

A magical forest scene with a bed, glowing mushrooms, and a stream. The scene is set in a lush, dark forest with a stream in the foreground. A bed with a blue blanket and white pillows is positioned on the right. Large, glowing mushrooms with purple and yellow patterns are scattered throughout the scene. The overall atmosphere is mystical and serene.

MAGIE IM ALLTAG

Deine Rauh Nächte 2025/2026

Spiritualität & Achtsamkeit alltagstauglich machen

Was sind die Rauhnächte?

Die Rauhnächte (25. Dezember bis 6. Januar) sind eine uralte, magische Zeit zwischen den Jahren. Es ist, als würde die Zeit stillstehen und der Schleier zwischen den Welten dünn werden. Jede Nacht spiegelt die Energie eines Monats im kommenden Jahr wider.

Die kraftvolle Energetik des Übergangs 9 zu 1: Wir verabschieden 2025, das Jahr der Vollendung (Zahl 9). Die Rauhnächte sind in diesem Zyklus die tiefste Phase, um Altes endgültig abzuschließen und Ballast loszulassen. Sie dienen als energetische Brücke, um mit der vollen, klaren Neustart-Energie (Zahl 1) ins Jahr 2026 zu gehen.

Die Mystik hinter den 12 Heiligen Nächten

Die Rauhnächte (oder auch Losnächte/Unternächte genannt) sind die Zwölf Nächte der inneren Einkehr, die traditionell in der Zeit liegen, in der das Mondjahr (354 Tage) und das Sonnenjahr (365 Tage) auseinanderklaffen.

Diese elf fehlenden Tage und zwölf Nächte galten in der germanischen und keltischen Tradition als eine Zeit außerhalb der Zeit.

Die Zeit des Lauschens und der Orakel

- **Der dünne Schleier:** Es hieß, in dieser Zeit sei der Schleier zur geistigen Welt besonders dünn. Träume, Visionen und zufällige Begegnungen während der Rauh Nächte galten als Prophezeiungen für den entsprechenden Monat im kommenden Jahr.
- **Wetter und Weissagung:** Traditionell deutete man das Wetter jeder Nacht: War die erste Rauh nacht (25. Dez) stürmisch, sagte man einen stürmischen Januar voraus. Obwohl wir uns auf die innere Weissagung konzentrieren, lädt diese Tradition zum achtsamen Beobachten der äußeren Welt ein.

Die Wilde Jagd und die Ruhe

- Die Wilde Jagd: In den Rauhnächten, besonders zwischen Weihnachten und Neujahr, soll die "Wilde Jagd" – ein Geisterheer unter der Führung von Perchta oder Wotan – durch die Lüfte ziehen. Deshalb war es früher wichtig, drinnen zu bleiben, sich auszuruhen und alle Arbeit ruhen zu lassen.
- Ruhe ist Schutz: In unserem Alltagstauglichen Ansatz bedeutet dies: Finde Schutz und Ruhe in deiner täglichen Meditation. Das Ausruhen ist nicht Faulheit, sondern ein aktiver Schutz deiner Energie.

Die Tradition der Reinigung und Klärung

- **Großes Aufräumen:** Man sagte, man müsse vor den Rauh Nächten alles Alte und Verbrauchte entsorgen. Die Häuser wurden gründlich gereinigt (oft "Ausfegen" genannt) und es durfte keine Wäsche draußen hängen bleiben (da sich die Wilde Jagd darin verfangen könnte).
- **Energetische Reinigung:** Ich ersetze die physische Großreinigung durch energetische Klärung. Meine Reiki-Infused Audios und die Eröffnungszeremonie sind deine moderne, tiefgreifende Art, deinen energetischen Raum von 2025 zu befreien und ihn für Neues vorzubereiten.

Mein Weg und Deine Unterstützung
während der Rauh Nächte:
Alltagstauglichkeit

Viele Rituale fordern viel Zeit. Räuchern, reinigen, vorbereiten. Im Alltag ist das oft schwer unterzubringen, und das verstehe ich gut. Ich gehe seit vielen Jahren durch die Rauh Nächte und habe dabei gelernt, dass Tiefe nicht von Stunden abhängt. Sie entsteht, wenn du präsent bist. Manchmal reicht ein kleiner Moment, der wirklich dir gehört.



Warum "Alltagstauglich"?

Der Zeit-Druck

Der Alltag lässt oft keine 2 Stunden für große energetische Hausreinigungen plus Meditation im Stillen zu. Das darf uns nicht hindern, die Magie zu nutzen.

Der Sanfte Start

Spiritualität beginnt im Kleinen.
Ein achtsamer Impuls von 15 Minuten ist kraftvoller als erzwungene Perfektion.

Die Essenz

Mein Ziel: Die tiefe Energie und den Respekt vor dem Ritual bewahren, aber ohne Stress in dein Leben integrieren.

Dein 12-Tage-Flow: Fokus auf Loslassen & Klarheit

Dieser Kurs bietet dir 12 Tage lang deinen Anker – für Klarheit, Gelassenheit und einen Start ins neue Jahr ohne starre Neujahrsvorsätze.



12 Tägliche Audios (15–20 Min): Geführte Meditationen und Impulse, die tief ins Nervensystem wirken. Verfügbar in Deutsch & Spanisch.



Tägliches Journaling: Eine einfache, kraftvolle Frage pro Tag, um die Energie direkt in deinen Alltag zu übersetzen.



2 Live-Zoom-Zeremonien: Gemeinsame Eröffnung am 21.12.2025 und Abschluss des Raumes am 06.01.2025 jeweils 19Uhr inkl. Aufzeichnung.



Zugang zur Community “Alltagstauglich”: Ein stiller "One-Way"-WhatsApp-Kanal für tägliche Impulse ohne Nachrichtenflut.

Optionale Vertiefung (Ohne Druck!)

Wenn du tiefer gehen möchtest, kannst du:

- Räuchern/Klären: Zünde täglich vor dem Hören deiner Meditation ein wenig Räucherwerk (z.B. Weihrauch, Salbei, Palo Santo) an, um deinen Raum zu segnen. (Kein Muss, nur eine Einladung!)
- Journal & Karten: Halte ein Notizbuch bereit für die tägliche Reflexionsfrage und ziehe gerne eine Tarot- oder Orakelkarte für zusätzliche Führung zur jeweiligen Monats-Intention.

Der Themenplan (25.12. – 05.01.)

1. (25.12.)	Januar	Wurzeln & Fundament, Loslassen alter Lasten.
2. (26.12.)	Februar	Heilige Partnerschaft, innere Verbindung.
3. (27.12.)	März	Kommunikation & Wahrheit.
4. (28.12.)	April	Herzöffnung & Dankbarkeit.
5. (29.12.)	Mai	Führung & Autorität (Wer bin ich?).
6. (30.12.)	Juni	Reinigung & Klärung (Körper/Geist).
7. (31.12.)	Juli	Neubeginn & Vision (Das neue Jahr).
8. (01.01.)	August	Heilung & Transformation (Glaubenssätze).
9. (02.01.)	September	Das innere Kind & Lebensfreude.
10. (03.01.)	Oktober	Dein Ruf & Manifestation.
11. (04.01.)	November	Abschied & Übergang.
12. (05.01.)	Dezember	Das Tor zum Neuen & Vollendung.

Dein Schlüssel-Ritual: Die 13 Wünsche

Dies ist der Herzschlag unserer Reise:

- Vorbereitung am 21.12.2025 nach dem Live Call: Schreibe 13 Wünsche, Träume oder Intentionen für 2026 auf 13 separate Zettel. Falte sie so, dass du sie nicht lesen kannst.
- Die 12 Nächte: Während der 12 Rauhnächte ziehst du blind jeden Abend einen Zettel und verbrennst ihn (oder reißt ihn in Stücke), OHNE ihn zu lesen. Damit übergibst du diesen Wunsch dem Universum zur Manifestation.
- Dein Ruf: Am 7. Januar bleibt ein einziger Wunschzettel übrig. Dieser Wunsch ist dein zentraler Fokus für 2026 – der Bereich, in dem das Universum deine bewusste, freudige Aktion einfordert!

Deine Investition

15-20min am Tag

Ein Geschenk an dich und für dich!
Ich freue mich auf dich!