch das Belohnen und Bestrafen von Verhalten anbelangt

Ein weiterer wichtiger Begriff in den Raunächten ist die „Wilde Jagd“. Es ist die deutsche Bezeichnung für eine in vielen Teilen Europas verbreitete Volkssage. *Eine Gruppe von übernatürlichen Jägern jagt über den Himmel.* Wurde diese Jagd gesehen, konnte das je nach Region verschiedene Folgen haben: Einerseits galt sie als Vorbote für Katastrophen wie Kriege, Dürren oder Krankheiten oder sie konnte auf den Tod desjenigen verweisen, der ihr Zeuge wurde.

In den Raunächten, besonders gegen Ende, zieht die wilde Jagd mit einem fürchterlichen Gerassel unter Schreien, Johlen, Heulen, Jammern, Ächzen und Stöhnen durch die Lüfte. An ihr nehmen Männer, Frauen und Kinder teil, die vorzeitig einen gewaltsamen oder unglücklichen Tod

gefunden haben. Der Zug besteht also aus den Seelen der Menschen, die „vor ihrer Zeit“ gestorben sind, also nicht durch den natürlichen Tod im Alter. So die Erzählung. Legendarisch ist überliefert, dass Menschen, die den Zug betrachteten, mitgezogen wurden und dann jahrelang mitziehen mussten, bis sie befreit wurden. Auch Tiere, vornehmlich Pferde und Hunde, zogen mit. Die „Wilde Jagd“ war den Menschen nicht grundsätzlich feindlich gesinnt; doch war es ratsam, sich niederzuwerfen oder sich im Hause einzuschließen und zu beten. Wer das Heer provozierte oder verspottete, trug unweigerlich Schaden davon, und wer absichtlich aus dem Fenster sah, um das Heer zu betrachten, dem schwoh etwa der Kopf an, so dass er ihn nicht zurückziehen konnte. Soweit zur Legende. Fazit: besser man blieb im Haus und öffnete die Fenster nicht. Das schreckte auch die ganz neugierigen Nasen davor ab, sich in die Winterstürme zu wagen.

Die Raunächte fallen in eine Jahreszeit, in der die Menschen damals den natürlichen Kräften mehr oder weniger ausgeliefert waren: Kälte, Schnee, Stürme, Dunkelheit. Nach der Betriebsamkeit des Weihnachtsfestes und all der Vorgänger dazu, gab es jetzt auch wenig Ablenkung. So ist es kein Wunder das die Zeit zwischen den Jahren mit vielen mystischen Geschichten verbunden wurde. Die verschwommenen Grenzen und die damit verbundenen Öffnung zur Zwischenwelt, war voller Gefahren. Es ist nicht verwunderlich, dass es viele Bräuche und Regeln gibt, diese Nächte zu begehen.

Rituale und Bräuche

Die Menschen damals glaubten, dass in den oft stürmischen und kalten Winternächten böse Mächte wirkten, die ihnen schaden wollten.

Selbstverständlich wollte man sich vor diesem Einfluss schützen und so wurden eine Reihe von Regeln und Bräuchen rund um diese Zeit aufgestellt. Einige wirken bis heute in unsere Gesellschaft hinein, selbst wenn der Ursprung gar nicht mehr bekannt ist.

Meine Mutter und damit meine Kindheit sind ein Beispiel dazu. Ich bin in Köln geboren, meine Mutter kommt aus dem Ruhrgebiet. Da sind die Raunächte nicht wirklich ein Thema. Noch dazu stammt meine Mutter aus einer sehr katholischen Familie. Raunächte, Perchtenläufe, Wilde Jagd – davon hatte in meiner Familie noch nie einer was gehört. Eine unumstößliche Regel war aber, dass zwischen Weihnachten und Neujahr (eigentlich bis zum Dreikönigstag) **unter gar keinen Umständen** Wäsche gewaschen wurde. Da war sie ungewöhnlich streng.

Meine Eltern hatten eine Bäckerei, Konditorei und ein Café. In der Weihnachtszeit war hier Hochbetrieb und es fiel ein endloser Berg von Wäsche an. Mein Job in diesem kleinen Familienbetrieb und im Haushalt war das Bügeln. Ich hasse es übrigens bis heute. In der zweiten Januarwoche hatte ich also jede Menge zu bügeln. Und dass neben der Schule, anstatt gemütlich in den Ferien. Ein andauernder Streitpunkt. Heute wasche ich übrigens auch nicht in der Zeit. Das hat sich so festgesetzt – zwischen Weihnachten und 6. Januar wird nicht gewaschen.

Doch woher kommt diese Regel?

In den Raunächten war das Wäsche waschen verboten, weil befürchtet wurde, dass sich die Geister, während der wilden Jagd, in den aufgehängten Bettlaken verhedderten. Oder dass die wilden Reiter die weißen Tücher stahlen und als Leichentücher verwendeten. Das ist also der Hintergrund zu dem Glaubenssatz meiner Mutter: „Wäsche waschen zwischen Weihnachten und Neujahr bringt maximales Unglück!“.

Auch das Böllern zu Silvester, das laute Vertreiben böser Geister und das Orakeln mithilfe von Blei gießen geht auf die Raunächte zurück.

Ebenfalls sehr verbreitet waren und sind Räucherrituale, um Haus und Hof zu schützen. Sehr vernünftig, die Räume mit Heilkräutern zu reinigen, ist dieses Ritual allemal. Hockten damals doch Mensch und Tier, mangels Heizung dicht beieinander. Da wurde die Luft gut stickig. Die Kräuter, die damals wie heute dabei verwendet wurden sind:

- Salbei - hat eine starke Reinigungskraft
- Kampfer - löscht alte Informationen im Haus
- Engelwurz - erhellt die Raumschwingung
- Weihrauch - bringt Segen, erhöht die Energie
- Wacholder - vertreibt negative Einflüsse
- Myrrhe - desinfiziert, klärt, reinigt und schenkt Ruhe
- Thymian - reinigt und stärkt die Energie
- Styrax - gibt Wärme und Geborgenheit, öffnet für die Liebe

Es gibt auch speziell für die Raunächte gefertigte Kräutermischungen. Eine Adresse findest du im Kapitel „Empfehlungen rund um die Raunächte“.

Da wir uns während der Raunächte ja in einer Art Zwischenwelt befinden, wird den Träumen in diesen Nächten eine besondere Bedeutung zugeschrieben. In diesem Buch gibt es auch dazu eine Möglichkeit, sich etwas zu notieren. Mit den Träumen ist es übrigens ganz ähnlich, wie mit dem Kartenziehen. Wenn du z.B. in der ersten Raunacht davon träumst, geküsst zu werden, heißt das nicht automatisch, dass du dich im Januar verlieben wirst. Es heißt, dass die Themen Verbundenheit, Zärtlichkeit usw. gerade anstehen und du dich damit beschäftigen kannst. In den Träumen verarbeiten wir nämlich unsere unbewussten Wünsche und Ängste und Erlebnisse. Also das, was gerade tatsächlich ansteht. Und wenn du mit der Vorstellung zu Bett gehst, „Was wird mich im Januar erwarten“, dann erhältst (oder erhellst) dein Thema.

Die Durchlässigkeit der Zwischenwelt ist natürlich auch ideal für Wünsche. So gibt es etwa den Brauch der 13 Wünsche. Diese werden auf einen Zettel notiert und im Feuer verbrannt. Du kannst dazu auch die restliche Glut vom täglichen Räuchern verwenden und damit diese beiden Rituale verbinden. Bis heute gehört zur Silvesterstunde der stumme Wunsch dazu.

Keines dieser Rituale ist übrigens verbindlich und zwingend notwendig, um die Raunächte zu einer Wirkung zu bringen. Mach das, wobei du dich wohlfühlst. Es ist einfach eine schöne Gelegenheit, sich über seine Wünsche und Sorgen klar zu werden und sie in eine gute Gegenwart und Zukunft umzuwandeln.

Das heißt auch, dass du dir den Raum nimmst, dich damit zu beschäftigen. Vielleicht magst du dir einen bequemen Sessel zurechtstellen. Eine Kerze anzünden und eine kuschelige Decke dazu legen. Das kannst du gut mit

einem Räucherritual verbinden. Oder einem wohlig duftenden Getränk.

In dieser Atmosphäre nimmst du dir dann die Zeit. Das muss ja gar nicht viel sein. 10 Minuten können reichen. Jetzt kannst du deinen Alltag hinter dir lassen und in Ruhe deinen Gedanken folgen.

Mein Vater erzählt aus seiner Kindheit, dass er seinen Großvater oft dabei beobachtet hat. Er ist in Schlesien auf dem Land aufgewachsen und da gab es die blaue Stunde. Wenn die Sonne unterging und das Licht zwischen Tag und Nacht blau schimmerte, saß sein Großvater im Lehnstuhl am Fenster, rauchte seine Pfeife und alle im Raum waren still und hingen ihren Gedanken nach. Erst danach wurde Licht gemacht und wieder geredet. Das war ein festes Ritual im Tagesablauf. Für mich in diesem hektischen Leben klingt das wunderschön. Bei uns in der Familie gab es diese Einkehr nicht. Da waren meine Kinder vor dem Einschlafen eher quicklebendig und ich kurz vorm Durchdrehen.

Tatsächlich ist so ein festes Ritual oder ein fester Platz eine große Hilfe, die Alltagsorgen abzustreifen und sich seinem Inneren zu widmen.

Finde also Ruhe, mach es dir gemütlich und genieße die Eingebungen der Raunächte.