



KATHRIN BLUM

# Raunächte

Rituale, Bräuche und Geschichten

Jan Thorbecke Verlag

**VERLAGSGRUPPE PATMOS**

**PATMOS  
ESCHBACH  
GRUNEWALD  
THORBECKE  
SCHWABEN  
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe  
mit Sinn für das Leben



Die Verlagsgruppe Patmos ist sich ihrer Verantwortung gegenüber unserer Umwelt bewusst. Wir folgen dem Prinzip der Nachhaltigkeit und streben den Einklang von wirtschaftlicher Entwicklung, sozialer Sicherheit und Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen an. Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website [www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben](http://www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben)

Alle Rechte vorbehalten

© 2024 Jan Thorbecke Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

[www.thorbecke.de](http://www.thorbecke.de)

Gestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagabbildung: Oleg Golovnev, shutterstock

Druck: Finidr s.r.o., Český Těšín

Hergestellt in Tschechien

ISBN 978-3-7995-2083-6

# Inhalt

Einleitung 9

## Erster Teil

„De tied twischen de doog“

**Die Geschichte(n) der Raunächte 13**

Was sind die Raunächte? 14

Die Herkunft der Raunächte 15

Die Göttin der ersten Bauern: Frau Holle 18

Es wird kälter: Das wilde Heer 36

## Zweiter Teil

**Bräuche 45**

Ursprung 46

Die Verbote der Raunächte 48

Die Perchtenläufe: Dämonenjagd im Alpenraum 50

Rummelpottlaufen (31.12.) 60

Fruchtbarkeitsbräuche (31.12.) 62

Räuchern (21.12. 24.12. 31.12. 6.1.) 64

Orakeln (31.12.) 66

Bräuche heute 68

## Dritter Teil

**In Verbindung mit der Natur.**

**Ein neuer Weg durch die Raunächte 71**

Einleitung 72

Dein Werkzeugkoffer 78

Vorbereitungen für die Raunächte 88

# Die Raunachtsreise

**Das erste Drittel:** Der Ruf in der Winternacht 100

**Zweites Drittel:** Durch die Dunkelheit 118

**Das dritte Drittel:** Das neue Jahr und Rückkehr in den Alltag 127

Wie es weitergeht 142

Schlusswort 144

Dank 146

Textnachweis 148

Bildnachweis 148

Literatur 149

Die Autorin 152





# Einleitung

Die Dämmerung stieg aus den Bäumen auf, um mich herum wurde es dunkler. Ich spürte die Feuchtigkeit in meinen Knochen, sie verstärkte die Müdigkeit, die seit der Geburt meines dritten Kindes mein ständiger Begleiter war. Vor mir lag eine Räucherschale, in ihr glomm die Kohle, Rauch stieg auf. Ich hatte alles richtig machen wollen, hatte die richtige Kohle besorgt, die Raunachtsräuchermischung, mir extra Zeit genommen, hatte meine drei kleinen Kinder meinem Mann überlassen und nun stand ich hier im Wald, und der Funke wollte einfach nicht überspringen. Die Kohle glomm zwar, sie erfüllte ihren Zweck, doch in mir wurde es einfach nicht ruhig, ich konnte mich nicht einlassen auf das Ritual. Es entstand keine innere Verbindung, ich hatte keine Vorstellung, was nun eigentlich passieren sollte, keine Bilder. Ich wartete noch eine Weile, dann wandte ich mich enttäuscht ab und verließ das Waldstückchen wieder. Am nächsten Tag versuchte ich es nochmal, doch es wurde nicht besser. Am darauffolgenden gab ich auf.

Das war mein erster Versuch gewesen, die Raunächte zu begehen. Das ist nun ungefähr zehn Jahre her, seitdem habe ich mich auf die Reise begeben, wie es geht, alte Bräuche wieder zu beleben, wenn man so wie ich keine ursprüngliche Anbindung an sie hat. Denn ich bin nicht auf einem Bauernhof geboren, und auch meine Großeltern waren keine Bauern. Ich habe nicht erlebt, wie mein Großvater räuchernd durch Haus und Hof gezogen ist, ganz im Gegenteil, als Arzt war ihm Aberglaube zutiefst suspekt. Damit bin ich heutzutage keine Ausnahme, denn den wenigsten von uns wurden diese Bräuche direkt so weitergegeben. Und dennoch schreibe ich ein Buch über die Raunächte. Warum?

Seit dem verlorenen Abend im Wald ist viel passiert. Ich habe eine Ausbildung als Wildnispädagogin gemacht und seitdem immer wieder tiefe Naturverbundenheit erleben dürfen, die mich bis heute begleitet. Ich habe alleine im Dezember unterm Sternenhimmel im Wald geschlafen, bin mit Schlittschuhen über eine zugefrorene Seenplatte geglitten, habe Rehe, Seeadler und Wildschweine aus der Nähe erleben dürfen. Jedes einzelne dieser Erlebnisse hat einen zarten Faden geknüpft, aus dem im Laufe der Jahre ein dickes Seil geworden ist. Wenn ich heute in den Wald gehe, dann kenne ich die Bäume und grüße sie beim Namen, weiß, wo der Bussard seinen Horst baut und wo die Mönchsgrasmücke singt.

Und ich habe mich mit Bräuchen und ihren Geschichten beschäftigt, besonders mit dem Jahreskreis. Seit fünf Jahren gibt es den Frauenkreis in der Wentorfer Lohe, wo wir einmal im Monat am Feuer sitzen und in Verbindung gehen mit der Qualität der Jahreszeit.

In der letzten Zeit sind die Jahreskreisrituale hinzugekommen, die ich während meiner Ausbildung als *transformation in natura*®-Coach von Ursula Seghezzi gelernt habe. In ihnen spielen die Geschichten der Menschen, die uns vorangegangen sind, eine besondere Rolle.

Zugleich schaue ich mir unsere Überlieferungen und Traditionen kritisch an, denn mir ist bewusst, dass vieles, was als uralte Tradition dargestellt wird, in Wahrheit viel später entstanden ist (wie zum Beispiel der so genannte keltische Jahreskreis, der aus dem 18. Jahrhundert stammt). Mir geht es nicht darum, urbane Mythen und Märchen weiterzugeben, sondern einen differenzierten und aufgeklärten Blick auf unsere eigene Tradition in Mitteleuropa zu werfen. Denn wenn wir das nicht tun, laufen wir Gefahr, unbewusst nationalsozialistische Propaganda zu wiederholen und ihr eine Stimme zu geben. Die Nazis waren sehr interessiert daran, „uralte“ germanische Bräuche zu finden und wieder zu beleben, wie z.B. die Sonnenwendfeiern, die im großen Stil organisiert wurden. Ein kritischer Blick auf die Traditionen und tiefe Naturverbundung – das sind die beiden Säulen meiner Arbeit.



Mit diesen Werkzeugen habe ich mir einen Weg zurück gebahnt, weg von der Abgetrenntheit des modernen Alltags hin zu einem Eingeflochtensein in das lebendige Netz des Lebens um mich herum. Und in all dem macht es für mich auch wieder Sinn, die Raunächte zu feiern, das Ritual, mit dem alles begonnen hatte. Denn ich habe begriffen, dass sie eine einmalige Möglichkeit im Jahreslauf bieten, auf mich zu schauen, zu verstehen, was es braucht und wie es weitergehen kann. Was wichtig ist und was gehen darf. Was sich transformieren kann. Damit sind sie zu der kraftvollsten Zeit des ganzen Jahres für mich geworden, die Zeit, in der ich entdeckte, was sich im neuen Jahr entfalten will.

Das möchte ich gerne weitergeben, dahinein will ich dich mitnehmen, mitten ins Herz der dunklen Zeit und in die Transformation. Dafür werde ich dir verschiedene Möglichkeiten an die Hand geben. Denn ich möchte nicht, dass du in dieselbe Falle gehst wie ich damals, möchte nicht, dass du mit hohen Erwartungen startest, nur um dann enttäuscht zu werden.

Das Feiern der Raunächte sollte nicht in Stress ausarten, ein weiteres *To-do* auf deiner endlosen Liste werden, die es um Weihnachten herum zu erledigen gilt. Das ist nicht das Ziel dieses Buches, ganz im Gegenteil, dieses Buch will eine Einladung sein, zu dir selbst zu kommen, deiner eigenen Stimme zu lauschen und herauszufinden, was für dich stimmig ist.

Dazu eine Bedienungsanleitung: Die beiden ersten Kapitel sind eine historische Einführung in die Traditionen und Bräuche zu den Raunächten. Diese lege ich dir für eine ruhige Minute ans Herz, wenn du Lust hast, dich mit den Hintergründen zu beschäftigen. Willst du gleich mit der konkreten Vorbereitung der Raunächte beginnen, kannst du direkt zum dritten Teil blättern, da findest du alle Details für deine Raunachtszeit.

Doch zuerst einmal führt die Reise tief hinein in die Vergangenheit Mitteleuropas, in eine Zeit, in der die Menschen sich abends rund ums Feuer versammelten und Geschichten erzählten.



ERSTER TEIL

„De tied  
zwischen  
de doog“

*Die Geschichte(n)  
der Raumächte*



# Was sind die Raunächte?

Bevor wir uns auf die Reise begeben, wollen wir kurz eine Standortbestimmung vornehmen und uns anschauen, was die Raunächte genau sind und wo ihr Name herkommt.

## Zeitpunkt

Die Raunächte bezeichnen die Zeit zwischen dem 25. Dezember und dem 6. Januar. Es handelt sich um zwölf Nächte und elf Tage. Einige Zählungen beginnen auch schon mit der Wintersonnenwende und setzen dann erst wieder am 26. Dezember ein, dann ist die erste Nacht die vom 21. auf den 22. Der Zeitrahmen ergibt sich aus der Differenz zwischen dem Sonnen- und dem Mondjahr, dazu findest du weiter unten mehr Informationen.

## Verbreitung

Die Raunächte (seit der Rechtschreibreform ohne h) werden gerne als Brauch der Alpen dargestellt, der vor allem dort gelebt und gefeiert wurde. Doch tatsächlich gibt es in vielen Regionen Mitteleuropas Bräuche und Traditionen zu den zwölf Nächten. So heißen sie oft auch nur die „Zwölften“; in Friesland nennt man sie „De tied twischen de doog“. Diese Zeit zwischen den Jahren war nicht nur für die Menschen im Alpenraum eine besondere, sondern für alle, die in Mitteleuropa lebten. In abgelegenen Regionen hielt sich die Tradition besonders lange, das war zum Beispiel auf der Nordseeinsel Föhr der Fall; aber auch aus dem Harz, aus Thüringen und aus Pommern sind zahlreiche Bräuche überliefert. (Und diese Aufzählung ist beileibe nicht vollständig).

# Die Herkunft der Raunächte

## Herkunft des Namens und neuere Geschichte

So ganz einig ist man sich nicht, woher der Name „Raunächte“ kommt und worauf er sich bezieht. Der erste Teil des Namens könnte auf *rûch* verweisen, das kommt aus dem Mittelhochdeutschen und bedeutet „haarig“. Es würde sich auf die fellbekleideten Geister beziehen, die in diesen Nächten ihr Unwesen treiben. Eine weitere gängige Ableitung ist die vom Wort „Rauch“, das bezieht sich auf den Brauch, während dieser besonderen Zeit zu räuchern.

Wie alt das Wort Raunächte letztlich ist, ist unsicher. Die ersten schriftlichen Erwähnungen sind erst im Jahr 1860 zu finden, als die Volkskunde entstand und man begann, die Bräuche und Traditionen zu erforschen, d.h. zu einer Zeit, in der so mancher Brauch schon wieder in Vergessenheit zu fallen drohte.

Die Beschäftigung mit alten Bräuchen erfreute sich auch im 20. Jahrhundert ungebrochener Beliebtheit.

Rudolf Steiner interessierte sich zum Beispiel sehr für die Raunächte und band diese Zeit als besondere Zeit der Besinnung und Erkenntnis in seine Anthroposophie ein. Nur wenige äußerten sich so kritisch wie der Volkskundler Johannes Gillhoff 1926: „Nüchtern und platt gesagt: Mit der alten Firma Wotan und Cie. ist heute nicht viel mehr los. Die Stützungsversuche, die da unternommen werden, kommen auch zu spät. Da ist nichts mehr zu wollen.“

Doch solche kritischen Stimmen gab es nur wenige. Die deutsch-tümelnde Stimmung der zwanziger und dreißiger Jahre des 20. Jahrhunderts legte großen Wert auf ungebrochene „germanische“





ZWEITER TEIL

# Bräuche



# Ursprung

Wäsche wollte sie nicht waschen, auf gar keinen Fall. Da war die Nachbarin meiner Eltern sehr entschieden, auch wenn sich die Wäscheberge aus der Weihnachtszeit im Wohnzimmer türmten. Warum das so war, hätte sie nicht sagen können, sie wusste einfach nur, dass es sich nicht gehörte.

Das sind die letzten Überreste der alten Ge- und Verbote zu den Raunächten, so wie sie uns überliefert sind.

Wie alt diese Bräuche sind, ist nicht feststellbar, die schriftlichen Aufzeichnungen darüber setzen erst im 16. Jahrhundert ein. Vorher gibt es keine Belege für die Bräuche. Das heißt nicht, dass es sie vorher nicht gegeben hat, es zeigt nur, dass sie vorher keiner Erwähnung wert waren.

Dazu muss man sich vor Augen halten, dass bis ins 16. Jahrhundert hinein der Großteil der Menschen Analphabeten waren. Erst mit dem Aufkommen des Buchdrucks konnten immer mehr Menschen lesen und schreiben, entstanden auch in kleineren Dörfern und Städten Aufzeichnungen, die das tägliche Leben widerspiegelten. Vorher war dies die Aufgabe von Chronisten gewesen, zumeist Mönchen, die in Klöstern zuhause waren und vor allem das Leben und Sterben sowie die Kriege von Königen und Kaisern festhielten. In diesen Chroniken tauchen Bräuche allenfalls am Rand auf, sie waren der Erwähnung nicht wert.

Deshalb kann man nicht wissen, wie alt die Bräuche sind, die heute überliefert sind.

Ähnlich wie Märchen oder Sagen erzählen Bräuche etwas über die Menschen und ihre Zeit. Laut Wikipedia ist ein Brauch (von althochdeutsch *bruh* „Gewohnheit“) eine regelmäßig wiederkehrende Handlung von Menschen, die innerhalb einer Gemeinschaft ent-

standen ist und eine ritualisierte Form hat. Bräuche dienen dem inneren Zusammenhalt der Gruppe, sind sinn-, identitäts- und integrationsstiftend.

Damit Bräuche weiter bestehen, ist es wichtig, dass alle Mitglieder einer Gruppe sich ihnen anschließen. Wie wichtig das ist, sieht man an den Geboten und Verboten zu den Raunächten.





DRITTER TEIL

In  
Verbindung  
mit der  
Natur

*Ein neuer Weg  
durch die Raumächte*



# Einleitung

Erinnerst du dich an den Anfang des Buches, an die Szene im Wald? Damals war es mir nicht gelungen, in Verbindung zu gehen mit der Natur um mich herum, ich wusste noch nichts über die inneren Strukturen und Kräfte eines Rituals.

Das aber ist wichtig, wenn es darum geht, einer alten Form neues Leben einzuhauchen. Obwohl wir nach wie vor von Ritualen umgeben sind, kennen sich immer weniger Menschen damit aus, haben die meisten vergessen, wie das eigentlich geht, ein Ritual zu feiern. Das ist keine Überraschung. Rituale galten lange Zeit als überholt und veraltet, als dubiose Praktiken aus der Vergangenheit. Nichts, womit sich der aufgeklärte Mensch von heute noch beschäftigt, geschweige denn was er zelebriert.

Das erfahre ich immer wieder, wenn ich erzähle, dass ich Rituale gestalte und leite. Oft sind die Menschen verunsichert und haben nur eine unklare Vorstellung davon, was das bedeutet. Viele denken an heidnische oder gar satanische Riten, haben Bilder von seltsamen Gestalten in wallenden Gewändern im Kopf, die an Quellen und in Hainen fragwürdige Dinge tun.

Wallende Gewänder trage ich tatsächlich gerne (und frage mich immer, warum das nicht mehr Menschen machen. Diese Art von Kleidung ist so viel bequemer und angenehmer zu tragen als die moderne Uniform aus Jeans und Sweatshirts). Haine und Quellen liebe ich auch sehr. Doch die Rituale, die ich durchführe, sind nicht an ein Glaubensbekenntnis gebunden, sie verehren keine unsichtbare Gottheit. Ganz im Gegenteil, sie sind dazu da, mich an den großen Kreislauf der Natur anzubinden, an das zyklische Werden und Vergehen allen Seins. Damit können wir uns alle verbinden, denn wir alle sind Teil dieses Zyklus, sind alle Teil der Natur, eingewoben in das große Netz des Lebens. Daran knüpfen die Rituale wieder an.

Denn Rituale sind der Kit, der unser Leben zusammenhält. Früher stellten die Kirchen Rituale für Geburt, Initiation, Hochzeit und Tod zur Verfügung – Taufe, Kommunion oder Konfirmation, Trauung und Beerdigung – doch mit der zunehmenden Anzahl von Kirchenaustritten (2023 haben über eine halbe Million Menschen die evangelische Kirche verlassen, so viele wie noch nie) ist ein Vakuum entstanden.

Dabei ist die Sehnsucht nach Ritualen groß. Das zeigt nicht nur die Tatsache, dass eine große Kosmetikfirma sich so nennt und damit wirbt, besondere Momente zu verkaufen.

So soll mit den Produkten der Linie namens *Ritual of Sakura* jeder Tag wie ein Neubeginn gefeiert werden. Die Botschaft, jeden Tag wie einen Neubeginn zu feiern, ist sicherlich nicht falsch, doch braucht es dafür eventuell ein bisschen mehr als einen Badezusatz oder eine Duftkerze.

Rituale sind mehr als Namen oder Versprechungen, sie sind Ereignisse außerhalb unseres Alltags, die uns verändern können.

Rituale behaupten nicht nur etwas, sie tun auch etwas.

Sie gliedern die Zeit und ziehen eine Grenze zwischen vorher und nachher. So trennt das Ritual der Raunächte das alte Jahr vom neuen, markiert einen Übergang. Die Raunächte waren schon immer ein Übergangsritual. Doch was bedeutet das?

