

Newsletter Dezember 2013

Im Stall bei Esel, Ochs und Rind
Zur Nacht geboren ward das Kind.
Und wieder still wie ehedem
Der Stern leuchtet über Bethlehem.

Gott in der Höh sei Preis und Ehr,
Und Fried den Menschen weit umher.
Gevatter, schlachte du ein Schwein,
back Honigbrot fahr auf den Wein

und heiz die Stube nach Gebühr,
daß uns das Kindlein ja nicht frier !
Wir feiern's mit bei Trunk und Schmaus:
Die Glock schlägt zwölf – das Jahr ist aus.

von Josef Weinheber

Zwölfte Strophe „Dezember“ aus dem Lied/Gedicht „Kleiner Kalender“ 1938



Liebe Leser/innen

Nun ist es doch wirklich schon Dezember!?
Trotz aller „guten“ Vorsätze habe ich mir nicht den Raum genommen
den November Newsletter zu gestalten.
Vielleicht ist es Ihnen diesen Herbst auch so ergangen?

Wir haben uns etwas vorgenommen.
Weil...?...?
Es gibt tausend Gründe!

Ich hatte diesen Herbst einige solcher Situationen und Momente.

Vor allem in meinem Garten.
Dort gibt so viel Wichtiges vor dem Winter zu erledigen.
Zum Beispiel das Gewächshaus zu putzen und, und
Ich drückte mich wochenlang davor.
Dafür durfte ich viele wunder schöne Feste mit meinen Buffets und Ritualen gestalten.
Bis ich mich dann entschloss das Wasser abzustellen und es loszulassen.

Zum Glück habe ich „meistens“ das Vertrauen in mir,
dass die Dinge nach meiner bewussten Entscheidung leichter gehen,
wenn ich es loslasse und keine Energie mehr reinstecke.
Dabei entspanne ich mich und anstelle von dem was drückt,
mache ich etwas anderes mit viel Freude.
Dann kommen auf einmal schöne Sonnige Tage,
an denen ich - wie von alleine - anfangs das Gewächshaus zu reinigen.

Wichtig ist es, trotz Erledigungslisten uns genug Raum für uns selber zu geben.
So wünsche ich Ihnen stille Zeiten in der Adventszeit
für Ihren Körper, Geist und Ihre Seele.

Herzliche Adventsgrüße sende ich Ihnen
Ihre Ulrike Keßler



Liegende Acht
für ein Hochzeitsritual

Termine – Januar

GenussRunde – Drei-Königs-Brunch
mit Harfenkonzert

Als Start ins Jahr 2014 möchten Cora Büsch
und ich Sie einladen zum traditionellen drei Königsbrunch
in der ANTANA Wohnküche.

Sonntag, 05. Dezember
17:00 Uhr bis ca. 21:00 Uhr
Mehr Infos [> hier](#)

Kochevent
Ayurvedische-Küche Grundkurs Intensiv

Freitag, 10.01.2014 17:00 Uhr
bis Sonntag, 12.01.2014 ca. 16:00 Uhr

In den drei Tagen tauchen wir ein in die ayurvedische Ernährungslehre.
Hauptthema sind das Ghee (Butterschmalz), die Gewürze und die drei Doshas.

Zu Beginn mörsern wir drei Curry-Mischungen.

Mit der Zubereitung von unterschiedlichen Frühstücksvarianten,
einfachen Gerichten, Chutneys, süßen Leckereien,
Chapati-Brot, Fingerfood und einem Menü
lernen Sie den Umgang mit den Gewürzen für Ihren Alltag.

Kostenbeitrag: 275,- Euro inkl. 19% MwSt.

Beinhaltet: Skript, Rezepte, Wasser, Tee, Bio-Vollverpflegung.
Ghee, Gewürzmischungen, Chutneys zum mit nehmen.

Mehr Infos [> hier](#)

PS.
für alle die die November Strophe vermissen

Im Kirchhof brennt das stille Licht.
Die Toten ruhn weine nicht.
Geborgen in der Erd,
vergeht der Keim, um das er aufersteht.

Martini Reif, Andreä Schnee,
die Magd trägt aus ihr süßes Weh.
Vom Hochwald dröhnt der Büchsenhall.
Es stampft das Vieh im warmen Stall,

der Nebel hüllt das stille Land,
die Kerze ist herabgebrannt.
Laß frostet, laß vergehn, laß schnein !
Der Mensch muß wach und einsam sein

Elfte Strophe „November“

Bed & Breakfast im Westerwald
Angebote und Preise finden Sie > [hier](#)



**[Eine Woche Retreat \(spirituelle Ruhepause\), aktive Auszeit
oder Visionsuche an einem reichhaltigen Kraftort.](#)** Infos > [hier](#)

Mehr Infos und Termine finden Sie > [hier](#)

Weiter Infos zu den Kochevents > [hier](#)

Zur Anmeldung der Kurse bitte > [hier anklicken](#)

Gerne dürfen Sie meinen Newsletter auch an Freunde und Bekannte weiter leiten.

Ulrike Keßler
Naturgenuss & Lebenswerkstatt

Bornstraße 3
D-57632 Kescheid
Tel.(0049) 2685 - 987391
post@kreative-verwoehnkueche.de

Ein heilsamer Ort für Mensch und Natur

www.garten-antana.de

Die Küchenfee
Bio Catering und Genuss-Events
www.kreative-verwoehnkueche.de

Wandelkraft
Energetische Beratung für Raum, Mensch und Natur
www.wandelkraft.de

Ps. Wer keine Newsletter mehr möchte, kann diesen **per E-Mail** abmelden.



Beim Anklicken des Bildes oder Links öffnet sich die pdf
vom neuen > [Jahresprogramm 2013/2014](#)