

Inhalt

Vorwort zur erweiterten Neuausgabe	7
Die Zeit zwischen den Jahren.....	11
Eine alte Tradition	13
Tiefstes Dunkel – und Geburt des Lichts	14
Wann genau wird's rauh?	15
Uraltes Wissen, uralte Bräuche	17
<i>Der treue Eckart</i>	23
Vorbereitung auf das Kommende	26
Die Anderszeit	28
Die Lücke im Kalender	28
Das Licht im Dunkel bewahren.....	29
Orakelzeit – Weissagung und Vorausschau	30
Mondzeit	31
Deine ganz persönliche Zeit.....	33
Raus aus dem Immergeleichen	33
Das Potenzial entdecken.....	34
<i>Die zwölf Monate</i>	36
Alte Bräuche neu gelebt	43
Bräuche sind Magie	44
Die Bräuche der Rauhnächte	44

Bräuche und Regeln der Zeit zwischen den Jahren	45
Was geht, was bleibt?.....	48
Das Weihnachtsgeschenk	50
Stets ein Licht im Fenster	51
Keine Wäsche waschen.....	53
Die Räder stillstehen lassen	54
Den zukünftigen Liebsten sehen	57
Die Zeit, in der die Tiere sprechen	57
Ordnung schaffen.....	58
Die Perchten	59
Die Böllerei zum Jahreswechsel.....	62
Was wäre die Welt ohne Bräuche?	63
Tag für Tag, Nacht für Nacht.....	65
Die heiligen Nächte feiern.....	66
Rauhnächte – Rauchnächte.....	66
Die unermessliche Welt der Orakel	70
Helper und Begleiter einladen	78
Die Kraft der Rituale.....	80
Pfeffernüsse und Brummeisen.....	82
Rauhnächte individuell gestalten.....	88
Eigene Rituale finden	88
Dem Innenleben äußerlich Gestalt geben.....	95
Drei Wünsche	101
Zauberhaftes für Kinder	102
Der Mond	106
Vorfreude – schönste Freude?.....	108

Impulse für eine rundum gelungene magische Zeit	109
<i>Die Künstlerin – ein Beispiel</i>	116
Wegbegleiter durch die zwölf heiligen Nächte.....	122
Jahreskreisläufe	123
Wintersonnenwende	127
Die erste Rauhnacht	128
Die zweite Rauhnacht	129
Die dritte Rauhnacht	130
Die vierte Rauhnacht	131
Die fünfte Rauhnacht.....	132
Die sechste Rauhnacht.....	133
Die siebte Rauhnacht	134
Die achte Rauhnacht	135
Die neunte Rauhnacht	136
Die zehnte Rauhnacht.....	137
Die elfte Rauhnacht.....	138
Die zwölfte Rauhnacht.....	139
Die Schwelle ins Neue	140
Der Jahresauftakt.....	141
Ein gutes neues Jahr!.....	142
Danksagung	143
Einige weiterführende Hinweise	144