

Die Raunächte sind eine alte Tradition, die in verschiedenen europäischen Kulturen gefeiert wird. Sie erstrecken sich traditionell über die Zeit zwischen der Wintersonnenwende und dem Dreikönigstag (25. Dezember bis 6. Januar). Der Glaube geht, dass in den Raunächten die Grenzen zwischen den Welten durchlässig werden, und Geister, Dämonen und andere übernatürliche Wesen frei umherwandeln können. Menschen führen je nach Region an diesen Tagen zwischen den Jahren verschiedene Rituale durch, um sich vor besagten Wesen zu schützen oder um Einblicke in die Zukunft zu erhalten.

Hier sind einige Vorschläge für Rituale, die Du selbst zu Hause praktizieren könntest:

- 1. Räuchern und Reinigen:** Nutze Räucherwerk wie Weihrauch, Salbei oder Myrrhe, um Dein Zuhause zu reinigen. Gehe durch die Zimmer und lasse den Rauch in alle Ecken ziehen, um negative Energien zu vertreiben.
- 2. Dankbarkeit und Loslassen:** Nimm Dir Zeit, um das vergangene Jahr zu reflektieren. Schreibe auf, wofür Du dankbar bist, und überlege, welche Dinge oder Gedankenmuster Du loslassen möchtest, um Platz für Neues zu schaffen.
- 3. Besenritual:** Führe ein Besenritual durch, bei dem Du symbolisch negative Energien aus deinem Zuhausekehrst. Visualisiere dabei, wie der Besen alles Ungewollte fortschafft.
- 4. Wasserritual:** Nutze Wasser als Symbol der Reinigung. Du könntest ein entspannendes Bad nehmen oder einfach Deine Hände unter fließendes Wasser halten, während Du visualisierst, wie negative Energien abfließen.
- 5. Visionen und Ziele setzen:** Nutze die Raunächte, um klare Ziele und Absichten für das kommende Jahr zu setzen. Visualisiere, was Du erreichen möchtest, und schreibe Deine Ziele auf.