

*Alles Liebe zum
Weihnachtsfest*



**Willkommen in der Weihnachtswelt ...
... vom 1. Dezember bis zum 6. Januar**



**Ich geh meinen Weg
auf der großen Welt,
lebe das Leben,
wie`s mir gefällt.
Der Himmel ist weit,
die Sonne, die scheint,
und ich freu mich,
wenn das Glück
es gut mit mir meint.
Doch fällt über Nacht
dann leise der Schnee,
funkeln die Sterne
und glitzert der See,
dann weiß ich,
dass die Träume
auf die Reise gehen
und vor der Erinnerung
bleiben sie stehn.**

Die Wohnung ist nun wieder festlich geschmückt. An den Fenstern wurden Lichterketten angebracht. Einzelne weihnachtliche Elemente stehen auf Schränken und Tischen, ebenso ziert eine Weihnachtsgirlande das Treppengeländer. Dem Eingangsbereich wurde auch ein festliches Ambiente gegeben. Überall hängt und steht Weihnachtsdeko und wir geraten in eine Schwärmerei, wenn wir den Endzustand endlich haben. Der Adventskalender ist befüllt und jeder bekommt abwechselnd einmal jeden Tag ein Stiefelchen zum Entleeren.

Nun leuchten wieder die Weihnachtskerzen
und wecken Freude in allen Herzen!





Willkommensgruß

Weihnachtsgirlanden begrüßen in schöner Tradition die Gäste sowie die Hausbewohner und goldfarbene Stiefel mit weihnachtlichen Accessoires laden zu einem herzlichen Willkommen ein.

Zur Kaffeerrunde:

Tante Lucia kann kommen! Der Tisch ist schön gedeckt, das Dessertglas erhält einen Ring aus Tannengrün und über dem Tischarrangement funkeln Kugeln und Glasherzen an einem Baum-Ast.



Es ist Advent.

Die Zeit der köstlichen Gerüche ist angebrochen. Nicht nur Knecht Ruprecht und Nikolaus halten Einzug in unser Heim, sondern auch Lukull, der römische Staatsmann, der als Genießer von Tafelfreuden heute noch allen Schlemmern als Vorbild dient.

Viele schöne Bräuche und lukullische Attraktionen sind dem Lauf der Zeit zum Opfer gefallen, viele hat unser digitales Zeitalter in den Hintergrund gedrängt. Aber gerade in den letzten Jahren ist ein neuer Trend spürbar geworden: Wir besinnen uns wieder auf die Traditionen unserer Altvordenen, lernen wieder Feste zu feiern und einem großen Menue seinen Rahmen zu geben. Von Urgroßmutter überlieferte Rezepte werden ausgegraben, ausprobiert und der Familie mit Erfolg präsentiert.

Der für die Kinder bedeutendste Tag der Vorweihnachtszeit ist der Nikolaustag am 6. Dezember. Seit nunmehr 1600 Jahren wird dieses Fest bei uns gefeiert.

Am schönsten ist es natürlich, wenn man am 6. Dezember den Kindern noch einen leibhaftigen Nikolaus präsentieren kann.

Der Adventskranz. Heute steht er in fast jedem Haus — erstaunlicherweise gibt es ihn aber erst seit Mitte des vorigen Jahrhunderts und erst nach dem ersten Weltkrieg wurde er in der heute üblichen Form verbreitet.

Dieser schöne, stimmungsvolle Zimmerschmuck — ursprünglich ein Symbol des Sieges aus der Antike — wird mit vier Adventslichtern geschmückt und farbenfrohen Bändern umwunden: Er ist Zeichen für Wärme und Licht, für Geborgenheit und Frieden.

Dies gilt auch den Weihnachtskerzen, deren heller, warmer Schein als Symbol für die wiederkehrende Sonne gilt. So hat schon der Physiker Faraday vor über 100 Jahren gesagt: „Viele kennen die strahlende Schönheit von Gold und Silber, doch nichts von alledem kommt dem Glanz und der Schönheit einer Kerze gleich.“

Im Schein der hellen Kerzen fanden auch die Christkindl- oder Weihnachtsmärkte statt.

Ein Bummel über den Weihnachtsmarkt ist heute noch ein Erlebnis für Jung und Alt.

Weihnachtsmärkte versetzen uns in die entsprechende Adventsstimmung:

1. Weihnachtsmarkt am Kölner Dom
2. Nürnberger Christkindlmarkt
3. Dresdner Strietzelmarkt
4. Internationaler Weihnachtsmarkt Essen
5. Frankfurter Weihnachtsmarkt
6. Münchner Christkindlmarkt
7. Bremer Weihnachtsmarkt
8. Weihnachtsmarkt am Hamburger Rathaus
9. Leipziger Weihnachtsmarkt
10. Aachener Weihnachtsmarkt

Haben wir das Staunen verlernt?

Selten und kostbar sind die Momente, in denen wir innehalten und die Zeit stillzustehen scheint, weil wir überwältigt sind beim Anblick von etwas Großartigem.



Die Schneekönigin habe ich bis heute leider nie persönlich gesehen.

Wir glauben natürlich nicht an die Schneekönigin und den Weihnachtsmann. Das ist schade. Denn damit veräumen wir die schönsten Begegnungen der Weihnachtszeit. Auch hier ist es wie mit vielen unglaublichen Dingen: Wenn man sie für möglich hält, beginnen sie in der Fantasie zu leben und werden manchmal Wirklichkeit.



Die Kunst, sich zu verwöhnen

Ein Stück Schokoladentarte oder ein gutes Glas Rotwein – wir dürfen uns selbst alles erlauben, was unser Herz begehrt. „Genuss ist das Signal, dass der Organismus bekommt, was er braucht“, hat der Wissenschaftsautor Stefan Klein herausgefunden. Es geht darum, den Moment zu genießen, auch wenn es vielleicht gerade unvernünftig ist. Aber es sind diese Momente, die wir in Erinnerung behalten und die uns ein Leben lang begleiten.

Müssen wir mehr sehen? Das ist schon genug. Berge, die überzogen sind und aussehen, als hätte man alles frisch gestrichen.





Gelassenheit will gelernt sein

Glücksforscher und Psychologen raten zu häufigeren Atempausen. Keine Termine, keine Verpflichtungen. Zeit zum Nichtstun. Es ist ein Weg, um gelassener zu werden. Die Gelassenheit ist ein scheuer Zeitgenosse, sie will eingeladen werden. Sie kommt aber nur, wenn wir ihr Bedingungen bieten, bei denen sie verweilen möchte. Deshalb sollten wir die Kunst der Muße üben, denn Gelassenheit braucht Zeit und Gegenwärtigkeit.

Vom Wunder des Gehens

Gehen scheint die beste Methode zu sein, unsere Gedanken zu ordnen und dabei so gut zu tun, dass es uns glücklicher macht. Die Medizin weiß, dass „gehendes Denken“ selbst depressiven Verstimmungen entgegenwirken kann. Entspannt durch die Natur zu gehen, kann also in uns wiedererwecken, was wir so oft schmerzlich vermissen: Ruhe, Frieden, Gelassenheit.

Dinge, die glücklich machen - und nichts kosten!

Vertraute Rituale die uns gut tun.

Die tägliche Freude über den Adventskalender, das festlich geschmückte Heim, die Weihnachts-CD, die uns alle Jahre wieder zum Mitsingen anregt – in diesen Momenten der Einkehr, die wir für uns zur Weihnachtszeit bewahren, schaltet unser Gehirn in den entspannenden Alphawellen-Modus; wir werden ganz ruhig.

Die Kunst des Zuhörens

Stilles Zuhören. Dadurch verbinden wir eine Anteilnahme.

Vom Glück des Wartens

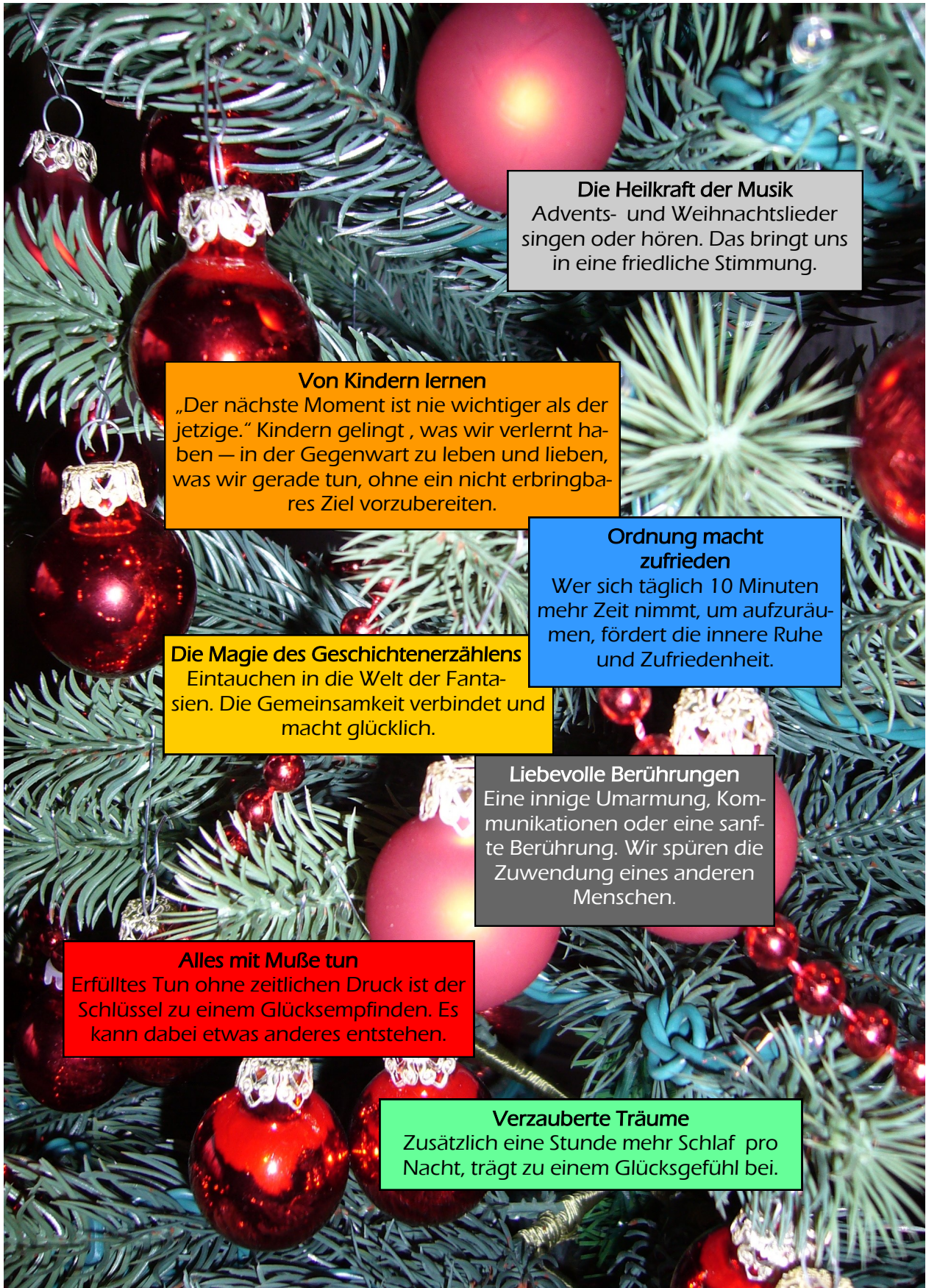
Den Dingen, die wir am liebsten gleich kaufen möchten, zu entsagen. Das fördert die Ausschüttung von Glückshormonen.

Sich auf ein Ereignis freuen

Die Vorfreude auf Weihnachten, auf selbstgebackene Plätzchen. An die schönsten Momente vergangener Feste erinnern. Das bringt gute Laune.

Freude verschenken

Ein Lächeln genügt.
Und ein anderer Mensch antwortet dir ebenfalls mit einem Lachen.



Die Heilkraft der Musik

Advents- und Weihnachtslieder singen oder hören. Das bringt uns in eine friedliche Stimmung.

Von Kindern lernen

„Der nächste Moment ist nie wichtiger als der jetzige.“ Kindern gelingt, was wir verlernt haben — in der Gegenwart zu leben und lieben, was wir gerade tun, ohne ein nicht erbringbares Ziel vorzubereiten.

Ordnung macht zufrieden

Wer sich täglich 10 Minuten mehr Zeit nimmt, um aufzuräumen, fördert die innere Ruhe und Zufriedenheit.

Die Magie des Geschichtenerzählens

Eintauchen in die Welt der Fantasien. Die Gemeinsamkeit verbindet und macht glücklich.

Liebevolle Berührungen

Eine innige Umarmung, Kommunikationen oder eine sanfte Berührung. Wir spüren die Zuwendung eines anderen Menschen.

Alles mit Muße tun

Erfülltes Tun ohne zeitlichen Druck ist der Schlüssel zu einem Glücksempfinden. Es kann dabei etwas anderes entstehen.

Verzauberte Träume

Zusätzlich eine Stunde mehr Schlaf pro Nacht, trägt zu einem Glücksgefühl bei.

Von draußen vom Walde
komme ich her.
Ich muss euch sagen,
es weihnachtet sehr.
Überall auf den Tannenspitzen
sah ich goldene Lichtlein blitzen.
Und oben aus dem Himmelstor,
sah mit großen Augen
das Christkind hervor.
Und wie ich so stolchte,
durch den finsternen Tann,
da rief's mich mit
heller Stimme an:
„Knecht Ruprecht“,
rief es, alter Gesell,
hebe die Beine
und spute dich schnell.
Die Kerzen fangen
zu brennen an,
das Himmelstor ist aufgetan.
Und morgen
flieg ich hinab zur Erden,
denn es soll
wieder Weihnachten werden.



6. Dezember

Der für die Kinder bedeutendste Tag der Vorweihnachtszeit.

Nikolaus und Knecht Ruprecht — diese Namen flößen den Kindern oftmals auch Schrecken ein, denn seitdem dieses Fest bei uns gefeiert wird — nunmehr über 1600 Jahre — liegen Lob und Tadel eng beieinander.

Wohl jeder von uns erinnert sich noch, wie er ängstlich vor Knecht Ruprecht stand und seine mehr oder weniger kleinen Sünden beichtete, zur Strafe die Rute zu spüren bekam und anschließend doch mit einem Geschenk belohnt wurde.

Aber fast niemand weiß heute, woher dieser alter Nikolaus-Brauch stammt . Es gibt mehrere Nikolaus-Varianten. Eine davon ist die, von einem Bischof Nikolaus, nach dessen Todestag der 6. Dezember benannt wurde. Er lebte im Jahr 270 im südwestlichen Zipfel Kleinasiens und hat dort unter der Christenverfolgung des Kaisers gelitten. Er soll hier Wundertaten vollbracht haben.

In Kleinasien herrschte damals eine Hungersnot und viele Menschen starben. Vergebens warteten sie auf die Getreideschiffe aus Ägypten und Bischof Nikolaus konnte den Menschen in Myra und Umgebung kaum noch Hoffnung und Trost spenden. Als endlich am Horizont die ersten Masten eines Versorgungsschiffes auftauchten, versperrte ein Seeräuberschiff die Hafeneinfahrt. Ein Abgesandter der Seeräuber forderte, dass zunächst sein Schiff mit Gold und Schmuck beladen werden müsse, bevor die Getreideschiffe den Hafen anlaufen dürften.

Die Bewohner von Myra opferten nun ihren gesamten, kostbaren Schmuck. Doch dies war den Seeräubern zu wenig und sie drohten damit, die Kinder von Myra mit an Bord zu nehmen, um sie später als Sklaven zu verkaufen. Doch der Bischof von Myra rettete die Kinder, indem er den Seeräubern die Goldschätze seiner Kirche opferte. Daraufhin gaben die Piraten die Einfahrt frei und die Getreideschiffe durften einlaufen.





Licht des Friedens

Ein kleines Zeichen, das Herzen öffnet.

Jedes Jahr im Advent entzündet ein Kind das Friedenslicht in der Geburtsgrötte Jesu Christi. Bei uns ist es alter Brauch, in der Heiligen Nacht helle Kerzen in und vor die Fenster zu stellen. Sie sollen den Weg zur Christmette leuchten und die Botschaft verkünden, dass der dunkle Winter bald vergeht.

Himmlischer Duft

Zauber Zimtsterne

Es heißt, die Mönche bevorzugten das liebliche Aroma von Zimtstangen als Gewürz in ihrem Adventsgebäck. Inspiriert vom Stern von Bethlehem backten sie als Erstes himmlische Plätzchen, die seitdem untrennbar mit unserer Weihnachts-Tradition verbunden sind: Zimtstern...





Wunderbare Weihnachtsbräuche

Rote Äpfel leuchten
im Tannengrün, es
duftet nach Weih-
rauch, im Fenster fla-
ckert Kerzenlicht...
Von Ritualen und Tra-
ditionen, die Weih-
nachten erst zum
schönsten Fest des
Jahres machen.

Wächter der Liebe
Vom Küssen unter dem Mistelzweig
Mistelzweige gelten als Symbol des Friedens. Jahr-
hunderte vor Christi Geburt versöhnten sich in ih-
rem Zeichen verfeindete Völker mit einem Friedens-
kuss. Hier rührt auch der Brauch her, sich zur Weih-
nachtszeit unter einem Mistelzweig zu küssen. Das
soll den Liebenden Fruchtbarkeit bescheren...

Vom Geheimnis der.. Weihnachtsäpfel

Die Sternrenette ist eine uralte Apfelsorte – eine kleine knallrote Frucht, im Volksmund Weihnachtsapfel genannt. Früher wurden die schönsten Äpfel mit Speckschwarten poliert, bis sie sattrot glänzten. Dann hängte man sie an die Zweige des Christbaumes als Sinnbild der verbotenen Frucht und als Erinnerung an das Paradies. Spätestens zum Dreikönigstag, am 6. Januar, durften die Äpfel dann gepflückt werden – ein köstlicher Vitaminspender im Winter.

Bezaubernde Geste auch für Gäste!

Adventkränze schmücken jetzt Zimmer und Gärten. Ohne Anfang und Ende sind Kränze das Symbol der Unendlichkeit und der Hoffnung. Der Brauch, sie an Türen aufzuhängen, gilt als Geste des Grußes für Vorübergehende und für Besucher.



Advent, Advent ein Lichtlein brennt...
Alles braucht Liebe... die dann im Detail steckt, wie man sagt.

Glanz für den Baum

Der Legende nach war es ein armer Lauschaer Glasbläser, der 1847 Christbaumkugeln aus Glas erfand, da er sich die teuren Kerzen nicht leisten konnte. Der Ursprung einer großen Tradition von Christbaumschmuck, der ebenso Räume und Fenster wunderbar weihnachtlich ziert.

Von stolzem Wuchs Das schönste Geschenk des Waldes

Tannenbäume bezaubern uns mit ihrem stolzen Wuchs und würzigen Duft, ohne den das Weihnachtsfest undenkbar wäre. Immer mehr Forstämter bieten Bäume zum Selbstschlagen an, inmitten der Natur – romantischer geht es nicht...

Seinen Ursprung hat der Christbaum in der heidnischen Tradition. Zur Mittwinterzeit holte man „Wintermaien“ in's Haus – grüne Zweige, die Schutz und Fruchtbarkeit versprachen.



Hier steht er wieder in seiner vollen Pracht. Der Weihnachtsbaum. Und, wenn es draußen dunkel wird und wir die Lichter anzünden, dann kommt ein Lächeln in unser Gesicht und wir fühlen uns bestätigt.

Wenn die Sonne schlafen geht und der Himmel langsam dunkelt kommt ein Stern und steht über dem Haus und funkelt. Funkelt, wie ein Diamant am weiten Firmament. Es ist der Abendstern.

Schöne Deko-Elemente:

1. White Christmas
Eleganz strahlen die tollen Teelichtgläser und die goldverzierte Kerze aus.

2. Winterfauna
Immer mehr Rotkehlchen bleiben angesichts der ausbleibenden Winter in unseren Gefilden. Diese kann man fotografieren und auf ein schönes großes Glas kleben, dann noch einen Zweig dazugeben, fertig.

3. Herrschaftlich
Der aparte Teelichthalter aus Metall, mit Schmucksteinen besetzt, setzt deiner Weihnachtsdekoration das Krönchen auf.



Schön ist alles, was man
mit Liebe betrachtet.

Wir können alles mit Liebe betrachten, wenn
wir Einzigartiges sehen und wissen, dass es
nicht von Dauer sein wird.

Die Kraft des Lachens.

Sobald wir lachen, hören wir auf etwas zu tun und fangen an zu sein. Wir entspannen uns automatisch, lassen schwere Gedanken los und befreien uns in unserm Körper von der Last des Alltags. Während wir lachen, verändert sich unser Gehirn. Endorphine werden ausgeschüttet, unser Wohlbefinden steigt – wir spüren Leichtigkeit und ein Glücksgefühl.

Schneemann

Ob es draußen schneit oder nicht, die weiße Pracht holen wir uns ganz einfach ins Haus— mit diesem außergewöhnlichen Schneemann, den wir mit wenigen Handgriffen selbst basteln. Er schmilzt garantiert nicht weg, auch, wenn er einen köstlichen Schatz aus unendlich zartschmelzenden Schoko-Kugeln hütet. Aber, nicht allzu streng, denn - pssst! - der Deckel des Einwegglases, auf dem der Kopf des Schneemannes sitzt, lässt sich widerstandslos öffnen!

Bastelanleitungen:
www.lindt.com

Wenn Zimtsterne duften
und Gebäck nach Mandeln
schmecken, wenn Lichter
auf dem Christbaum
blitzen und Eiskristalle
an den Fenstern sitzen,
dann ist Weihnachten.

Leise rieselt der Schnee,
still und starr ruht der See,
weihnachtlich glänzet der Wald
freue dich's Christkind kommt bald.
In den Herzen wird's warm,
still schweigt Kummer und Harm,
Sorge des Lebens verhallt,
freue dich's Christkind kommt bald.

Die wahre Lebenskunst
besteht darin,
im Alltäglichen
das Wunderbare zu sehen.

Was Herz und Magen wärmt!

1. Heizpeter

Wir verrühren 1 Eigelb mit Zucker und geben 2 Likörgläschen Rum dazu. Während wir mit dem Quirl oder dem Schneebesen rühren, füllen wir mit kochender Milch in beliebiger Menge auf.

2. Schokoladen-Wein-Punsch

200 g geriebene Blockschokolade mit 100-125 g Zucker mischen und in $\frac{1}{2}$ l kochender Milch glatrühren. $\frac{3}{4}$ l Weißwein erhitzen, die Milchsokolade unter Schlagen mit dem Schneebesen einlaufen lassen und den Punsch mit einem Gläschen Süßwein vollenden.

3. Heißer Milch-Punsch mit Nüssen

250 g Zucker und 100 g feingeriebene Walnüsse oder geröstete Haselnüsse in 1 l Milch kurz aufkochen. Geriebene Muskatnuss, etwas Zitronenschale und das Ausgeschabte einer Vanilleschote in wenig Milch ziehen lassen, passieren mit $\frac{1}{4}$ l Süßwein mit dem Schneebesen in die heiße Milch rühren.

4. Weißpunsch (Englischer Whip)

1 Liter Wein (weiß oder rot), 6-8 EL Zucker, Saft von 2 Zitronen, etwas Stangenzimt, eine Nelke und ein Ei schlägt man auf dem Herd mit dem Schneebesen so lange, bis die Masse durch und durch schaumig ist und kurz vor dem Kochen steht. Sofort servieren.

Die Welt ist mit so vielen Dingen gefüllt, dass wir alle glücklich wie die Könige sein sollten.

Die Magie eines Wintermorgens

Gibt es etwas Schöneres als einen Winterspaziergang, wenn die Sonne aufgeht?

Es wird noch ein Weilchen dauern, bis sich die Dezembersonne, blassrosa, aus dem lichten Morgendunst befreit. Der Frost hat die Bäume in Kristalllüster verwandelt. Alles ist weiß überpudert, leuchtet rau und ruhig. Steife Halme knirschen unter den warmen Stiefeln. Frische Spuren von Kaninchen und Hasen in der Reifdecke zeigen, wie schön die Vorstellung war, heute morgen hier draußen der Erste zu sein.

Der Winter, der die Natur erstarren lässt, die Zeit anhält, die Geräusche dämpft. Die Hagebutten sind stumme Erinnerungen an einen selten goldenen November. Glitzernde Reifsterne haben die Beeren überzogen. Ein Eichhörnchen gräbt zwischen welken Blättern, auf der Suche nach seinem Versteck für Eicheln und Eckern. Es wird in seiner vergesslichen Art viele neue Bäume für's nächste Frühjahr säen.

Warum bist du am schönsten, wenn du am schwächsten bist, liebe Sonne? Endlich wollen deine erste Strahlen die Welt verzaubern. Ein magischer Moment. Ich spüre meine kalten Ohren, sehe die Wölkchen meines Atems und denke an Eduard Mörikes „An einem Wintermorgen vor Sonnenaufgang“.





Musik macht den Zauber der Advents– und Weihnachtszeit zu einem besonderen Erlebnis für Kinder und auch für Erwachsene ...



**Ich will Spaß, ich will Spaß!
Ich geb' Gas. Ich geb' Gas.**



War dies jetzt etwa zu schnell?

Warum habe ich denn nicht rechtzeitig gebremst?

Ich hätte mit einem Sturz rechnen müssen, wenn ich so etwas mache.



Gib Kindern all das Festliche und Schöne, was diese Jahreszeit zu bieten hat.

Weihnachten ist die Zeit der Stille, der Geschichtenerzähler, des Singens, der Tradition, der Wohnungsdekoration, der köstlichen Gerichte ...

O Tannenbaum

... und die untreue Geliebte

*O Tannenbaum, O Tannenbaum,
Wie treu sind deine Blätter.
Du grünst nicht nur zur Sommerzeit,
Nein auch im Winter wenn es schneit.
O Tannenbaum, O Tannenbaum,
Wie grün sind deine Blätter!*

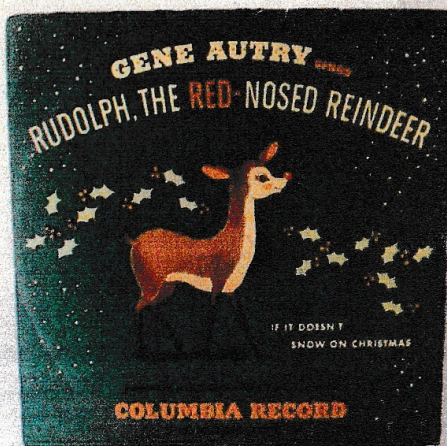
*O Tannenbaum, O Tannenbaum,
Du kannst mir sehr gefallen!
Wie oft hat schon zur Winterszeit
Ein Baum von dir mich hoch erfreut!
O Tannenbaum, O Tannenbaum,
Du kannst mir sehr gefallen!*

...

*Joachim August Zarnack, 1819,
Ernst Anschütz, 1824*

Der streitbare Leipziger Lehrer Ernst Anschütz hat mal wieder Ärger mit seinem Vorgesetzten. Ausgerechnet kurz vor Weihnachten. Noch seinen Gedanken nachhängend, kommt er auf dem Heimweg an einem Stand vorbei, der Weihnachtsbäume verkauft. Im Jahr 1824 eine neue Mode. Erst seit Kurzem schmücken die immergrünen Bäume die Wohnzimmer zum Fest. Anschütz kauft sich ebenfalls einen, schleppt ihn nach Hause, stellt ihn in seiner Stube auf und schmückt ihn mit Kerzen. Und als der Baum dort steht, verflegt plötzlich all sein Ärger und seine schlechte Stimmung. Sofort beginnt er zu komponieren. Kein neues Lied, aber doch zwei neue Strophen für ein schon bestehendes, trauriges Liebeslied aus der Feder des Potsdamer Predigers August Zarnack, das von einer untreuen Geliebten handelt: „O Mägdlein, o Mägdlein, wie falsch ist dein Gemüt“, lautet ursprünglich die zweite Strophe. Dass sich seine Neuschöpfung schnell verbreitet, dafür sorgt Lehrer Anschütz durchaus auch selbst. Er unterrichtet weitere 30 Jahre. Und „O Tannebaum“ gehört im Musikunterricht zum Standard-Repertoire.





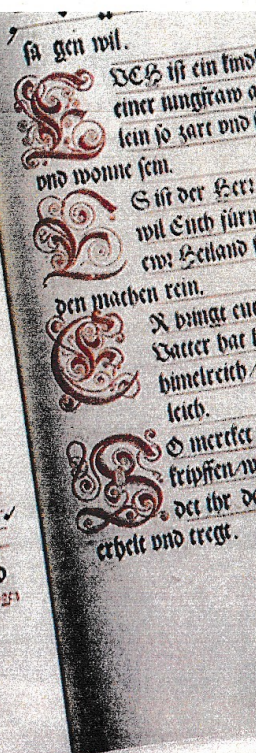
Rudolph, The Red- Nosed Reindeer

Millionen-Erfolg einer Malbuch-Geschichte

*Rudolph, the red-nosed reindeer
Had a very shiny nose.
And if you ever saw him,
You would even say it glows.*

*All of the other reindeer
Used to laugh and call him names.
They never let poor Rudolph
Play in any reindeer games.*

Johnny Marks, 1949



Im Herbst ist seine Frau gestorben, Robert May muss sich nun allein um seine vierjährige Tochter Barbara kümmern. Also nimmt er einen mittelmäßig bezahlten Job in der Kreativ-Abteilung eines Versand-Kaufhauses an. Kurz vor Weihnachten erhält er den Auftrag, ein Malbuch für Kinder zu erfinden. Und May hat sofort eine Idee: Mag seine Tochter nicht ganz besonders dieses Rentier, das sie neulich im Zoo gesehen hat? So entsteht 1939 die Legende von Rudolf, dem Rentier – einer der größten Bestseller der US-Geschichte. Und die Melodie? Robert May hat einen Schwager, Johnny Marks, der bis dato mehr oder weniger erfolglos Weihnachtslieder komponiert hat. Er gibt ihm den Text. Ob ihm dazu nicht eine Melodie einfallen würde? Marks komponiert – und es wird ein Welthit, der es bis heute zu jeder Adventszeit in die US-Charts schafft.

Umarmung aus Licht!

Zur Adventszeit können gar nicht genug Kerzen brennen, die uns mit ihrem Licht das Gefühl Geborgenheit geben. Geborgenheit bedeutet Ruhe, inneren Frieden und das Gefühl „Alles ist gut!“ in diesem Moment. Eine

Umarmung aus Licht kann uns Kerzenschein im Haus schenken oder draußen im winterlichen Garten, kann z. B. eine Laterne dem Herz warm leuchten.

Licht des Friedens

Jedes Jahr in der Vorweihnachtszeit entzündet ein Kind das Friedenslicht an der Flamme in der Geburtsgrotte Jesu Christi in Betlehem. Über Laternen wird es weitergegeben und in viele Städte verteilt. Als Zeichen des Friedens entzündet der Papst mit eben diesem Friedenslicht am Heiligabend eine Kerze und stellt sie in sein Fenster. Auch bei uns ist es alter Brauch, in der Heiligen Nacht helle Kerzen in die Fenster unserer Wohnungen und Häuser und auch in die Gärten zu stellen. Sie sollen den Gläubigen den Weg zur Christmette beleuchten und die frohe Botschaft verkünden, dass der dunkle Winter bald vergeht.



Düfte der Erinnerung!

Jeder noch so zarte Geruch vermag in uns jahrzehntealte Erinnerungen zu wecken. So kann uns das Aroma saftiger Orangen spontan in die Weihnachtszeit der Kindheit versetzen und uns mit einem intensiven Gefühl von Unbeschwertheit erfüllen. Verantwortlich für diese Zeitreisen ist unser Gedächtnis. Es speichert jeden Duft und verwahrt ihn in unserm Unterbewusstsein.



Süß duftender Christstollen

Zutaten
140 g Mandeln, 500 g Rosinen, 200 ml Milch, 70 g Hefe, 760 g Mehl, 350 g Butter, 90 g Zucker, 1 Ei, 170 g Orangeat und Zitronat, gemischt, gestiftelt, Salz, Gewürze für Stollen, Bittermandelöl

Mandeln goldgelb rösten. Rosinen für ca. 10 Min. in warmes Wasser legen, danach abtropfen lassen. Die erwärmte Milch mit der Hefe mischen. Alles mit 1/3 des Mehls zu einem Vorteig kneten. Restliches Mehl, Butter, Zucker, Ei, Zitronat u. Orangeat, Salz, Stollengewürz und Aromen zufügen. 15-20 Min. an einem warmen Ort ruhen lassen. Teig gut verkneten, Mandeln unterkneten. Rosinen zugeben und kurz verkneten, ca. 1 Stunde gehen lassen. Stollen formen und nochmals etwas ruhen lassen. Bei 200 Grad ca. 1 Stunde backen.

**Morgen kommt der
Weihnachtsmann,
kommt mit seinen Gaben.
Bunte Lichter, Silberzier,
Kind und Krippe, Schaf und Stier.
Affe, Hase, Teddybär
möchte ich gerne haben.**

Last Christmas

der Klassiker der Moderne

*Last Christmas I gave you my heart
But the very next day you gave it away
This year, to save me from tears,
I'll give it to someone special*

*Once bitten and twice shy
I keep my distance, but you still catch my eye
Tell me baby, do you recognize me?
Well, it's been a year, it doesn't surprise me.*

George Michael, 1984



Das Telefon klingelt unaufhörlich. Endlich nimmt George Michael ab. Es ist seine Plattenfirma. Ob er nicht kurz vor Weihnachten noch einen Weihnachtsong übrig habe, den man auf die Schnelle veröffentlichen könnte? „Leider nein“, lautet die Antwort. Aber für Ostern hätte er bereits eine super Idee. Ein Liebeslied. „Last Easter“. Der Musikproduzent ist begeistert. George Michael möge einfach Ostern gegen Weihnachten austauschen – also „Last Easter“ zu „Last Christmas“ machen. Sofort wird die Nummer im Studio aufgenommen, dazu ein Video im Skitort Saas Fee produziert. Am 15. Dezember 1984 ist es dann so weit: „Last Christmas“ läuft erstmals im Radio, wird sofort zum Mega-Hit – und bald darauf zum modernen Klassiker! Die Einnahmen aus den Rundfunk-Gebühren spendet George Michael übrigens alljährlich für gute Zwecke.



Markt und Straßen stehn verlassen,
still erleuchtet jedes Haus,
sinnend geh ich durch die Gassen,
alles sieht so festlich aus.



Stiller Zauber

Hier und da ein
Zweig mit Zieräp-
fel, die farbige Ak-
zente setzen.
Goldglänzende
Windlichter und
Großmutter's Re-
zeptbuch. Sie
kannte die
schönste Verwer-
tung für übrig ge-
bliebene Lebkü-
chen: Eine süße
Suppe!

In Erinnerung schwelgen

Wenn uns beim
Plätzchen backen
die herrlichen
Düfte an schöne
Momente aus der
Vergangenheit
erinnern?

Als wir Kinder in
der Weihnachts-
zeit bei der Mut-
ter in der Küche
saßen und beo-
bachtet haben,
wie sie die Back-
bleche mit
Teigsternchen
und -weih-
nachtsmännern
belegt hat.

Unternehme einen Spaziergang und überlege, was Dir daran so gut gefällt? Sei ein bisschen anders, als sonst und sage: „Alles sieht so festlich aus.“

Die Weihnachtsgeschichte



Transeamus usque Bethlehem

JOSEPH SCHNABEL

1767 - 1831

bearb.: Josef Gruber

Bass-Solo

B-Solo

B-Solo

B-Solo

S

A

mf Trans-e - a - mus us - que Beth-le - hem et vi - de - a - mus hoc verbum quod fa-ctum est.

f Trans - e - a - mus.

- ri - a glo-ri - a in ex - cel-sis Deo, in ex - cel-sis De - o, *mf* glo-ri-a, glo-ri-a,

- ri - a glo-ri - a in ex - cel-sis Deo, in ex - cel-sis De - o, *mf* glo-ri-a, glo-ri-a,

- ri - a glo-ri - a in ex - cel-sis Deo, in ex - cel-sis De - o, *mf* glo-ri-a, glo-ri-a,

- ri - a. glo-ri - a in ex - cel-sis Deo, in ex - cel-sis De - o.

Ein Dankeschön verschenken!
 Dankbarkeit ist das Gefühl des Staunens, des Dankbarseins und der Feier des Lebens, sagte einmal der Wissenschaftler Robert Emons. Ein Brief für die Schwester, eine innige Umarmung für die Mutter oder eine Einladung für die besten Freunde zum gemütlichen Essen.

Einzigartige Geschenke!

Glück bedeutet nicht beschenkt zu werden, sondern den liebevollen Gedanken dahinter zu erkennen, schrieb die Lyrikerin Anderson. Bei selbst gemachten Stücken aller Art ist es genau dieser liebevoller Gedanke der andere berührt.





Nicht nur die Wohnung
oder der Garten ändert
sein Gesicht.
Auch wir. Wir füllen unsere
Seele mit Wärme.
Wir kochen festlich für die
Familie.
Wir ziehen uns stimmungs-
voll an.
Wir haben Zeit für
Gespräche.
Wir tanken Kraft.

Die Wälder trösten

„Die Seele wird vom Pflastertreten
krumm. Mit Bäumen kann man wie
mit Brüder reden und tauscht bei
ihnen seine Seele um. Die Wälder
schweigen. Doch sie sind nicht
stumm. Und wer auch kommen
mag, sie trösten jeden.“, schrieb
Erich Kästner und erklärte damit,
warum Waldspaziergänge uns so
gut tun.



Der Kaffee am Nachmittag ist
der schönste Moment des Ta-
ges! Dazu gibt es selbstgeba-
ckenen Kuchen. ACDC-Musik
schallt durch die Woh-
nung. Dabei geben wir un-
serem Partner etwas Auf-
merksamkeit und gemein-
sam tanzend rocken wir
die Küche.





Es ist kalt in jener Weihnachtsnacht im Jahr 1818. Schnee fällt unaufhörlich und macht den Weg zur kleinen Kirche St. Nikola in Oberndorf beschwerlich. Die Menschen leiden Hunger. Plünderungen und Zerstörungen durch die napoleonischen Kriege und Missernten haben sie gezeichnet. Sie sehnen sich nach einer besseren Zeit. Doch auch die Christmesse steht unter keinem guten Stern. Die Orgel konnte nicht repariert werden. Voller Erwartung sitzt die Gemeinde (die Menschen der Gemeinde Oberndorf) in der Kirche und blickt auf ihren Pfarrer Joseph Mohr. Zusammen mit seinem Freund Franz Xaver Gruber stimmt er, nur von einer Gitarre begleitet, ein neues Lied an. Es sind die ersten Töne des Liedes „Stille Nacht“, das in jener Nacht vom Salzburger Land aus die ganze Welt erobert. Später schreibt der Pfarrer in seinen Aufzeichnungen über diesen Abend: „Sie neigten die Köpfe zur Seite und hörten aufmerksam zu. Und als wir alle sechs Strophen beendet hatten, baten sie uns, das Lied noch einmal zu singen. In ihren Augen stand plötzlich ein warmer Schimmer.“





Das alte Jahr neigt sich dem Ende, und wenn der große Zeiger der Turmuhr die letzten Minuten anzeigt, läuten nicht nur die Glocken der Kirchen in aller Welt, sondern es knallen jetzt auch die Sektkorken. Das festliche Klingen der Gläser beim Anstoßen wird allerdings meist überlagert vom Donner der Kanonenschläge und Raketen auf den Straßen.

Die Feuerwerke gehen übrigens auf einen uralten Brauch zurück: Früher meinte man, mit dem Getöse und dem vielen Krach böse Geister vertreiben zu können. Heute aber sollen Freude und Hoffnung signalisiert werden. Das neue Jahr soll noch besser, noch erfolgreicher, noch schöner werden als das Alte. Bei all dem Trubel sollte man sich Zeit für ein „Frohes, neues Jahr“ nehmen und mit Freunden, Bekannten oder der Familie feiern.

Silvester und Neujahr gelten als Höhepunkte der Weihnachtszeit, die am ersten Advent beginnt und mit dem Dreikönigstag am 6. Januar ausklingt. In den meisten Familien wird erst an diesem Tag der Weihnachtsbaum von den daran gehängten Süßigkeiten geplündert – ein freudiges Ereignis für die kleinen Schleckermäuler. Die Kerzen des Baumes sollten dann noch ein letztes Mal brennen.



Fröhliche Weihnacht überall,
tönt durch die Lüfte froher Hall.
Weihnachtsklang, Weihnachts-
baum, Weihnachtsduft in jedem
Raum.

Fröhliche Weihnacht überall,
tönt durch die Lüfte froher Hall.

Nur wenn wir in der Lage sind, echte Beziehungen zu anderen Menschen herzustellen, können wir wirklich glücklich werden. Denn die positiven Gefühle wie Glaube, Liebe, Hoffnung, sind nur erlebbar, wenn wir in Beziehungen zu anderen stehen.

Betthupferl

Bleibt Besuch über Nacht drückt ein Betthupferl als nette Geste Wertschätzung aus und gibt dem Gast das Gefühl, willkommen zu sein. Ein lieber Gruß von Hand geschrieben und ein paar Pralinen-Kugeln – mehr Vorbereitung braucht es nicht.

Gehst Du die Treppe nach oben? Überleg' ob nicht oben jemand auf Dich wartet?



Kunstwerk einer Winternacht

Die filigran verzweigten Eiskristalle des Raureifs — gefrorener Wasserdampf oder Nebel sind so einzigartig wie Schneeflocken.

Der erste Schnee

Eichhörnchen halten keinen Winterschlaf wie etwa der Igel, sondern Winterruhe — häufig sieht man sie sogar im Schnee nach ihren versteckten Vorräten suchen.

Verschneit liegt rings die graue Welt,
Ich hab' nichts, was mich freuet,
Verlassen steht der Baum im Feld,
Hat längst sein Laub verstreuet.

Der Wind nur geht bei stiller Nacht
Und rüttelt an dem Baume,
Da rührt er seinen Wipfel sacht,
Und redet wie im Traume.

Er träumt von künft'ger Frühlingszeit,
Von Grün und Quellenrauschen,
Wo er im neuen Blütenkleid
Zu Gottes Lob wird rauschen.



Wir müssen erst sehen, was wir machen,
um noch einmal Kind zu sein.
Dieses Gefühl kann Dir niemand
wegnehmen.

Der kleine Weihnachtsbote

Während sich die meisten Vögel mit ihren Rufen im Winter zurückhalten, verteidigt das Rotkehlchen sein Revier mit lautem Gesang.



Licht

Nun ist das Licht im Steigen.
Es geht ins neue Jahr.
Lass Deinen Mut nicht neigen,
es bleibt nichts wie es war.
So schwer zu sein, ist eigen,
dem Anfang immerdar.
Am Ende wird sich's zeigen,
wozu das Ganze war.
Nicht zage gleich den Feigen
und klage in Gefahr.
Schwing auf zum Sonnenreigen
Dich schweigend wie der Aar.
Und, wenn du kannst nicht schweigen,
so klage schön und klar.



Warum nicht jetzt? Urlaub!

Winterzauber und Silvester in den Bergen. Einen wunderschönen Urlaub über Silvester in den Bergen verbringen. Eine Pferdeschlittenfahrt durch den hohen Schnee oder Ski fahren. Draußen toben die Schneeflocken und legen Tannen in einen glitzernden Winterwald.



Eine Schlittenfahrt wäre jetzt auch schön. Einfach den Berg hinunterrodeln, unten in den Schnee legen und warten bis die Sonne kommt.



Wer stellt mir denn ein Pferd hierher?



Gib mir meinen Fotoapparat wieder zurück, sonst lege ich Dich in den Schnee.

Nach Hause kommen

Ob nach einem stressigen Arbeitstag im Büro oder einer langen Reise — es fühlt sich gut an, wieder nach Hause zu kommen. Denn zu Hause fühlen wir uns sicher und geborgen. Mit einem Dach über dem Kopf, gemütliche Räumlichkeiten und Menschen, die auf uns warten und uns lieben.

EINLADUNG

Zeit schenken ist eine der schönsten Arten, sich erkenntlich zeigen. Eine Einladung für einen Tag Verwöhnen kommt sicher gut an.



Schätze der Liebe

Die Kunst des Briefschreibens ist nicht anderes, als die Kunst, die Arme zu verlängern. In unserer schnelllebigen Zeit sind handgeschriebene Zeilen eher selten geworden. Deshalb bedeutet ein persönlicher Gruß heute umso mehr. Eine Wertschätzung des Schreibers mit der Botschaft an den Empfänger: Du bist mir wichtig!

Am Silvesterabend ist natürlich auch viel Zeit gegeben für einen Ausblick auf das neue Jahr: Was wird es bringen - wie wird es verlaufen, persönlich für die Familie, im Beruf? Die Beantwortung dieser Fragen fällt uns manchmal nur allzu leicht, denn die vielen Glücksbringer wie Kleeblätter, Hufeisen, Schornsteinfeger, Glückspilze und -schweinchen werden schon das ihre zu einem positiven Blick in die Zukunft beitragen. Darüber hinaus finden wir noch traditionelles Brauchtum. Im Vordergrund stehen abergläubische Gepflogenheiten: Horoskop und Orakel, Abwehr- und Beschwörungszauber, das Befragen der Zukunft.

Aus jener Zeit, als Weihnachten und Silvester an einem Tag gefeiert wurden und man Geschenke austauschte, stammt folgender Brauch von der Insel Fehmarn: Am Neujahrsmorgen gingen in der Stadt Burg und auf den Dörfern junge Burschen von Haus zu Haus und riefen in die Türen: „West so god und gevt mi en Grötlicht“ (Seid so gut und gebt mir ein Grußlicht). War die Antwort „Wi gevt keen Grötlicht“, so bekamen sie doch zumeist ein wenig Geld, dass das Grußlicht ersetzen sollte.

Auch sollte in dieser Nacht das Herdfeuer nicht ausgehen: Es bedeutet stets genügend Wärme und Nahrung.

Soweit die Historie - heute kennen wir vor allem noch solche Bräuche, mit denen man die Zukunft erforschen kann; halb schmunzelnd, halb ernst versuchen wir zu orakeln und meist enden diese Unternehmungen in einem großen Spaß.

Spätestens ein paar Minuten vor Anbruch des Neuen Jahres ist dann aber das schönste Spiel und der schnellste Tanz zu unterbrechen. Jeder erwartet mit Spannung die Stunde Null. Vielleicht bietet sich gerade jetzt die Gelegenheit für ein paar Augenblicke, in denen man das vergangene Jahr Revue passieren lässt und sich die berühmten guten Vorsätze für das kommende Jahr vor Augen hält. Wenn die Glocken dann schließlich das neue Jahr einläuten und die Silvesterraketen ihr prächtiges, farbenfrohes Schauspiel vollführen, dann sollten die Spekulationen verscheucht sein: Wer das neue Jahr heiter und unbeschwert beginnt, dem wird das Glück das ganze Jahr über hold sein.

Nimm Dir Zeit, um nachzudenken.
Es ist die Quelle der Kraft.
Nimm Dir Zeit, um zu träumen.
Es ist der Weg zu den Sternen.
Nimm Dir Zeit, um zu genießen.
Es ist die Belohnung Deines Tuns.



Kurz vor 24 Uhr kommen noch
ein paar Gedanken, die mich
glücklich sein lassen. Warum
nicht Wunderkerzen anzünden
und damit spielen?





Vom Glück des Tanzens

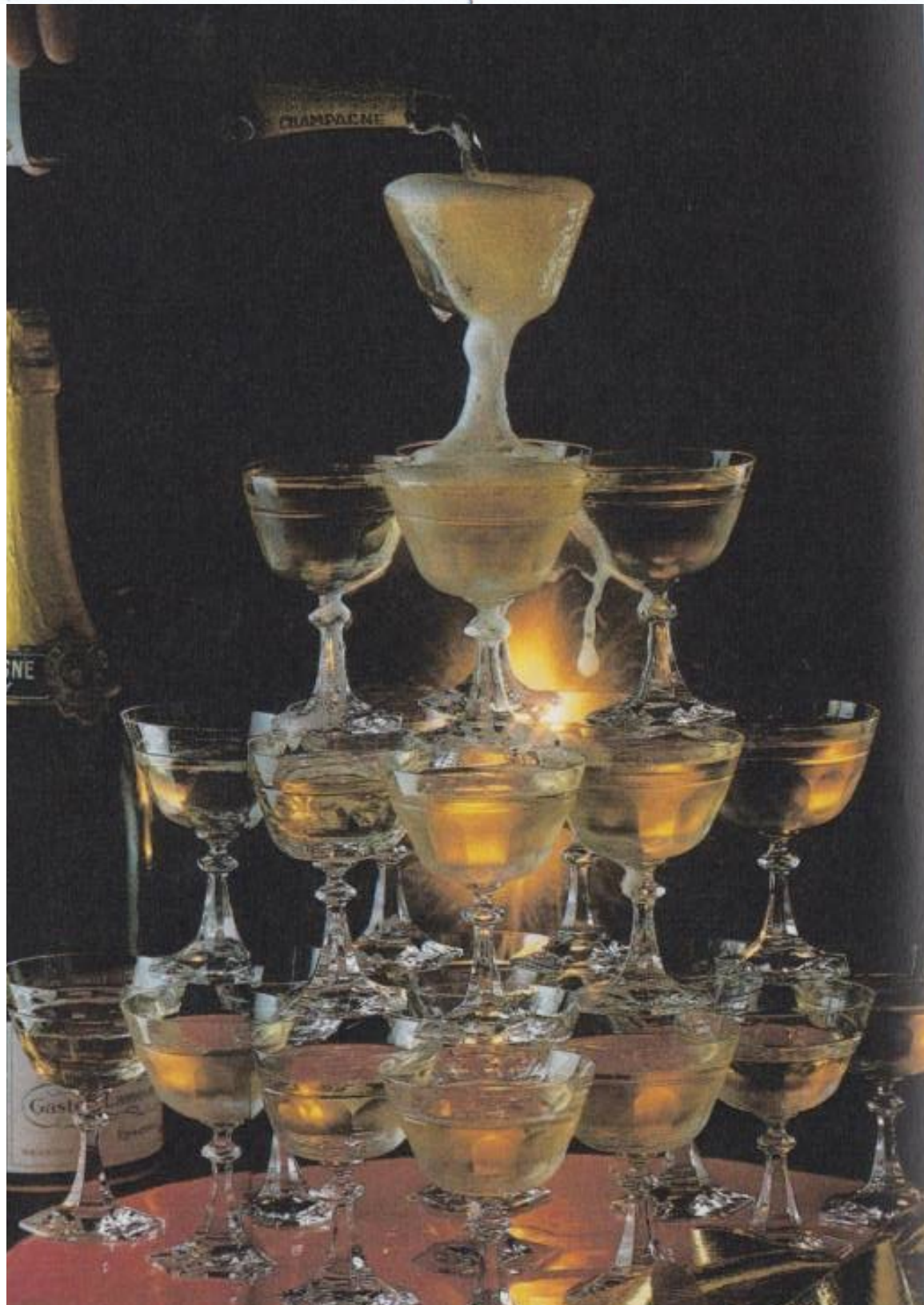
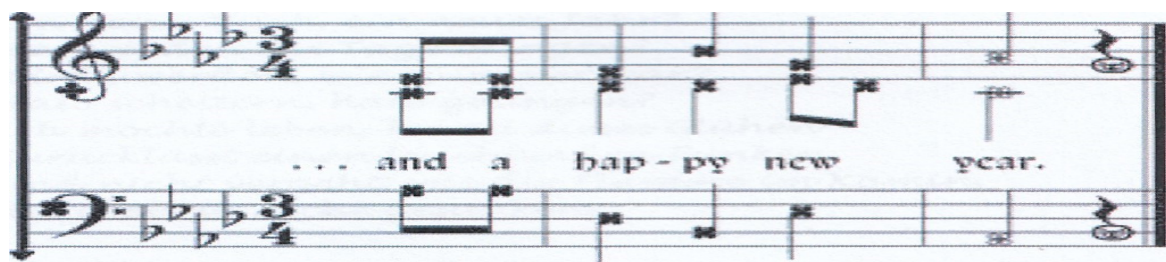
Tanzen ist wie eine Massage für die Seele. Kaum beginnen sich unsere Füße im Takt zu bewegen, zaubert sich auch schon ein Lächeln auf unser Gesicht. Als wäre unser Gehirn auf Tanzen programmiert, reagiert es auf rhythmische Bewegungen sofort mit der Ausschüttung des Glückshormons namens Serotonin.



Was feiern wir am letzten Tag des Jahres außer den Datumswechsel?

Genau genommen geht es nicht nur um eine neue Jahreszahl. Und auch nicht darum, mit viel Geböller böse Geister zu vertreiben. Wir feiern nämlich auch noch den Namens- und Todestag von Papst Silvester I. Er diente von 314 bis zu seinem Tod 335 n. Chr. der römisch-katholischen Kirche als Oberhaupt. Angeblich konnte er Kranke durch Handauflegen heilen. Heute gilt er als Schutzpatron der Haustiere und wird um eine gute Futterernte angerufen. Sein Name bedeutet „der Waldmann“ (von lat. Silva = „Wald“).

Gemeinsame Momente teilen und Blödsinn genießen.



1. Januar



Still und leise, auf diese Weise,
schicke ich eine Nachricht auf die Reise.
Mit viel Freude und herzlichen Grüßen soll sie dir
das Neue Jahr versüßen.



Ein üppiger Auftakt ins neue Jahr: Nicht nur am Himmel explodiert in der Silvesternacht ein buntes Feuerwerk. Auch in der Blumenvase darf es am Neujahrstag ordentlich krachen - aber mit Stil. Harmonische Farben, traumhaftschöne Blumen und überraschende Deko-Elemente: Fertig ist der rauschende Tisch-Schmuck.

Hereinspaziert!

Auch der Winter passt sich mit seiner Dekoration stimmungsvoll an.

Draußen Schneegestöber — und drinnen der Duft von Hei-
ßer Schokolade oder Zitronentee.

Die Magie der Wärme

Lagerfeuer sind nicht nur etwas für die Sommerzeit. Wie wäre es mit einem gemütlichen Winter-Lagerfeuer mit Feuertonnen oder -schalen im Garten? Denn das Flackern des Feuers schenkt uns ein Gefühl tiefer Zufriedenheit und Geborgenheit. Eine solche Magie aus Licht und Wärme kann uns ein gemütlicher Abend am Winter-Lagerfeuer schenken.

**Willkommen, lieber Winter,
Willkommen hierzu Land.
Wie reich bist du,
mit Perlen spielst du,
als wäre es Sand.
Den Hof, des Gartens Wege,
hast du damit bestreut,
sie an der Bäume Zweige
zu Tausenden gereiht.**



Der Zauber des Schnees!

Allein im unberührten Schnee rennen.
Wenn es frostig ist und Eiszapfen an
den Bäumen hängen, die Natur
genießen.



Eine Schneeballschlacht,
wenn die Sonne scheint und der
Schnee unter den Füßen knirscht.
Mit den Kindern im Schnee herumtol-
len und Schneemänner bauen.
Oder, den ganzen Tag Schlitten fahren
....

Irgendwie kommt dieser Schlitten nicht
so richtig auf Touren?

Spuren im Schnee

Wir alle hinterlassen Spuren. Spuren, die man bemerkt und solche, die man nicht sofort erkennt.

Bei allem was wir tun, hinterlassen wir sie. Alles Gesagte, jede Geste, jede Tat, sogar ein Lächeln ist eine Spur, die jemand hinterlassen und die sich in unser Herz eingepägt hat.



Manche von ihnen löscht der Alltag, andere hinterlassen komische Gefühle. Auch der Schnee taut Spuren wieder weg oder bedeckt sie mit neuem Schneefall. Manchmal sind wir froh, dass eine Spur zuge-
deckt wurde, weil sie wahrscheinlich jede Menge Aufregung erzeugt hätte. Deswegen sind Spuren der Zärtlichkeit wichtig, die die Tage etwas schöner machen und nur ein kleiner Teil unseres Lebens sind.

Ebenso wie die selten gewordenen Spuren im Schnee, die einen Spaziergang zu einem wunderschönen Erlebnis werden lassen und uns kein negatives Gefühl geben.



Vom Zauber der Raunächte

Es ist eine magische Zeit zwischen Heiligabend und dem Dreikönigstag. Jede Nacht steht symbolisch für einen der kommenden zwölf Monate. Was uns in den langen Winternächten in unseren Träumen begegnet, sagt viel über unser Schicksal aus. Eine wichtige Tradition der Raunächte ist das Räuchern: Weihrauch oder weißer Salbei vertreibt alte, negative Energien aus unserer Wohnung und lässt neue positive Energien herein - für ein erfüllendes Neues Jahr.

Hineinhören in die Stille

Die Raunächte sind eine Zeit des Lauschens; sie mahnen uns, hinzuhören und wahrzunehmen — die Worte eines anderen, die feinen Zwischentöne, die Stimme unseres Herzens...

6. Januar

In vielen deutschen Gegenden ziehen Sternsinger als Caspar, Melchior und Balthasar mit ihrem Gefolge durch die nächtlichen Straßen und sammeln süße Gaben als Lohn für ihren Gesang.

Die Heiligen Drei Könige oder die Weisen aus dem Morgenland - Caspar, Melchior und Balthasar - dürfen in keiner Weihnachtskrippe als Überbringer von Weihrauch, Myrrhe und Gold fehlen.

Einer von ihnen erscheint seit dem 15. Jahrhundert sogar als Mohrenkönig, Caspar war der Schatzgräber, Melchior König des Lichts. Noch heute schreibt man in manchen Gegenden ihre Anfangsbuchstaben C - B - M mit geweihter Kreide über Haus- und Hoftüren und spricht dabei:

„Caspar, Melchior,
Balthasar
behütet uns auch für dieses Jahr
vor Feuer und vor Wassergefahr.“





Warum nicht bei Kerzenschein dein Lieblings-essen genießen?

Für eine schöne Atmosphäre

Ein leidenschaftlich, schöner Strauß mit Amaryllis, Rosen und Nelken in den Farben bordeaux bis zartrosé, in einer weißen Vase.



Draußen ist es wunderbar heimelig, wenn es draußen kalt ist. Doch auch im Freien lässt sich ein Wintertag herrlich genießen. Mit Jacke, Schal und Handschuhen ist man bestens für einen Winterspaziergang gerüstet. Und, damit es auch von innen warm wird, befüllt man vor dem Ausflug eine Thermoskanne mit seinem Lieblings-Heißgetränk. Ganz gleich, ob die Nasenspitze von der klirrenden Kälte gerötet ist und die Hände klamm sind, ob es schneit oder die Sonne den Schnee glitzern lässt: Etwas Warmes braucht der Mensch!

Sei es Tee mit Rum, Eierlikör, heiße Früchtebowle, für die Kinder Kakao, Kinderpunsch oder heiße Zitrone. Es gibt für jeden das richtige Getränk.

Auch kleine Leckereien sind zusätzliche Herzwärmer.

Was gibt es schöneres, als nach einem solchen Spaziergang mit der Familie in der warmen Küche zu sitzen und ein winterliches Spritzgebäck zu backen oder eine schöne Winter-Deko zu basteln.

Wer gerne liest, findet seinen Platz im Feuer-schein vor dem Ofen.



Sich Zeit für ein gemeinsames Hobby nehmen. Das bringt Freude.



Die Wintersonne genießen und warm angezogen einen Spaziergang machen. Durch den Schnee laufen und die Natur erleben.

...oder man macht es sich auf dem Schlitten bequem oder man rast mit den Skiern in's Tal oder man beißt sich an den Schlittschuhen fest und stürmt die Eisfläche.

Da hab' ich doch tatsächlich die Kurve nicht gekriegt.



... manchmal haut es einem vom Schlitten.

Bist Du nicht für Schnee? Dann hilft hier keine Schlittenfahrt, sondern nur eine Tasse Kaffee oder Tee.

Gemeinsam Kaffee oder Tee trinken und die restlichen Weihnachtsplätzchen essen.



Auf welche Situation im vergangenen Jahr blicke ich mit einem Lächeln zurück? Was gibt mir hier Erfüllung und was bestimme ich für nicht gut? Es ist die Liebe zu allem, die mich glücklich sein lässt.



Die Weihnachtszeit ist vorbei. Der Stress auch. Das neue Jahr ist nun da. Warum jetzt nicht mit der Familie einen Urlaub planen?

Köstliche Traditionen

Abends, bevor ich schlafen gehe, stelle ich noch einmal die Stiefel vor die Tür. Auf wundervolle Weise füllen sie sich dann vielleicht noch einmal mit einem Weihnachtsmann, Nüssen oder guten Schoko-Kugeln oder warum nicht auch mit einem Tannenzweig? Ist das etwa keine gute Idee?



Die blaue Luft ist stille; hell wie Kristall blinkt überall der Fluren Silberhülle!



Ausflug mit dem Schlitten

Morgen früh mache ich wieder einen Ausflug mit meinem Schlitten. Wenn ich dann zu schwer für meinen Schlitten geworden bin, ist bestimmt nicht die gute Lindt-Schoko-Kugel daran schuld, die ich noch spät abends zu mir nehme, nein, ich habe nämlich morgen früh eine große Ladung mit feinsten Schokokugeln in meinem Rucksack.

Mit der Familie oder Freunden den Tag genießen.

Wenn der Abend dir gehört....

Ruhe, Muße, Entschleunigung

Wahre Genießer zelebrieren ihren Feierabend mit einer Tasse Tee oder einem Glas Rotwein und dazu ein Stück feinste, dunkle Schokolade mit dem etwas bitteren und rauchigen Geschmack. Oder den reinen Kakaogeschmack für den echten Kenner. Um die feinen Unterschiede herauszuschmecken, braucht es etwas Übung.

Je höher der Kakaoanteil, um so mehr Zeit solltest du deinen Geschmacksnerven geben, um die Vielfalt der Aromen auf sich wirken zu lassen. Weniger ist mehr: Lieber mit einem kleinen Stück beginnen und diese bewusst erleben. Dafür stehen dir alle fünf Sinne zur Verfügung: Sehen, tasten, hören, riechen und schmecken.

Vorfreude kommt beim Öffnen der Packung auf. Nimm die Tafel aus der knisternden Folie und betrachte sie.

Wie würdest du die Farbe beschreiben?

Breche ein Stück von der Tafel ab.

Wie fühlt es sich an, dieses Stück im Mund schmelzen zu lassen?

Neben dem typischen Kakaogeschmack ermittle die Merkmale seiner Herkunft. Einige dieser Aromen lassen sich auf den Ursprungsort der Zutaten zurückführen. Klima und Bodenverhältnisse haben großen Einfluss auf den Geschmack des Kakaos. Würdest du darauf kommen, dass dies edle Kakaobohnen aus Süd- und Zentralamerika sowie Westafrika sind?

Auch bei der anschließenden Verarbeitung braucht es sehr viel Expertise:

Jede Kakaosorte wird individuell geröstet und gemahlen.

Wenn die Schokoladen-Experten schließlich beim Conchieren der Schokolade den letzten Schliff verleihen, entsteht ein Geschmackserlebnis, das uns bei entspanntem Genuss den Abend genauso veredelt wie eine Tasse erlesenen Tees oder ein gutes Glas Wein.

So wie ein Maler mit Pinsel und Farbe seiner Kreativität freien Lauf lässt, um sein Können unter Beweis zu stellen, bieten auch Schokolade und ihre Zutaten unendlich viele Möglichkeiten der Verarbeitung. Damit am Ende ein kleines Kunstwerk entsteht, ist das über Jahrzehnte gesammelte Wissen wichtig und jede Menge Fingerspitzengefühl von dem Schokoladenteam gefragt.



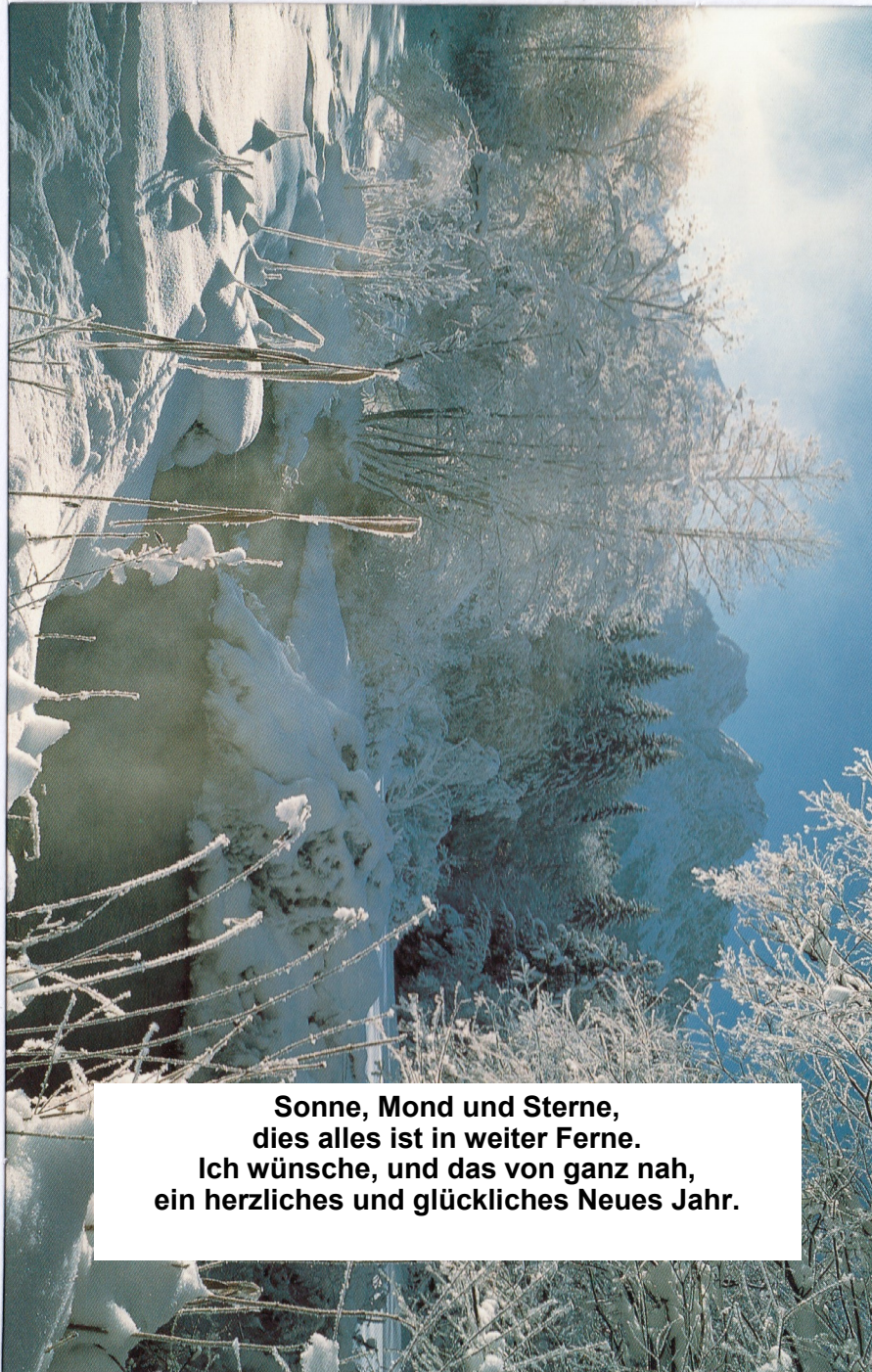
zungengefühl von dem Schokoladenteam gefragt.



Vier Elemente innig
gesellt, bilden das
Leben, bauen die
Welt.

Ein Jahr ist nichts, wenn man's verputzt,
ein Jahr ist viel, wenn man es nutzt.
Ein Jahr ist nichts, wenn man's verflacht,
ein Jahr war viel, wenn man es ganz durchdacht.
Ein Jahr war viel, wenn man es ganz gelebt,
in eigenem Sinn genossen und gestrebt.
Das Jahr war nichts, bei aller Freude tot,
das uns im Innern nicht ein Neues bot.
Das Jahr war viel, in allem Leide reich,
das uns getroffen mit des Geistes Reich.
Ein leeres Jahr ist kurz, ein volles lang:
Nur nach dem vollem misst des Lebens Gang.
Das Jahr verhallt und ist am Ziel
Du, Gott des Himmels und der Erde,
du gabst uns manches, gabst uns viel.
Ein leeres Jahr ist Wahn, ein volles wahr,
darum Glück für das kommende neue Jahr.





**Sonne, Mond und Sterne,
dies alles ist in weiter Ferne.
Ich wünsche, und das von ganz nah,
ein herzliches und glückliches Neues Jahr.**