

---

# 31.12.2024 – 7. RAUHNACHT: DEN ÜBERGANG FEIERN – EIN BEWUSSTER JAHRESWECHSEL

Der letzte Tag des Jahres ist ein Übergangsmoment. Heute geht es darum, das Alte gebührend zu verabschieden und das Neue bewusst willkommen zu heißen – mit Dankbarkeit und einer klaren Intention für das kommende Jahr.

Reflexion:

1. Für welche Erfahrungen des letzten Jahres bist Du besonders dankbar?
2. Welche drei Wünsche möchtest Du ins neue Jahr mitnehmen?

Ritual:

- Schreibe zwei Listen: Eine mit den Dingen, für die Du dem alten Jahr danken möchtest, und eine mit Deinen Wünschen für das neue Jahr. Verbrenne die erste Liste als Symbol des Abschieds und bewahre die zweite Liste gut auf.

Platz für Notizen:

- Meine Dankbarkeitsmomente:
- Meine Wünsche für 2025: