Mit Stephi Pongratz & Anne Tscharmann

Am 21. Dezember sind wir im Jahreskreis am tiefsten Punkt angekommen - die längste Nacht, der kürzeste Tag. Nach alter Tradition folgen nun die sogenannten Mutternächte – hier, sagt man, steht das Rad für vier Tage still. Ab 25. Dezember zählen wir die 12 Rauhnächte die mit dem 6. Jänner – dem Percht- oder Holle-Tag – ihren Abschluss finden. So wie die Natur innehält, sind auch wir eingeladen nach innen zu gehen und zu lauschen. Ruh'n statt Tun und sich dem Geheimnis öffnen. Den Segen erbitten für das neue Jahr, die Erde, für Tiere, Menschen und alle Wesen.

Im ewigen Lebenskreislauf von Werden, Wachsen, Gedeihen, Essenz bilden und Vergehen sind wir als Menschen eingebunden. Das können wir immer tiefer erfahren, wenn wir uns Zeit zum Innehalten nehmen und uns bewusst für einen neuen Wachstumszyklus – das neue (Lebens)jahr – stärken. Damit machen wir uns auch bereit dem Leben zu dienen und unsere Gaben zur Entfaltung zu bringen.

Gern wollen wir diese Zeit gemeinsam mit dir begehen! Wir treffen uns an drei Abenden online per Zoom. Bei unserem ersten Treffen bekommst du Impulse, Ideen und Materialempfehlungen, mit denen du die Tage in deiner Weise gestalten kannst. Ab 21. Dez bekommst du von uns täglich ein Lied mit Audio, Text und Gitarrengriffen zugeschickt (ein Teil der Lieder wurde professionell aufgenommen). Wir treffen uns einmal in den Rauhnächten zum sogenannten Kesselabend und das dritte Treffen nach den Rauhnächten dient der Integration und einem Ausblick aufs neue Jahr. Optional kannst du zusätzlich bei den zwei Rauhnacht - HealingSongs@Home - Abenden mitmachen.

Fixe Termine 19-21:00 Uhr

1. **Rauhnacht – Impulsabend: Mo 18. Dez. Dez 2023**
   Kennenlernen, Einführung, Rauhnacht-Kalender, Ideen für die Gestaltung, Lieder
2. **Rauhnacht – Kesselabend: Di 2. Jän 2024**
   Lieder, Kessel-Ritual, gemeinsames Sein und Austausch
3. **Rauhnacht – Abschlussabend: So 7. Jänner 2024**
   Erfahrungsaustausch, Lieder, Integration, Ausblick auf das neue Jahr, Abschlussritual

Optionale Termine 19-20:30 Uhr:

- HealingSonge@Home – Mittwinter-Lieder: **Do 21. Dez 2023**
- HealingSongs@Home zum Holle-Tag/ 3 König: **Fr 5. Jän 2024**

Kosten:
Drei Rauhnacht-Abende: € 95,- bis € 120,- in Selbsteinschätzung
Gesamtpacket: 3 Rauhnacht-Abende & 2 HealingSongs -Abende: € 130,- bis € 160,-.
Anmeldung bis Fr 8. Dez 2024 unter info@ritualsongs.at / www.ritualsongs.at
Storno: Bei Absage bis 8. Dez € 50,-. Absage ab 9. Dez 2023 € 100,-.