

Bianka Bleier

Augenblick

2018



gestaltet von
Miriam Gamper-Brühl

Dieser Kalender gehört:



SCM

Wie lange währt ein Augenblick?

Augenblicke, in denen ich absichtslos einfach nur dasitze und den Gedanken nachhänge, die in mir auftauchen, sind oft sehr fruchtbare Momente. Da kommen mir neue Ideen. Wenn ich ein Problem in solches „Nichts-Tun“ mitnehme, dann löst es sich. Es relativiert sich zumindest. Und oft genug finde ich gerade in solchen Augenblicken eine Lösung, auf die ich durch angestregtes Nachdenken nicht gekommen bin.

Anselm Grün

Gefüllte Zeit ist nicht gleichbedeutend mit erfüllter Zeit. Ich will nicht der Versuchung erliegen, jeden Augenblick meines Lebens fruchtbar verbringen zu müssen. Ich bin nicht wichtig durch mein Tun, ich kann auch lassen, träumen, mich bescheiden. Das Leben ereignet sich nicht im Gestern und nicht im Morgen, sondern in der Wirklichkeit des gegenwärtigen Augenblicks.

Augenblick möchte Ihnen dabei helfen, die Gunst der Stunde zu erkennen, zu gestalten und zu genießen.



Wenn Sie auf der Seite „Was will ich erreichen?/Was ist mir wichtig?“ zum Jahresbeginn Ihre Ziele in Ihren verschiedenen Lebensbereichen notieren, können Sie sich diese immer wieder vor Augen halten. Das hilft Ihnen, die richtigen Lebensschwerpunkte zu setzen.

Schöpfen Sie die Möglichkeiten des Vormerkkalenders aus! Notieren Sie hier Ihre Termine mit einem radierfähigen Stift in die korrekte Zeitspalte. Markieren Sie Zeitfenster, die Sie freihalten möchten für Beziehungspflege – das Essen mit den Freunden, ein freies Wochenende mit dem Partner, den Familienabend ... – erfahrungsgemäß füllen sie sich sonst von selbst.

Werfen Sie sonntags einen Blick auf den Vormerkkalender, um sich auf die nächste Woche einzustellen. Ist genügend Raum für persönliche Bedürfnisse? Nehmen Sie diese genauso ernst wie Ihre Termine, blockieren Sie auch dafür Zeitfenster.

Überdenken Sie den kommenden Tag. Lassen Sie die Dinge nicht einfach auf sich zukommen. Den Tag vorab zu strukturieren, macht den Kopf frei für Wesentliches.

Notieren Sie am Vorabend die Aufgaben, die Sie erledigen möchten und/oder übertragen Sie Ihre Termine aus dem Vormerkkalender in die Spalte des Tagesblattes.

Ich wünsche Ihnen ein ausgewogenes Zusammenspiel vieler guter Momente der Arbeit und Muße, Kraft für die Aufgaben, in die das Leben Sie stellt, und die Fähigkeit, die schönen Augenblicke des Lebens zu feiern.

Bianka Bleier

Homepage: www.FrommeHausfrau.de

E-Mail: FrommeHausfrau@scm-brockhaus.de



Januar		Geburtstage	Vormittag
1	Mo	Neujahr	
2	Di		
3	Mi		1
4	Do		
5	Fr		
6	Sa	Heilige Drei Könige	
7	So		
8	Mo		
9	Di		
10	Mi		2
11	Do		
12	Fr		
13	Sa		
14	So		
15	Mo		
16	Di		
17	Mi		3
18	Do		
19	Fr		
20	Sa		
21	So		
22	Mo		
23	Di		
24	Mi		4
25	Do		
26	Fr		
27	Sa		
28	So		
29	Mo		
30	Di		
31	Mi		

Nachmittag	Abend	Januar	
		1	Mo
		2	Di
		3	Mi
		4	Do
		5	Fr
		6	Sa
		7	So
		8	Mo
		9	Di
		10	Mi
		11	Do
		12	Fr
		13	Sa
		14	So
		15	Mo
		16	Di
		17	Mi
		18	Do
		19	Fr
		20	Sa
		21	So
		22	Mo
		23	Di
		24	Mi
		25	Do
		26	Fr
		27	Sa
		28	So
		29	Mo
		30	Di
		31	Mi

Jahresübersicht 2019

Januar		
1	Di	Neujahr
2	Mi	
3	Do	
4	Fr	
5	Sa	
6	So	Heilige Drei Könige
7	Mo	
8	Di	
9	Mi	
10	Do	
11	Fr	
12	Sa	
13	So	
14	Mo	
15	Di	
16	Mi	
17	Do	
18	Fr	
19	Sa	
20	So	
21	Mo	
22	Di	
23	Mi	
24	Do	
25	Fr	
26	Sa	
27	So	
28	Mo	
29	Di	
30	Mi	
31	Do	

Februar		
1	Fr	
2	Sa	
3	So	
4	Mo	
5	Di	
6	Mi	
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	
10	So	
11	Mo	
12	Di	
13	Mi	
14	Do	Valentinstag
15	Fr	
16	Sa	
17	So	
18	Mo	
19	Di	
20	Mi	
21	Do	
22	Fr	
23	Sa	
24	So	
25	Mo	
26	Di	
27	Mi	
28	Do	

Jahresübersicht 2019

März		
1	Fr	
2	Sa	
3	So	
4	Mo	Rosenmontag
5	Di	Fastnacht
6	Mi	Aschermittwoch
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	
10	So	
11	Mo	
12	Di	
13	Mi	
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	
17	So	
18	Mo	
19	Di	
20	Mi	
21	Do	
22	Fr	
23	Sa	
24	So	
25	Mo	
26	Di	
27	Mi	
28	Do	
29	Fr	
30	Sa	
31	So	Beginn der Sommerzeit

April		
1	Mo	
2	Di	
3	Mi	
4	Do	
5	Fr	
6	Sa	
7	So	
8	Mo	
9	Di	
10	Mi	
11	Do	
12	Fr	
13	Sa	
14	So	
15	Mo	
16	Di	
17	Mi	
18	Do	
19	Fr	Karfreitag
20	Sa	
21	So	Ostersonntag
22	Mo	Ostermontag
23	Di	
24	Mi	
25	Do	
26	Fr	
27	Sa	
28	So	
29	Mo	
30	Di	

Zyklustabelle

2018

Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29		29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31		31		31		31	31		31		31

Januar 2018

1 Montag

Neujahr

2 Dienstag

3 Mittwoch

4 Donnerstag

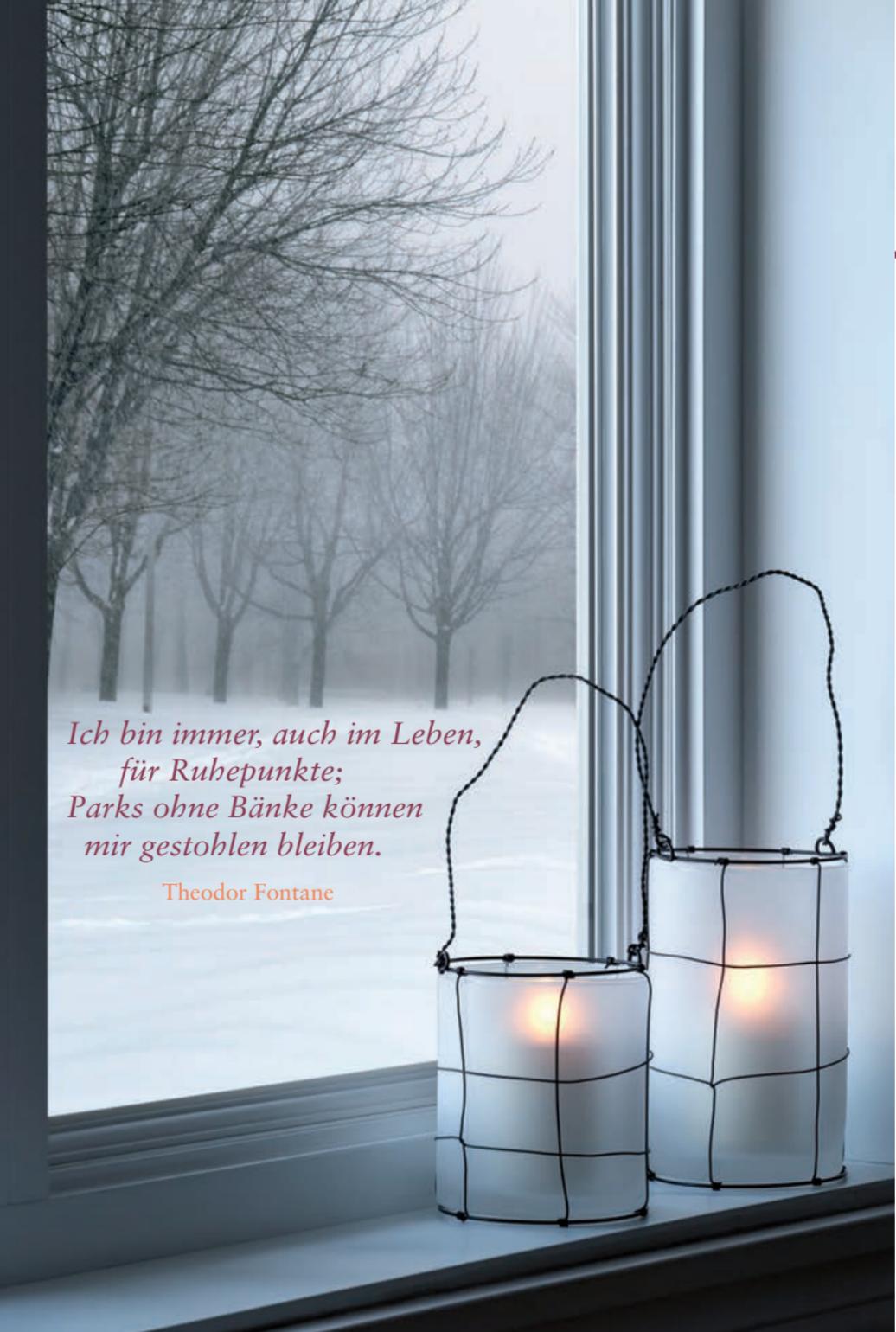
5 Freitag

6 Samstag

Heilige Drei Könige*

7 Sonntag

*Gesetzlicher Feiertag in BW, BY und ST



*Ich bin immer, auch im Leben,
für Ruhepunkte;
Parks ohne Bänke können
mir gestohlen bleiben.*

Theodor Fontane

Januar 2018



8 Montag

9 Dienstag

10 Mittwoch

11 Donnerstag

12 Freitag

13 Samstag

14 Sonntag



Januar 2018

15 Montag

16 Dienstag

17 Mittwoch

18 Donnerstag

19 Freitag

20 Samstag

21 Sonntag

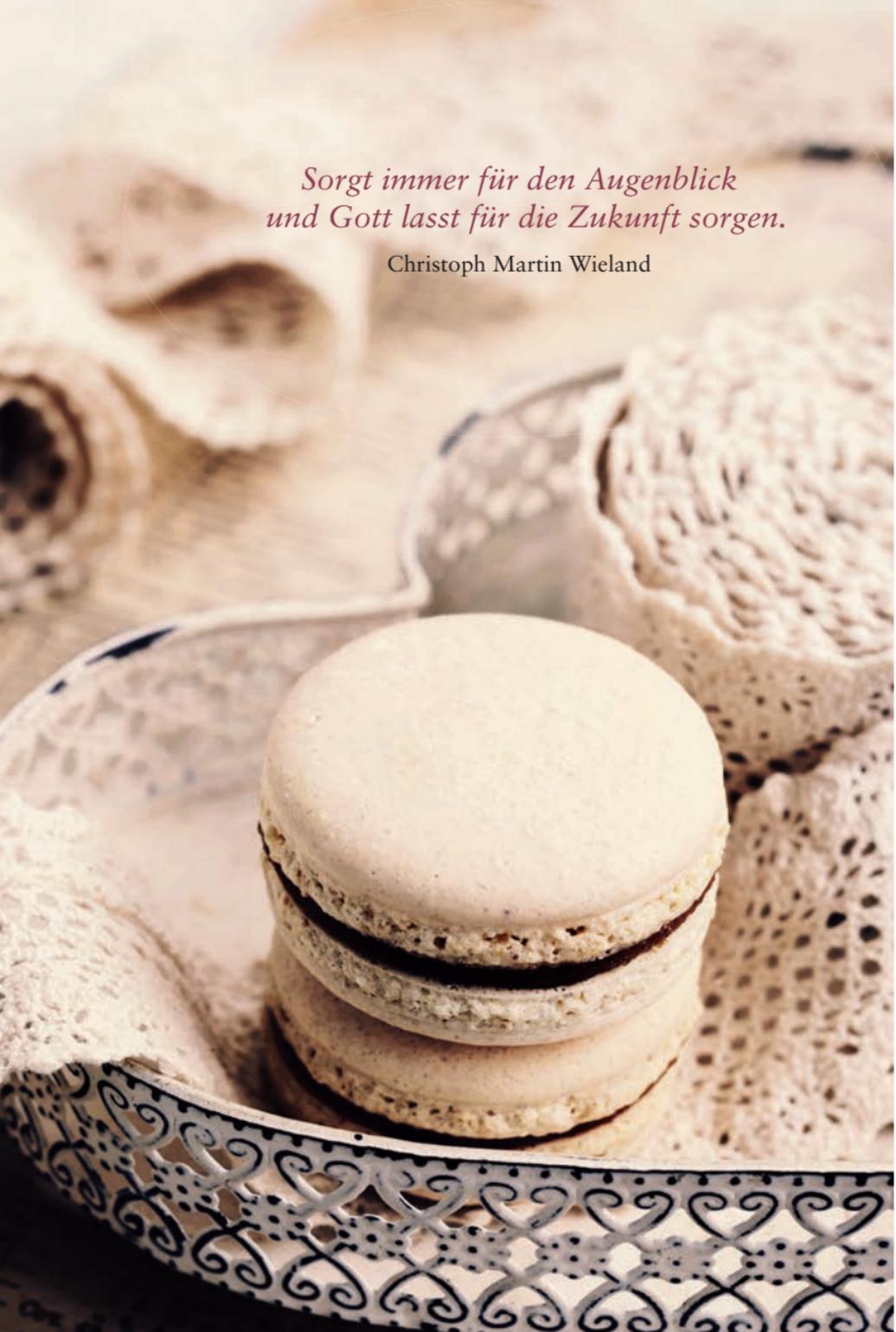


*Denn der Raum des Geistes,
da, wo er seine Flügel
öffnen kann, ist die Stille.*

Antoine de Saint-Exupéry

*Sorgt immer für den Augenblick
und Gott lasst für die Zukunft sorgen.*

Christoph Martin Wieland



Januar 2018

22 Montag

23 Dienstag

24 Mittwoch

25 Donnerstag

26 Freitag

27 Samstag

28 Sonntag



Januar / *Februar* 2018

29 Montag

30 Dienstag

31 Mittwoch

1 Donnerstag

2 Freitag

3 Samstag

4 Sonntag





*Glauben heißt:
sich durchgetragen wissen
von der ewigen Liebe.*

Paul Deitenbeck



SCM

Stiftung Christliche Medien

Der SCM Verlag ist eine Gesellschaft der
Stiftung Christliche Medien, einer gemeinnützigen Stiftung,
die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher,
Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

© 2017 SCM-Verlag GmbH & Co. KG | 58452 Witten
Internet: www.scm-verlag.de; E-Mail: info@scm-verlag.de

Quellennachweis:

Jörg Zink, „Mit der Zeit umgehen lernen...“, aus: Ders., Die Mitte der Nacht
ist der Anfang des Tages. Bilder und Gedanken zu den Grenzen unseres Lebens
© KREUZ VERLAG in der Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br. 2010, S. 31

Bildnachweise: S. 42 © shutterstock/GoodMood Photo,
S. 45 © shutterstock/Vadim Georgiev, S. 46 © shutterstock/lizabarbiza,
S. 49 © shutterstock/Nadezhda Kulikova, S. 53 © shutterstock/WorldWide,
S. 54 © shutterstock/ilolab, S. 57 © shutterstock/ilolab,
S. 61 © shutterstock/AlexMaster, S. 62 © shutterstock/wheatley,
S. 65 © shutterstock/Sunny Forest, S. 69 © shutterstock/Agnes Kantaruk,
S. 70 © shutterstock/makenamedia, S. 73 © shutterstock/Natasha Breen,
S. 77 © shutterstock/Foxys Forest Manufacture, S. 78 © shutterstock/Cristi Lucaci,
S. 81 © shutterstock/Daria Minaeva, S. 82 © shutterstock/Kryvenok Anastasiia,
S. 86 © shutterstock/aliasemma, S. 89 © shutterstock/Eleanor Maguire,
S. 90 © shutterstock/Anna-Mari West, S. 94 © shutterstock/Andrekart Photography,
S. 97 © shutterstock/Cylonphoto, S. 98 © shutterstock/lesyamik,
S. 101 © shutterstock/atm2003, S. 105 Christian Mueller, S. 106 Julia Sudnitskaya,
S. 109 © shutterstock/eFesenko, S. 113 © shutterstock/Peiling Lee,
S. 114 © shutterstock/Julia Tsokur, S. 117 © shutterstock/Andrekart Photography,
S. 121 © shutterstock/Looker_Studio, S. 122 © shutterstock/Jane Rix,
S. 125 © shutterstock/casanisa, S. 126 © shutterstock/pixelklex,
S. 130 © shutterstock/Anna_Pustynnikova, S. 133 © shutterstock/Maciej Bledowski,
S. 134 © shutterstock/Anna Om, S. 138 © shutterstock/Laura Bartlett,
S. 141 © shutterstock/Stolyevych Yuliya, S. 142 © shutterstock/Africa Studio,
S. 145 © shutterstock/Sugarless

Gesamtgestaltung: Miriam Gamper-Brühl | www.3kreativ.de | Essen

Titelfoto: © shutterstock/Julia Tsokur

Druck und Bindung: Leo Paper Products

ISBN: 978-3-7893-4791-7

Bestell-Nr.: 624.588.018