Mit allen Sinnen durch die Vorweihnachtszeit

12.12.2021 12:43 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Mit allen Sinnen durch die Vorweihnachtszeit

Wie riecht die Vorweihnachtszeit? Und wie hört sie sich an? Haben Sie schon einmal darauf geachtet oder kamen Sie vor lauter Vorweihnachtsstress bisher nicht dazu?

Wer nimmt sich nicht vor, den Advent ruhig und gemütlich zu erleben? Doch dann stehen Einladungen, Verpflichtungen und Erledigungen an und von Entschleunigung und Entspannung kann keine Rede mehr sein. Wir planen und organisieren, damit die Adventszeit und das Weihnachtfest perfekt werden. Aber muss denn alles immer perfekt sein?

Ist es nicht schöner und auch wichtiger, mit der Familie oder Freunden bei einem Glühwein oder einem heißen Kakao zusammenzusitzen und alte Fotos anzusehen, einen Spaziergang durch den Wald oder vielleicht sogar eine Schneeballschlacht zu machen? Schaffen Sie sich für diese Erlebnisse Freiräume, sagen Sie Einladungen, die Sie nicht annehmen wollen, ab oder planen Sie Einkäufe rechtzeitig. Was nicht unbedingt sein muss, das muss auch nicht sein, zumindest nicht gerade jetzt. Und schon haben Sie Zeit für sich oder für Ihre Familie, um den Advent ohne Zeitdruck zu genießen.
„Advent", von lateinisch „Adventus", bedeutet „Ankunft". In dieser Zeit bereiten sich Christen auf die Ankunft Christus vor, der in der Heiligen Nacht geboren wurde. Nehmen wir uns dieses Jahr doch wirklich die Zeit, bereiten uns vor und genießen den Advent mit allen Sinnen? Mit allen Sinnen heißt die Sinne auch wirklich einzusetzen. Machen Sie mit?

Foto: kostenloses Foto pexels-manuel-joseph-21614

Wie riecht die Adventszeit?
Nach Zimt und Sternanis? Nach Orangenschale und Tannenduft? Oder nach Kerzen und Glühwein? Welche Düfte verbinden Sie mit dieser Zeit? Ich habe nun gerade den Glühweingeruch in der Nase und die vorweihnachtliche Atmosphäre auf dem Weihnachtsmarkt oder in geselliger Runde am Feuerkorb oder Kamin im Kopf? Sie auch?

Foto rechts: kostenloses Foto pexels-george-dolgikh-giftpunditscom-1666061

Wie schmeckt der Advent?
Schmeckt er nach selbst gebackenen Zimtsternen und Vanillekipferln? Nach Früchtepunsch oder nach Bratapfel. Haben Sie jetzt Appetit auf diese traditionellen Köstlichkeiten bekommen? Oder würden sie gerne fremde Gewürze ausprobieren? Anis, Vanille und Zimt sind ja bereits weitreichend bekannt. Aber haben Sie schon einmal Apfelkompott mit Nelken, Orangenmarmelade mit Ingwer und Kardamom oder ein orientalisches Gericht mit Kreuzkümmel probiert?

Foto rechts: kostenloses Foto cookies-g9f37546aa_1280

Wie hört sich die Vorweihnachtszeit an?
Gehört für Sie das Knistern des Kaminfeuers, Glocken, die zum Gottesdienst rufen, und Weihnachtslieder, die jetzt überall zu hören sind, zur Adventszeit? Gerade jetzt werden aber auch Gegensätze sehr deutlich: Die Stille, wenn der Schnee fällt oder das ruhige Betrachten der brennenden Kerzen stehen im krassen Gegensatz zum Stimmengewirr in den Geschäften oder dem hektischen Hupen auf den Straßen, wenn es nicht schnell genug vorwärtsgeht.

Foto rechts: pexels-blue-ox-studio-730588

Wie fühlt sich die Adventszeit an?
Wie fühlt es sich an, wenn wir uns nicht nur an Spendenaktionen beteiligen, sondern selbst aktiv werden? Alleinstehende Nachbarn freuen sich sicher über eine Einladung zum Kaffee oder über eine Schale mit selbst gebackenen Plätzchen vor ihrer Haustür. Über Mitbringsel aus der Küche wie beispielsweise gebrannte Mandeln freuen sich sicher auch Ihre Arbeitskollegen als Dank für die gute Zusammenarbeit.

Foto oben rechts: kostenloses Foto pexels-laura-james-6102150

Wie sieht die Adventszeit aus?

Haben Sie schon einmal darauf geachtet, welche Farben im Advent dominieren?Rot, Gold, Grün und Weiß sind die traditionellen Farben, die in der Weihnachtszeit vorherrschen. Jede einzelne Farbe hat dabei eine Bedeutung. Und zudem verwandeln zahlreiche Lichter die Gärten oder Straßen und die vertraute Umgebung sieht plötzlich ganz anders aus.

Foto rechts: kostenloses Foto pexels-jonathan-borba-3303615

Steigt bei Ihnen auch schon die Vorfreude auf die kommende Weihnachtszeit? Freuen Sie sich auf die Fernsehklassiker, darauf, die Türchen des Adventskalenders zu öffnen oder jede Woche eine zusätzliche Kerze am Adventskranz anzuzünden, bis das Licht am Heiligen Abend am hellsten leuchtet? Wenn ja, dann genießen Sie diese Zeit mit allen Sinnen.
Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen, liebe Leser, von Herzen eine schöne Vorweihnachtszeit.

Text: Martina Jansen