

Rauhnächte

Online-Kurse by Tanja Köhler

Rauhnächte 12 Tage für dich Der Kurs zum Buch	Rauhnächte für Paare Der Kurs zum Buch	Rauhnächte to Go! Für Menschen mit wenig Zeit	Rauhnächte SYSTEMISCH psychologisch tiefgründig	Rauhnächte für Führungskräfte voraussichtlich erst 2025

Vor den Rauhnächten					
Hintergründe und Infos zum Ablauf & More	✓	✓	✓	✓	✓
Beschreibungen der schönsten Rauhnachts-Rituale	✓	✓	✓	✓	✓
Während der Rauhnächte					
Zutritt zum Online-Café Rauhnächte innerhalb der Öffnungszeiten	✓	✓	✓	✓	✓
Tagesvideos mit Gedanken zum Rauhnachtsthema	✓	✓	✓	✓	✓
Täglich wechselnde Rauhnachts-Motive mit Leitgedanken	✓	✓	✓	✓	✓
Reflexionsfragen zum Tagesthema	✓	✓	✓	✓	✓
Coaching-Tipps für das ganze Jahr	✓	✓		✓	✓
Weiterführende Literatur- und Podcast-Tipps	✓	✓		✓	✓
Beschreibung/Anleitung „Systemische Methoden“				✓	
Begleitende Unterlagen für die Paar-Übungen		✓			✓
Nach den Rauhnächten					
Dreikönigstag: Abschied von den Rauhnächten	✓	✓	✓	✓	✓
10 Jahresimpulse verteilt auf 2025	✓	✓	✓	✓	✓
Preise					
Frühbucherpreis (gilt bis 21.11.2024)	29,00 €	29,00 €	25,00 €	39,00 €	79,00 €
Regulärer Preis	49,00 €	49,00 €	35,00 €	59,00 €	109,00 €



Tanjas erste Ruhnächte ...

Ich kann mich noch gut an mein „erstes Mal“ erinnern - an meine ersten Ruhnächte. Ich war aufgeregt und wollte alles richtig machen. Feierlich-ehrwürdig – diese Worte treffen meine damalige Gemütsverfassung relativ gut. Den Entschluss, die Ruhnächte mal „auszuprobieren“ hatte ich nur wenige Tage zuvor gefasst. Die Situation war günstig, denn das ganze Haus war ausgeflogen und so wusste ich, dass ich ungestört sein würde. Irgendwie war es aber auch ein seltsames Gefühl, denn genau das, was ich viele Jahre als „esoterischen Humbug“ bezeichnet hatte und mir als bodenständige Psychologin fremd war, würde nun ausgerechnet bei mir zuhause stattfinden.

Eine wichtige Lebensentscheidung stand an ...

Allerdings wusste ich damals auch, dass ich vor einer großen Lebensentscheidung stand und versprach mir eine emotionale Orientierung in dieser schwierigen Zeit. Vielleicht trug ich sogar die Hoffnung in mir, dass irgendjemand aus dem „Universum“ diese herausfordernde Situation für mich lösen würde. Pustekuchen, kann ich aus heutiger Sicht nur sagen. Darum musste ich mich schon selbst kümmern; aber die Ruhnächte haben mich definitiv darin unterstützt, in meine persönliche Klarheit zu kommen, Mut und Selbstvertrauen zu fassen und eine Entscheidung zu treffen.

Oder doch lieber keine Rauh Nächte machen?

Und so schaute ich mich in den Tagen vor Weihnachten in den Buchhandlungen um, aber keines der damaligen Bücher sprach mich an. Zu viel Esoterik samt Geister- und Engel-Thematisierungen. Ich fasste also den Vorsatz, mich einfach in jeder Rauh nacht selbst im Internet schlau zu machen und die richtigen Themen und Fragen zusammenzutragen. Es dauerte nicht einmal eine Stunde in der ersten Rauh nacht, die mich fast dazu gebracht hätte, die Rauh Nächte Rauh Nächte sein zu lassen. Irgendwie fühlte es sich an, als ob ich im Nirwana versinken würde. Hunderte von Fragen, alle irgendwie ähnlich und doch verschieden. Die einen sagten so, die anderen so. Und wiederum andere sagten „Weder so, noch so, sondern so!“ Also blieb mir nur eines: ich versuchte zu verstehen, um was es im Kern geht – was die Essenz jeder einzelnen Rauh nacht ist.

Worauf du in jedem einzelnen Kurs zählen kannst ...

Herausgekommen ist das, was du nun für dich erleben und erfahren darfst: Rauh nachtskurse ohne Esoterik, dafür mit Klarheit in punkto

- ✓ Was ist das Kernthema der jeweiligen Rauh nacht?
- ✓ Welcher Leitgedanke begleitet mich durch den jeweiligen Tag?
- ✓ Welche klugen Fragen kann ich mir stellen, die das Kernthema mit einem `Spotlight` von unterschiedlichen Seiten beleuchten?

Phasen | Lektionen | Downloads

Alle Onlinekurse sind übrigens in sogenannte **Phasen** aufgeteilt. Diese entsprechen den Kapiteln meiner Rauh Nächte-Bücher:

- ♥ Die Zeit vor den Rauh Nächten
- ♥ Die Zeit während den Rauh Nächten
- ♥ Die Zeit nach den Rauh Nächten

Jede Phase beinhaltet sogenannte **Lektionen**. In jeder Phase findest du Beiträge und Informationen, die du genau für diese Phase brauchst. Alle Dokumente und Fotos findest du einerseits direkt bei der jeweiligen Rauh nacht, andererseits stehen sie dir nach der Veröffentlichung übersichtlich im Download-Bereich zur Verfügung.

Das Café Rauh Nächte

Falls dir etwas unklar sein sollte, so schreibe mir gerne eine Nachricht oder schau doch während der Rauh Nächte einfach im ‚**Café Rauh Nächte**‘ vorbei. Dort lernst du mich und auch andere Kursteilnehmer*innen kennen und ich kann dir all deine Fragen beantworten. Das **Café Rauh Nächte** ist ein Zoom-Online-Treffen für die Teilnehmer*innen aller Kurse, das wie ein echtes Café funktioniert, nur dass wir unseren „Kaffee und Kuchen“ selbst „mitbringen“. Wie du ins Café Rauh Nächte kommst, welche Öffnungszeiten es gibt und welche Netikette wir pflegen? All das erfährst du in deinem Kurs. Ich persönlich werde übrigens als deine Gastgeberin im Café Rauh Nächte immer dabei sein. Vielleicht hast du ja noch Fragen - die beantworte ich dir dann gerne.

Nun kann sie losgehen ... deine fantastische Reise zu dir selbst

... du brauchst eigentlich nur noch den Kurs deiner Wahl buchen... Vielleicht noch zwei Fragen an dich zum Schluss:

- ♥ Wozu möchtest du die Rauh Nächte begehen?
- ♥ Welche Sehnsüchte und Wünsche stecken in dir, die nach Veränderung rufen?

Alles Liebe - Die Tanja

PS: Sehen wir uns im Café Rauh Nächte?