

VERA GRIEBERT-SCHRÖDER
FRANZISKA MURI

Vom Zauber der Rauhnächte

Weissagungen, Bräuche und Rituale
für die Zeit zwischen den Jahren

Aktualisierte
und erweiterte
Neuausgabe

**SPIEGEL
Bestseller**

IRISIANA

VERA GRIEBERT-SCHRÖDER
FRANZISKA MURI

Vom Zauber der Rauhächte

IMPRESSUM



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Alle Rechte vorbehalten.

1. Auflage Neuausgabe 2022

© 2012 by Irisiana Verlag, in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH, Neumarkter Str. 28, 81673 München

Textnachweis:

Seite 23, *Der treue Eckart*, aus Ludwig Bechstein: Deutsches Sagenbuch, Leipzig 1853; Seite 36 ff., *Die zwölf Monate*, nacherzählt nach Samuil Marschak: Die zwölf Monate, Verlag Bruno Henschel, Berlin 1947. Verfilmt im Trickfilmstudio Sojusmultfilm; Seite 50., *Das Weihnachtsgeschenk* von Johann Theodor Gottfried Grässe aus Sagen der Lausitz, Bautzen 1965; Seite 82 ff., *Von der Königin, die keine Pfeffernüsse backen, und vom König, der nicht das Brummeisen spielen konnte*, aus Richard von Volkmann-Leander: Träumereien an französischen Kaminen, Leipzig 1871; Seite 101, *Drei Wünsche* lettisches Märchen, aus der Erinnerung nacherzählt; Seite 106 f., *Der Mond* aus Brüder Grimm: Kinder- und Hausmärchen, Diederichs Verlag, München 1997

Umschlaggestaltung: Geviert – Büro für Kommunikationsdesign, München, unter Verwendung eines Motivs von Getty Images/Peter Zelei
Illustrationen: Beate Brömse, München

Layout: Veronika Moga, München

Projektleitung Neuausgabe: Sven Beier

Satz: GGP Media GmbH, Pößneck

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-424-15441-2

Das Bildmotiv auf Seite 126 finden Sie auch als Poster zum freien Download unter www.irisiana.de

VERA GRIEBERT-SCHRÖDER
FRANZISKA MURI

VOM ZAUBER DER RAUHNÄCHTE

Weissagungen, Bräuche und Rituale
für die Zeit zwischen den Jahren

Mit Illustrationen von Beate Brömse

The logo for IRISIANA features a thin, black, curved line above the word "IRISIANA" in a bold, black, sans-serif typeface.

IRISIANA

Inhalt

Vorwort zur erweiterten Neuauflage	7
Die Zeit zwischen den Jahren.....	11
Eine alte Tradition	13
Tiefstes Dunkel – und Geburt des Lichts.....	14
Wann genau wird's rauh?	15
Uraltes Wissen, uralte Bräuche	17
<i>Der treue Eckart</i>	23
Vorbereitung auf das Kommende	26
Die Anderszeit.....	28
Die Lücke im Kalender	28
Das Licht im Dunkel bewahren.....	29
Orakelzeit – Weissagung und Vorausschau	30
Mondzeit	31
Deine ganz persönliche Zeit.....	33
Raus aus dem Immergleichen	33
Das Potenzial entdecken.....	34
<i>Die zwölf Monate</i>	36
Alte Bräuche neu gelebt	43
Bräuche sind Magie	44
Die Bräuche der Rauhnächte	44

Bräuche und Regeln der Zeit zwischen den Jahren	45
Was geht, was bleibt?.....	48
<i>Das Weihnachtsgeschenk</i>	50
Stets ein Licht im Fenster	51
Keine Wäsche waschen.....	53
Die Räder stillstehen lassen	54
Den zukünftigen Liebsten sehen	57
Die Zeit, in der die Tiere sprechen	57
Ordnung schaffen.....	58
Die Perchten	59
Die Böllerei zum Jahreswechsel.....	62
Was wäre die Welt ohne Bräuche?.....	63
Tag für Tag, Nacht für Nacht.....	65
Die heiligen Nächte feiern.....	66
Rauhnächte – Raumnächte.....	66
Die unermessliche Welt der Orakel	70
Helfer und Begleiter einladen	78
Die Kraft der Rituale.....	80
<i>Pfeffernüsse und Brummeisen</i>	82
Rauhnächte individuell gestalten.....	88
Eigene Rituale finden	88
Dem Innenleben äußerlich Gestalt geben.....	95
<i>Drei Wünsche</i>	101
Zauberhaftes für Kinder	102
<i>Der Mond</i>	106
Vorfreude – schönste Freude?.....	108



INHALTSVERZEICHNIS

Impulse für eine rundum gelungene magische Zeit.....	109
<i>Die Künstlerin – ein Beispiel</i>	116
Wegbegleiter durch die zwölf heiligen Nächte.....	122
Jahreskreisläufe	123
Wintersonnenwende	127
Die erste Rauhnacht	128
Die zweite Rauhnacht	129
Die dritte Rauhnacht	130
Die vierte Rauhnacht	131
Die fünfte Rauhnacht.....	132
Die sechste Rauhnacht.....	133
Die siebte Rauhnacht	134
Die achte Rauhnacht	135
Die neunte Rauhnacht	136
Die zehnte Rauhnacht.....	137
Die elfte Rauhnacht.....	138
Die zwölfte Rauhnacht.....	139
Die Schwelle ins Neue	140
Der Jahresauftakt.....	141
Ein gutes neues Jahr!.....	142
Danksagung	143
Einige weiterführende Hinweise	144

VORWORT ZUR
ERWEITERTEN NEUAUSGABE

Liebe Leserin, lieber Leser,
recht unverhofft sind die Rauhächte für uns zu etwas höchst Außergewöhnlichem geworden – mehr noch, als sie es ohnehin im Jahreslauf für uns alle sind. Als wir vor zehn Jahren dieses Buch schrieben, konnten wir noch nicht ahnen, dass es zu einer derartig großen Beliebtheit gelangen würde. Mit so vielen Menschen sind wir über das Thema Rauhächte in Kontakt gekommen, so viele spannende Begegnungen haben sich aufgrund unserer Bücher dazu ereignet und natürlich sind auch wir selbst immer tiefer in die Magie dieser faszinierenden Tradition eingetaucht. Vor allem kamen wir unserem Anliegen nach, sie für uns Menschen der heutigen Zeit so zu adaptieren, dass sie eine alljährlich wiederkehrende Kostbarkeit und eine echte Stütze im Leben werden können.

Damals vor zehn Jahren hatten wir einfach festgestellt, dass es noch kaum hilfreiche Informationen in Buchform zu diesen zwölf heiligen Nächten gab. Eigentlich hatten wir beide zu diesem Zeitpunkt vor, uns ganz privat intensiver mit den Rauhächten beschäftigen zu wollen. Wir suchten nach guten Büchern – und fanden nicht viel. So begannen wir, selbst das Buch zu erarbeiten, das wir uns gewünscht hatten. Ein Buch, das etwas über die Rauhächte und ihre Tradition erzählt, uns über Märchen und Geschichten tiefer in ihren Zauber eintauchen lässt und sie für uns mithilfe praktischer Anregungen gleichzeitig zu einer Tankstelle der Ruhe und der Kraft im modernen Leben werden lässt. Das war unser Wunsch und unsere Hoffnung. Und wie sich herausstellte, waren (und

sind) sehr viele Menschen auf der gleichen Suche wie wir: Der »Zauber der Rauh Nächte« wurde sofort zum Bestseller. Und über die Jahre wurde er zum Klassiker.

In diesem Jahr nun feiert er seinen zehnten Geburtstag. Das haben wir zum Anlass genommen, um das Buch in einer leicht überarbeiteten und erweiterten Neuausgabe herauszubringen. Allzu viel wollten wir dabei gar nicht verändern, denn Bewährtes darf man auch einfach mal bestehen lassen. Jedoch haben wir das Buch um ein paar praktische Impulse erweitert, um unseren Leserinnen und Lesern noch mehr Möglichkeiten an die Hand zu geben, die Zeit »zwischen den Jahren« auch für sich zu etwas ganz Besonderem werden zu lassen.

Genau das, was du dir wünschst

Was macht die außergewöhnliche Anziehungskraft der Rauh Nächte eigentlich aus? Schließlich ist es »einfach bloß« eine vor allem alpenländische Tradition, die auch nur ein paar Tage des Jahres betrifft. Doch sie kann uns Menschen etwas geben, das wir in unserer schnelllebigen Zeit kaum noch finden. Wie wir noch genauer beschreiben werden, können die Rauh Nächte für uns eine Zäsur darstellen, die das Leben wieder in die Bahnen rückt, in denen wir sein möchten, in denen wir unsere Potenziale entfalten und das leben können, was uns entspricht, was uns kraftvoll und glücklich macht. Wie sehr uns das über das Jahr hinweg auch entgleiten mag, in diesen heiligen zwölf Nächten, in dieser Zeit, die aus allem Gewohnten und »Normalen« herausgehoben ist, können wir wieder ganz zu uns finden. Wir werden dabei von der Natur und von »allen guten Geistern« in besonderem Maße unter-

stützt. Diese Zeit ist daher auch eine Einladung, dich zu fragen, was du gern möchtest. Was wärmt dein Herz, was beflügelt deine Seele, was tut deinem Körper gut? Möchtest du wieder mehr Zeit für deine Lieben haben? Möchtest du dich wieder mehr um deinen Körper kümmern? Möchtest du das Genießen wieder lernen? Möchtest du deinen inneren Frieden neu entdecken in einer Zeit, in der sich in der Welt so viel verändert? Möchtest du vielleicht einfach wieder tiefer atmen und bemerken, dass du lebst, dass du jetzt in diesem kostbaren Dasein auf dieser Erde bist? Du kannst die Ruhnächte so ausrichten, dass sie dir das geben, was du dir wünschst oder was du jetzt ganz einfach brauchst.



WOHIN DU SCHAUST,
DORTHIN GEHST DU



Wenn du Lust hast, über die Ruhnächte nicht nur zu lesen, sondern sie für dich aktiv zu gestalten, dann haben wir hier eine erste Anregung für dich: Spüre in einem ruhigen Moment einmal nach, was das kommende Jahr dir schenken könnte? Wonach sehnst du dich? Was hättest du gern? Was brauchst du, um dich friedvoll und glücklich zu fühlen? Du kannst es aufschreiben und zum Motto deiner Ruhnächte machen. So kannst du es dann auf deine eigene Weise an jedem der zwölf Tage ein bisschen mit in alles hineinnehmen, was du während dieser Zeit für dich tust. Dein Bewusstsein kann so ganz einfach damit beginnen, sich für dich und deinen Wandel im Leben neu zu entfalten.



Die Zeit, in der wir leben

Auch hier können wir kaum anders, als das Wort »besonders« zu verwenden. Wir leben in einer derart außergewöhnlichen Phase des Menschseins, dass es uns manchmal wirklich schwindlig werden kann von all den Veränderungen, die in ihrer großen Intensität naturgemäß auch etwas stark Krisenhaftes an sich haben. Genau deshalb sind wir noch einmal besonders dankbar, um die Qualität und die Kraft der Rauh Nächte zu wissen und dies mit anderen teilen zu dürfen. Wir alle brauchen gerade in solchen Phasen Räume, die es uns erlauben und uns darin unterstützen, uns neu im Leben zu orientieren, auf einer sehr tiefen Ebene Heilung anzustoßen und uns wieder zu besinnen. Genau diesen Raum bieten die Rauh Nächte, wenn du sie mit dieser Ausrichtung für dich nutzt. Die Kapitel dieses Buches geben dir viele Anregungen dafür.

Das Schöne ist: Du kannst dich auf diesem Weg mit so vielen Tausenden Menschen verbunden fühlen. Vielleicht ist es ja vor allem die Verbundenheit, ein wirkliches, vom Herzen ausgehendes Miteinander, das uns durch diese aufwühlenden Zeiten tragen wird.

Wir wünschen dir viel Freude mit dem ganz Besonderen. Mögen sich die Qualitäten in dir entfalten, nach denen du dich sehnst, nach denen sich das Lebendige in dir sehnt. Und mögen sie in die Welt hinaus strahlen, in deine Welt und über die gesamte Erde.

Vera Griebert-Schröder und Franziska Muri

2022

DIE ZEIT ZWISCHEN DEN JAHREN

Seit alters kennen die Menschen unserer Breiten eine Zeit, die nicht von dieser Welt ist. In den Tagen und Nächten zwischen Weihnachten und dem 6. Januar, dem Tag der Heiligen Drei Könige, erlebten sie sich herausgehoben aus allem Alltäglichen, hineingesunken in eine Phase der Stille und des Rückzugs in die Stuben, während es draußen stürmte, fror – und spukte. Die Wilde Jagd scheuchte verlorene Seelen über die Lande und durch die Dörfer, allerlei Geister trieben ihr Unwesen. Also blieb man lieber am warmen Ofen sitzen, ruhte sich von den Mühen des letzten Jahres aus und lauschte den Märchen und teilweise ordentlich gruseligen Geschichten, die die Alten zu erzählen wussten. Die Uhren schienen stehen geblieben zu sein in diesen rauhen Nächten. Jetzt galten andere Regeln als im übrigen Jahr ...

Und heute? Mit diesem Buch hältst du einen ganzen Geschenkekooffer voller Ideen in der Hand, wie sich die Rauhächte in unserer Zeit leben lassen: Da finden sich Fakten und Geschichten rund um diese ungewöhnliche Zeit, neue praktische Deutungen für die alten Bräuche, Orakel, allerlei Vorschläge für Rituale, Zauberhaftes für Kinder, Märchen zum Vorlesen und vieles mehr. Gegen Ende gibt es für jede Rauhacht eine Einzelseite – ein Zyklus, der dir in verdichteter Form das kraftvolle Potenzial dieser inspirierenden

Zeit offenlegt. Mit all dem bist du eingeladen, das Lebendige in dieser alten Tradition zu entdecken. Einer Tradition, die uns Heutigen viel Wertvolles zu geben hat.

Beschenk dich während der Rauhnächte mit genau dem, was du dir während der übrigen Zeit des Jahres nicht oder niemals genug geben kannst. Vielleicht einen gemütlichen Austausch in der Familie und mit Freunden, Bewegung, Spaziergänge, Tanz und Freude. Vielleicht Ruhe, Besinnung, Rück- und Vorschau zur Orientierung über den Platz, an dem du in deinem Leben gerade stehst.

Mit der dabei neu gewonnenen Kraft startest du dann erfrischt und aufgetankt, inspiriert und »bei dir« in ein neues Jahr. Denn auch dafür dienen die Rauhnächte: zur Vorbereitung des Neuen, das da kommen wird. Und je besser diese Vorbereitung vor allem innerlich glückt, umso größer sind die Chancen fürs Gelingen. Und vielleicht öffnet es auch die Türen für die kleinen und großen Wunder, die das Leben manchmal bereithält.



Viel Freude mit dem Zauber der Rauhnächte

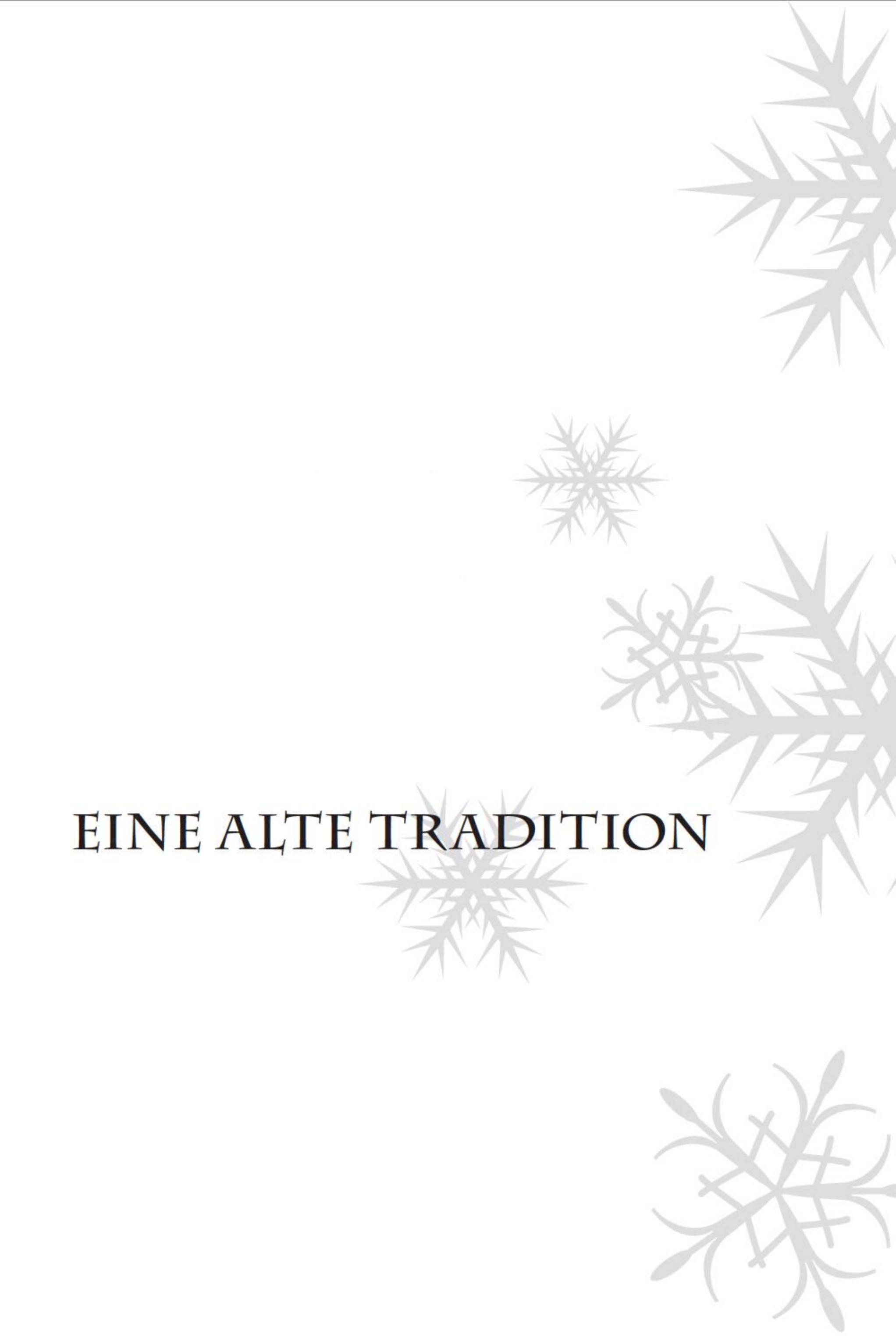
wünschen dir

Vera Griebert-Schröder

und *Franziska Muri*



EINE ALTE TRADITION

The background features several stylized, light gray illustrations of snowflakes and pine branches. The snowflakes are intricate, with multiple points and fine details. The pine branches are depicted with sharp, needle-like leaves. The overall aesthetic is clean and minimalist, with a focus on geometric and organic shapes.

TIEFSTES DUNKEL – UND GEBURT DES LICHTS

Rauhnächte, das klingt schaurig und schön zugleich. Sie umfassen die Zeit »zwischen den Jahren«, schließen Weihnachten, Silvester und Neujahr mit ein und enden mit dem 6. Januar, dem Tag, an dem die drei Könige aus dem Morgenland vor dem Jesuskind erschienen. Doch auch in vorchristlichen Jahrhunderten ist diese Zeitspanne bereits als etwas Außergewöhnliches angesehen worden.

Was aber bedeutet das eigentümliche Wort? »Rauh« könnte auf den ersten Blick besagen, dass es in dieser Zeit draußen kalt, nass, unwirtlich, eben rauh ist. Letztlich aber leitet es sich von »rauch« ab und damit ursprünglich von einem Begriff für »behaart, pelzig, von Fell bedeckt«. Unsere Vorfahren bezogen sich dabei auf die Felle, die die Perchten trugen – untrennbar mit den Rauhnächten verbundene, wüste und angsteinflößende Gestalten, die wir uns später noch etwas genauer ansehen werden.

Zugleich bezieht sich »rauch« auf den uralten Brauch, insbesondere in dieser Zeit zwischen den Jahren mit verschiedenen Harzen und Kräutern zu räuchern, um böse Geister zu vertreiben, von denen es gerade in der sogenannten fünften Jahreszeit nur so wimmelt.