



MEINE NEUNTE RAUNACHT ERZÄHLT (1/2. JÄNNER)

110

Das Leben ist Veränderung
Jeder Tag ist ein neuer Anfang
DER KÖNIG DES WISSENS
DER INNERE SCHWEINEHUND

MEINE ZEHNTA RAUNACHT ERZÄHLT (2/3. JÄNNER)

120

Lebenslanges Lernen
Stressmuster
MACH DEIN LICHT AN!
HERR STRESS UND FRAU ZEIT

MEINE ELFTE RAUNACHT ERZÄHLT (3/4. JÄNNER)

128

Auch das kleinste Dankeschön ist ein Gebet
Danke, dass es uns gibt!
Ich mag mich! Mag ich mich?
DIE UNDANKBARE PRINZESSIN
DIE HEILIGE BANANENBLÄTTERSTAUDE

MEINE ZWÖLFTE RAUNACHT ERZÄHLT (4/5. JÄNNER)

142

Frau Percht sieht nach dem Rechten
Licht und Schatten
DER TRAURIGE GÄRTNER
DER WUNSCHBAUM

DREIKÖNIGSTAG (6. JÄNNER)

152

Abschluss der heiligen Zeit
Segensreiche Frauen
DER STERN DER STERNE

Liebe Leserinnen und Leser!

Seit dem Jahr 2012 begleiten mich die Raunächte auf ganz besondere Weise, denn in diesem Jahr entstand mein Lese- und Märchenbuch „Raunächte erzählen“. Die Idee damals war, ein Buch zu schreiben, das den Menschen die Raunächte wieder näherbringt und das mit den Märchen für raunächtlichen Lesestoff sorgt. Das Buchprojekt ist so gut angekommen, dass mein Erstling „Raunächte erzählen“ mittlerweile in mehrfacher Auflage erschienen ist. Immer wieder bekomme ich Rückmeldungen meiner Leserinnen und Leser und dieses Feedback war es auch, das mich dazu motivierte, „Mein Raunächtetagebuch“ ins Leben zu rufen.

Das Führen eines Tagebuchs zählt für mich in den Raunächten zu den wichtigsten modernen Bräuchen. Das geschriebene Wort lebt weiter und zeugt von unseren Erfahrungen und Ideen in einer Zeit, in der wir uns selbst noch näher kommen können als sonst im Jahr. Intuition, Reflexion und Innenschau. All diese Prozesse brauchen Zeit und Ruhe. In den Raunächten können wir die Zeitqualität dazu nutzen, um uns selbst einen Spiegel vorzuhalten und tiefer in uns hineinzuschauen als sonst. Das alte Jahr noch einmal Revue passieren lassen, bevor wir es verabschieden und das neue Jahr planen, erspüren und uns darauf einlassen. Die Vorstellungskraft ist eine wichtige Gabe, die uns ermöglicht, Neues zu schaffen und uns auf Veränderungen einzulassen. Diese Vorstellungskraft kann auch dabei helfen, das neue Jahr vorauszuplanen, sich gefühlsmäßig auf eine gute Zeit einzustellen und positiv in die Zukunft zu blicken.

Ich wünsche Ihnen eine schöne und besinnliche Zeit in den Raunächten!

Ihre Nina Stögmüller

P.S.: Die stimmungsvollen Illustrationen laden nicht nur zum Betrachten, sondern auch zum Aus- und Weitermalen ein!

