



Foto: © Brebca / Adobe Stock

Hallo – und willkommen in der ZwischenWelt.

Der Oktober klingt aus, der November steht vor der Tür. Diese Schwelle macht spürbar, wie eng Werden und Vergehen miteinander verwoben sind.

Noch liegen die Rauh Nächte in der Ferne – gut zwei Monate, bis der Rauh nachtszyklus 2025/26 beginnt. Und doch ist das Feld schon spürbar: Das Licht verändert sich, und etwas kaum Benennbares rückt näher – ein leises Ahnen dessen, was kommen will.

Heute liegt der erste **liminara**-Newsletter in deinem Postfach – für uns ein besonderer Moment. Hier wächst etwas Neues, und es bedeutet uns viel, dass du dabei bist.

Seit vielen Jahren widmen wir uns den Rauh Nächten – getragen von altem Brauchtum, überliefertem Wissen und unseren eigenen

Erfahrungen.

Ein beliebtes Ritual dieser besonderen Zeit sind die 13 Wünsche, die auch Teil unseres Weges wurden und unserer Facebook-Gruppe ihren Namen gaben:

12 RAUHNÄCHTE – 13 WÜNSCHE

Unsere »Briefe aus der ZwischenWelt« entstehen mit Hingabe – als freies Angebot für alle, die die **12 Dunkelnächte** und **12 Raurnächte** bewusster erleben wollen. Wir tragen alte Weisheit ins Heute – als lebendigen, zeitgemäßen Wegweiser. Zunächst wöchentlich, ab 1. Dezember dann täglich.

Wir freuen uns, dich ein Stück deines Weges zu begleiten – vom Dunkel ins Licht, vom Loslassen zum Neubeginn.

Mit lichtvollen Grüßen
Corinna & Oliver

Alles Leben hat seine Zeit

Die sichtbare Fülle des Jahres neigt sich dem Ende zu. Die Felder liegen still, das Licht verliert an Kraft. Das Außen spiegelt das innere Erleben – den Übergang vom Tun zum Sein.

So wird der Spätherbst zu einer Übung im Loslassen.

Wenn die Natur vergeht, berührt sie etwas in uns. Unser Stoffwechsel verlangsamt sich – und die Sinne werden feiner. In dieser Veränderung liegt Weisheit: Sie bringt uns in Einklang mit dem Rhythmus der Erde.

Deutlich spüren wir die Endlichkeit. Sie lädt uns ein, bewusster zu leben und das Vergangene zu würdigen.

Diese Wandlung wird seit jeher als Schwelle empfunden – und sie wird auch heute noch begangen. In Samhain, Allerheiligen und Allerseelen findet sie ihren Ausdruck: im Erinnern.

Ein Licht, ein Gebet,
ein stiller Gedanke an die,
die vor uns da waren.

Diese einfachen Gesten halten die Verbindung über den Tod hinaus.

Heute für dich: Räuchern für den Übergang



Foto: © Schankz / Adobe Stock

Der Duft von Hölzern, Harzen und Kräutern trägt eine Kraft in sich, die uns unweigerlich in eine kontemplative Stimmung führt.

Jede Pflanze entfaltet ihren eigenen Ausdruck. Wähle intuitiv, was dich in diesem Moment ruft.

Kiefernharz (Waldweihrauch): Klärend und kräftigend im Charakter, mit harzig-warmem Rauch und waldiger Tiefe. Wird traditionell als Begleiter bei Übergängen und zur Sammlung der Kräfte geschätzt.

Wacholderbeeren: Mit herb-balsamischem Duft und frischer Klarheit. In vielen Traditionen symbolisieren sie Schutz und Reinigung sowie die Verbindung mit der eigenen Kraft.

Rosmarin: Heller, würziger Rauch, der anregend und klärend wirkt. Wird oft mit Wachheit und Erinnerungsvermögen in Verbindung gebracht.

Eisenkraut: Herb und leicht bitter, mit klarer, grüner Note. Gilt als Pflanze der Bewusstheit und inneren Ausrichtung – besonders in Momenten des Wandels.

Baldrianwurzel: Erdend, sanft und besänftigend. Ihr warmer Rauch wird geschätzt für seine ruhige, schützende Präsenz – ideal für Abendrituale oder zur Vorbereitung auf die Nacht.

Die traditionellen Bedeutungen stammen aus kulturhistorischen Überlieferungen. Sie dienen der Inspiration und ersetzen keine medizinische Beratung.



Foto: © Lumixera / Adobe Stock

Räucher-Ritual in 3 Schritten

- Kohle anzünden und warten, bis sich eine weiße Ascheschicht gebildet hat.
- Etwas Räucherwerk auflegen.
- Mit dem Räuchergefäß bewusst durch den Raum gehen – in der stillen Bitte:
»Heute lasse ich gehen, was sich wandeln will.« Würdige, was war, und heiße das Neue willkommen.

ERFAHRUNGEN TEILEN

3 Fragen – für deine Woche

Nimm dir ein paar Minuten, lies die Fragen in Ruhe – und schreibe, zeichne oder male, was sich zeigt. Es geht nicht um »richtige« Antworten, sondern um dein eigenes Spüren.

Was darf jetzt enden, damit Neues entstehen kann?

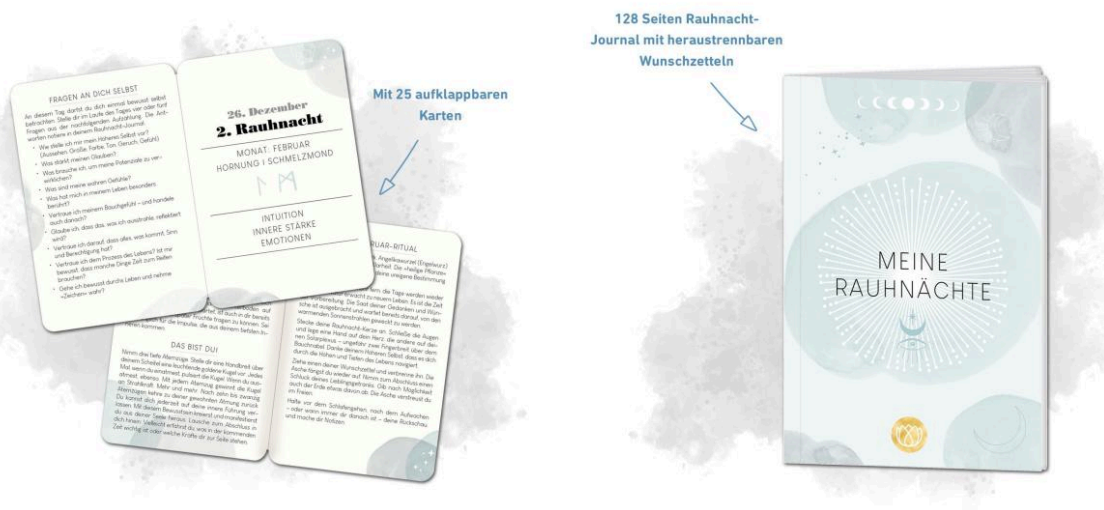
Was wandelt sich in mir, wenn ich loslasse?

Welche Spuren meiner Herkunft möchte ich bewusst weitertragen?



Kartenset bei Amazon entdecken

Kartenset bei Thalia entdecken



liminara – Briefe aus der ZwischenWelt
Ein Projekt von 12 Rauhnaechte – 13 Wunsche

Copyright 2025 Corinna Harder. Alle Rechte vorbehalten.

Du bekommst diesen Newsletter, weil du dich auf rauhnachtskalender.de mit deiner E-Mail-Adresse für Neuigkeiten von uns angemeldet hast. Unsere [Datenschutzerklärung](#) und das vollständige [Impressum](#) findest du auf unserer Website. Wenn du keine weiteren Newsletter mehr erhalten möchtest, kannst du dich hier abmelden:

[Newsletter abbestellen](#)