



Hannelore Kleiß (links) und Nina Stögmüller geben ihr Wissen über Rituale und Qualitäten der Raunächte weiter.

Das Raue löst der Rauch

Mit der Weihnachtsnacht beginnen offiziell auch die sogenannten Raunächte. Märchenautorin Nina Stögmüller und Räucherexpertin Hannelore Kleiß geben alten Bräuchen und Mythen neue Bedeutung.

TEXT: Sophia Lang // FOTOS: Wolfgang Lehner

Advent bedeutet Ankunft. Und dafür sind auch die Raunächte da – um bei sich anzukommen“, sagt Kräuterpädagogin Hannelore Kleiß, während sie eine Tonschale mit Sand befüllt. Die 47-Jährige beschäftigt sich mit einem sehr alten Raunachtsbrauch: dem Räuchern. Die Überlieferung besagt: In den Raunächten, vom 24. Dezember – in vielen Regionen bereits ab 21. Dezember – bis zum 6. Jänner, werde das Tor zur „Anderswelt“ geöffnet. In dieser Zeit solle es einfacher sein, Kontakt mit Ahnen, Engeln und Naturwesen oder auch

mit seinem inneren Wesen aufzunehmen. „Früher ist zwischen den Jahren alles stillgestanden, so war der Brauch. Und dazu laden die Raunächte bis heute ein: zur Ruhe zu kommen, das vergangene Jahr zu reflektieren“, sagt Kleiß. Beim Räuchern könnten sich aufgestaute Energien buchstäblich „in Rauch“ auflösen.

VON AUSSEN NACH INNEN

Geräuchert wird auf Kohle, Baumharz und getrockneten Pflanzen. Der dabei entstehende Duft und die eigene positive Vorstellungskraft sollen eine gute

Atmosphäre schaffen und den Zugang zu sich selbst öffnen. Der Geruch bewirke Entspannung und bringe die Aufmerksamkeit von außen nach innen, sagt Kleiß und entzündet ein Kohlestück, platziert es in der Schale und legt Fichtenharz, Tannennadeln und Wacholderbeeren darüber. „Wacholder bringt Ruhe und Kraft und schenkt neuen Mut und Zuversicht. Das Harz fördert die Rauchbildung“, sagt sie und verrät auch ein Räucherritual für Liebe und Sinnlichkeit: ein hitzebeständiges Gefäß mit Sand befüllen, mit einer Zange ein Stück Kohle oder eine Räuchertablette aus dem Handel halten und entzünden. Erst wenn die Kohle weiß ist, wird sie in die Schale gelegt. Das Gefäß nun mit Räucherpflanzen, in diesem Fall mit Föhre, Frauenmantel und Rose bedecken. Mit der Liebesräucherung werde eine entspannte, liebevolle und erotische Atmosphäre geschaffen, erklärt sie weiter. Aber Achtung! Nach dem Räuchern solle immer gut gelüftet, sowie die Kohle mit Wasser abgelöscht werden.

DAS JAHR „VORAUSTRÄUMEN“

Auch Märchenautorin Nina Stögmüller spürte schon immer die >>

>> besondere Qualität der Raunächte. Seit sechs Jahren recherchiert die 44-Jährige intensiv über die darauf bezogenen Mysterien, Bräuche und Traditionen. Während dieser Tage, sagt sie, könnten besondere Gefühle, Gedanken, Situationen, aber auch alte



Hannelore Kleiß:
Räuchern zu heiligen Zeiten.
Freya Verlag,
19,90 Euro



Nina Stögmüller:
Mein Raunächte-Tagebuch.
Anton Pustet Verlag,
19,95 Euro

Themen und Konflikte auftauchen. Für Stögmüller ist es wichtig, dies zuzulassen, nochmals zu reflektieren und, wenn man kann, auch loszulassen. „Die Raunächte bieten die Möglichkeit, sich von Altlasten zu befreien und gewichtslos ins neue Jahr zu starten. Mit einem Ritual wie jenem des Räucherns kann man seinen Ballast bewusst abgeben“, sagt sie und beobachtet den aufsteigenden Rauch, der sich nach und nach in Luft auflöst. Speziell angetan hätten es ihr aber die Träume, sagt sie. Denn so hieß es schon damals in diesen Nächten: Alles was man träumt, werde wahr! Jede Raunacht stehe dabei für einen bestimmten Monat im kommenden Jahr, sagt die Autorin. So gälten die Träume in der ersten Nacht dem Jänner, die in der zweiten dem Februar, und so gehe es weiter bis zur zwölf-

ten Raunacht, die bedeutend für den Dezember sei. „Diese Träume können aber auch das vergangene Jahr betreffen und Antworten auf offene Fragen sein. Hilfreiche Hinweise zeigen sich oft in Form von Bildern im Schlaf“, sagt Stögmüller. Die Träume könnten somit auch mögliche Themen im nächsten Jahr zeigen. Die Autorin versucht den Menschen dabei aber die Angst zu nehmen. Scheinbar negative Träume würden oftmals eigentlich etwas Gutes heißen. So stehe ein besorgniserregender Traum über den Tod eigentlich für einen Neubeginn, sagt sie. Es lohne sich, in dieser Zeit ein Traumtagebuch zu führen, so könne Geträumtes aufgeschrieben, gedeutet und später im Jahr auch mit eingetretenen Situationen verglichen oder womöglich neu gedeutet werden – hatte die innere Stimme recht? *

Die vier kraftvollsten Raunächte

21/22. Dezember – Tag der Orakel und Hoffnung

Nina Stögmüller: Früher wurde der Thomastag in den ländlichen Gegenden gerne für Orakel genutzt – vor allem für Liebesorakel. Eines davon war das Apfelschalen: Die Hofmädchen warfen die Schale mit der rechten Hand über die linke Schulter, und dann schauten sie, welcher Buchstabe sich ergab. Das sollte dann der Anfangsbuchstabe des Namens des Zukünftigen sein.

24/25. Dezember – feiern, schenken, beschenkt werden

Hannelore Kleiß: Früher waren die Raunächte mit sehr viel Angst besetzt. Um zu verhindern, dass sich die Wilde Jagd, Geister aus der „Anderswelt“, in einem unordentlichen Haus oder einer hängenden Wäsche verfing, wurde streng darauf geachtet, Ordnung zu halten und die Arbeit ruhen zu lassen. Heute lädt diese Zeit ebenfalls dazu ein, zur Ruhe zu kommen, zu feiern und all das bewusst wahrzunehmen, was uns im Leben geschenkt ist. Im Christentum wird zu Weihnachten die Geburt Jesu gefeiert, in vorchristlicher Zeit wurde die Geburt des Lichts festlich begangen. So können wir uns zu dieser Zeit fragen: „Was in mir möchte ans Licht kommen?“

31. Dezember/1. Jänner – „Wünsch dir was!“

Nina Stögmüller: Der erste Tag im neuen Jahr war seit jeher etwas ganz Besonderes. In der Ver-

gangenheit wurde dieser Tag als „Schicksalstag“ bezeichnet. Heute ist er der Tag der Wünsche. Man kann zum Beispiel seine Herzenswünsche auf ein Blatt Papier schreiben, sie im Freien verbrennen und somit den Mächten der Raunächte übergeben.

5./6. Jänner – sich Licht- und Schattenseite bewusst machen

Nina Stögmüller: Der 5. Jänner ist als „Perchttag“ bekannt. Hier haben die Perchten ihre hohe Zeit, aber auch Frau Percht. Sie wird oft als sehr dämonisch beschrieben, weil sie als Greisin für den Tod und den Abschluss des Jahres stand. Eigentlich ist sie aber keine Schreckens-, sondern eine Lichtgestalt. Sie symbolisiert uns die Licht- und Schattenseiten, die auch ein jeder Mensch in sich trägt. An diesem Tag kann man die eigenen düsteren Seiten „ins Licht“ bringen.

