

# **Indianische Rauh Nächte – 24. Dezember**

## **Rauh nacht 1: Deinen Sacred Place Einrichten & Verbindung mit deiner Essenz**

### **Willkommen zur ersten Indianischen Rauh nacht – Eine schamanische Reise zu dir selbst!**

Fühlst du die Magie dieser besonderen Nacht? Die Rauh Nächte sind eine Zeit, in der die Grenzen zwischen den Welten durchlässig werden – eine Zeit des Wandels, in der Altes liebevoll verabschiedet wird, um Raum für das Neue zu schaffen. Sie laden dich ein, innezuhalten, deine innere Stimme zu hören und die leisen, kraftvollen Botschaften deiner Seele zu empfangen.

In dieser ersten Rauh nacht gestalten wir gemeinsam deinen Sacred Place, einen heiligen Raum, der dich während dieser magischen Reise begleitet. Hier findest du Ruhe, Schutz, Klarheit und die Verbindung zu den Guten Helfern: den Bären, Delfinen, Krafttieren und indianischen Urvölker. Lass uns diesen Ort mit Liebe und Energie erfüllen, um die Türen zu deiner Essenz weit zu öffnen.

### **Warum ein Sacred Place?**

In den Rauh Nächten ist das Tor zum Kosmos weit geöffnet. Dein Sacred Place wird zu einem Ort der Ruhe, Kraft und Zentrierung, an dem du die feinen Energien dieser Zeit spüren und die Botschaften der Guten Helfer empfangen kannst.

### **Einrichten deines Sacred Places**

#### **Finde einen Ort:**

Wähle eine ruhige Ecke oder einen besonderen Raum in deinem Zuhause, den du für die Rauh Nächte einrichtest. Vielleicht kannst du eine Kommode oder einen kleinen Tisch als Altar verwenden, auf dem du deine Symbole und Gegenstände platzierst.

#### **Bereite deinen Platz vor:**

Lege ein schönes Tuch als Grundlage aus.

#### **Symbole für die Guten Helfer:**

Um die Verbindung zu den guten Helfern – Bären, Delfinen, Krafttieren und indianischen Urvölkern – zu stärken, wähle für jeden ein Symbol, das dir Bedeutung gibt. Das können z.B. sein:

- **Bären:** Figur, Teddybär oder ein Bild.
- **Delfine:** Figur, Plüschtier, eine Muschel oder ein Bild.
- **Krafttiere:** Figuren, Plüschtiere, Kristalle oder Steine.
- **Indianische Urvölker:** Figur, ein Bild oder Gegenstand.

Die Symbole werden aus der Ferne von uns entsprechend energetisiert, um dich in deiner Verbindung zu unterstützen.

## **Kerzenritual zur Verbindung**

Platziere für jeden Guten Helfer eine Kerze (z.B. Grabkerze) auf deinem Sacred Place. Wenn du eine Kerze entzündest, nimm dir einen Moment, um dich mit diesem Helfer zu verbinden, und sprich:

„Ich öffne mich für die Reise zu meinem wahren Selbst.“

## **Vorbereitung auf die indianischen Ruhnächte**

Nachdem dein Sacred Place eingerichtet ist, kannst du dich weiter auf die Reise einstimmen. Folgende Dinge können dich unterstützen:

- **Kartensets:** Krafttierkarten oder indianisches Tarot, um Impulse zu erhalten.
- **Tagebuch:** Notiere deine Gedanken, Träume und Botschaften.
- **Visionboard:** Alte Zeitschriften, Schere und Kleber, um deine Visionen kreativ festzuhalten.
- **Räucherbedarf:** Räucherschale, Kohle, Sand oder ein Stövchen.
- **Räuchermischungen:** Wähle intuitiv passende Kräuter oder Harze aus.

## **Räucherkräuter für die Zeit der Ruhnächte**

- **Weißer Salbei:** Reinigung und Neubeginn.
- **Weihrauch:** Klärung und Trost.
- **Myrrhe:** Loslassen von Vergangenem.
- **Lavendel:** Beruhigung und Balance.
- **Wacholder:** Schutz und Intuition.
- **Rosenblüten:** Liebe und Harmonie.
- **Palo Santo:** Innere Balance und Herzöffnung.
- **Vetiver:** Stabilität und Urvertrauen.
- **Styrax:** Geborgenheit und Schutz.
- **Patchouli:** Klarheit, Mut und Entschlossenheit.

Lasse dich bei der Auswahl der Kräuter von deiner Intuition leiten. Schließe die Augen, spüre in dich hinein und frage dich: „Was brauche ich heute?“ Wähle die Kräuter, die dich anziehen, und lasse sie dich auf deinem Weg unterstützen.

Wenn du es dir eher nicht zutraust, kannst du auf bewährte Mischungen zurückgreifen und dir fertige Räuchermischungen oder Räucherstäbchen kaufen.

Diese erste Rauhacht ist ein Neubeginn – ein Moment, um innezuhalten und die Weichen für das zu stellen, was vor dir liegt. Möge sie dir Ruhe schenken, deine innere Kraft erwecken und Klarheit in dein Herz bringen. Morgen erwartet dich ein weiteres Ritual, das dir hilft, loszulassen, was dir nicht mehr dient und mit einem offenen Herzen in die nächsten Nächte zu gehen. Wir freuen uns, diesen Weg mit dir zu teilen.

**Wir wünschen Dir tief erfüllende Indianische Rauhächte.**

Satanta (Janine Neumann), die Bären, Delfine, Krafttiere und Indianischen Urvölker