# Knüpfanleitung für deine Rauhnachts-Mala-Kette

Dein Mala-Kit ist angekommen und du breitest die einzelnen Teile auf deiner Arbeitsfläche aus. Ein Brett ist nicht erforderlich, es genügt ein Handtuch, damit die Perlen nicht davonkullern.

## Das Knüpfen kann beginnen!

Zu den jeweiligen, ich nenne sie „Inspirations-Fragen“ kannst du dir in einem kleinen Büchlein Notizen machen und diese im nächsten Jahr zur selben Zeit wieder hernehmen. Dies kann zu einem schönen alljährlichen Ritual werden.
Während der 12 Rauhnächte wandern wir einmal durch ein komplettes Jahr, lass uns auf die Reise gehen.

Erste Rauhnacht – 25. Dezember – dem Januar zugeordnet
**Stille**
Was bedeutet Stille für mich?
Bin ich gerne allein, brauche ich oft Leute um mich herum?

Zunächst teilst du die 108 Perlen in zwei Päckchen auf – 54 Perlen auf die eine und 54 Perlen auf die andere Seite. Wir beginnen mit dem Auffädeln der Guruperle. Die beiden Seidenfäden legst du so zusammen, dass du auf jeder Seite eine Nadel hast.

Jetzt fädelst du mit den ersten beiden Fäden durch den kleinen Ring, an den später die Quaste gehängt wird, und durch die Guruperle.
Anschließend fixierst du mit einem Knoten, dann machst du einen weiteren Knoten oberhalb der Guruperle. Als Nächstes fädelst du die kleine Silberkugel auf und ziehst sie über den Knoten, damit dieser nicht mehr sichtbar ist.
Nun beginnst du mit den ersten 9 Perlen deiner Mala-Kette. Ziehe sie hintereinander auf einer Seite auf, rechts oder links, du kannst dir aussuchen, wo du beginnen möchtest.
Mache nach jeder Perle einen Knoten.

Zweite Rauhnacht – 26. Dezember – energetisch dem Februar zugeordnet
**Frieden**
Habe ich meinen inneren Frieden gefunden?
Was belastet mich, was muss ich loslassen, um zur Ruhe zu kommen?

Eine genaue Video-Anleitung, wie du den Knoten hinter den Perlen knüpfst, findest du hier, klicke auf den Link: ⇒ https://pin.it/1T1dJvs

Wenn du links begonnen hast, geht es jetzt auf der rechten Seite weiter. Du knüpfst die nächsten 9 Perlen auf die andere Seite ein. Während des Knüpfens hast du Zeit und Stille, dich gedanklich damit zu beschäftigen, was dich im vergangenen Jahr belastet hat, was dich gefreut hat und was du im alten Jahr zurücklassen möchtest.

Dritte Rauhnacht – 27. Dezember – energetisch dem März zugeordnet
**Aufbruch**
Was möchte ich im neuen Jahr weiterführen?
Welche Dinge möchte ich hinter mir lassen?
Welche Ideen verbinde ich mit Frühling und Neubeginn?

Jeden Tag wechselst du die Seite deiner Kette, auf der du weiterknüpfst. Dies spiegelt das Hin und Her des Lebens wider, denn alles hat bekanntlich zwei Seiten. Wir sollten uns dessen immer bewusst sein. In der dritten Rauhnacht hast du bereits 27 Perlen eingeknüpft, am 27. Dezember, was für eine schöne Symbolik!
Die Botschaft lautet: Öffne dein Herz für Neues.

Vierte Rauhnacht – 28. Dezember – energetisch dem April zugeordnet
**Neugierde**
Was sind meine Träume und Vorhaben, die ich noch nicht umgesetzt habe?
Was will ich in mir selbst zur Entfaltung bringen?

Heute knüpfst du deine 36. Perle ein. Damit hast du genau ein Drittel der 108 Perlen deiner Mala-Kette geknüpft. Wir denken an den April, den Monat, der als wandel- und wechselhaft gilt. Winter und Frühling stehen im Widerstreit, die Knospen der Neugierde entfalten sich wie die Knoten deiner Kette.

Fünfte Rauhnacht – 29. Dezember – energetisch dem Mai zugeordnet
**Strategie**
Wie sehen meine Ziele aus?
Was hindert mich [noch] an deren Umsetzung?

Auch diese Rauhnacht ist noch der Retrospektive, der Innenschau gewidmet. Beim Knüpfen der Perlen solltest du noch einmal das zu Ende gehende Jahr Revue passieren lassen, über deine Möglichkeiten nachdenken und immer im Blickfeld haben, dass diese Rauhnacht dem Wonnemont Mai zugeordnet ist. Was schlummert in dir, das nach Vollendung strebt?

Sechste Rauhnacht – 30. Dezember – energetisch dem Juni zugeordnet
**Aktivität**
Welche körperliche Bewegung tut mir gut?
Wie kann ich durch Aktivität auch meinen Geist beweglicher machen?

Der Endspurt des Jahres ist eröffnet. Denk darüber nach, wie du die Bewegung, die körperliche und die geistige, im nächsten Jahr für dich umsetzen kannst. Jegliche Blockaden und Hindernisse solltest du hinter dir lassen, dich von alten lähmenden Mustern verabschieden. Auf in die neue Zeit!

Siebte Rauhnacht – 31. Dezember – energetisch dem Juli zugeordnet
**Gesellschaft**
Wer sind meine Freunde, welche sind mir am nächsten?
Was bedeutet für mich Feiern und in Gesellschaft sein?

Heute ist der Tag, an dem du die 63. Perle einknüpfst. Du siehst schon, wie deine persönliche Mala-Kette aussehen wird. Du kannst dir die Perlen langsam durch die Finger rieseln lassen und dich an den schönen Steinen erfreuen. Es ist Silvester und das neue Jahr begrüßt dich und hält viele funkelnde Momente für dich bereit. Zum Abschied des alten Jahres kannst du Singen, Tanzen, oder in der Stille dem Vergangenen nachspüren.

Achte Rauhnacht – 1. Januar – energetisch dem August zugeordnet
**Fülle**
Kann ich mich jeden Tag über die Dinge, die mich umgeben, freuen?
Habe ich genug von allem, oder zu viel?

Freude und Fülle: Beim Knüpfen der nächsten 9 Perlen stehen deine Wünsche für das neue Jahr im Vordergrund. Das Knüpfen fällt dir jetzt schon leicht und du kannst währenddessen deine Gedanken schweifen lassen. Lade jede Perle mit deinen persönlichen Sehnsüchten auf und schicke damit deine Wünsche ans Universum.

Neunte Rauhnacht – 2. Januar – energetisch dem September zugeordnet
**Intuition**
Verlasse ich mich oft auf mein Bauchgefühl, kann ich meiner inneren Stimme vertrauen?
Vertraue ich auf mich in meinen Entscheidungen?

Energetisch wird die 9. Rauhnacht dem September zugeordnet, es schwingt schon der Herbst mit. So wie der September den Sommer oftmals noch sonnig ausklingen lässt und die Ernte einläutet, ist das Einknüpfen der 81. Perle auch eine Ernte der Erkenntnisse über dich selbst und eine Verheißung für die kommende Zeit.

Zehnte Rauhnacht – 3. Januar – energetisch dem Oktober zugeordnet
**Ernte**
Wo liegen meine Stärken, was kann ich richtig gut?
Kann ich andere mit meinen Erfahrungen unterstützen?

Die 10. Rauhnacht steht unter dem Stern der geerdeten Transformation und Erneuerung. Wir sind schon in der Phase der Veränderung, der Neuausrichtung. Das Jahr hat gerade begonnen und wir besinnen uns auf unsere Stärken, die wir mitnehmen und weiter ausbauen im neuen Jahr.

Elfte Rauhnacht – 4. Januar – energetisch dem November zugeordnet
**Dankbarkeit**
Wofür bin ich dankbar in meinem Leben?
Wie kann ich anderen meine Dankbarkeit zeigen?

Die 99. Perle knüpfst du heute ein und an diesem Tag steht alles unter dem Zeichen der Dankbarkeit. Dankbar zurückblicken und befreit nach vorne schauen. Pläne wurden schon geschmiedet und mit Mut und Tatkraft blicken wir in die Zukunft.

Zwölfte Rauhnacht – 5. Januar – energetisch dem Dezember zugeordnet
**Weisheit**
Welche Erfahrungen haben mich klüger gemacht?
Welche Fehler werde ich nicht mehr machen?

Wir sind am Ende unserer spirituellen Rauhnachts-Reise und kurz vor der Vollendung deiner schönen Mala-Kette angekommen.
Was du aus dieser Zeit mitnimmst? Schaue in deine Aufzeichnungen in deinem kleinen Büchlein, aber vor allem, schaue nach vorne.
Auf ein erfüllendes, behütetes neues Jahr, in dem du mit deinen inneren Kräften verbunden bist.

Letzter Schritt für deine Mala-Kette – die Fertigstellung:

Die letzten 3 Perlen werden auf jeder Seite nur mehr aufgefädelt, aber nicht mehr geknotet. Nun gehst du verschränkt mit der rechten Nadel durch die letzte Perle auf der linken Seite und dasselbe machst du mit der linken Nadel auf der rechten Seite. In der Mitte bleiben die zwei Fäden ohne Nadel über. Mit den Fäden in der Mitte machst du einen Doppelknoten. Mit dem Faden der Nadel machst du eine Schlaufe unter der Perle, dort wo der Faden herauskommt und ziehst die Nadel durch die Schlaufe. Anschließend machst du es ebenso auf der anderen Seite. Mit der Nadel gehst du jetzt durch die nächste Perle und machst wieder diese Schlaufe – auch wieder auf der anderen Seite. Auf die Knoten gibst du einen kleinen Tropfen klaren Nagellack. Auf die beiden mittleren Fäden kannst du noch zwei kleine Perlen fädeln. Die restlichen Fäden werden knapp abgeschnitten. Als Letztes hängst du noch die Quaste an.

Betrachte mit Stolz deine persönliche Mala-Kette, lasse die Perlen durch deine Finger laufen und denke dabei: Du hast etwas sehr Schönes für dich persönlich geschaffen, das dich ab nun schützend und glückbringend begleiten wird.