



Rauhnächte und Räuchern
08.12.2021 20.00 Uhr

Über uns:



Andrea Sam

Kommunikationsberaterin, Rhetoriktrainerin,
Heilpraktikerin, Krankenschwester

Heike Engel

Heilpraktikerin, Qigonglehrerin, Fachberaterin für
die Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen

Willkommen!

Wir begrüßen Euch recht herzlich zu unserer heutigen Einheit
Rauhnächte und Räuchern

Wir gehen sehr intuitiv an das Räuchern heran und uns geht es sehr darum die eigene Intuition zu schulen und auch Sicherheit zu erlangen, sich selbst zu vertrauen.

Wir haben genügend äußere Autoritäten und es ist wichtig, die innere Autorität wieder zu stärken.

Rauhnächte!

Rauhnächte stehen für eisige Winternächte, Stürme und viel Magie, viele unheimliche Gesellen, Totenheer und Krampusse, Geister und Dämonen sausen durch die Wälder.

Gleichzeitig ist es die absolute Zeit der Innenschau und der Familie, des Nachinnenkehrens.

Die Rauhnächte werden auch für Visionen, Manifestationen und das Loslassen verwendet.

Es ist eine ganz besondere magische Zeit im Jahr außerhalb der Zeitrechnung. Doch warum ist das so....

Rauhnächte – eine magische Zeit

Es gibt das Mondjahr mit 354 Tagen und das Sonnenjahr mit 365 Tagen. Dazwischen liegen 12 Tage. Es sind diese 12 Tage, die überzähligen Tage, welche den Unterschied ausgleichen.

Sie sind weder dem alten Jahr noch dem neuen Jahr zuzurechnen, sondern sind einfach eine magische Zwischenzeit. Dort stand alles still und die Tore zur anderen Seite stehen offen. Sie sind außerhalb der Zeit. Es wird nicht gearbeitet, oder zumindest weniger gearbeitet, Geschäft haben zu, Handwerker sind im Notbetrieb, Fabriken fahren Produktionen herunter. Es ist eine Zeit der Ruhe, der Familie.

Es heißt auch dass diese „geweihte Nächte“ der Namensgeber für Weihnachten ist.

Wann diese Nächte genau beginnen ist in verschiedenen Regionen unterschiedlich. Meistens jedoch werden sie vom 25.12. bis 6.1. zelebriert.

Wichtig ist auch für Dich Dir den genauen Bereich festzulegen. Wenn Du noch kein spezielles Datum für die Rauhnächte hast, empfehlen wir Dir diese Zeit zu wählen. Denn die Meisten Energiearbeiter verwenden diese Zeit und diese Energie liegt dann einfach in der Luft.

Zählart der Rauhnächte

Es gibt unterschiedliche Zählweisen. Es sind 12 Nächte und wann die beginnen liegt an der eigenen Definition.

Die Einen fangen am 21.12. - der Wintersonnwende an und nehmen die Nacht vom 21.12. auf 22.12. als ersten Tag. Manche beginnen sogar schon am 3.12. und enden an Weihnachten. Sie liegen in der dunkelsten Zeit des Jahres.

Üblicherweise wird am 25.12. begonnen und haben den 6.1. als Abschluss

Unabhängig vom Beginn, wird jedoch jede Nacht einem Monat zugeordnet. Dh die Nacht vom 25.12. auf den 26.12. entspricht dem Monat Januar.

Es gibt kein Richtig und kein Falsch, sondern nur Deine eigene Festlegung, wann Du startest. Es ist auch Deine Definition ob bei Dir mit dem Aufwachen die Rauhnacht zu Ende ist, oder ob Du den Tag halbiert zu den Nächten rechnest.

Räuchern in den Rauh Nächten

Räuchern unterstützt die Transformationsprozesse in den Rauh Nächten.

Traditionelle Haupträuchernächte waren:

- Thomasmacht/ Wintersonnwende (21.12.)
- Heiligabend (24.12.)
- Silvester (31.12.)

Rauh Nächte heißen oft auch Rauchnächte

Rauhnächte – Früher

Die Rauhnächte liegen in der dunkelsten Zeit. An Weihnachten kehrt das Licht so langsam schon wieder zurück.

Es ist die Zeit des Jahres, wo DRAUSSEN alles getan war und so traf man sich in den Stuben. Frauen fertigten Handarbeiten und die Männer reparierten Dinge und dabei erzählte man sich die herrlichsten Geschichten über allerlei mystische Gestalten.

Wichtig waren die Haus- und Stallräucherungen, um das Pech und Krankheit hinauszuräuchern und Fruchtbarkeit und Gesundheit hereinzubitten. Es war ein energetischer und tatsächlicher Großputz, da Räucherungen auch desinfizierend wirken.

Es wurde in der Zeit auch viel gebetet, orakelt, das Wetter vorausgesagt und die zukünftigen Projekte und Aussaaten gesprochen.

Rauhnächte Heute – „nur“ eine magische Zeit

Meist sind diese Tage jedoch auch sehr konfliktbehaftet. Man „muss“ zur Familie, es sind Bräuche, welche man vielleicht nicht mehr will u.v.m.

Das ist eine gute Seite von Corona, dass die Zwangs-Familientreffen nicht stattfinden, der typische Weihnachtsstreit nicht stattfinden und man sich nicht mit Speisen überfüllt.

Es sind letztes Jahr Manche an Sylvester ins Bett gegangen. Auch der Alkoholkonsum war weniger als sonst. Ist nicht die Regel, manch einer wird vielleicht sogar mehr getrunken haben, aber es geht um die breite Masse.

Es handelt sich um eine Zeit, welche eine große Chance beinhaltet, welche man nutzen sollte um sich vom Alten Jahr zu verabschieden und bewusst in das neue Jahr zu gehen.

Opfer – Schutz – Ahnen - Kirche

Das Räuchern galt in früheren Zeit oft als Opfer aber auch als Schutz

Böses sollte fern gehalten, und Haus und Hof gesegnet werden

Auch gab es in den Zeiten eine sehr starke Verbindung zu den Ahnen. Da es magische Tage waren, waren die Türen zum Jenseits offen und man hat in manchen Orten ein Bett für die Ahnen hergerichtet mit Tannenzweigen und auch von jeder Speise den Ahnen etwas bereitgestellt

Ahnen waren nichts beängstigendes – im Gegenteil, man hat den Kontakt zu den Ahnen in dieser Zeit eigentlich oft eher gesucht und in den Alltag integriert.

Aber das Räuchern sollte das Böse abwehren. Dazu gab es einen Spruch: „Glück ins Haus – Unglück hinaus“ Als Räucherstoffe wurden dabei häufig Nadelharze, Wacholder, Beifuß und Eibe eingesetzt

Die Kirche konnte diese Bräuche nicht vertreiben und so hat es mancherorts ein Geistlicher mit Weihrauch und Weihwasser übernommen die Reinigung vom Bösen durchzuführen. Die guten Geister einzuladen hat er „oft vergessen“

Rauhnächte – eine magische Zeit

Es ist eine andere Zeit. Und so kann man die Rauhnächte noch intensiver nutzen. Es ist eine Zeit der Innenschau, des Standpunkts bestimmen und des Visionierens.

Um diese Drei Blickrichtungen ranken sich die Rauhnächte:

- Der Blick zurück
- Der Blick in die Gegenwart
- Der Blick in die Zukunft

Die Einen erfühlen das nächste Jahr mit all dem was kommt und die Anderen visionieren sich bestimmte Dinge für das Nächste Jahr. Eine Ausrichtung aufs neue Jahr. Beides ist richtig. Dies ist die einfachste Art der Umsetzung der Rauhnächte

Eine weitere Möglichkeit der Umsetzung:

Mögliche Themengebiete in den Rauh Nächten:

Diese Art ist viel zielgerichteter/ intensiver

- Alles was mit Familie, Freunden und Ahnen zu tun hat
- Gesundheit und Bewegung und Aktivität und Ernährung
- Spiritualität und/ oder Glaube
- Arbeitsleben und Geld

Es sind 4 Themengebiete für 12 Tage. Man kann sich nun jeweils 3 Tage für ein Themengebiet Zeit nehmen und in Unterpunkte gliedern.

Natürlich kannst Du Dir auch 12 eigene Themen notieren, um welche Du Dich an den 12 Tagen kümmern möchtest. Dies würden wir aber erst mit einer gewissen Rauh nacht-Routine empfehlen.

Kinder – Partnerschaft - Familie – Ahnen - Freunde – Bekannte - Nachbarn

- Welche Bedeutung hat Familie (Herkunftsfamilie oder eigene Familie oder Familiengründung)
- Was hat sich ereignet im vergangenen Jahr
- Was steht an (zB. Hochzeit, Geburt, runde Geburtstage...)
- Wie geht es mit den Kindern – kann ich sie würdigen? Was brauchen die Kinder? Welche Entwicklungsstufen stehen an?
- Wie sieht meine Partnerschaft aus?
- Welche Ahnen spielen eine Rolle?
- Wie sieht es mit meinen Freundschaften aus? wer ist gegangen, wer ist gekommen?
- Welche Bekannte spielen eine Rolle?
- Wie steht es um meine Nachbarschaft?

Gesundheit - Bewegung - Aktivitäten - Ernährung:

Es werden oft Vorsätze getroffen, welche aber innerlich nicht durchgespürt/verankert sind. Es lohnt sich, sie genau anzusehen. ZB. Möchte man aufhören zu rauchen, weniger essen oder mehr Sport treiben. Aber ist es überhaupt umsetzbar, gibt es der Wochenplan her. Es muss gut durchdacht sein.

- Wie steht es um meine Gesundheit?
- Was ist gut und was könnte besser sein?
- Was will ich tun, damit sich etwas verändert?
- Auf was möchte ich verzichten und kann ich das überhaupt und wie lange?
- Was spricht dagegen es zu tun? (Nur weil es alle machen, muss man es nicht tun)
- Welche Aktivitäten (Konzerte,...) möchte ich mehr in mein Leben holen und ist es zeitlich, finanziell, pandemiebedingt möglich?
- Möchte ich etwas an meiner Ernährung verändern? Ist es mir möglich? Aus welchen Gründen will ich das? Oder nur weil es alle Anderen machen? (zb Vegan, Anthony William, Peace Food, Zuckerfrei)
- Möchte ich mehr Sport treiben oder Qigong üben? Ist mir dies zeitlich oder körperlich möglich? Wo kann ich es machen?

Spiritualität – Glauben - Gemeinschaften:

- Welche Rolle spielt Spiritualität in meinem Leben?
- Was vermisse ich und was möchte ich intensivieren von was möchte ich weniger?
- Wie lebe ich meinen Glauben? Stehen Veränderungen an? (Kirchenaustritt...)
- Lebe ich in einer Gemeinschaft? (auch online – im Geist/ Seele verbunden)
- Möchte ich das mehr in mein Leben bringen mit Gleichgesinnten Zeit zu verbringen?
- Möchte ich mehr Zeit für das Beten, meditieren, in der Stille sein nehmen?
- Möchte ich Kontakt zu Anderswelten/Geistwesen aufnehmen?
- Möchte ich mehr Techniken wie zB Räuchern im Leben haben?
- Gibt es Dinge, welche bearbeitet und aufgelöst werden müssen? zB Seelenarbeit

Arbeitsleben – Finanzen – Geld:

- Sind meine Arbeitszeiten noch stimmig? Viele haben Homeoffice kennengelernt und Freizeit und Arbeit haben sich mehr vermischt. Ist das stimmig/ mehr oder weniger davon? Mehr Mischung oder weniger Mischung – eher Trennung?
- Was macht mir an meiner Tätigkeit Spass?
- Passt sie zu mir?
- Möchte ich gerne etwas Anderes machen?
- Wie sollte das aussehen? Welche Richtung sollte das sein?
- Habe ich zuviel/zuwenig Versicherungen?
- Möchte ich Geld anlegen?
- Habe ich überhaupt genügend Geld?
- Was möchte ich mir von dem Geld kaufen?
- Möchte ich mich von Wertsachen verabschieden? (Sofa,...)

Tagesgestaltung:

- Ab der Mittagszeit 12.00 Uhr beginnt die Rauhnight!
- Überlegen wann und wo in der Rauhnight die Zeit ist für die spirituelle Arbeit.
- Fest einplanen
- Überlegen, ob sie draußen oder drin stattfinden soll
- Möchte ich einen Altar? Soll er fest oder zum mitnehmen sein?
- Liegen Orakelkarten bereit
- Liegt Räucherware bereit
- Liegt Kerze bereit

Ablauf:

- Mit Kerze anzünden das Ritual eröffnen
- Kurzes Gebet/ Anrufung/ Fokussierung/ Meditation
- Orakelkarte ziehen
- Sich um das ausgesuchte Thema kümmern – Mindmap malen/ Liste schreiben/ Bild malen, nur durchdenken, im Buch festhalten
- Mit Räuchern bewusst loslassen und transformieren/ Willen bekräftigen
- Kerze wieder löschen

Es folgt die Nacht:

Man kann sich Schreibzeug bereitlegen.

Ganz bewusst vor dem Schlafengehen mit dem bearbeiteten Thema und der entsprechenden Lösung zu Bett gehen und um Transformation und Hilfestellung bitten.

Jedoch darf man nicht erschrecken, wenn man gruslige, erschreckende Sachen träumt. Es sind meist keine Klarträume, sondern eher symbolisch und Verarbeitungsträume und Reinigungsträume. Wenn man sich mit den Menschen über ihre Träume unterhält stellt man fest, dass in der Zeit sehr oft gruslige Träume vorkommen. Es ist spannend dann in dem jeweiligen Monat nachzulesen und zu erkennen, was der Traum bedeutet haben kann. Man lernt so mit der Zeit die eigenen Träume immer besser zu deuten.

Nach dem Aufwachen Träume sofort notieren. Gar nicht groß bewegen, sonst ziehen die Träume weg wie Wolkenfetzen im Wind.

Es kommt der neue Tag:

Bis mittags um 12.00 Uhr gehört noch zur Rauhnacht.

Man kann sich nun notieren, was in der Rauhnacht besonders auffällig war, denn dies ist dem entsprechenden Monat zugeordnet:

- Wie war das Wetter – denn dieses Wetter wird in dem dazugehörigen Monat vorherrschen
- Gab es Besonderes? Wie Streit, Anrufe,
- Ansonsten einfach nachklingen lassen und sich auch einfach viel Zeit für Stille nehmen. Ein schöner Spaziergang im Wald ist wunderbar oder einfach nur in die Sonne liegen und nichts tun. Im Nichtstun passiert sehr viel. Das Gehirn sortiert sich neu.

Räuchermischungen

Du kannst Dir spezielle Räuchermischungen erwerben

Du kannst ein Rauhnahtskästchen (Räuchermischung) kaufen und bist dort Thematisch festgelegt, was derjenige, der sie herstellt meint. Muss nicht mit unseren Themenkomplexen übereinstimmen. Ihr seht, die Rauh Nächte sind etwas sehr individuelles.

Wir empfehlen, sich von seiner Intuition leiten zu lassen. Viele haben schon Räucherware zu Hause oder Pflanzenmenschen haben viel getrocknet für Tee und damit auch eine wundervolle Räucherstoffe zu Hause.

Intuitiv kann nun jeden Tag zu den Themen die Räucherware gewählt werden

Spezielle Räucherstoffe:

Diese Räucherstoffe werden traditionell in den Rauh Nächten verwendet.
Bindet Euch nicht zu sehr daran, sondern lasst Euch von Eurer Intuition leiten!

Beifuß – reinigend, transformierend

Wacholderbeeren und Wacholdernadeln – reinigend und desinfizierend

Fichtenharz – erfrischend, belebend

Tannenharz – erfrischend, belebend, beruhigend

Weihrauch – segnend, desinfizierend

Salbei – reinigend

Rosmarin - belebend

Thymian – desinfizierend, einhüllend

Kampfer – Aufbrecher, macht frei, bei heftigen Themen

(2 Teile Kräuter und 1 Teil Harz, wenn man mischen möchte)

Aufschreiben:

Es ist gut, sich ein leeres Rauhacht – Tagebuch zulegen und mit allem was in diesen Tagen kommt zu füllen, denn schon unsere Altvorderen wussten, dass alles in diesen Zeiten eine Bedeutung hat. (so durfte man früher in diesen Tagen keine Wäsche waschen)

Dieses Aufschreiben ist so wichtig zum Nachlesen. So kann man über das Jahr die einzelnen Monat nachlesen, was in den Rauhächten geschehen, vorgefallen oder sich gezeigt hat.

Auch in kommenden Rauhacht kann man nochmals nachlesen, was man in der letzten Rauhacht visioniert hat, was gekommen ist und ist somit Teil der Rückschau.

Wünsche:

Dies kann zu den Rauhächten gehören, muss aber nicht:

Es werden 12 Wünsche notiert und in ein Glas gegeben.

In jeder Rauhacht wird nun ein Wunsch aus dem Glas gezogen und ohne ihn zu lesen wird er nun abgeräuchert. Es ist spannend festzustellen, ob es eine schwere oder leichte Energie ist, ob er viel Reinigung benötigt oder weniger.

Denn hinter allen Wünschen sind Emotionen versteckt wie Mangel oder Schutzbedürfnis. Mit dem Räuchern nimmt man diese negativen Emotionen von dem Wunsch weg und entweder der Traum kann sich erfüllen, oder man benötigt ihn gar nicht mehr.

Der Räucherstoff wird intuitiv dabei gewählt. Er hat nur für den Moment der Reinigung Bedeutung.

Danach wird der Wunsch selbst angezündet und verbrannt und es ist spannend zu beobachten mit welcher Qualität er verbrennt. Schnell und heiss oder langsam und träge. Dabei ist die Räucherzange sehr von Vorteil zum festhalten.

Dies macht gerade auch mit Kindern sehr viel Freude und man kann sie an diese Praxis heranzuführen.

Orakel-Karten:

Es gibt auf dem Markt sehr viele verschiedene Orakelkarten. Man muss sich keine speziellen Karten für die Rauhnächte erwerben, sondern die Karten verwenden, welche man schon hat, bzw man kauft sich welche, die einem besonders gut gefallen und das ganze Jahr passen. Denn alle Karten haben ihre eigene Energie. Aus diesem Grund könnt ihr Euch auch keine Karten im Internet bestellen. Es ist besser sie vorher einmal angesehen zu haben.

Es gibt 2 Methoden:

Man kann nun jeden Tag nach der Räucherung und Transformierung der Wünsche einen Karte für den Monat ziehen

Oder man setzt sich an Sylvester hin und zieht für jeden Monat eine Karte.

Karten werden ebenfalls ins Tagebuch notiert. Man macht eine freie Assoziation dazu. Welcher Aspekt des Bildes der Karte fällt mir besonders ins Auge. Dies wird ebenfalls aufgeschrieben. Zb der Weg der entlangführt, oder eine nebensächliche Blume im Hintergrund....

Hausreinigung

Zu den Rahnächten gehört auch die Hausräucherung und Segnung.

- Was soll gehen
- Was ist vorbei
- Was war schön
- Was soll dableiben
- Was darf sich transformieren/ umwandeln
- Was darf kommen

Weiteres Ritual

Großes Feuer an Sylvester und das was man loslassen will, als Zettel reinwerfen oder „heimlicher“ einen Ast in die Hand nehmen und das Gefühl hineinfließen lassen und dem Feuer zur Transformation übergeben.

Manchmal kann man von einem Thema nicht 100% loslassen,
Dann kann man auch nur ein paar Prozent gehen lassen

Schlusswort

Ihr habt nun viele wundervolle Werkzeuge an der Hand.
Lasst Euch nicht über die Vielfältigkeit verwirren. Wir wollten Euch verschiedene Möglichkeiten aufzeigen. Für Rauhnachtbeginner empfehlen wir die ganz einfache Variante mit Rückschau – Gegenwart – Zukunft für jede Nacht und dem damit zugeordneten Monat durchzuführen. Schon allein dadurch erlangt man viele Kenntnisse und Veränderungen

Wir wünschen Euch viel Freude beim Entdecken Eurer eigenen Fähigkeiten und der Schulung Eurer Intuition

Herzliche Grüße

Heike Engel und Andrea Sam

Es wird zu dem Thema auch weitere Angebote geben:

Informiert Euch dazu unter
www.strahlemensch.de und
www.andreasam.com