

HEYNE <

Die Autorin

Im ländlichen Oberbayern aufgewachsen, entdeckte Elfie Courtenay schon früh ihre Liebe und Faszination für die Natur, aber auch für alte Bräuche, Mythen, Traditionen und Überlieferungen.

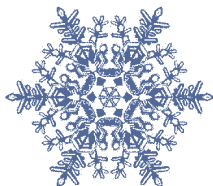
Viele Jahre lang organisierte und leitete sie gemeinsam mit ihrem Mann spirituelle Wanderreisen zu Kraftplätzen und heiligen Orten in Irland, Südengland und Schottland.

Heute arbeitet sie u.a. als freie Autorin, bietet im Raum Murnau meditative Wanderungen und Wildkräuterexkursionen an und ist Museumsführerin im Freilichtmuseum »Glentleiten« in Großweil bei Murnau.

Zuletzt schrieb Elfie Courtenay das Buch »Heilkräuter, überliefertes Wissen für Hausapotheke und Küche«, erschienen im Mankau Verlag 2017.

www.courtenay.de

Elfie Courtenay



RAUHNÄCHTE

Die geheimnisvolle Zeit
zwischen den Jahren

Alte Bräuche und magische
Rituale für sich entdecken

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC®-N001967

4. Auflage

Vollständig überarbeitete und erweiterte
Taschenbuchneuausgabe 11/2020

Copyright © 2013 by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Copyright © 2020 dieser Ausgabe
by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe,
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Redaktion: Ulrike Strerath-Bolz

Fotografien: Elfe Courtenay

Ogham-Stäbe, Tierorakel-Steine, Runenset: Graham Courtenay

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Umschlagmotiv: © Galyna Andrushko / shutterstock und

© Hemera / thinkstock

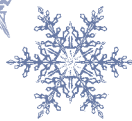
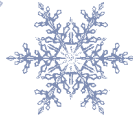
Herstellung: Helga Schörnig

Satz & Layout: griesbeckdesign, Dorothee Griesbeck, München

Druck und Bindung: PBTisk, a.s., PŘÍBRAM

ISBN 978-3-453-70400-8

www.heyne.de



Inhalt

| | |
|--|----|
| Zu diesem Buch | 12 |
| Alte Bräuche für die Zeit »zwischen den Jahren« | 18 |
| Aus der Zeit gefallen | 19 |
| Rauhnächte, Raunächte oder Raumnächte? | 22 |
| Die Bedeutung der Zahl »12« | 22 |
| Das Weltbild unserer Ahnen | 24 |
| Keltische Feste im Jahreskreis | 24 |
| Wintersonnenwende und Sonnenkult | 31 |
| Überlieferungen rund um die Rauhnächte | 32 |
| Magische Kräuter – Magische Handlungen | 33 |





| | |
|--|-----------|
| Beruf- und Verschreikraut | 34 |
| Die Engelwurz | 35 |
| Wermutkraut, Eberraute und Beifuß | 36 |
| Volksmagie, Orakel, Mythen und Mystik | 39 |
| Glücksbringer und Schutzamulette | 42 |
| Frau Holle und die »wilde Jagd« | 43 |
| Die Göttin Perchta und das Perchtentreiben | 45 |
| Eine Pause am Jahresende | 47 |
| Rituale für die Zeit der Ruhnächte | 50 |
| Vorbereiten | 51 |
| Den richtigen Rahmen schaffen | 52 |
| Einen Altar gestalten | 54 |
| Einen Kraftort finden | 55 |
| Sammeln und sortieren | 58 |
| Ein Tagebuch anlegen | 59 |
| Rituale planen | 59 |

| | |
|--|----|
| Rückschau halten – Bilanz ziehen – das Alte verabschieden | 61 |
| Bilanz ziehen | 61 |
| Wo stehe ich jetzt? | 62 |
| Ein Ritual für Abschluss, Übergang und Neubeginn | 63 |
| Reinigen und Räuchern | 66 |
| Über den heiligen Brauch des Räucherns | 67 |
| Wie wird geräuchert? | 69 |
| Eine Hausräucherung durchführen | 72 |
| Wo finde ich Zunderpilz bzw. Zunderschwamm | 74 |
| Wie bringe ich den Zunderschwamm zum Glimmen? | 75 |
| Die wichtigsten Räucherpflanzen | 75 |
| Heimische Harze zum Räuchern | 82 |
| Einige Hinweise zu Harzen aus dem Handel | 86 |
| Räuchermischungen für die Rauhachtszeit | 88 |





| | |
|--|-----|
| Meditation – Zeit für mich und meine Gedanken | 90 |
| Meditation in der Stille | 90 |
| Visualisieren | 91 |
| Affirmationen | 92 |
| Träume ernst nehmen | 93 |
| Blicke in die Zukunft | 93 |
| Bleigießen – dem Schicksal eine Form geben | 94 |
| Barbarazweige – verheißungsvolle Vorboten | 95 |
| Wetterlesen | 96 |
| Gute und schlechte Vorzeichen | 96 |
| Lesen aus einer Wasseroberfläche | 98 |
| Lesen aus einer Glas- oder Kristallkugel | 99 |
| Runenorakel | 100 |
| Im Kaffeesatz lesen | 102 |
| Losbücher und Losorakel | 102 |
| Tierorakel | 103 |
| Das keltische Baumorakel | 110 |
| Zwölf Nächte – zwölf Monate | 126 |

| | |
|---|-----|
| Kräfte sammeln | 127 |
| Die Kraft des Wünschens | 128 |
| Anrufungen und Gebete | 129 |
| Bannen und segnen | 131 |
| Ein kleines Opferritual | 133 |
| Kreativ werden und Gutes verschenken | 134 |
| Brotbacken – nicht einfach nur so | 135 |
| Amulette und Talismane herstellen | 137 |
| Magischen Schmuck selbst herstellen | 141 |
| Anfertigen eines Kultbesens aus Birkenreisig | 142 |
| Eine Collage für die Rauhachtszeit | 145 |
| Zwölf heilige Nächte – ein Wegweiser | 148 |
| Anregungen für die individuelle Gestaltung der zwölf Rauhächte | 131 |
| Zwölf Nächte – zwölf Inspirationen | 178 |
| Zum Schluss | 206 |
| Bezugsquelle für Räucherzubehör | 207 |





Zu diesem Buch

Wenn ich zurückdenke an meine Kindheit Ende der Fünfzigerjahre des letzten Jahrhunderts, dann wird mir immer wieder bewusst, welcher Wandel sich seither vollzogen hat. Viele der in diesem Buch geschilderten Überlieferungen waren damals noch spürbar und allgegenwärtig, besonders in der älteren Generation. Es war zwar nicht mehr üblich, Gaben für »Frau Holle« unter den Holunderbusch zu stellen, aber ich erinnere mich daran, dass es hieß: »An Hollerbusch schneid't ma net.«

Die Menschen lebten noch eingebunden in die Kreisläufe der Natur, Wiesen und Felder wurden noch von Hand bestellt, aber trotz harter körperlicher Arbeit waren die Menschen viel ausgeglichener und zufriedener als heute.

Das alte Kräuterwissen war noch sehr lebendig. Bevor der Arzt gerufen wurde, hat man immer erst versucht, sich mit altbewährten Mitteln selbst zu helfen. Man hatte uralte Hausrezepte für verschiedenste Pülverchen, Salben, Tinkturen und Tees. Bei Fieber machte man kalte Wadenwickel und bei Bronchitis gab es heiße, zerdrückte Kartoffeln auf die Brust. Zum Inhalieren wurde Thymian überbrüht, und dann saß man mit einem Handtuch überm Kopf über die dampfende Schüssel gebeugt und atmete, so gut es ging, den heißen Dampf ein.

Ich erinnere mich noch gut daran, wie selbstverständlich es damals war, Kräuter, Beeren und Pilze zu sammeln. Erst als der Wohlstand zunahm, kamen die Menschen immer mehr vom Sammeln in der Natur ab. Ich glaube, dass manche sich schämten, denn keiner sollte glauben, sie wären zu arm, um im Dorf-laden einzukaufen.

Die Kirchenglocken wurden noch vom Mesner geläutet; ein computergesteuertes Geläute wäre absolut undenkbar gewesen. Das »Sterbeglöckerl« erklang, wenn jemand verstorben war, und das »Wetterläuten«, wenn ein Unwetter aufzog. Es war eine wichtige Warnung für die Bauern, aber auch Anlass, die Kinder ins Haus zu rufen und alle Fenster und Türen zu schließen. Es war auch noch allgemein üblich, die »Wetterkerze« anzuzünden und gemeinsam zu beten, um vor Blitzschlag und Hagel verschont zu bleiben.

Irgendwie schienen die Menschen ihr Leben damals noch so wie eh und je zu leben, kaum beeinflusst von irgendwelchen Medien. Es gab nur eine einzige Tageszeitung, und viele Höfe und auch Häuser hatten noch »Plumpsklos«. Ich weiß noch, wie ich einem alten Opa zugeschaut habe, wie er sorgfältig die ein-



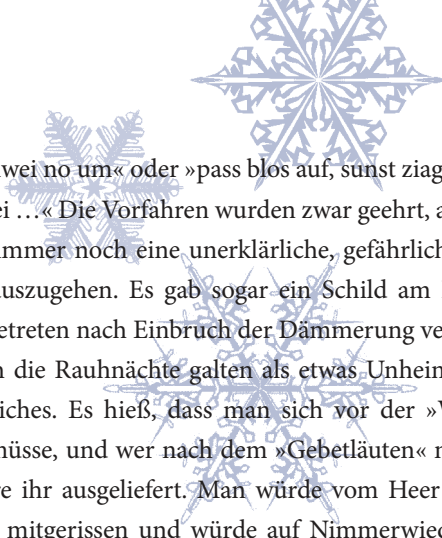
zelen Blätter der Zeitung faltete, mit einem Taschenmesser in gleich große Teile zertrennte und dann im Klo auf den Nagel spießte. Es gab zwar schon Toilettenpapier von der Rolle, aber es galt noch als unnötiger Luxus.

Jeden Abend um 6 Uhr musste ich mit einer Milchkanne bei einer Bäuerin Milch holen. Ich liebte die Kuhstallatmosphäre, und wenn ich noch warten musste, schaute ich beim Melken zu, das damals noch von Hand geschah. Ich ging gerne Milch holen, auch weil ich auf dem Heimweg sämtliche Katzen aus dem Kan- nendeckel trinken ließ, was allerdings bis heute mein Geheim- nis blieb.

Auf meinem Weg lag ein Hof, der damals schon als einer der ersten einen Fernseher hatte. Und wenn der Vorhang nicht ganz zugezogen war, konnte ich, auf Zehenspitzen stehend, ein paar Bildfetzen erspähen, was mich sehr beeindruckt hat.

Im Winter, wenn es auf dem Heimweg schon dunkel war, habe ich mich manchmal vor »bösen Geistern« gefürchtet. Ich hatte gehört, dass sie umgingen und man sich vor ihnen hüten müsse. Ich konnte mir nichts Genaues darunter vorstellen, aber es war irgendwie unheimlich.

Es gab noch keine Bestattungsinstitute, die Leichenwäsche- rin hat die Toten »herg'richt«, und dann wurden sie zu Hause oder im Leichenhaus aufgebahrt. Ich habe damals nicht verstan- den, warum sich die Leute vor diesen Toten, die so friedlich dalagen und zu schlafen schienen, fürchteten. Es sprach ja auch mit uns Kindern niemand darüber. Wir haben uns nur so unse- ren Reim darauf gemacht mit den Satzketten, die wir hie und da aufgeschnappt haben: »De oide Huberin find't koa Ruah, de



geahrt oiwei no um« oder »pass blos auf, sunst ziagt a di a no ins Grab nei ...« Die Vorfahren wurden zwar geehrt, aber trotzdem schien immer noch eine unerklärliche, gefährliche Macht von ihnen auszugehen. Es gab sogar ein Schild am Friedhofseingang: Betreten nach Einbruch der Dämmerung verboten.

Auch die Rauh Nächte galten als etwas Unheimliches, sogar Gefährliches. Es hieß, dass man sich vor der »Wilden Jagd« hüten müsse, und wer nach dem »Gebetläuten« noch draußen sei, wäre ihr ausgeliefert. Man würde vom Heer der »Wilden Percht« mitgerissen und würde auf Nimmerwiedersehen verschwinden.

Damals lag über vielem noch ein Hauch des Unerklärlichen, Geheimnisvollen. Ich spürte, dass manche Leute mehr wussten als andere, und dass es Sachen gab, über die nicht gesprochen wurde, schon gar nicht mit Kindern.

Diese Kindheitserfahrungen haben mich sehr geprägt und dazu geführt, dass ich mich immer wieder mit alten Überlieferungen und mit dem Wissen und Brauchtum unserer Ahnen befasst habe. Und so ist schließlich auch dieses Buch über die Rauh Nächte entstanden, über die zwölf heiligen Nächte um den Jahreswechsel.

Immer mehr Menschen sehnen sich inzwischen danach, ihre Wurzeln zu finden und wieder im Einklang mit der Natur und den natürlichen Zyklen des Jahreskreises zu leben und den tieferen Sinn ihres Lebens zu erkennen.

Tauchen Sie ein in den Zauber der Rauh Nächte, und lassen Sie sich durch alte Bräuche und magische Rituale begleiten, um Ihren ganz individuellen Lebenssinn zu finden!





Die immergrüne Eibe, zur Winterzeit blühend, galt unseren Vorfahren als Symbol für kraftvolle Erneuerung und ewiges Leben.



Alte Bräuche für die Zeit
»zwischen den Jahren«



Aus der Zeit gefallen

Gerade heute erwacht in vielen Menschen wieder die Sehnsucht nach dem Althergebrachten, Ursprünglichen und Natürlichen. So genial technische Errungenschaften und manche Vorzüge des modernen Lebens auch sein mögen: Dieses innere Sehnen wird nie ganz versiegen. Es ist wohl ganz einfach ein Teil der menschlichen Natur. Bräuche und Rituale zu bestimmten Zeiten des Jahres gehören dazu. Und eine besonders wichtige Zeit ist in diesem Zusammenhang der Jahreswechsel.

Die »Zeit« zu erfassen, sie in eine gewisse Struktur einzuordnen, sie messbar zu machen und ihre Abfolge benennen zu können, scheint seit jeher ein Bedürfnis der Menschheit gewesen zu sein. In Wahrheit ist »Zeit« jedoch immer gegenwärtig. Sie kommt und geht ja nicht, aber aus der menschlichen Wahrnehmung heraus gab es immer ein »Früher«, ein »Jetzt« und ein »Später«. Das Leben stand niemals still, es lief in bestimmten Zyklen ab, es gab ein unaufhörliches Werden und Vergehen.

Alle alten Kulturen beobachteten den Sternenhimmel, die Bewegungen von Sonne und Mond. Kalender wurden erstellt, die sich mal auf den Lauf der Sonne, mal auf den des Mondes bezogen. Es gab viele verschiedene Modelle der Zeitrechnung, die sich aber früher oder später immer wieder als nicht ganz korrekt erwiesen und neu berechnet oder korrigiert werden mussten. Der heute gebräuchlichste Kalender ist der im Jahr 1582 eingeführte gregorianische Kalender, der sich auf den Lauf der Sonne bezieht.

Die zwölf heiligen Nächte in der Zeit unmittelbar nach der Wintersonnenwende haben ihren Ursprung aber in einer viel älteren Zeitrechnung, die sowohl das Mond- als auch das Sonnenjahr berücksichtigte. Die zwölf Mondmonate begannen und endeten jeweils mit dem Neumond. Ein Mondzyklus wurde dabei immer mit 29,53 Tagen berechnet. Das ist die exakte Zeit, die der Mond braucht, um die Erde einmal zu umrunden.

Ein Mondjahr bestand somit aus 354 Tagen, während ein Sonnenjahr 365 Tage zählte. Ein Sonnenjahr berechneten die Germanen von Wintersonnenwende zu Wintersonnenwende. So ergab sich zwischen Mond- und Sonnenjahr eine Differenz von genau elf Tagen und zwölf Nächten, den Rauhnächten. Diese Tage und Nächte lagen gewissermaßen »außerhalb der Zeit« und galten deshalb als ein magischer und mythischer Zeitraum, in dem die üblichen irdischen Gesetze keine Gültigkeit hatten. Es hieß, dass sich die Grenzen zu jenseitigen Welten in diesem Zeitraum als dünne Schleier durch den Raum bewegten und Einblicke, Visionen und Erkenntnisse gewährten, die zu anderen Zeiten nicht möglich oder erlaubt waren.

Auch wenn der 24. Dezember allgemein als »Heilige Nacht« bezeichnet wird, beginnen die Rauhnächte erst danach. In manchen Regionen wurde der Tag des 25. Dezember bereits dazugerechnet, aber meist begann die erste Rauhnacht zwischen dem 25. und 26. Dezember, die letzte Rauhnacht endete am 6. Januar. Und genau in der Mitte, nämlich am 31. Dezember, wurde der Jahreswechsel gefeiert.

In vorchristlicher Zeit feierte man zur dunkelsten Zeit des Jahres, wenn nach der Wintersonnenwende der kürzeste Tag