



ZeitPunkt

Das kostenlose Stadtmagazin

bis
22. Februar

täglich
geöffnet

P.C. WINTERDORF

Ein Erlebnis für die ganze Familie
mit Eisbahn, Winterrutsche & Co.

Mehr Infos unter
www.paunsdorf-center.de



P.C. PAUNSDORF
CENTER

verträumt

Auf den Spuren des
verrückten Hutmachers

kinoreif

Jetzt Kinogutscheine
kaufen und verschenken

legendär

Eine virtuelle Reise zur
majestätischen Titanic



an, um das wiederkehrende Licht zu begrüßen. Vielleicht magst du beim Blick in die Flammen neue Absichten für das kommende Jahr formulieren. Oder du verbrennst einen Zettel mit Dingen, die du loslassen möchtest als symbolische Reinigung.

Spaziergang in der Stille – Naturverbundenheit

Ein stiller Gang durch die winterliche Natur hilft dir, die besondere Stimmung dieser Zeit wahrzunehmen. Wähle einen Ort, an dem du innehalten kannst, und spüre den Übergang von Dunkelheit zu Licht. Optional lässt sich dieses Ritual mit einer Nachtwanderung und Laterne verbinden.

Meditation & Reflexion – Altes verabschieden

In einer ruhigen Umgebung, begleitet vom Schein einer Kerze, kannst du das vergangene Jahr

reflektieren: Was hast du erreicht? Was darf gehen? Was hat dich gestärkt? Schreibe deine Gedanken auf und setze eine klare Absicht für das neue Jahr.

Räucherzeremonie – Energie reinigen

Kräuter wie Salbei oder Wacholder befreien dein Zuhause symbolisch von alten Energien. Gehe achtsam durch die Räume, lasse den Rauch wirken und lüfte anschließend gründlich, um „Altes“ hinauszulassen.

Feier der Dunkelheit – Das neue Licht begrüßen

Schalte am Abend alle Lichter aus und erlebe für einen Moment völlige Dunkelheit. Zünde anschließend bewusst eine frische Kerze an und spüre, wie das neue Licht den Raum verändert. Dieses Ritual macht den Wendepunkt besonders spürbar.

Tor zu den Rauhächten

Die Wintersonnenwende leitet gleichzeitig die magischen Rauhächte ein – eine Zeit des Loslassens, der inneren Neuausrichtung und des Wünschens. Viele nutzen diesen Moment für Vorbereitungen wie das Klären offener Themen oder das Sammeln der 13 Wünsche. Die Wintersonnenwende erinnert

uns daran, dass auf die Dunkelheit stets das Licht folgt. Mit einfachen Ritualen kannst du diese Zeit nutzen, um innezuhalten, alte Energien zu verabschieden und gestärkt in ein neues Jahr zu starten – im Einklang mit der Natur und ihren Zyklen. Willst du eine kleine Wintersonnenwende – Zeremonie mit uns feiern? Im Außen – Standort der Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit, im WaldResort am Hainich – kannst du mitten in die Natur eintauchen und ein paar mystische Stunden mit uns erleben:

waldresort.tickettune.com/waldresort/detail/index/sArticle/68/sCategory/5



Anzeige



EINE COOLE GEBURTSTAGSPARTY FÜR DEIN KIND? LEICHT FÜR ELTERN!

In der Harkortstraße 10 in Leipzig,
Nähe Bundesverwaltungsgericht.

Mach den Geburtstag unvergesslich mit
„NEONGAMING für Kindergeburtstage“
und miete Dir exklusiv den
Neongamingraum.





Seit jeher feiern Menschen ihre Verbundenheit mit der Natur – besonders zur Wintersonnenwende, dem kürzesten Tag des Jahres. Alte Kulturen wie die Germanen mit ihrem Julfest oder die Römer mit den Saturnalien ehrten das zurückkehrende Licht und den Kreislauf des Lebens. Die Sonne symbolisierte Hoffnung, Neubeginn und das Erwachen der Natur nach der dunklen Jahreszeit. Auch heute ist die Wintersonnenwende am 21. Dezember ein

Moment der Einkehr. Sie lädt dazu ein, den Kontakt zur Natur zu stärken und bewusst Rituale zu praktizieren, die Körper und Seele neu erden. Es ist unwichtig, ob ihr alle Rituale durchführt oder nur eines davon, es geht vor allem um die innere Verbindung damit, was ihr tut. Es geht ums Spüren.

**Lichtzeremonie –
Das Feuer des Neubeginns**
Zünde Kerzen oder ein kleines Feuer