Die **Zeit zwischen den Jahren.** Irgendwas ist anderes in dieser Zeit. Einfach nur stiller, besinnlicher – oder erspürst du diesen Zauber der über allem liegt? Es ist Zeit für Märchen, Spiele, Feiern und Stille, Zeit mit sich. Der JahresKreis schließt sich und hat inmitten allem Raum für das Geheimnis. Den Rhythmus. Die **URNatur des Lebens**, das Geheimnis des Lebens. Der Kreislauf von Wachstum, Fülle, Ernte, Zerfall und Pause. Und eben jetzt sind wir in der PAUSE. Das eine nicht mehr, das andere noch nicht. Eine Zeit des Übergangs, des Wandels. Kraftvoll, Heilvoll, herausgehoben aus dem alltäglichen. Türen und Tore öffnen sich. Eine passende und ideale Zeit um Rückschau zu halten, das alte Jahr einzusammeln. Erkennen wo noch Klärung, Vergebung, Ordnung her darf. Innehalten – danken, segnen, vergeben – und gehen lassen. Es ist vergangen dieses Jahr, mit all seinem Erleben und Erfühlen. Nicht immer nur lustig, auch manch anstrengendes war darin. An was erinnerst du dich spontan?

Auf der Skala von
1 (supertoll) bis 10 (megaanstrengend) –
wie war
DEIN Jahr zwanzigFÜNFzehn?

Bin gespannt auf deine LebensJahresZahl :o)

Nach dem klärenddankendem ist nun Raum für das Neue das uns erwartet.

Was sind deine Wünsche,
Visionen für das Jahr FÜNFzehn?

Noch einige Gedanken, Impulse aus dem RAUNÄCHTE Brauchtum:

Ein **Licht im Fenster** –Gegenpol zum Dunkel dieser Tage; und wirft Schatten, diese, die eigenen anzusehen und zu akzeptieren

Keine Wäsche waschen – ich muss lachen; in alten Tagen eine KnochenArbeit. Heute unlebbar 2 Wochen ohne Wäsche waschen. Vielleicht passt besser: all das in diesen Tage nicht zu machen, was uns sehr schwer fällt, eher der Ruhe Raum geben;

Räder stillstehen lassen – heut wohl eher nicht NICHT Auto fahren; vielleicht der Impuls aus den AlltagsMühlen, der Rotine auszutreten, tolle Chance festgefahrene Routinen zu entdecken, hinterfragen und zu verändern!
Spinnräder – GedankenRäder: bewusst mehr mit sich auszumachen als ständig zu plappern und reden; für sich „verdauen“ kann sehr kraftvoll sein; den LebensKreisel ab und zu anhalten, äußerlich und innerlich;
Schicksal wenden – am Spinnrad sitzen die Nornen, die Schicksalsgöttinnen und spinnen Lebensfäden; in der Ruhe dieser Tage haben die Nornen mehr Raum; wenn die Gedankenräder immer wieder mal unterbrochen werden, wir innehalten, dem Leben lauschen – kann viel Wandel sein; wissen wieder klarer, wer man ist und was man will;

Den **zukünftigen Liebsten sehen** – grins; um Mitternacht an Wegkreuzung in der Natur kann man Gesicht seines zukünftigen Liebsten sehen; ola – das braucht ordentlich MUT, ins Dunkel zu gehen; ebenso wie eine neue Beziehung zu wagen ; Vielleicht heißte da – werde aktiv; komm raus aus der Komfortzone, fass dir ein Herz (nein , du musst nicht in die Nacht – aber tu was!) Die Wegkreuzung als Bild für Fragen und Entscheidungen – was für einen Partner man möchte, in welche Richtung das eigene Leben weiter gehen soll, auch was zurücklassen muss;

Zeit, in der **die Tiere sprechen** – hier spüre ich die Sehnsucht des Menschen, sich wieder als Teil der Natur, als Teil des GROSSEN Ganzen zu erleben; vielleicht sind die Raunächten eine Zeit des Lauschens auf die Kräfte der Natur; auch

 © by hildegard burkert - sichtbaryoga

einander besser zu hören, sich im HINhören üben; Was erfahre ich wenn ich lausche: wie ist der, mein Umgang mit Sprache, was sagen Gesten, Erscheinung, Mimik, was unsere Kleidung, unser Auftreten – welche Natur bringen wir nach außen?

Ordnung schaffen – wenn Altes zu Ende geht, erst einmal Ordnung machen, wie nach einer Party; egal was endet, meist ist da auch Trauer und dann kommt der Wunsch zu entrümpeln, umzuräumen, neuzuordnen, neu zu gestalten, - damit Platz für neuen Lebensabschnitt ist; ob nun der Schreibtisch, Schrank, Keller; Rechnung begleichen, alles Unerledigte abschließen; wo sollte entrümpelt werden: Wohnung, Kopf, Herz? Welche Rechnungen sind noch offen : finanzielle oder emotionale? Wo noch einen Schritt aufeinander zu machen, damit ein Konflikt enden kann? Wo noch was klären und wo noch verzeihen?

Die **Perchten, die Wilde Jagd, Frau Holle** – die Kräfte des Lichts als Vertreiber des Bösen; im Alpenraum noch heute Maskenträger; hier bei uns wird „Maskenabstauben" in der Nacht zum 6.1. gefeiert;

Böller zum Jahresende – das Böse, Dunkle, Kalte zu erschrecken und zu vertreiben; vielleicht einmal SO: 2 Raketen- eine für das Alte im Leben, das nicht mehr passt – hinaus in den Himmel und loslassen; die zweite mit einem Wunsch für das kommende Jahr bestücken und ab ins Universum damit

Räuchern – mit Harzen, Kräutern – befreien von Altem , Raum schaffend für neue Weite; sei es Weihrauch, Myrrhe, Wacholder, Salbei, Kieferharz, Zeder….

Orakeln – Bleigießen, Karten, Runen, – hier Impulse, Begleiter, Helfer einladen - nicht mit dem Verstand;

Anker für die Seele setzen – deine Aufzeichnungen der RauNächte, Bilder, Collagen, Listen mit Gedanken, Ideen, Vorhaben, kleine Rituale im Alltag; ein Tagebuch- was ich notiere ist wirklicher, kraftvoller; das große JA zu einem Alltag im Sinne neuer Erkenntnisse; ein Jahresmandala – Segmente befüllt mit deinen Orakelkarten Impulsen, einem Begriff in der Qualität des Monats; eine Yogas Übung; das darf wachsen mit dir und mit dem Jahr;

*** *** *** *** *** *** *** *** *** ***

So schaffe dir ZEITEN …

…des Dunkels – mutig hinein in die Finsternis; spüren was es ausmacht im Dunklen zu sein;

…der guten Wünsche – was wünschst du dir – was will dein Herz, HerzWunsch! Hinaus ins Universum damit – Lichterschiffchen, brennende Papiere…

…der Stille – mal ganz leise sein; lauschen, was höre ich wenn ich ganz still geworden bin?

…der Perchtenmasken – eine basteln, gruseliggrausig – umherrennen und alles verscheuchen, vertreiben, was belastet, ärgert, nervt

…**der starken Verbündeten** – lade ein KraftTier ein – einen Verbündeten fürs Leben

…des Rückzugs – Winterschlaf- schaffe dir eine heimelige Höhle und genieße sie

…des Neubeginns – wie gehen wir ins Neue Jahr? Was wollen wir alles erleben?

inspiriert von Vera Griebert-Schröder, Franziska Muri "Vom Zauber der Rauhnächte - Irisiana Verlag

 © by hildegard burkert - sichtbaryoga