

VORWORT

9

LICHT

Farbe bekennen	12
Winterlicht ...	14
Ein Licht im Fenster	16
Licht spüren	17
Die blaue Stunde	18
Gedanken vor einer brennenden Kerze	20
Deine leuchtende Stimme	22

WÄRME

Warum ich jedes Wetter liebe	26
Teezeremonie	27
Altes Kaminstück	28
Brot in deiner Hand	30
Eintopftage	36
Rote Linsensuppe	37
Das Lied des Feuers	38

STILLE

Watteweich geborgen	42
Das Dorf im Schnee	43
Stille erfahren	44
Seelenruhe	45
Das Geräusch	46
Ruhe finden	47
Momente der Stille	48
Wie der Schnee seine Farbe bekam	50

GEBORGENHEIT

Warm eingepackt	54
Meine Kuscheldecke und ich	55
Geborgenheit	56
Am Ufer des Augenblicks	57
Raum der Sehnsüchte	58
Wie ein Traum	59
Geborgenzeit	60
Zuhause	61
Familienkeks	62

MITEINANDER

Winterbesuche	66
Einladung	68
Unerwartet	69
Winterblues? Nein, danke!	70
Süßes Winterbrot	74
Kleine Aufmerksamkeiten	76
Gott lieben	77
Winter-Entdecker	78

WEG

Die Tür	82
Winterspaziergang	83
Eigene Wege gehen	84
Loslassen	86
Ein Weg zu mir	87
Mein Standort	88
Zeit zum Wünschen	89
Winterwunder	90
Einmal quer durch das Tal	91

FREUDE

Flocken-Glücksgefühle	94
Schneeflocken	95

Mit einem großen Klecks Sahne	96
Wohlfühl-Waffeln	97
Lächeln	98
Gutes erkennen	99
Weisse Schönheit	100
Staunen	102
Dankbarkeit spüren	103

RAUM

Ein feiner Duft zieht durch das Haus	106
Winterlicher Bratapfel	107
Die Wüste ist schön	108
Innerer Raum	110
Ganz bei mir sein	111
Tür meines Herzens	112
Der mich trug	113

GEMÜTLICHKEIT

Winter-Wellnesstag	116
Schenk dir eine Umarmung	117
Orangen-Momente	118
Kleine Auszeit	121
Atme und spüre	122
Winterabend im Zimmer	123