

Immergrün gegen die Dunkelheit

Von Rubina Bergauer

Symbolträchtig und dekorativ. Rustikal oder nah am Kitsch. Nichts ist so bezeichnend für die vorweihnachtliche Zeit wie der Adventskranz. Traditionell wird dieser aus Tannengrün gefertigt und mit vier Kerzen bestückt. Diese werden an den vier Sonntagen vor Weihnachten entzündet und sollen so auf das hohe Fest vorbereiten. Doch die Symbolik des Kranzes vereint gleich mehrere Traditionen – christliche und vorchristliche – und lässt daher auch verschiedenste Deutungsweisen zu, wie Waldpädagogin Karin Müller-Vögel weiß: „So kann der Kranz unter anderem für den Jahreskreis und die Kerzen für die Jahreszeiten stehen.“ Zudem ist die Kreisform seit dem Altertum Symbol für die Ewigkeit und in weiterer Folge auch für den Kreislauf der Natur. „Im Herbst und im Winter ziehen sich die Lebenskräfte zurück. Das merken wir am besten an den Pflanzen. Die Bäume sammeln ihre Säfte in den Wurzeln und werfen die Blätter ab“, erklärt die Waldpädagogin. Die dunkle Jahreshälfte ist eine Zeit der Konzentration und des Rückzugs, auch bei den Menschen. Wenn die Landwirtschaft ruhte, wurde früher die Zeit genutzt, um Handarbeiten zu erledigen. „Der Advent ist ideal, um innezuhalten, in sich hinein zu horchen und das Gewesene sowie das Jetzt und Hier zu überdenken“, sagt Müller-Vögel. Das falle vielen jedoch nicht leicht, da der Alltag immer schnellerlebig werde.

Einen Weg, um sich zu entschleunigen, kann unter anderem ein Waldspaziergang sein. Das funktioniert sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen, ist die



Information

Waldschule Bregenz

Begeisterung für den Wald als Lebens- und Wirtschaftsraum will das Team der Waldschule an möglichst viele Interessierte weitergeben. Dafür werden verschiedenste Workshops und Kurse angeboten. www.waldschule-bodensee.at

Fachfrau überzeugt. „Dieser Naturraum kann mit allen Sinnen erlebt werden. Der Wald wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus und die Bewegung hilft dabei, Stress zu bewältigen.“ Dieser Tage kann solch ein Ausflug auch dazu genutzt werden, natürliche Materialien für die Festtagsdekoration zu sammeln. Wie diese dann am besten verarbeitet werden, erfuhren Interessierte jüngst bei einem Kranzbinde-Workshop in der Waldschule Bregenz. Vor-

Der Adventskranz schmückt derzeit viele Wohnzimmer. Bereits seit der Frühzeit zieren immergrüne Pflanzen das Haus im Winter.



ab wurde ein Rundgang im Wald unternommen. Bei dieser Gelegenheit brachte Karin Müller-Vögel den Teilnehmern zunächst die immergrünen Pflanzen der heimischen Flora nahe. Zu den bedeutendsten für diese Jahreszeit zählen die Mistel, der Efeu



und das Stechlaub. „Alle drei sind auch im Winter grün und tragen Beeren, das dürfte bereits unsere Vorfahren fasziniert haben. So wurde diesen Pflanzen nicht nur heilsame, sondern oft sogar magische Wirkung nachgesagt“, erzählt die Waldpädagogin.

Licht und Leben. So ist die hoch auf Bäumen wachsende Mistel seit der Antike als Heilpflanze bekannt und fand daher Eingang in Mythologie und Märchen. Die