

[Keine Bilder? Hier klicken.](#)

# Seelenpost

zur Adventszeit 2020



## Zauber dieser Zeit

*Der Zauber dieser Zeit, wie kann es sein,  
dass man so lieb sie haben kann?  
Was macht sie aus? Erzähle!  
Es liegt darin ein weicher Klang,  
viel Kindheit im Gesang  
und jede Menge Seele.*

*Monika Minder*

Mir ist bewusst, dass für viele Menschen die Vorweihnachtszeit mit Stress und Hektik verbunden ist. Und in diesem Jahr, wo sowieso alles anders ist, vermutlich noch mehr. Trotzdem, und genau darum, möchte ich in der heutigen Seelenpost, den Blick ganz bewusst auf den sinnlichen Zauber der Adventszeit lenken.

Es erwartet dich ein kurzer Einblick in eine persönliche Kindheitserinnerung an die Adventszeit und warum diese sinnliche Erinnerung so bleibend ist. Im neuen [Blogbeitrag «Seelennahrung»](#), erzähle ich, warum sie genau jetzt so wichtig ist. Zu guter Letzt noch ein Hinweis auf den [ersten Kurs aus dem Jahresprogramm 2021](#) von Seelenraum.

Lass dich bezaubern und berühren.

In diesem Sinne wünsche ich dir wortwörtlich eine besinnliche Adventszeit

Herzlich,  
Fatima

---

## Sinnliche Erinnerungen



Ich kann mich nicht wirklich, an besondere Adventsrituale aus meiner Kindheit erinnern. Entweder sind sie nicht mehr präsent, oder sie haben keinen bleibenden Eindruck hinterlassen. Woran ich mich aber gut erinnere, ist der Duft, welcher das ganze Haus durchströmte, als meine Mutter in der Adventszeit Weihnachtsguetzli backte. Ab diesem Augenblick wusste ich, jetzt geht es nicht mehr lange bis Weihnachten ist. Vorfreude stellte sich ein.

Erinnerungen, welche über die Sinne gehen, sind oftmals sehr bleibend. Der Klang einer bestimmten Musik, der Geschmack eines Gerichtes oder die weiche Struktur der Lieblingsdecke - mit Leichtigkeit erinnern wir uns daran. Warum ist das so? Aus Sicht der

Seele sind die Sinne der direkte Kanal zur Seele. Wenn wir uns an etwas zurückerinnern, was über unsere Sinne aufgenommen wurde, dann haben wir meistens ein leises Lächeln auf dem Gesicht und ein warmes Gefühl im Herzen.

Werden die Sinne nicht bewusst gebraucht, stumpfen sie ab. Dadurch mindert sich nicht nur die Sinnlichkeit und die Wahrnehmung, sondern auch die Sensibilität. In meinen Augen ist es wichtig, dass wir uns dessen bewusst sind und, dass wir unsere fünf Sinne als wertvolle menschliche Eigenschaften verstehen, welche uns den Zugang zur Seele öffnen.

Ich möchte dich von Herzen dazu einladen, jetzt in dieser besonderen Zeit ganz bewusst sinnliche Erinnerungen zu kreieren. Vor allem, wenn im Aussen vieles hektisch erscheint, deine Seele dankt es dir. Es ist das schönste und wertvollste Geschenk, welches du dir und deinen Lieben machen kannst.

---

# Seelennahrung

## Blogbeitrag



Ich glaube, dass wir uns alle mit diesem Gefühl identifizieren können: Hektik und Stress machen sich breit - irgendwann geraten wir an einen Punkt, wo wir von der Situation derart eingenommen sind, dass wir die eigene Grenze des Möglichen nicht mehr spüren. In meinem Umfeld scheint es im Moment vielen Menschen so zu gehen. Es ist eine besondere Zeit, mit besonderen Herausforderungen und ungewohnten Situationen. Ohne im Detail

auf die einzelnen Umstände einzugehen, scheinen mir alle etwas gemein zu haben: Sie zehren an unserer Energie und wir fühlen uns ausserhalb unserer eigenen Mitte...  
[Seelennahrung weiterlesen](#)

Blogbeitrag Seelennahrung

---

# Jahresimpuls 2021

## Tageskurs



Mit viel Freude bin ich dabei, die Tageskurse *Jahresimpuls 2021* vom 9. Januar und vom 16. Januar 2021 vorzubereiten. *Es hat noch freie Plätze!*

Hier ein kurzer Einblick, auf was du dich an diesem Tag freuen kannst:

- Damit du der Verbindung zu deiner Seele gut nachspüren und sie auch verstehen kannst, werde ich zu Beginn einen einfachen, theoretischen Einblick in den Aufbau der Seelenstruktur geben.
- In den Meditationen «Erden» und «Himmeln» verbinden wir uns mit den natürlich vorhanden Kräften von Himmel und Erde. Und keine Angst, auch wenn du dir nicht gewohnt bist zu meditieren, du brauchst keine Vorkenntnisse, ich führe dich und du darfst dich einfach leiten lassen.

- Unter Jahresimpuls verstehe ich auch, dir gewisse Inputs mitzugeben, welche du über das ganze Jahr hindurch anwenden kannst, um deiner Seele nah zu sein und sie zu nähren.
- Zum Schluss widmen wir uns der «meditativen Vorausschau aufs kommende Jahr». In einer geführten Meditation wirst du durch dein persönliches Jahr geleitet und über eine Art Symbolbilder, erhältst du Hinweise, welche dir als Impulse dienen können.

Falls du dich vom Inhalt angesprochen fühlst und gerne am Jahresimpuls mit dabei wärst, dann reserviere dir jetzt deinen Platz!

[Alle Informationen und Anmeldung hier](#)

Jahresimpuls 9. Januar 2021

Jahresimpuls 16. Januar 2021

Jahresprogramm 2021

---

## Seelenpost weiterempfehlen

Falls du jemanden kennst, der/die auch gerne die Seelenpost lesen würde, dann kannst du diese gerne an Freunde und Bekannte weiterleiten.

Ich freue mich darüber und danke dir von Herzen für die Weiterempfehlung.

---

## Seelenraum auf Instagram

Seelenraum findest du auch auf Instagram. Vernetze dich mit dem [Account seelen.raum](#) oder klicke unten auf das Instagram-Symbol und lass dich inspirieren.



---

[Newsletter abmelden](#)

Seelenraum

Fatima Tschenett  
atelier sulai  
Städtchenstrasse 51  
CH - 7320 Sargans  
+41 (0)79 746 61 55

Copyright 2020 Seelenraum

seelenraum

