

# 12 Wünsche an das Universum – das Rauhnachtritual

Du überlegst dir 13 Wünsche für das neue Jahr. 13 Wünsche, die dir besonders am Herzen liegen.

Diese schreibst du auf.

**Wichtig dabei ist, dass du sie positiv und in der Gegenwart formulierst.**

Also nicht „Ich will nicht mehr krank sein.“ Oder „Ich will bzw. werde gesund werden.“  
Sondern „Ich bin gesund.“ oder „Ich fühle mich in meinem Körper wohl und bin kerngesund.“  
Schreib es so auf, wie es sich für dich gut anfühlt.

**Schreibe deine Wünsche auf kleine Zettel und falte sie so, dass du den Text darauf nicht mehr lesen kannst.**

Dann lege sie behutsam in eine kleine Box, einen Beutel oder ein Glas. Wenn du möchtest, kannst du es noch ein bisschen verzieren oder gestalten.

An Weihnachten ist es dann soweit!

Die Rauhnächte beginnen und du kannst nun einen deiner 13 Wünsche herausnehmen. Mach dies für dich alleine und erst, wenn die Nacht beginnt.

**Öffne den Zettel nicht, um noch einmal nachzulesen, sondern halte ihn geschlossen einen Moment lang in deiner Hand und werde still.**

Spüre, dass da eine Besonderheit in dem liegt, was du gleich tun wirst.

**Dann übergib diesen Wunsch ans Universum, indem du deinen Zettel verbrennst.**

Verweile noch einen Augenblick, solange wie es sich für dich gut anfühlt.

Dann lass los.

**Dieses Ritual machst du nun an 12 aufeinander folgenden Nächten – vom Abend des 25. Dezember bis zum 5. Januar.**

**Am Ende bleibt einer deiner Wünsche übrig.**

Nimm den Zettel und lies, was du darauf geschrieben hast. Für diesen Wunsch bist du selbst zuständig.

Ich wünsche dir viel Freude bei diesem Wünscheritual, eine zauberhafte, besinnliche Weihnachtszeit und einen tollen Start in ein wunderbares neues Jahr!

# Über die Rauhnächte

Die Rauhnächte beginnen am 25. Dezember und dauern bis zum 5. Januar. Diese zwölf Nächte haben im Volksmund unterschiedliche Namen: Sie werden auch Raunächte, Zwölf-, Los-, Unter-, Weihe-, oder Zwischennächte genannt und gehen zurück auf das Mondjahr, das mit 354 Tagen kürzer ist als das Sonnenjahr. Als man vom Mond- zum Sonnenjahr übergegangen ist, waren elf Tage und zwölf Nächte übrig - die heutigen Rauhnächte.

Ursprünglich hießen diese besonderen Nächte "Rauchnächte", weil in dieser Zeit mit Kräutern geräuchert wurde, um dunkle Geister und Dämonen zu vertreiben und segenbringende willkommen zu heißen.

Die Tore zur anderen Welt stehen in dieser Zeit weit offen. Es ist die Zeit der Rückverbindung zu den Ahnen, die Verbindung zu den Lichtwesen, Engeln, Erzengeln und der Götter. Es ist die Zeit der Orakel, Weissagungen, Vertreibung, der Auflösung, und des Neubeginns - die Zeit, sein Schicksal neu zu gestalten. Bei den alten Druiden war dies die Zeit der mächtigen Rituale, da sie in dieser Zeit besonders stark und wirkungsvoll sind.

Die einzelnen Rauhnächte stehen für die Monate des nächsten Jahres, deshalb darf man sie mit großer Achtsamkeit erleben. Alle Eingebungen, Träume, Emotionen etc... können eine Vorschau auf das sein, was im nächsten Jahr kommt.

- 25. Dezember für Januar
- 26. Dezember für Februar
- 27. Dezember für März
- 28. Dezember für April
- 29. Dezember für Mai
- 30. Dezember für Juni
- 31. Dezember für Juli
- 01. Januar für August
- 02. Januar für September
- 03. Januar für Oktober
- 04. Januar für November
- 05. Januar für Dezember

In einem Büchlein kannst du alles aufschreiben, was dir in dieser Zeit begegnet und was dich berührt, sodass du die Bedeutung dahinter vielleicht zu einem späteren Zeitpunkt im nächsten Jahr erkennen kannst.