

## Adwent. Jak dobrze przygotować się do Świąt?

**Autor:** Agata Piechota

**Data:** 6 grudnia 2017



**Często zapominamy, że równie ważne, co Święta Bożego Narodzenia, jest oczekiwanie na ich nadejście. Jak dobrze wykorzystać adwent?**

Tegoroczny Adwent jest wyjątkowo krótki, co wynika z układu niedziel w kalendarzu. **Rozpoczął się 3 grudnia i potrwa aż do 24 grudnia 2017.** Co zrobić, by okres pomiędzy tymi czterema niedzielami był wyjątkowy?

**Wieniec nie tylko w kościele**



Adwentowe dekoracje można stworzyć samodzielnie przy niewielkim nakładzie czasu i pracy.

Dekoracje adwentowe mogą cieszyć oko równie bardzo, jak te bożonarodzeniowe. Nie trzeba jednak kupować gotowych ozdób. Wystarczy niewiele, by przygotować je samodzielnie. **Tradycja tworzenia wieńców adwentowych narodziła się w Niemczech, w połowie XIX wieku**, za sprawą ewangelickiego pastora Johanna H. Wicherna. Zapalanie kolejnych świec miało umilić oczekiwanie na święta sierotom z przytułku w Hamburgu. Na początku XX wieku wieniec przyjął się również wśród katolików.

**Aby przenieść tę tradycję na domowy grunt, wystarczą cztery świece i kilka iglastych gałązek.** W przypadku trudności zdobycia świeżych, doskonale sprawdzą się również te sztuczne. Przymocuj do siebie kolejne gałązki, układając je ciasno, by stworzyć gęsty wieniec. Rozgrzej nad ogniem dodatkowe druciki, a następnie wbij je w podstawę świec, które później rozłożysz równomiernie na obwodzie koła. Tak powstały wieniec możesz udekorować sosnowymi szyszkami i kokardami z czerwonej wstążki, owocami głogu lub jarzębiny. Każda kolejna zapalona świeca przybliży cię do radosnego, rodzinnego świętowania.

Adwent nie musi być stresującym czasem, poświęconym wyłącznie na potężne zakupy i generalne porządki

## Dobry moment na zmiany

**Adwent, podobnie jak Wielki Post, inspirowa wielu z nas do podjęcia różnych wyrzeczeń.** Postanowienia mogą dotyczyć zarówno błahych spraw, jak i ważnych decyzji życiowych. Jeśli na co dzień brakuje nam motywacji, to dobry moment, by spróbować zmienić swoją codzienność na lepsze. Warto zatrzymać się i zastanowić nad swoim życiem tym bardziej, że Adwent przypada na grudzień. Trudno o lepszy okres do podsumowań niż koniec roku. Dobrze jest móc wejść w kolejny z optymizmem i czystą kartą.

## Nietypowy kalendarz na Adwent



Samodzielnie przygotowane kalendarze mogą zawierać zadania do wypełnienia przez dzieci w kolejne dni Adwentu.

Kalendarz adwentowy nie musi skrywać w sobie tanich czekoladek. Producenci prześcigają się, by wymyślić najbardziej oryginalny kalendarz, który umili nam odliczanie do Świąt. Na rynku dostępne są m.in. kalendarze z kosmetykami do makijażu, skarpetkami, zdjęciami, herbatami lub z winami, dla dorosłych. Zamiast jednak wydawać pieniądze na zakup gotowego kalendarza, którego zawartość nierzadko nas zawodzi, warto przygotować go samemu. **Może zawierać nie tylko słodycze i drobne upominki, ale także spersonalizowane zadania do wykonania**, które przypadną do gustu szczególnie najmłodszym. Wspólne tworzenie domku z piernika lub choinki z makaronu zapadnie dziecku w pamięć bardziej niż niejeden kupiony prezent.

**Przygotowując się do Świąt, warto pamiętać nie tylko o tych kilku dniach zwiędzających nasze starania.** Adwent nie musi skupiać się wyłącznie na gorączce zakupów, generalnych porządkach i poszukiwaniu idealnych prezentów. Wystarczy niewiele, by okres pomiędzy czterema grudniowymi niedzielami stał się jeszcze bardziej wyjątkowy.