



## Heilpflanzenschule Fürbuch

---

Johanna Gruber · Kräuterpädagogin · Heilpraktikerin  
[www.heilendepflanzen.de](http://www.heilendepflanzen.de)

### Die Rauh Nächte

- Namensgebung
- Zeitpunkt
- Zeitqualität
- Ritualpraxis einst und jetzt

Alles Leben auf unserem Planeten Erde konnte und kann nur entstehen, vergehen und wieder neu geboren werden durch das Licht und die Wärme der Sonne.

Zum Zeitpunkt des Wiederaufstehens oder des (neu) Geboren-werdens liegt eine besonders wegweisende Energie. Dies wird zunehmend auch bei psychotherapeutischen Behandlungsmethoden berücksichtigt.

Unsere Ahnen aus vorchristlicher Zeit und die indigenen Schamanenkulturen wussten dies aus der Überlieferung und maßen den Nächten und dazugehörigen Taghälften nach der Wintersonnwende eine besondere Bedeutung für den Verlauf des kommenden Jahres sowohl in persönlicher als kollektiver Hinsicht zu.

So wurde in dieser Zeit insbesondere auf die Träume geachtet und diverse Orakeltechniken praktiziert. Dabei wurden oft Naturmaterialien verwendet und deren Erscheinungsform gedeutet.

Außerdem war und ist in diesen dunklen Zeiten der Kontakt zu Ahnen und sonstigen Energien leichter herzustellen. Die Vermittlung stellt der durch die Kraft des Feuers freiwerdende Rauch her, der ja eigentlich die an das verbleibende Zellwasser der trockenen Substanz gebundene Seele des Räucherstoffes ist.

Es ist schamanisches Urwissen, dass alles mit allem verbunden ist und das Leben auf allen Ebenen auf gegenseitigem Geben und Nehmen basiert. Dieses Lebensprinzip gilt auch für den Dialog mit der geistigen oder Götter-Welt.

Der Rauch der beim Verglimmen der meist pflanzlichen, gelegentlich auch tierischen oder mineralischen Substanzen aufsteigt, ist sozusagen eine feine Nahrung für die Götter, zusammen verabreicht mit Dank, Bitte oder Intention.

Nun wird klar, dass sich das Wort Rauh Nächte vom Wort Rauch ableitet, denn es war und ist die prädestinierte Zeit für Räucherrituale, um Segen und Schutz für Mensch und Tier und Haus und Hof zu manifestieren.

Die Gedanken, die uns in den Sinn kommen, sind entscheidend von unserer seelischen Grundstimmung beeinflusst und wir wissen heute, dass unsere Gedanken Schöpferkraft haben und wir damit unsere zukünftige Realität erschaffen. Deshalb ist es gerade in dieser sensiblen Rauh Nachtzeit besonders segensreich, mit Hilfe der Energie unserer Pflanzengeschwister die Verbindung mit Himmel und Erde zu spüren, damit wir in der Mitte geborgen und ausgeglichen dem kommenden Jahreslauf mit unseren Gedanken eine liebe- und wertvolle Prägung verleihen können.