# PRESSEINFORMATION

## Buchneuerscheinung Herbst 2019

#### Isabella Farkasch Mit der Kraft der Rauhnächte ins neue Jahr Zurückblicken – Loslassen – Neustarten

#### Ob wir an die Rauhnächte glauben oder nicht – diese Zeit können wir alle für uns nutzen

**Die Rauhnächte gelten als die mystische** **Zeit des Jahres, in der sich die Aufmerksamkeit der Menschen nach innen richten darf. Es ist diese besondere Qualität der zwölf Nächte rund um Weihnachten und Neujahr, die die Brücke zwischen Mond- und Sonnenrhythmus bilden und in denen – so ist es überliefert – Arbeitsverbot gilt. Die vielseitige Künstlerin und Märchenerzählerin Isabella Farkasch bietet in ihrem aktuellen Buch „Mit der Kraft der Rauhnächte ins neue Jahr“ Inspiration fürs Zurückblicken, Loslassen und Neustarten.**

##### In den Rauhnächten scheint alles möglich

„So wie die Pausen im Musikstück brauchen auch wir im Leben Sequenzen, in denen nichts ist. Innehalten ist Voraussetzung für Besinnung, um Zusammenhänge zu erkennen und damit auch Sinn zu finden“, betont Farkasch. Es heißt, dass in den Rauhnächten die Grenzen zur Anderswelt durchlässig sind. Jedenfalls stehen sie für einen geeigneten Zeitraum, Abstand von Betriebsamkeit zu nehmen und uns bewusst auf uns und all das, was uns nicht bewusst ist, einzulassen.

„Meist fällt es uns schwer, nur zu sein, ohne zu tun – denn das bedeutet, mit uns zu sein, uns wahrzunehmen und damit auch das Vergehen der Zeit.“ In der Zeit zwischen den Zeiten jedoch kann es gelingen, der Alltagsroutine ein Schnippchen zu schlagen.

Inspiration fürs Zurückblicken, Loslassen und Neustarten   
Die Rauhnächte bieten uns die Gelegenheit einer Atempause für Vernunft und Pflichtdenken und dafür, sich dem Leben hinzugeben, seinen Rhythmus zu spüren, zu genießen und auf den Moment zu achten. Uraltes Brauchtum und tradierte Rituale unterstützen Besinnung, Loslassen, Rückschau und Konzentration auf das Kommende.

Vieles von damals ist bis heute lebendig. Weihnachtstraditionen und Neujahrsbräuche wie Sonnwendfeuer, vorweihnachtliches Fasten, Räuchern, Silvesterfeuerwerk oder Perchtenlauf wurden bereits von unseren Ahnen zelebriert und verweisen bis heute auf die außergewöhnliche Qualität der Zeit um die Jahreswende.



##### Die Kraft der Rituale

Isabella Farkasch erzählt von diesen mit den Rauhnächten verbundenen, jährlich wiederkehrenden Bräuchen. „Wir pflegen diese spielerischen, magischen Rituale, auch weil tief in uns der Wunsch existiert, sie könnten doch wirken“, erklärt die Autorin und überlegt, wie das alte Wissen in der heutigen Zeit sinnvoll weitergesponnen werden kann.

In ihrem Buch vereint sie Sachinformation, Tipps, Zitate, Sinnspüche, Märchen und Gedankensplitter für alle, die sich ein wenig Zeit für sich selbst und ihren Weg nehmen wollen. „Besonders die Märchen nähren in uns die Zuversicht, dass Wunder und Zauber geschehen können“.

##### Die Autorin

**Mag. Isabella Farkasch** ist Bühnenbildnerin, kreative Lebens- und Karrierebegleiterin und „Gedanken-Recyclerin“. Ihren Seminarteilnehmerinnen bietet sie ihre vielfältige Methode an, um ihren Gedankenspeicher neu zu nützen, das unbekannte Selbst zu entdecken und überraschende Perspektiven zu gewinnen.

Die vielseitige Künstlerin beschäftigt sich mit numerologischen Methoden und der besonderen Kraft von intuitiv geschriebenen Märchen, die neue Blickwinkel eröffnen und den Zauber der Rituale und Gebräuche der Rauhnächte spürbar werden lassen.

##### Bibliografie

**Mit der Kraft der Rauhnächte ins neue Jahr**

Zurückblicken – Loslassen – Neustarten

Isabella Farkasch

Hardcover | 152 Seiten | 16,95 €

ISBN 978-3-99060-127-3

Erschienen im November 2019 im Goldegg Verlag

##### Presserückfragen, Rezensionsexemplare

Mag. Maria Schlager-Krüger

Goldegg Verlag GmbH   
Mommsengasse 4, A-1040 Wien

Friedrichstraße 191, D-10117 Berlin  
F +43 1 505 43 76-46

M +43 699 14404446

[maria.schlager@goldegg-verlag.com](mailto:maria.schlager@goldegg-verlag.com)

[www.goldegg.verlag.com](http://www.goldegg.verlag.com)