

Advent...

...ist die Zeit vor der Wintersonnwende in der man das vergangene Jahr noch einmal reflektieren kann. Die vier Wochen vor dem 21.12. (Jul- Fest) sind die dunkelsten Wochen des Jahres. Es ist die Zeit der flackernden Kerzen und der gemütlichen Abende zu Hause. Man sollte die Gelegenheit nutzen mit sich und dem vergangenen Jahr ins Reine zu kommen. Man sinniert den Fragen nach:

Was ist eigentlich geschehen in der vergangenen Zeit?

Wo habe ich „funktioniert“ und wo und wann habe ich „gelebt“?

Was lohnt es im Neuen Jahr fortzuführen?

Was sollte ich aus meinem Leben verabschieden?

Die vier Adventswochen reflektieren die vier Jahreszeiten:

Die erste Woche(23.11. - 29.11.) steht für den vergangenen Winter

Die zweite Woche (30.11. -06.12.) steht für das vergangene Frühjahr

Die dritte Woche (07.12. - 13.12.) für den vergangenen Sommer

Die vierte Woche(14.12. - 20.12.) für den vergangenen Herbst

Am 21.12. beenden wir unsere Rückschau und kommen in der Gegenwart an.

Es ist auffällig wie oft man in dieser Zeit der Reflektion auch durch die Temperaturen draußen an die jeweilige Jahreszeit erinnert wird. ALLES ist miteinander verbunden. Vergangenheit Gegenwart und Zukunft sind im aktuellen Augenblick spürbar. Sogar Begegnungen, Ereignisse und Stimmungen können sich wiederholen. Dadurch können Erfahrungen wieder bewusst gemacht und verarbeitet werden.

Wir haben in dieser Zeit die Möglichkeit unseren Frieden in Allem zu finden und können diesen Prozess mit Fasten unterstützen. Fasten heißt, uns liebgewordene Gewohnheiten zu LASSEN. Die dadurch frei werdende Energie steht uns zur Verfügung für Neues.

Der Advent ist eine Zeit des Zyklenschließens. Durch das Reflektieren und Beenden holen wir unsere Kraft wieder zu uns zurück.

Die Adventszeit ist die Zeit des „Danke“ sagen. In den Tagen des abnehmenden Lichts werden wir weniger vom Treiben draußen abgelenkt als im Sommer. Auch der Natur gebührt nun ein Danke und eine Be-Achtung für die schönen Tage des Jahres, für das gemeinsame Erleben und Füreinander da sein. Es ist Brauch auch ein Licht in die Natur zu stellen. Die Advents-Feiern geben Gelegenheit sich mit Freunden und Kollegen zu treffen und sich für die gelebte Gemeinschaft im Jahr zu bedanken. Doch auch das gehört zur Achtsamkeit: Es liegt an uns selbst mit wem wir das wenige Licht teilen wollen!

Der Brauch einen Adventskranz zu dekorieren, unterstützt unsere Absicht. Der Kranz sollte aus immergrünen Zweigen bestehen und durch ein rotes Band in vier gleiche Teile geteilt sein. Vier rote Kerzen zeigen diese Teile an und stehen für die Liebe und Harmonie unserer Mutter Erde in den vier Jahreszeiten. Weiterhin wird der Kranz mit „etwas Goldenem“ und „etwas Silbernem“ geschmückt, zur Ehre von Sonne und Mond. Äpfel und Nüsse aus der letzten Ernte vervollständigen die Dekoration als Symbol für unsere Dankbarkeit an Mutter Erde und ihre reichen Gaben, die uns ohne Hunger durch die Winterzeit kommen lassen.

Die Kerzen werden in der Reihenfolge der Jahreszeiten in den dazu gehörenden Himmelsrichtungen entzündet.

Norden	-	Winter
Osten	-	Frühling
Süden	-	Sommer
Westen	-	Herbst

Das Anzünden der Kerzen kann mit einem Dank an die Natur verbunden werden und das Ausblasen der Kerzen mit einem Wunsch.

Yul - Wintersonnenwende

Wir feiern die Geburt des Lichts.

Mit dem kürzesten Tag und der längsten Nacht wendet sich das Rad - der Rhythmus, wieder dem "lichter werden" zu. Was wir an Samhain erahnten, wird nun wieder wahrhaftig.

Am Yul-Fest (nordisch: Licht) freuen wir uns darüber, wieder neu beginnen zu können. Wir erhellen unsere Ahnungen und Vorsätze. Wir stellen in unser "Licht" was uns wichtig erscheint. Ab jetzt wird die Wärme der Sonne für unsere Erde wieder intensiver. Die Samen im dunklen Erdreich können sich entwickeln. Während unseres Festes orakeln wir mit einem gemeinsamen Stein-Szenario und erfahren eventuell die Information über die Steine, in welche Richtung unser Jahr jetzt belichtet werden soll. Wir haben Gelegenheit uns auf die Raunächte vorzubereiten. Es wird uns bewusst, das wir der Mittelpunkt - das Licht - unseres Lebens sind.

Wir erkennen, wie wichtig es für Alle ist, unser eigenes Licht zu nähren. Gemeinsam bereiten wir uns auf die „Rau-nächte“ vor, die vom 25. Dezember bis 5. Januar dauern. Während unserer gemeinsamen Yul-Feier geben wir uns gegenseitig viele Anregungen für diese „Wunder“-volle Zeit.