

# 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 × 3 249

**Y**

Yoga mit Ameli 255

**Z**

Ziegenmilch 257

Zivilisation in der Hütte 259

Ziele 259