

8 VORWORT

Durch das Jahr

FESTE IM KIRCHENJAHR

- 12 Der Wunsch, dass das Wünschen wieder hilft. Advent
16 „Krippe gucken“. Weihnachten
19 Der Weihnachtsengel. Plädoyer für ein weihnachtliches
„Stehrumchen“
22 „Setz alles auf Anfang!“ Aschermittwoch
26 „40 Tage gönnen“. Fastenzeit
29 Ostern: kein Scherz!
32 Österliches Fahrgefühl. Christi Himmelfahrt
35 Die große Sprachverwirrung. Pfingsten

Die Feste feiern, wie sie fallen

FEST- UND GEDENKTAGE

- 40 Lichtverbreiter. Sankt Martin
- 43 Die kleinen Dinge im Alltag. Elisabeth von Thüringen
- 47 Mehr als nur ein Stiefel. Nikolaustag
- 50 Seelenbalsam für Königskinder. Christkönigsfest
- 53 Sich gut verstanden fühlen. Marienfeste
- 56 „Ich denk, es war ein gutes Jahr!“ Silvester
- 59 „Mache nie die Rechnung ohne den Joker!“ Neujahr
- 61 Die Schöpfung bewahren. Welttag der Erde
- 65 Mit Humor geht alles leichter. Welttag des schallenden Lachens

Schöne Traditionen

BRÄUCHE IM JAHRESLAUF

- 70 Mal wieder was zum Blühen bringen. Barbarazweige
- 73 „Nicht alles auf einmal!“ Der Adventskranz
- 76 „Sei verrückt!“ Karneval
- 79 Kerzen gegen die Halsschmerzen. Blasiussegen
- 81 Nur schnöder Mammon? Valentinstag

Dein persönlicher Tag

INDIVIDUELLE FEST- UND GEDENKTAGE

- 86 Den Ring polieren. Hochzeitstag
- 89 Die Stunde null. Todestage
- 91 Die Story hinter den Namen. Namenstage
- 93 Weißer Sonntag. Tag der Erstkommunion

Stationen des Lebens

LEBENSEREIGNISSE

- 98 Keine Erinnerung. Geburt
- 100 Tanz in die lebenslange Zweisamkeit. Hochzeit
- 103 Offene Wunden. Leidenszeiten
- 106 Heimat. Nach Hause kommen
- 109 Zeit für Experimente. Beten
- 111 Dem inneren Feind den Kampf ansagen. Angst
- 114 Jenseits der Tränengrenze. Zeiten der Krankheit
- 116 „Adieu“. Momente des Abschieds
- 118 Über das Ende nachdenken. Tod

Die Jahresuhr steht nicht still

DIE VIER JAHRESZEITEN

- 124 Das Leben erwacht. Frühling
- 127 „Zum Teufel mit der Wetter-App!“ Sommer
- 130 Das Ende der Saison. Herbst
- 133 Einfach mal so dasitzen. Winter
- 136 Rückschau und Zukunftsmusik. Zwischen den Jahren

Fixpunkte im Alltag

KLEINE RITUALE

- 142 Im Hamsterrad. Das Montagsgefühl
- 146 Das Frühstücksei. Sonntagsfrühstück
- 149 Schlechte und gute Nachrichten.
Zeitung lesen
- 152 Ermitteln und überführen. „Tatort“ sehen
- 156 Mit der Bibel in der Nähe. Nachrichten
schauen

- 160 QUELLENNACHWEIS