

## Leseprobe



### **Kalender »Alles hat seine Zeit 2024«**

Der Kalender für Frauen – Natürlich leben. Christlich leben.


432 Seiten, 14,5 x 22 cm, gebunden

**ISBN 9783746261379**

Mehr Informationen finden Sie unter [st-benno.de](http://st-benno.de)

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2023

A photograph of a seashell on a beach. The shell is in the foreground, showing its spiral and ridges. The background is a soft-focus sunset over the ocean, with warm golden light and a blue sky. The text is overlaid on the right side of the image.

## Mit dir durch alle Stürme

Gott ist mein Kompass.

Er zeigt mir die Richtung. Er kennt meinen Kurs  
und einen ruhigen Platz für die Nacht.

Er bläst frischen Wind in meine Segel  
und lenkt mich sicher durch alle Wasser.

Ich werde nicht auf Grund laufen.

Ich werde ankommen.

Und muss ich auch durch Stürme  
und hohe Wellen, fürchte ich mich nicht,  
denn du bist bei mir.

Du leitest mich zum Hafen.

Du zeigst mir Möwen, Sonne und Weite.  
Ich staune über die Schönheit des Meeres.

Ich bin frei. Und ich finde meinen Weg  
und meinen Ankerplatz.

Du, Gott, bist bei mir. Jeden Tag.

*Katharina Gralla*

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind  
im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

**Besuchen Sie uns im Internet unter:**  
**[www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)**

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in  
unserem Newsletter zum Verlagsprogramm, zu Neuerscheinungen  
und Aktionen. Einfach anmelden unter [www.vivat.de](http://www.vivat.de).

ISBN 978-3-7462-6137-9

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig

Umschlaggestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig  
Autorinnenteam: Patricia Fritsch, Brigitte Goßmann, Stefanie Heckl, Martina  
Liebhäuser-Haggenmüller, Claudia Pfeil, Stephanie Schwenkenbecher und Elisa  
Vogginger (siehe auch Quellenverzeichnis unter Autorinnentexte)  
Gesamtherstellung: Kontext, Dresden (A)

# Alles hat seine Zeit

Alles hat seine Zeit – im Wellengang des Lebens: glückliche Erlebnisse und dankbare Freude, aber auch alltägliche Herausforderungen und traurige Augenblicke. Der Frauenkalender „Alles hat seine Zeit“ lädt Sie ein, wieder durchzuatmen, Ruhe und Entspannung zu finden und Zeit, bei sich selbst vor Anker zu gehen. Alles hat seine Zeit – das ist nur Ihre Zeit, in der dieser Kalender Sie unterstützen möchte, still zu werden. Lassen Sie sich von den Gedanken, Gebeten und Anregungen für ein erfülltes Leben aus dem Buchkalender begleiten und gewinnen Sie mit weniger Ballast wieder neue Kraft.

Alles hat seine Zeit – mögen Sie die leeren Zeilen in diesem Kalender füllen mit unvergesslichen Momenten, kostbaren Begegnungen und segensreichen Ereignissen, die in diesem Jahr der frische Wind in Ihren Segeln sein sollen.

2024 wartet mit unzähligen himmlischen Möglichkeiten auf Sie. Gönnen Sie sich immer wieder Auszeiten und kehren Sie in den Hafen des Glaubens ein.

Alles hat seine Zeit – schenken Sie sich frische Luft für die Seele und vor allem seien Sie im Herzen immer gewiss, dass „die Hoffnung der sichere und feste Anker unserer Seele ist“ (Hebr 6,9), denn alle Tage sind wir getragen und begleitet.

Das wünscht Ihnen

Ihr „Alles hat seine Zeit“-Autorinnenteam

Ich habe das Gefäß meines Herzens  
in diese schweigende Stunde getaucht.  
Es hat sich mit Liebe gefüllt.

Rabindranath Tagore

## Auf dem Grund

Das menschliche Herz ist ein überaus aufnahmefähiges Organ für alles, was von außen an Bildern, Eindrücken und Emotionen auf es einströmt. In guten Momenten läuft das Gefäß unseres Herzens über vor Freude oder Glück. In traurigen Zeiten fühlt es sich bleischwer an von Kummer und Leid, die tief hinunter auf den Boden gesunken sind. Manchmal wiederum bleibt in ihm nichts als eine trockene, öde Leere zurück und man fühlt sich wie abgeschnitten vom Strom des Lebens.

Was bringt das Herz dazu, sich wieder als das zu spüren, was es im Innersten ist, ein wundervolles Organ der Liebe? Man kann ihm eine Stunde in Schweigen schenken. Und sich dabei eine kleine Imagination gönnen. Dazu kann man sich vorstellen, wie ganz langsam klares Wasser hineinströmt und die Herzzinnenwände erfrischt. Man schaut diesem Fließen so lange zu, bis sich mitten im eigenen Herzen ein See gebildet hat. Das Strömen hört langsam auf, die Oberfläche wird glatt und ruhig. Der See ist wunderbar klar. Man sieht hinunter bis auf seinen tiefsten Grund. Wenn man gesammelt bei diesem inneren Bild bleibt, kann man körperlich spüren, wie sich das eigene Herz weitet. Wie es sich wieder als Raum von Güte und bedingungsloser Zuneigung erfährt. Und dann entdeckt man auch, schwebend auf dem Wasser der Stille, die Blüten der Liebe, die man glücklichen Herzens an andere weiterschenken kann.

Marion Küstenmacher

SonntagsZeit

WOCHENSEGEN

Wechselnde Pfade,  
Schatten und Licht –  
alles ist Gnade.

Fürchte dich nicht!

Baltischer Segenswunsch



29

Ich bin berufen, etwas zu tun oder zu sein,  
wofür kein anderer berufen ist.

John Henry Newman

Es darf so mancher Talentlose von dem  
Werk so manches Talentvollen sagen:  
Wenn ich das machen könnte,  
würde ich es besser machen.

Marie von Ebner-Eschenbach

30

Segne mich und mein Handeln, guter Gott,  
damit ich meine Fähigkeiten entdecken lerne und  
so mein Leben für andere ein Segen sein kann.

Mein Potenzial entdecken –  
Positiv und erfüllt leben

## Genießen will geübt sein

Vieles regt meine Sinne an und bereitet mir körperliches oder geistiges Wohlbehagen. Jede von uns kennt das Gefühl, ein schmackhaftes Essen, ein Glas Wein, einen Eisbecher zu verschlemmen und die Nachteile kalorienreicher Speisen mal außer Acht zu lassen. Ein guter Film, ein spannendes oder interessantes Buch, die Wunder der Natur, lebendige Gespräche, gekonnte Berührungen; was als Genuss empfunden wird, ist subjektiv, also individuell unterschiedlich, auch wenn es offensichtlich gemeinsame Nenner gibt, so z.B. gibt es viele Menschen auf der Welt, die Schokolade lieben. Wenn ich immer alles habe, was ich mir gerade wünsche, kann das Bewusstsein für das Besondere, für den „Genuss“ verloren gehen. Alles, was ich häufig tue, kann langweilig und bedeutungslos werden. Mit kleinen „Ich“-Bewusstseinsübungen lässt sich auf einfachem Weg „Genuss neu entdecken“, auch wenn es um meine Person, mein Ich, meine Bedürfnisse geht. Genussmensch sein heißt, sich tagein tagaus im Blick zu haben, zu spüren, welche Talente in mir schlum-

mern und entdeckt werden möchten. Leben heißt genießen – nicht ausgerichtet auf Hochleistung oder materiellen Luxus, sondern auf das Leben inmitten der Schöpfung mit einem Ja zu mir selbst. Es gibt kaum etwas Schöneres, als zu sagen: Ich kann es gut mit mir aushalten; ich kann es genießen einzuatmen und wieder auszuatmen; ich kann meine eigenen Talente und Gaben genießen. Wer sich selbst ab und an genießt, genießt die Freude an der Kindschaft Gottes.

Guter Gott, du hast mir Talente geschenkt,  
die mich das Leben entdecken lassen.  
Schenke mir die Gelegenheit,  
auch die Gaben an mir zu finden,  
die ich bislang nicht aktiv gelebt habe.

Freundliche Worte können kurz und leicht zu sprechen sein, aber ihre Echos sind wahrlich endlos.

Mutter Teresa

Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern den der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.

2 Tim 1,7

## Geist Gottes

Geheimnisvollstes Geheimnis!  
Wurzelnd im Urgrund der Liebe.  
Strom, das karge Land überflutend,  
dass es ergrünt und Brot für alle trägt:  
Komm doch!

Regen, die geborstenen Furchen der Bäche  
mit Leben füllend,  
dass die Wüste erblüht und bewohnbar wird:  
Komm doch!

Feuer, lösend die Erstarrung der Furcht,  
schmelzend das Eis der Einsamkeit,  
dunkle Schluchten des Leidens erleuchtend,  
Gold der Liebe, aus dem Gestein der Ichsucht befreiend:  
Komm doch!

Uns ist, als hätten wir Menschen  
nie so wenig von dir gewusst wie heut,  
obwohl wir Grenze um Grenze überschritten haben.  
Uns ist, als hätten wir Menschen nie so nach dir gerufen,  
obwohl unsere Zungen versiegelt sind.  
Komm doch!

Christa Peikert-Flaspöhler

Komm, Heil'ger Geist,  
der Leben schafft, erfülle uns mit deiner Kraft.  
Dein Schöpferwort rief uns zum Sein:  
Nun hauch uns Gottes Odem ein.  
Komm, Tröster, der die Herzen lenkt,  
du Beistand, den der Vater schenkt;  
aus dir strömt Leben, Licht und Glut,  
du gibst uns Schwachen Kraft und Mut.

Deutsche Übertragung von Veni Creator Spiritus

GEBET

SEGEN

Segne mich, sende mich,  
o Heiliger Geist, schenke richtige  
Worte und herzensgute Taten.  
Sende mich, deine Liebe  
weiterzutragen. Amen.



Ein Freund in der Not ist besser  
als Meeresstille nach Sturm.

Euripides

## Vertrauen weit wie das Meer

„Da stand er auf, drohte dem Wind und sagte zu dem See: Schweig, sei still! Und der Wind legte sich und es trat völlige Stille ein. Er sagte zu ihnen: Warum habt ihr solche Angst? Habt ihr noch keinen Glauben?“ (Mk 4,39 f.). Der See Gennesaret ist der am tiefsten gelegene Süßwassersee der Welt. Je nach Jahreszeit wehen verschiedene Winde. Am Nachmittag und am Abend weht in der Sommerzeit meistens der Westwind. Er kühlt die Hitze ab. Im Winter und im Frühjahr kann der Ostwind sehr gefährlich werden, denn er kann sich plötzlich zu einem heftigen Sturm entwickeln. Solch ein Sturm ereilte die Fischer. Warum fordert uns das Evangelium heraus? Es ist die Angst, die uns alle beschäftigt, die Angst, die uns selbst die Fragen stellt, die Angst, die uns Hoffnung nimmt und unser Vertrauen in Jesus schwanken lässt. Im Gleichnis geht es um unsere Erfahrung mit den Stürmen auf dem Meer des Lebens, mit denen wir uns konfrontiert sehen. Oftmals sehe ich Erwachsene die Kinder an der Hand führen, während diese über die kleine, hüfthohe Mauer am Stadtrand balancieren. Die Mauer wird drei Mal unterbrochen durch schmale Steinstufen, die in einen Garten führen. Die Spalten in der Mauer sind zu breit, um von dem Kind übersprungen werden können. Die Lösung liegt im grenzenlosen Vertrauen, dass die Älteren sie auffangen, wenn die Kinder springen und sich auch wieder auf die Mauer stellen, um ihren Weg weiterzugehen.

SonntagsZeit

Du mütterlicher  
Gott, lass mich  
deine Nähe spüren  
in meinen Ängsten  
und Sorgen.  
Lass in mir  
das Vertrauen wachsen,  
dass ich mich auf dich  
verlassen kann.  
Lass mich in den  
Stürmen meines Lebens  
deine Stimme hören,  
die dem Bedrohlichen  
zuruft: „Schweig, sei still!“

WOCHENSEGEN

Wartet nicht auf die Zeit,  
denn die Zeit wartet nicht auf euch.

Katharina von Siena

Wenn der Himmel einen  
Menschen erschaffen hat,  
muss es für ihn auch eine  
Aufgabe geben.

Asiatische Weisheit

Was ich mit der Zeit mache, die du  
mir schenkst, liegt in meinen Händen.  
Begleite mein Leben in dieser  
kostbaren Zeit.

## Keine Zeit

Keine Zeit!  
Keine Zeit  
auf mich selbst zu sehen  
und mich selbst zu erkennen.

Keine Zeit!  
Keine Zeit  
auf mich selbst zu hören  
und mich selbst zu verstehen.

Keine Zeit!  
Keine Zeit  
mich selbst zu spüren  
und mich selbst zu finden.

Höchste Zeit!  
Höchste Zeit  
den Blick zu verändern  
und mir selbst Beachtung zu schenken.

Hannelore Bares

Segne das, was unser Wille sucht.  
Segne das, was unsere Liebe braucht.  
Segne das, worauf unsere Hoffnung ruht.  
Segne unseren Blick und unsere Begegnungen.

Nach einem altkeltischen Segensgebet





Gedanken machen groß,  
Gefühle reich.

Quintilian

Du hast mein Klagen  
in Tänzen verwandelt.

Ps 30,12

Vertrauen  
zu folgen in die Dunkelheit  
dem Heiland ohne Grauen,  
ihm blindlings zu vertrauen,  
ist meine Seligkeit.

Elisabeth Josephson

GEBET

Mögest du jeden Tag spüren,  
dass auch die finsterste Stunde  
einen göttlichen Schimmer besitzt.

Irischer Segenswunsch

SEGEN

Balsam für die Seele – Gelassenheit im Alltag finden

## Gefühlspakete

Gefühle sind die größten Geschenke. Sie kommen an wie Päckchen per Paketdienst. Manchmal ist niemand zu Hause, wenn sie kommen. Manche Pakete werden zwar angenommen, aber in die Ecke gestellt. Andere werden geöffnet und der Inhalt kommt an. So ist es auch mit den Gefühlen. Sie werden uns zugestellt, aber manchmal wollen wir sie nicht annehmen. Zum Beispiel unerwünschte Gefühle.

Die Päckchen mit den Gefühlen, mit allen Gefühlen, auch wenn Angst, Wut oder Trauer drin sind, sind nämlich ein großes Geschenk. Sie sagen uns etwas Wichtiges und oft etwas Richtiges. Es ist gut, sie aufzumachen.

Wenn jemand Angst vor etwas hat und das Gefühl annimmt, kann er andere um Hilfe bitten und zum Beispiel fragen, ob sie an ihn denken oder für ihn beten. Das kann ganz tolle Dinge nach sich ziehen: Eine Freundin schickte mir von einer Reise aus jeder Kirche ein Bild von einer brennenden Kerze. Als sie am Meer war, nahm sie eine Muschel, steckte ein Teelicht hinein und schickte mir das Bild. Das Licht, das sie angezündet hat, hat mich erreicht. Und sie fand es einfach nur toll, mir helfen zu können.

Ruth Lehnen

### Wenn die Angst kommt

Wenn die Angst kommt, Gott, und du weißt, welche Angst ich meine, diese, die sich von hinten anschleicht, die mich mit festem Griff gefangen hält und ihre kalten Hände um mein Herz legt. Wenn die Angst kommt, Gott, dann bitte ich dich: Komm auch du. Wisse um mich. Und um das, worum ich mich Sorge. Sei da. Umgib mich ganz. Lege deine warmen Hände auf mein Herz. Schütze mich vor allen Schrecken. Flüster' mir dein „Fürchte dich nicht!“ zu. Lass es mich glauben. Und bring mich zur Ruh. Amen.

Hanna Buiting

# Quellenverzeichnis

## TEXTE:

Vorwort: Katharina Gralla, Mit dir durch alle Stürme © Alle Rechte bei der Autorin  
01./02.01.: Silvia Anni Pfeiffer-Kuebart, Gottes ewiges Selb © Alle Rechte bei der Autorin  
18.01.: Diana S. Freyer, Lebensfluss © Alle Rechte bei der Autorin  
21.01.: Marion Küstenmacher, Auf dem Grund, aus: dies., Von der Freude einfacher Dinge © 2022, St. Benno Verlag, Leipzig  
22./23.01.: Tina Wilms, Leben weben © Alle Rechte bei der Autorin  
11.02.: Gernot Candelini, Segensgedicht Sei gesegnet, liebster Mensch. © Alle Rechte beim Autor  
11.02.: Frederike Weichselbaumer, Wunderbare Musik © Alle Rechte bei der Autorin  
19./20.02.: Katharina Freudenberg, Gottes Werk © Alle Rechte bei der Autorin  
03.03.: Christin Drexel, Gemeinsam durchstehen © Alle Rechte bei der Autorin  
08.09.03.: Sabrina Wilkenschof, In der Gnade leben © Alle Rechte bei der Autorin  
23./24.06.: Antje Sabine Naegeli, Du weißt, dass ich anfällig bin für die Entmutigung aus: Herders Großes Buch der Gebete, Hrsg. Gundula Kühneweg, © 2009 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br.  
17.03.: Hanna Buiting, Vertrauen © Alle Rechte bei der Autorin  
17.03.: Hanna Strack, Durch deine Macht, Gott © Alle Rechte bei der Autorin  
18./19.03.: Jörg Zink, Ich danke dir, Herr, dass ich frei bin, aus: Jörg Zink, Wie wir beten können © 2018 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br.  
22./23.03.: Margot Käßmann, Frauenfreundschaft © Alle Rechte bei der Autorin  
22./23.03.: Christel Hildebrand, Heilsam sei mein Leben! [...] Lebenslust lacht mir entgegen., © Alle Rechte bei der Autorin  
05./06.04.: Judith Wenk, Alles bei Gott hat seine Zeit © Alle Rechte bei der Autorin  
14.04.: Manuela Handelsmann, Erwartungsvoll in den Morgen, © Alle Rechte bei der Autorin  
14.04.: Sr. Ruth Meili CCR, damit wir leben, neu und ewig, in dir auferweckt und befreit sinn- und zielvoll, © Alle Rechte bei der Autorin  
15./16.04.: Martina Crone-Erdmann, Laudato Sí © Alle Rechte bei der Autorin  
22./23.04.: Sr. Theresita M. Müller SMMP/Bonifatiuswerk der dt. Katholiken, Der lebendige Gott segne uns © Alle Rechte bei der Autorin  
22./23.04.: Magdalena Froschauer-Schwarz, für dich soll's gottes worte regnen worte, die von der fülle des lebens singen, Magdalena Froschauer-Schwarz; © Bibelwerk Linz, www.bibelwerklinz.at  
01./02.05.: Sr. Teresa Zukic, Zitat: Für mich sind die Kinder ... erschienen im Zuge eines Interviews in der Dolomitenzeitung 29.12.2012 © Alle Rechte bei der Autorin  
12.05.: Lisa-Maria Mehrkens, Starke Post für starke Mütter aus: Family, Ausgabe 3/2022 Mai-Juni, SCM Bundes-Verlag, S.29 © Lisa-Maria Mehrkens, instagram: himmelslichtfuerdich  
20./21.05.: Christa Peikert-Flaspöhler, Jahreszeiten - Lebenszeiten. Gedichte, Erzählungen, Betrachtungen, 1994, Klens Verlag, Düsseldorf © Alle Rechte bei Martina Flaspöhler  
26.05.: Melitta Müller-Hansen, In der Liebe gehalten © Alle Rechte bei der Autorin  
02.06.: Dorothee Sölle, das dritte gebot sagt mir, aus: Dorothee Sölle, Poesie als Gebet Hg. Barbara Zillmann, Wichern Verlag 2019 © Fulbert Steffensky / Wolfgang Fietkau Verlag  
03./04.06.: Chiara Lubich, Eine Botschaft für alle, aus: Aus: Chiara Lubich, „Ich liebe, also bin ich!“. Betrachtungen über die Liebe zum Nächsten S. 53/54 © Verlag Neue Stadt GmbH, München 2012  
03./04.06.: Andrea Schwarz, Mit dir zusammen traue ich mich... aus: Zum Beispiel: Wir, Das neue Jugendgebetbuch, Hg. Guido Erbrich, St. Benno Verlag 2005, S. 93 © Alle Rechte bei der Autorin  
10./11.06.: Silja Walter, Neue Schöpfung, aus: Frida Huwiler, Dabeisein, wenn der Himmel offen steht, Mit Texten von Silja Walter, © Beuroner Kunstverlag, Beuron 1996  
14./15.06.: Madeleine Delbrèl, Liturgie der Außenseiter, aus: Madeleine Delbrèl, Deine Augen in unseren Augen. Ein Lesebuch. Hg. Von Annette Schleizer, S. 191/192 © Verlag Neue Stadt GmbH, München 2022  
26./27.06.: Angelika Gassner, Gebet: der Ruheplatz am Wasser ... aus: Angelika Gassner, Wege, die uns führen © Verlag Katholisches Bibelwerk GmbH, Stuttgart 2020  
26./27.06.: Christiane Vetter, Ein schöner Urlaub – 5 Tipps, aus: Broschüre Themenpaket „Ferien mit Gott“, hrsg. v. Evangelische Kirche im Rheinland, S.4, gekürzt © Alle Rechte bei der Autorin  
30.06.: Christina Brudereck, Es gibt Worte, die wir uns nicht selbst sagen können © Alle Rechte bei der Autorin;  
30.06.: Christina Brudereck, Denn es ist heilig zu feiern, was uns verbindet ... aus: Aufatmen, Mai-Juli 2/2021 © Alle Rechte bei der Autorin;  
03./04.07.: Peter Hahne, Wichtig ist, die Bibel vom Lesebuch zum Lebensbuch werden zu lassen., © Alle Rechte beim Autor  
08./09.07.: Eva-Maria Leiber, Du darfst geborgen sein ... © Alle Rechte bei der Autorin  
12./13.07. Hannelore Bares, Keine Zeit © Alle Rechte bei der Autorin, www.aufbrechen-ins-leben.de  
24./25.07.: Andrea Christ, Dein Glaube hat dir geholfen, aus: © Gekürzt, aus: Dies., Menschen begegnen Jesus, 2. Aufl., books on demand, 2010 © Alle Rechte bei der Autorin;  
29.07./30.07.: Martina Janssen, Unterschiedliche Gaben © Alle Rechte bei der Autorin  
11.08.: Martina Kreidler-Kos, Kleines Küchenwunder in Assisi, aus: Dieselse, Lebensmutig. Klara von Assisi und ihre Gefährtinnen, © Echter Verlag, Würzburg, 2. Auflage 2020. Die Klara-Quellen (KQ) sind zitiert nach: Schneider, Johannes/Zahner, Paul (Hg.), Klara-Quellen. Verlag Butzon & Bercker, Kevelaer 2012.  
12./13.08.: Veronika Smoor, Ausmisten aus: Family, aus: Ausgabe 1/2021 Januar-Februar, SCM Bundes-Verlag, S.21/22 © Alle Rechte bei der Autorin  
16./17.08.: Katharina Gralla, Rückweg © Alle Rechte bei der Autorin  
08.09.: Hanna Strack, Segen von Eva-Sophia-Maria © Alle Rechte bei der Autorin  
11./12.09.: Elke Bräunling, Das Abschiedslied der Sommerblumen © Elke Bräunling, <http://www.elkeskindergeschichten.de>  
16./17.09.: Martina Baum, Meine Spur im Sand © Alle Rechte bei der Autorin  
16./17.09.: Judith Werner, Wenn ich losgehe – sei du bei mir © Alle Rechte bei der Autorin  
23./24.09.: Vreni Theobald, In unserer westlichen Gesellschaft ist es Realität, dass die Menschen, je älter sie werden, an Wert verlieren..., aus: Aufatmen, Herbst 2021, S. 62-64 © www.aufatmen.de  
23./24.09.: Andrea Christ, Herr, schenke mir ein verständiges Herz, damit ich sehe, was die Welt nicht sieht, denn wertvoll wie der Schatz im Acker ist deine Liebe für mich © Alle Rechte bei der Autorin

25./26.09.: Tamara Boppert, Alles unter einen Hut? aus: JOYCE Februar 2022, S. 22 © Tamara Boppert, [www.joyce-magazin.net](http://www.joyce-magazin.net)  
06.10.: Linda Giering, Ernte – Dank Linda Giering, aus: andere zeiten – Das Magazin zum Kirchenjahr, Heft 3/2021, Hamburg, Andere Zeiten e.V., [www.anderezeiten.de](http://www.anderezeiten.de)  
16./17.10.: Hanna Buiting, Wenn die Angst kommt, aus: Hanna Buiting, 2. Januar – Wenn die Angst kommt, in: dies., Möge die Nacht mit dir sein. Geschichten, Gedanken und Gebete für alle Nächte. Ein Jahresbegleiter. © 2020 Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH, Neukirchen-Vluyn, 2. Auflage 2021  
16./17.10.: Ruth Lehnen, Gefühlspakete, aus: Glaube und Leben. Kirchenzeitung Bistum Mainz. Extra Weihnachten. Dezember 2021 © www.kirchenzeitungen.de  
18./19.10.: Andrea Kolhoff, Auf der Suche nach den Festgästen © Alle Rechte bei der Autorin  
21./22.10.: Anna Peters, Mithilfe von Gott Kraft schöpfen, © Alle Rechte bei der Autorin  
27.10.: Christina Brudereck, Der innere Raum © Alle Rechte bei der Autorin  
01./02.11.: Sr. Ursula Hertewich OP / Das Interview führte Antonia Fuchs, Wege zur Heiligkeit Aus: „Was steckt hinter Halloween, Reformationstagen und Allerheiligen?“, WEB.DE News, 28. Oktober 2021 © WEB.DE News und Sr. M. Ursula Hertewich OP  
04./05.11.: Doris Zauner, Zeigen wir uns! © aus: Passauer Bistumsblatt, Nr. 7, 13.02.2022 © Verlag Passauer Bistumsblatt und Doris Zauner;  
04./05.11.: Gery De Stefano, Ich will dich so, so wie du bist, Liedtext „So wie du bist“, CD „Gery. Schlüssel in der Hand“ 2022 © Alle Rechte bei der Autorin  
08./09.11.: Barbara Pacht-Eberhart, Im D-Wagen, Der D, das ist eine Straßenbahn, © Alle Rechte bei der Autorin  
10.11.: Anna-Maria Busch, Du, Tod, nimmst mir meine Liebe nicht © Alle Rechte bei der Autorin  
13./14.11.: Veronika Smoor, Friends-Giving, © Alle Rechte bei der Autorin  
17.11.: Eva-Maria Faber, Unter Gottes Augen, © Eva-Maria Faber, [www.konradsblatt.de](http://www.konradsblatt.de)  
29./30.11.: Klara Wunder, Erleuchtung Ein magischer Moment. © Alle Rechte bei der Autorin  
04./05.12.: Susanne Brandt, Kinderlied zum Barbaratag, © Alle Rechte bei der Autorin  
09./10.12.: Manuela Hübler, Meine Wofür-ich-in-der-Adventszeit-dankbar-bin-Liste, Aus: © Alle Rechte bei der Autorin  
13./14.12.: Susanne Niemeyer, Drinnen, © Alle Rechte bei der Autorin  
15.12.: Kirstin Müller, Freude gehört zum Advent, © Alle Rechte bei der Autorin  
18./19.12.: Auflösung Biblischer Honigkuchen: 250 g Butter, 2 Tassen Honig, 4,5 Tassen Mehl, 2 Tassen Rosinen, ¾ Tasse Milch, 2 Tassen Feigen, 1 Tasse Mandeln, 6 Eier, 1 Prise Salz, 4–5 TL Zimt, 3 TL Backpulver  
22.12.: Schwester M. Claudia Köberlein CJ, Begegnung, © Schwester M. Claudia Köberlein CJ, [www.heinrichsblatt.de](http://www.heinrichsblatt.de)

## AUTORINNENTEXTE:

Brigitte Goßmann:  
08./09.01., 10./11.01., 14.01., 24./25.01., 30./31.01., 05./06.02., 14./15.02., 16./17.02., 01./02.03., 06./07.03., 11./12.03., 24.03., 27.03./28.03., 10./11.04., 24./25.04., 29./30.04., 06./07.05., 08./09.05., 13./14.05., 02.06., 14./15.06. (Gebet (G) + Segen (S)), 17./18.06., 23.06., 03./04.07., 07.07., 15./16.07., 21.07., 24./25.07., 31.07./01.08., 14./15.08., 18.08., 26./27.08., 04./05.09., 06./07.09., 08.09., 18./19.09. (G aus „Meine Zeit in Gottes Händen, St. Benno Verlag, Leipzig), 27./28.09., 09./10.10., 21./22.10. (S), 30./31.10., 11./12.11., 25./26.11., 29./30.11. (G + S), 8.12., 18./19.12., 29.12., 30./31.12.

Martina Liebhäuser-Haggenmüller:  
07.01., 12./13.01., 15./16.01., 26./27.01., 31.01./01.02., 07./08.02., 21./22.02., 23./24.02., 25.02., 29./30.03., 01./02.04., 12./13.04., 17./18.04., 01./02.05., 05.05., 19.05., 22./23.05., 29./30.05., 07./08.06., 12./13.06., 19./20.06., 24./25.06., 30.06., 05./06.07., 14.07., 19./20.07., 02./03.08., 07./08.08., 09./10.08., 25.08., 28./29.08., 30./31.08., 01.09., 09./10.09., 13./14.09., 15.09., 27./28.09., 07./08.10., 14./15.10., 20.10., 25./26.10., 10.11., 15./16.11., 20./21.11., 01.12., 06./07.12., 20./21.12., 23./24.12.

Stephanie Schwenkenbecher:  
05./06.01., 22./23.01. (G+S), 02./03.02., 12./13.02., 10.03., 15./16.03., 18./19.03., 03./04.04., 19./20.04., 15./16.05., 28./29.06., 02./03.08., 16./17.08., 23./24.08., 20./21.09., 22.09., 11./12.10., 27.10., 3.11., 06./07.11., 05.12.

Elsa Vogginger:  
03./04.01., 19./20.01., 28.01., 09./10.02., 18.02., 19./20.02. (G+S), 26./27.02., 04./05.03., 13./14.03., 20./21.03., 25./26.03., 31.03., 07.04., 08./09.04., 26./27.04., 28.04., 03./04.05., 10./11.05., 17./18.05., 24./25.05., 27./28.05., 05./06.06., 16.06., 21./22.06., 08./09.07., 10./11.07., 17./18.07., 04.08., 05./06.08., 21./22.08., 02./03.09., 16./17.09. (S), 29.09., 30.09./01.10., 02./03.10., 04./05.10., 23./24.10., 28./29.10., 08./09.11. (G), 18./19.11., 22./23.11., 27./28.11., 02./03.12., 11./12.12., 16./17.12., 25./26.12., 27./28.12.

Bibelstellen:  
08.01., 13.10., 21.11. Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart  
24.11. Elberfelder Bibel 2006, © 2006 by SCM R. Brockhaus in der SCM Verlagsguppe GmbH, Witten/Holzgerlingen  
17.08. BasisBibel © 2021 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart  
27.09., 29.12. Die Bibelstellen sind der Übersetzung Hoffnung für alle© entnommen, Copyright © 1983, 1996, 2002, 2015 by Bibli-ca, Inc. Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers Fontis;  
18.02., 05.03., 08.03., 10.03., 15.03., 16.03., 27.03., 29.03., 01.04., 08.04., 17.04., 07.05., 25.05., 05.06., 09.06., 02./03.08., 04.09., 13.09., 21.09., 04.10., 12.10., 17.10., 27.10., 02.11., 07.11., 20.11., 22.11., 25.11., 08.12., 10.12. Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift © 2016 Katholische Bibelanstalt GmbH, Stuttgart Alle Rechte vorbehalten  
07.07. Gute Nachricht Bibel, durchgesehene Neuauflage, © 2018 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

Wir danken allen Inhabern von Textrechten für die Abdruckerlaubnis. Der Verlag hat sich darum bemüht, alle Rechteinhaber in Erfahrung zu bringen. Für zusätzliche Hinweise sind wir dankbar.

Die Rezepte und gesundheitlichen Anwendungen dieses Buches wurden nach bestem Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung des Verlages oder seiner Beauftragten für Personen-, Sach-, und Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Sofern in diesem Buch eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen oder Gebrauchsnamen verwendet werden, auch wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sind, gelten die entsprechenden Schutzbestimmungen.

## BILDER:

### COVER:

© stock.adobe.com/Fotograf (oben), © Fotograf/Shutterstock, © Fotograf/Fotolia, privat;

### VORSATZ:

© Iryna Denysova/Shutterstock

### JANUAR:

01./02.01.: © stock.adobe.com/dominikfrings; 03./04.01.: © Subbotina Anna/Shutterstock; 05./06.01.: © stock.adobe.com/marilyn\_barbone; 07.01.: © traXX/Shutterstock; 08./09.01.: © stock.adobe.com/PheelingsMedia; 10./11.01.: © stock.adobe.com/alphaspirit; 12./13.01.: © stock.adobe.com/Jenny Sturm; 14.01.: © stock.adobe.com/Vera Kuttelvaserova; 15./16.01.: © 4Max /Shutterstock; 17./18.01.: © Visionlabs /Shutterstock; 19./20.01.: © Ground Picture/Shutterstock; 21.01.: © stock.adobe.com/Jenny Sturm; 22./23.01.: © stock.adobe.com/Andrii Kozachenko; 24./25.01.: © stock.adobe.com/contrastwerkstatt; 26./27.01.: © Rawpixel.com/Shutterstock; 28.01.: © spr/Shutterstock; 29./30.01.: © bezikus/Shutterstock; 31.01./01.02.: © Bachkova Natalia/Shutterstock;

### FEBRUAR:

01./02.02.: 02./03.02.: © stock.adobe.com/Chr. Offenberg; 04.02.: Veronikaskulptur an der Passionsfassade der Basilika „Sagrada Familia“ in Barcelona, gestaltet nach Zeichnungen Antoni Gaudis. Veronika ist gesichtslos, während sich im Schweißbuch das Anlitz Jesu abgebildet hat. © stock.adobe.com/thauwald-pictures; 05./06.02.: © stock.adobe.com/Roman Babakin; 07./08.02.: Edith Stein auf den Stelen des Europabesinnungsweges, Pöllauberg © Ewald Ehtreiber/Wikimedia; 09./10.02.: © Roman Samborskyi/Shutterstock; 11.02.: © InnaFelker/Shutterstock; 12./13.02.: © stock.adobe.com/Gina Sanders; 14./15.02.: © stock.adobe.com/hkama; 16./17.02.: © stock.adobe.com/Ina; 18.02.: stock.adobe.com/Artur Nyk; 19./20.02.: © stock.adobe.com/ Andrea Schwingel; 21./22.02.: © Oksana Mizina/Shutterstock; 23./24.02.: © Ground Picture/Shutterstock; 25.02.: © stock.adobe.com/TwilightArtPictures; 26./27.02.: © New Africa/Shutterstock; 28./29.02.: © Kinderzeichnung von Emma © alle Rechte vorbehalten;

### MÄRZ:

01./02.03.: © stock.adobe.com/senicer; 03.03.: © stock.adobe.com/Rido; 04./05.03.: © ZouZou/Shutterstock; 06./07.03.: © stock.adobe.com/Phimack; 08./09.03.: © stock.adobe.com/Halfpoint; 10.03.: © stock.adobe.com/Christian Schwier; 11./12.03.: © stock.adobe.com/ChristArt; 13./14.03.: © stock.adobe.com/Jonathon Williams; 15./16.03.: © stock.adobe.com/kaninstudio; 17.03.: © fotozotti/Shutterstock; 18./19.03.: © stock.adobe.com/ulza; 20./21.03.: © stock.adobe.com/Kieran; 22./23.03.: © stock.adobe.com/Rawpixel.com; 24.03.: © stock.adobe.com/fineck; 25./26.03.: © T-Design/Shutterstock; 27./28.03.: © stock.adobe.com/Lumixera; 29./30.03.: © Tobias Hase/Picture-alliance.com; 31.03.: © stock.adobe.com/M.Doerr und M.Frommherz;

### APRIL:

01./02.04.: © stock.adobe.com/Cellio7; 03./04.04.: © stock.adobe.com/Farknot Architect; 05./06.04.: © manfredxy/Shutterstock; 07.04.: © stock.adobe.com/lanarusfoto; 08./09.04.: © stock.adobe.com/Bankrx; 10./11.04.: © stock.adobe.com/FotoDesignPP; 12./13.04.: © Pinkyone/Shutterstock; 14.04.: © Hittelight/Shutterstock; 15./16.04.: © Yuliya Evstratenko/Shutterstock; 17./18.04.: © stock.adobe.com/Hans-Martin Goede; 19./20.04.: © Klaus-Dietmar Gabbert/Picture-alliance.com; 21.04.: © Jaromir Chalabala/Shutterstock; 22./23.04.: © stock.adobe.com/lakov Kalinin; 24./25.04.: © stock.adobe.com/fotofrank; 26./27.04.: © Africa Studio/Shutterstock; 28.04.: © serato/Shutterstock; 29./30.04.: © hayo/stock.adobe.com;

MAI: 01./02.05.: © stock.adobe.com/Salvatore Pandolfi; 03./04.05.: © Shutterstock/SanderMeertinsPhotography; 05.05.: © David Jolly/ shutterstock; 06./07.05.: © stock.adobe.com/detailblick-foto; 08./09.05.: © stock.adobe.com/pololia; 10./11.05.: © azem/Shutterstock; 12.05.: © Evgeny Atamanenko/Shutterstock; 13./14.05.: © Shutterstock/Tamara; 15./16.05.: © stock.adobe.com/Rido; 17./18.05.: Valkantina/Shutterstock; 19.05.: © Iuliia Pilipeichenko/Shutterstock; 20./21.05.: © Kuznetsov\_Konstantin/Shutterstock; 22./23.05.: © stock.adobe.com/skampixelle; 24./25.05.: © Alina Kruk/Shutterstock; 26.05.: © stock.adobe.com/ SeagullNady; 27./28.05.: © connel/Shutterstock; 29./30.05.: © FooTToo/Shutterstock; 31.05./01.06.: © stock.adobe.com/Wirestock;

### JUNI:

02.06.: © stock.adobe.com/ MK-Photo; 03./04.06.: © Microgen/Shutterstock; 05./06.06.: © rangizz/Shutterstock; 07./08.06.: © colnihko/Shutterstock; 09.06.: © stock.adobe.com/ mmphotographie.de; 10./11.06.: © stock.adobe.com/Wolfliser; 12./13.06.: © matimix/Shutterstock; 14./15.06.: © stock.adobe.com/Ekaterina Belova; 16.06.: © MIA Studio/Shutterstock; 17./18.06.: © stock.adobe.com/alonaphoto; 19./20.06.: © stock.adobe.com/tibanna79; 21./22.06.: © korkeng/Shutterstock; 23.06.: © stock.adobe.com/Jan Schuler; 24./25.06.: © Olena gadag/Shutterstock; 26./27.06.: © stock.adobe.com/candy1812; 28./29.06.: © stock.adobe.com/vectorfusionart; 30.06.: © Jiri Ambroz/Shutterstock;

com/Wolfliser; 12./13.06.: © matimix/Shutterstock; 14./15.06.: © stock.adobe.com/Ekaterina Belova; 16.06.: © MIA Studio/Shutterstock; 17./18.06.: © stock.adobe.com/alonaphoto; 19./20.06.: © stock.adobe.com/tibanna79; 21./22.06.: © korkeng/Shutterstock; 23.06.: © stock.adobe.com/Jan Schuler; 24./25.06.: © Olena gadag/Shutterstock; 26./27.06.: © stock.adobe.com/candy1812; 28./29.06.: © stock.adobe.com/vectorfusionart; 30.06.: © Jiri Ambroz/Shutterstock;

### JULI:

01./02.07.: © Yes058 Montree Nanta/Shutterstock; 03./04.07.: © stock.adobe.com/Benjaminpx; 05./06.07.: © absolutimages/ Shutterstock; 07.07.: © stock.adobe.com/Fotoproff; 08./09.07.: © Fotolia/Smileus; 10./11.07.: © stock.adobe.com/Felix Pergande; 12./13.07.: © stock.adobe.com/anmachphoto; 14.07.: © canadastock/Shutterstock; 15./16.07.: © stock.adobe.com/tarapatt; 17./18.07.: © meeboonstudio/Shutterstock; 19./20.07.: © Oleksandr Yakoniuk/Shutterstock; 21.07.: © stock.adobe.com/Katrine; 22./23.07.: mr.chatchaicup/Shutterstock; 24./25.07.: © stock.adobe.com/UseDomer Fotografie; 26./27.07.: © stock.adobe.com/irinakuz9; 28.07.: © stock.adobe.com/daga\_k\_USA; 29./30.07.: © stock.adobe.com/von Lieres; 31.07./01.08.: © stock.adobe.com/muratart;

### AUGUST:

02./03.08.: © Boris Stroujko/Shutterstock; 04.08.: © CSBRINK/Shutterstock; 05./06.08.: © Nataly Yermolina/Shutterstock; 07./08.08.: © stock.adobe.com/Simon; 09./10.08.: © Christian Mueller/Shutterstock; 11.08.: © stock.adobe.com/volff; 12./13.08.: © Alex Nope/Shutterstock; 14./15.08.: © stock.adobe.com/CrispyMedia; 16./17.08.: © stock.adobe.com/den-belitsky; 18.08.: © stock.adobe.com/Maria; 19./20.08.: © AMA/Shutterstock; 21./22.08.: © Kzenon/Shutterstock; 23./24.08.: © HAKAN AKIRMAK VISUALS/Shutterstock; 25.08.: © Sofiaworld/Shutterstock; 26./27.08.: © stock.adobe.com/matho; 28./29.08.: © Ground Picture/Shutterstock; 30./31.08.: © stock.adobe.com/Sue McDonald

### SEPTEMBER:

01.09.: © Monkey Business Images/Shutterstock; 02./03.09.: © Rabusta/Shutterstock; 04./05.09.: © stock.adobe.com/Brand75; 06./07.09.: © stock.adobe.com/grafikplusfoto; 08.09.: © Ryan Flett/Shutterstock; 09./10.09.: © belushi/Shutterstock; 11./12.09.: © stock.adobe.com/Natalija Sirokova; 13./14.09.: © MaraZe/Shutterstock; 15.09.: © Max4e Photo/Shutterstock; 16./17.09.: © jamlong tunkaew/Shutterstock; 18./19.09.: © stock.adobe.com/Anton Faustmann; 20./21.09.: © stock.adobe.com/Mihailo; 22.09.: © stock.adobe.com/Angela; 23./24.09.: © captureandcompose/Shutterstock; 25./26.09.: © stock.adobe.com/SimoneGilioli; 27./28.09.: © stock.adobe.com/kieferpix; 29.09.: © ikrolevetc/Shutterstock; 30.09./01.10.: © VladimirE/Shutterstock;

### OKTOBER:

02./03.10.: © Elena Schweitzer/Shutterstock; 04./05.10.: © K.IvanS/Shutterstock; 06.10.: © mythja/Shutterstock; 07./08.10.: © stock.adobe.com/Pcress609; 09./10.10.: © stock.adobe.com/Patrick Poendl; 11./12.10.: © stock.adobe.com/Drobot Dean; 13.10.: © Pixabay.com; 14./15.10.: © stock.adobe.com/Victoria M; 16./17.10.: © stock.adobe.com/shironagasukujira; 18./19.10.: © stock.adobe.com/andranik123; 20.10.: © Smileus/Shutterstock; 21./22.10.: © John Theodor/Shutterstock; 23./24.10.: © Baerbel Kauer; 25./26.10.: © stock.adobe.com/Aleksey Sagitov; 27.10.: © stock.adobe.com/frenta; 28./29.10.: © paulaphoto/Shutterstock; 30./31.10.: © stock.adobe.com/stockphoto-graf;

### NOVEMBER:

01./02.11.: © Evgeny Atamanenko/Shutterstock; 03./04.11.: © stock.adobe.com/New Africa; 05.11.: © Yuganov Konstantin/Shutterstock; 06./07.11.: © stock.adobe.com/daniilvolkov; 08./09.11.: © Shutterstock/Chizhevskaya Ekaterina; 10.11.: © Bernd S./Fotolia; 11./12.11.: © stock.adobe.com/zatletic, Foto eines Altarflügels von Vittore Carpaccio mit St. Martin; 13./14.11.: © stock.adobe.com/Gregory Lee; 15./16.11.: © Evgeny Atamanenko/Shutterstock; 17.11.: © Ann Yuni/Shutterstock; 18./19.11.: © Leigh Prather/Shutterstock; 20./21.11.: © Rido/Shutterstock; 22./23.11.: © Michal Balada/Shutterstock; 24.11.: © stock.adobe.com/pamela\_d\_mcadams; 25./26.11.: © stock.adobe.com/Bjoern Wylezich; 27./28.11.: © Shutterstock/New Africa; 29./30.11.: © stock.adobe.com/eyetronic;

### DEZEMBER:

01.12.: © Alexander Rath/Shutterstock; 02./03.12.: © kzyn/Shutterstock; 04./05.12.: © stock.adobe.com/Jean Kobben; 06./07.12.: © stock.adobe.com/wweyo; 08.12.: © stock.adobe.com/Ben WhiteWirestock; 09./10.12.: © stock.adobe.com/stanislaw; 11./12.12.: © Ground Picture/Shutterstock; 13./14.12.: © Realstock/Shutterstock; 15.12.: © Dieter Kuhn/Shutterstock; 16./17.12.: © Smolina Marianna/Shutterstock; 18./19.12.: © stock.adobe.com/M.studio; 20./21.12.: © stock.adobe.com/PinkCoffee Studio; 22.12.: © stock.adobe.com/VadimGuzhva; 23./24.12.: © stock.adobe.com/Volodymyr; 25./26.12.: © stock.adobe.com/Janice; 27./28.12.: © laura.h/Shutterstock; 29.12.: © stock.adobe.com/fotosergio; 30./31.12.: © stock.adobe.com/Christian.