

# Inhalt

Vorwort 9

## A

Almleben 13

An mir herumzupfen 20

## B

Beginn einer Liebe 23

Bewegungstrieb 35

Beziehungseier 46

Bud-Spencer-Suppe 47

## C

Christian, so wie er mich sieht 53

## D

Dampfnudelberühmtheit 63

## **E**

Eifersucht 67

Einatmen 70

Empathie und Fair Play 74

»Es ist« 77

Evi Blitz 78

## **F**

Fasten 81

Fitnessdrink 83

Freundin und ein VW Variant 84

## **G**

Geschenke 91

Glücksbringer 98

Goethe in der Gletscherspalte 101

## **H**

Himalaya, ganz persönlich 107

Hochzeitstag, immer wieder gern vergessen 110

Hose runter 112

Hüte, insbesondere die Hüte meiner Mutter 119

## **I**

Idol große Schwester 123

I'm for soccerplayers 128

## **J**

Jil und Manolo 135

## **K**

Kaiserschnitt oder nicht? 141

Kirche 146

Kochbücher 151

## **L**

Lebensmotto 153

Legendenrennen 155

Leidenschaftliches Engagement 160

## **M**

Marmelade, selbst gemacht 163

Mauerspleen 164

Mit mir ins Reine kommen 171

## **N**

Notizbuch ganz privat 175

Nordic Walking 178

## **O**

Osterkerze 187

## **P**

Palmstrauß 191

Pantoffeln im Schloss Bellevue 192

Papst Benedikt XVI.: »Kann ich gut gebrauchen« 195

## **Q**

Quelle 199

Querbeet 200

## **R**

Robuste Gesundheit 203

## **S**

Schlechte Laune 205

Schnee 206

Schweinebraten & Co. 209

Skizirkus 213

Speckmessen 217

## **T**

Teatime mit Nymphenburg 223

Technik 225

## **U**

Überlebenstraining Nähmaschine 227

## **V**

Von Gold, Gold, Silber 229

## **W**

Weihnachten 237

## **X**

X x 3 249

## **Y**

Yoga mit Ameli 255

## **Z**

Ziegenmilch 257

Zivilisation in der Hütte 259

Ziele 259