

INHALT

Vorbereitung auf die Raunächte

Die Raunächte – 12 heilige Nächte	8
Gute Vorbereitung	11
Vom Räuchern: eine Einführung	14
Träume und Traumerinnerung	18
Wintersonnenwende und die vorbereitenden Nächte	20

Die 12 Heiligen Nächte

25. Dezember: Erste Raunacht Samen säen	26	
26. Dezember: Zweite Raunacht Inneres Licht	32	
27. Dezember: Dritte Raunacht Herzöffnung & Wunder	38	
28. Dezember: Vierte Raunacht Aufbruch & Wandel	44	
29. Dezember: Fünfte Raunacht Freundschaft & Selbstliebe	50	
30. Dezember: Sechste Raunacht Bereinigung & Loslassen	56	
31. Dezember: Siebte Raunacht Öffnung für das Neue	62	Dreikönigstag und weitere magische Tage
1. Januar: Achte Raunacht Mut & Zuversicht	68	6. Januar: Dreikönigstag Das neue Jahr beginnt 98
2. Januar: Neunte Raunacht Struktur & Klarheit	74	Weitere magische Tage 104
3. Januar: Zehnte Raunacht Balance & Harmonie	80	
4. Januar: Elfte Raunacht Transformation & Abschied	86	
5. Januar: Zwölftaue Raunacht Entfaltung & Weisheit	92	Sonstiges
		Autorin und Quellennachweis 107
		Impressum 112