

Jeanne Ruland



Advents- und Weihnachtsrituale

Der Weg in das mystische Herz
der Weihenächte

ISBN 978-3-8434-1313-8

Jeanne Ruland:
Advents- und Weihnachtsrituale
Der Weg in das mystische Herz
der Weihenächte
© 2017 Schirner Verlag, Darmstadt

Umschlag & Layout: Anke Müller, Schirner,
unter Verwendung von Bildern von
www.shutterstock.com (siehe Bildnachweis)
Lektorat: Kerstin Noack, Schirner
Printed by: Ren Medien GmbH, Germany

www.schirner.com

1. Auflage September 2017

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und
sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe
sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

*Dieses Buch widme ich der Großen Mutter,
Mutter Erde, Mutter Maria
sowie allen Müttern und Großmüttern.*

*Möge dir dieses Büchlein
eine neue Sicht auf die Adventszeit
– die Zeit der Ankunft des Lichts –
schenken in einer Zeit der Liebe.*

Inhalt

Vorweihnachtszeit 10

Dezember 12

Das Wesen des Lichts in der Dunkelheit..... 15

Die Adventszeit 20

28 Tage der Veränderung 24

Die Bedeutung des Lichts..... 25

Der Adventskranz..... 26

Der Adventskalender 27

1. Advent – die erste Kerze brennt..... 33

1. Dezember – 1. Türchen 37

2. Dezember – 2. Türchen..... 39

3. Dezember – 3. Türchen..... 41

4. Dezember – 4. Türchen..... 44

5. Dezember – 5. Türchen..... 47

6. Dezember – Nikolaustag..... 51

2. Advent – die zweite Kerze brennt..... 55

7. Dezember – 7. Türchen..... 58

8. Dezember – Unbefleckte Empfängnis 61

9. Dezember – 9. Türchen..... 64

10. Dezember – 10. Türchen 66

11. Dezember – 11. Türchen 68

12. Dezember – 12. Türchen 71

13. Dezember – Luciafest 73

14. Dezember – 14. Türchen 76

3. Advent – die dritte Kerze brennt 78

15. Dezember – 15. Türchen 81

16. Dezember – 16. Türchen 83

17. Dezember – 17. Türchen 86

18. Dezember – 18. Türchen 89

19. Dezember – 19. Türchen 91

20. Dezember – 20. Türchen 93

21. Dezember – Jul (Thomasnacht) 96

4. Advent – die vierte Kerze brennt..... 101

22. Dezember – 22. Türchen 104

23. Dezember – 23. Türchen 108

24. Dezember – Heiligabend..... 111

25. Dezember – Weihnachten..... 117

Die Weihnachts-Checkliste..... 120

Über die Autorin..... 125

Bildnachweis..... 126



Alle Jahre wieder

*kommt das Christuskind
auf die Erde nieder,
wo wir Menschen sind.*

*Kehrt mit seinem Segen
ein in jedes Haus,
geht auf allen Wegen
mit uns ein und aus.*

*Steht auch mir zur Seite
still und unerkant,
dass es treu mich leite
an der lieben Hand.*

*Sagt den Menschen allen,
dass ein Vater ist,
dem sie wohlgefallen,
der sie nicht vergisst.*

(Volkslied, 1837 von Wilhelm Hey verfasst)

Vorweihnachtszeit

Der Tag ist kurz – die Nächte lang. Wandeln wir im Traum und Sterne schauen auf uns herab, merken wir es kaum. Mystisch sind die Tage, wir ahnen es ganz vage. Wichtel, Engel, Lichtkinder und Sternenklänge tönen sanft in harmonischen Gesängen. Ein Segen fällt leise auf diese Welt, öffne dich, mache dich bereit, empfang das Licht einer neuen Zeit, es wird dein Schicksal beleuchten und erfüllen und dir den Samen des neuen Jahres enthüllen. Wandere unter dem Sternenzelt. Ein Stern, er ist für dich, der deinen Weg erhellt.

Mit diesem Büchlein möchte ich dich für den Segen der Adventszeit öffnen und dich durch diese Jahreszeit begleiten, die dunkel ist, aber auch geheimnisvoll. Halte inne, verbinde dich mit deinem Stern, und sei bereit, als Mitschöpfer in eine neue Zeit zu wandern.

Tag für Tag werden wir die Adventszeit glühend genießen und vielleicht auf die eine oder andere Weise neu erfahren und erleben. Unser Erdenweg ist eine wundervolle Reise. Eine Reise zum Selbst, jeder Schritt beinhaltet einen Zauber, eine tiefe Einweihung in jene Kraft, die in uns auf ihr vollständiges Erwachen wartet.

Genieße den Zauber und die Wunder dieser Zeit. Öffne dein Herz für die Liebe.

Tiefe Erfahrungen und viel Segen in dieser besonderen Zeit wünscht dir deine

Jeanne Ruland

PS: Im Anhang findest du eine Checkliste für die Weihnachtsvorbereitungen, die du gerne vorab lesen kannst.




Dezember



*Das Jahr ist alt – es ist vollbracht.
Wir wandern in der dunklen Nacht.
Es ist viel geschehen und vieles versäumt,
wir haben es uns weggeträumt.
Nun ruht sich die Welt unter der Schneedecke aus.
Verzaubert spiegelt sich die Sternennacht,
die Welt verwandelt sich in die Weihnachtspracht.*


Der nasskalte November liegt fast hinter uns. Wir lösen uns vom alten Jahr und wandern nun noch tiefer in die Nacht hinein. Kälte umhüllt uns, die Dunkelheit begleitet uns in dieser Zeit – in ihr werden die Lichter des Advents sichtbar werden. Mit dem ersten Advent, der in manchen Jahren noch auf den letzten Sonntag des Novembers fallen kann, beginnt ein neuer Abschnitt.



Spätestens im Dezember kehrt endgültig der Winter ein. Die ersten Schneeflocken fallen vom Himmel und hüllen in unseren Breiten die Erde in eine weiße Decke. Unter dieser Decke kann sich die Erde ausruhen, erholen und neu beleben.

Im Dezember wandelt sich, unmerklich zunächst, das äußere Licht zu einem inneren Licht. Der Blick geht hinauf zu dem oft sehr klaren Winterhimmel, an dem die Sterne funkeln, die unser Schicksal aus der Ferne beeinflussen.

Der die Landschaft bedeckende Schnee reflektiert das Licht, und obwohl nun die Nächte immer länger werden, liegt doch ein gewisser Lichtzauber in der Luft, der uns aufschauen lässt und uns nach innen führt. Er erinnert uns daran, dass wir Mitschöpfer des großen Plans sind und dass ein zauberhaftes Ereignis bevorsteht: die Zeit der Weihenacht, die Wiedergeburt des Lichts und der Liebe.



Die Adventszeit

*Advent, Advent, ein Lichtlein brennt.
Erst eins, dann zwei, dann drei, dann vier,
dann steht das Christkind vor der Tür.
(volkstümlich)*





Die Adventszeit verbindet mich in jedem Jahr aufs Neue mit dem Zauber meiner Kindheit. Für uns Kinder war diese Zeit immer aufregend und spannend. Der Nikolaus kam, es wurde gebacken, und das Haus duftete nach Weihnachtsgebäck. Ob zu Hause, im Kindergarten, in der Schule, überall hing ein Adventskalender, der für jeden Tag eine Überraschung bereithielt. Wir besuchten die Weihnachtsmärkte, und ein Klang- und Duftzauber umwehte uns.

Die Hoffnung, unsere geheimen Wünsche vom Christkind erfüllt zu bekommen, trug uns freudig durch diese Zeit bis zum Heiligen Abend. Wir besuchten unsere Verwandten und verbrachten Zeit mit der Familie. Überall gab es Geschenke und Überraschungen. Ich liebe diese Zeit, weil sie sich heute aus den Erinnerungen meiner Kindheit für meine Kinder webt.

Das Wort »Adventszeit« leitet sich vom lateinischen *adventus*, »Ankunft«, ab. Wir erwarten die Ankunft des neuen Lichts, das in der dunkelsten Nacht am 21. Dezember wiedergeboren wird und drei Tage, bis zum 24. Dezember, braucht, um sich zu stabilisieren.

Die Adventszeit ist die Vorbereitungszeit auf das neue Licht, das gebührend empfangen und gefeiert werden will. Diese Zeit dauert 22–28 Tage und hat immer vier Sonntage, an denen jeweils eine weitere Kerze entzündet wird.

Schon in alten Zeiten lag die Geburt des Lichtkinds im Zeitraum vom 21. Dezember bis 24. Dezember. In vorchristlichen Zeiten wurde die Ankunft des Sonnenkinds gefeiert, heute feiern wir die Geburt des Christuskindes.

Die Wiedergeburt des Lichts war zu allen Zeiten eine heilige Zeit. So wurden bereits in vorchristlicher Zeit im germanischen Kulturraum die Julnächte oder das Julfest gefeiert. Vom Licht der Sonne hängt das Leben ab. Dieses neue Licht will auch in uns empfangen werden, damit wir es in eine neue Zeit tragen können.

Bräuche und Riten haben sich verändert, doch das Zeitgeschehen ist immer gleich geblieben, weil es sich an kosmischen, immer wiederkehrenden Kräften orientiert – am Stand der Sonne, des Mondes und der Erde. Es verbindet uns mit den großen Kreisläufen und wiederkehrenden Zyklen dieser Erde und des Lebens und bindet uns ein in das Rad des Seins.

Es gibt um diese Jahreszeit viele Bräuche, die viel älter sind und in unsere christlichen Riten eingebunden wurden. In dieser Zeit fühlen wir die Kraft unserer Ahnen und unserer Wurzeln auf gute und segensvolle Weise. Für sie wurden in dieser Zeit die Lichter entzündet. Wir sind Teil eines großen Kreislaufs von den Menschen, die vor uns kamen, denen, die mit uns sind, und denen, die nach uns sein werden. Wir werden eines Tages in der Reihe der Ahnen stehen.

Was möchten wir unseren Nachfahren mitgeben?

Wie können wir sie stärken auf ihrem Weg?

Welche guten Kräfte, Talente und Fähigkeiten tragen unsere Mitmenschen und Kinder in sich?

28 Tage der Veränderung

In der Adventszeit durchlaufen wir einen Prozess von 28 Tagen. Vier mal sieben ist 28. Dies entspricht einem Mondzyklus, in dem sich Kräfte abbauen und wieder aufbauen. Die Adventszeit eignet sich hervorragend dafür, alte Muster, die uns nicht mehr dienen, gehen zu lassen und neue, positive Glaubensmuster aufzubauen.

Welches alte Muster möchtest du loslassen? Durch welchen Glaubenssatz soll es ersetzt werden? Wende eine positive Affirmation an jedem Tag bis Weihnachten an.

Die Bedeutung des Lichts

Feuer, Flamme, Licht, Feuer, Flamme, Licht ...

Zur Adventszeit gehören vor allem Feuer, Flamme und Licht, und dies schon seit Jahrtausenden. Die Feuer wärmten unsere Vorfahren und brachten sie zusammen, um in ihrem Licht und ihrer Wärme Geschichten und altes Wissen weiterzugeben. Flammen, früher in Form von Fackeln, halfen, den Weg zu finden, und Lichter beleuchteten die Dunkelheit und schenkten Hoffnung auf Wiederkehr. Wir haben heute die vier Adventskerzen sowie viele Lichter am Weihnachtsbaum. Fenster und Wohnstuben werden beleuchtet und zum Teil die Gärten und die Städte. Je dunkler die Nacht, desto mehr Lichter erleuchten die Straßen.



Der Adventskranz

Der Brauch des Adventskranzes ist sehr alt. Er stellt das Rad des ewigen Lebens und den Sieg des ewigen Lichts dar. Er hat etwas mit dem Ahnen- und Totenkult unserer Vorfahren zu tun, die ihre Ahnen in alten Zeiten aufsuchten, um Beistand, Hilfe und Segen zu erbitten.

Der Adventskranz wurde in früheren Zeiten anders verwendet. Man zündete zu Beginn der Zeit alle vier Kerzen an, und mit den kürzer werdenden Tagen der folgenden Wochen löschte man jeweils eine Kerze, um so die zunehmende Kraft der Dunkelheit zu erfahren und abschließend die Wiedergeburt des Lichts gebührend feiern zu können.

Der Adventskranz wird aus immergrünen Zweigen gebunden und symbolisiert das Schicksalsrad, das in dieser Zeit neu ausgelotet wird, die vier Wege, die vier Himmelsrichtungen und die vier Hauptkräfte im Universum. Er steht auch für den Prozess der Schöpfung, der Materialisation. Er sagt uns: »Was wir säen, werden wir ernten, und was wir in den großen Kreislauf geben, kehrt zu uns zurück.« Die Weihnachtszeit ist eine alchemistische Zeit, die mit den Schicksalsmächten und Schöpfungskräften in Verbindung steht. Heute basteln oder kaufen wir einen Adventskranz und zünden jeweils zu den vier Sonntagen vor Weihnachten eine Kerze mehr an.



Der Adventskalender

Der erste Adventskalender wurde vermutlich um 1851 hergestellt. Man hängte 24 Bilder an die Wand oder malte 24 Striche an die Tür, die als Zählhilfe dienten bis zum Tag der Wiedergeburt des Lichts bzw. der Geburt Christi. Der heute übliche Adventskalender beginnt mit der Zählung am 1. Dezember und endet am 24. Dezember. 24 kleine Überraschungen versüßen die Vorfreude auf den Heiligen Abend.

*Die Adventszeit gilt nicht nur als
die schönste Zeit des Jahres, sondern sie ist zugleich
eine Zeit der Visionen, Zeichen und Wunder –
eine Zeit des Übergangs.*

Mit Jeanne Rulands »Advents- und Weihnachtsritualen« wird der Dezember zu einem Fest der Sinne und des Segens. Rituale, Anregungen und Meditationen für jeden der 24 Adventstage schenken wertvolle Impulse und machen diese Zeit der Liebe und des Lichts zu einem besonderen und individuellen Erlebnis. Die praktische Weihnachts-Checkliste führt zudem entspannt durch die Planung und Organisation der Festtage und hält außerdem nützliche Geschenktipps bereit.