# Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche 2016

Schon zum dritten Mal schreibe ich über die Herbst-Tag-und-Nachtgleiche in meinem Blog. Immer wieder feiern wir diesen Tag. Im 2016 ist es der 22. September, ein Donnerstag.  Am Mittwoch zuvor hatten wir Besuch. Da kam die Frage auf, ob **überall** auf der Welt zur Tag-und-Nacht-Gleiche der Tag (etwa) gleichlang wie die Nacht sei. Zwei Mal im Jahr ist das tatsächlich überall auf der Welt so. Das wurde mir erst jetzt so richtig bewusst.

Erst am Abend finden wir als Familie Zeit, um die Tag-und-Nachtgleiche etwas zu feiern. Am Nachmittag nach der Schule wollte mein Sohn noch unbedingt zum Coiffeur. Das hatten wir schon lange vor. Er meinte zu mir als ich ihm sagte, dass ich gerne noch den Herbstbeginn feiern möchte: „Jetzt beginnt doch etwas Neues. Ich möchte mich dafür schön machen.“ Deshalb gibt es zur Feier dieses Mal keine frischgebackene Brote und auch der Esstisch ist nicht so feierlich gedeckt wie üblich. Dafür bekommt mein Sohn seine neue Frisur.

Dieses Jahr fällt mir das wundervolle Kinderlied von Bruno Hächler zu: „De Wind“. Es wird unser neues Herbstlied sein.

*Ghörsch de Wind*
*wie er wider singt*
*wie er wider duss i de Böime singt*
*los ganz still*
*was er säge will*
*was er dir verzellt und er weiss so vill*

*Er treit d Wulche bis zum Meer*
*blost min Huet devo*
*er lupft d Ziegel uf em Dach*
*säg du mir wieso*

*Ghörsch de Wind*
*wie er wider singt*
*wie er wider duss i de Böime singt*
*los ganz still*
*was er säge will*
*was er dir verzellt und er weiss so vill*

*Er blost mini Jagge uf*
*wird nöd müed debi*
*rüttlet, hület, pfift ums Huus*
*cha so zärtlich si*

*Instrumental*

*Er schücht d Bletter d Stross durus*
*raschlet i de Büsch*
*dreht am Windrad, git em a*
*bis em trümmlig isch*

*Ghörsch de Wind*
*wie er wider singt*
*wie er wider duss i de Böime singt*
*los ganz still*
*was er säge will*
*was er dir verzellt und er weiss so vill*

Gerne verlinke ich hier meine bereits veröffentlichten Artikel zur Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche mit vielen Informationen, wie wir das Fest feier(te)n:

- 2015: Herbstequinox
- 2014: Herbstbeginn mit der Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche

Ein warmer und strahlender Tag wird uns zur Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche 2016 geschenkt.

Für unser Festessen beschenkt uns der Garten mit Zutaten. Ich bereite einen Gratin zu.

Einige Beeren sammle ich zum Fest. Nicht nur uns schmecken die süssen Brombeeren.

Für meinen Sohn startet der Herbst mit einer neuen Frisur.

Unser Esstisch erhält seine herbstliche Dekoration. Da im 2016 noch Gladiolen blühen, bekommt der Herbsttisch noch einen sommerlichen Hauch. Gartenfrüchte und Haselnüsse gibt es zur Nachspeise.

Dieser Artikel wurde am 22.09.2016 veröffentlicht.

---

# Herbstäquinox am 23. September 2015

Der Herbst mit der Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche 2015 beginnt mit einem kühlen und verhangenen Regentag. Mit meinen Erinnerungen gehe ich ein Jahr zurück. Ich lesen meinen Blogbeitrag von der Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche 2014. Rituale sind für mich Abläufe mit einer gleichbleibenden Struktur und flexiblem Inhalt. Rituale halte ich lebendig und Leben bedeutet Veränderung. So feiere ich die alten Sonnenfeste (im Frühling, im Sommer, im Herbst, im Winter) immer ähnlich und doch nie gleich. Was für mich Herbst bedeutet und womit ich Herbst verbinde, habe ich im Blogbeitrag 2014 beschrieben.

Die Sonnenblumen werden regelmässig von Vögeln besucht.

Der 23. September 2015 ist Mittwoch, mein Putzmorgen. Während die Kinder in der Schule sind, putze ich heute wie gewöhnlich. Jedoch den Esstisch räume ich ganz ab, um ihn später mit den Kindern herbstlich zu dekorieren.

Zwischendurch wird es sogar fast etwas sonnig.

Zum Mittagessen koche ich „Rösti“ aus eigenen Kartoffeln, die wir im August geerntet haben.

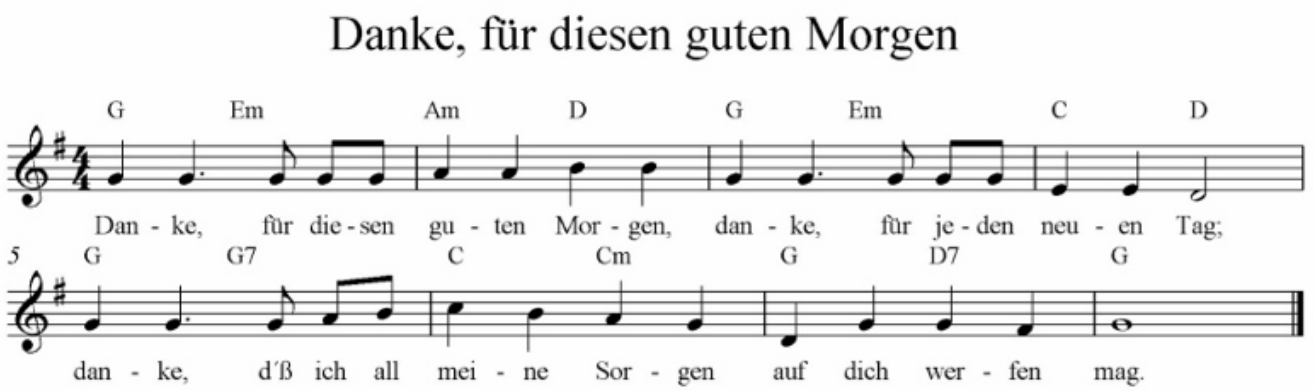
Am 25. August 2015 ernteten wir die Kartoffeln.

Zum Apéro gibt es Rohkostgemüse aus dem Garten und wie oft, wenn wir etwas feiern, bekommen meine Kinder eine Schale Pommes-Chips. Beim Mittagessen sprechen wir über den heutigen Tag und tauschen unsere Gedanken zum Herbst aus. Mein Sohn meint unter anderem: „Es wäre doch logisch, wenn man den Tag im Herbst Tag-und-Nacht-Gleiche nennen würde und im Frühling Nacht-und-Tag-Gleiche.“

Manchmal mache ich eine Pilzsauce dazu.

Ich mag „Rösti“ belegt mit Tomaten und gewürzt mit Bärlauch und Knoblauchöl.

Meine Kinder möchten am Nachmittag mit Freundinnen und Freunden abmachen. Ich verbringe den Nachmittag im Garten. Es regnet leicht und ist kühl. Während ich den Regen spüre, fühle ich wie verkrustete Gefühle in mir sich loslösen können. Gerne übergebe ich in Gedanken diese dem Regen und der Mutter Erde. Ich danke der Erde. Mir kommt ein Dank-Lied in den Sinn. Ich gehöre keiner Religion an. Dennoch gefallen mir viele Kirchenlieder. Ich beginne das Lied *Danke, für diesen guten Morgen* zu summen. Ich erfinde für mich andere Textstrophen.




Einige meiner Texte fürs Lied:

- Danke, für die Gartenfrüchte, danke, für dieses Gartenjahr; danke, dass ich all dies mit Genuss essen darf.
- Danke, für die lustigen Stunden, danke, für die Fröhlichkeit; danke, dass ich mich an kleinen Dingen freuen kann.
- Danke, für die schwierigen Momente, danke, für jeden Moment; danke, dass ich an Schwierigkeiten stetig wachsen kann.
- Danke, für die grosse Ernte, danke, dir liebe Erde; danke, dass ich hier auf diesem Planeten leben darf.

Das Lied für mich singend ernte ich Gartenfrüchte und viele Kräuter. Es ist mir klar, welches Lied ich dieses Jahr mit den Kindern singen werde im Herbst. Die Kräuter verarbeite ich zu Kräuter-Pesto, um eigene Gartentomaten einzulegen.

Gurken und Tomaten haben wir in diesem Jahr zahlreiche.

Die Kinder kehren zurück. Sie dürfen je von ihrem geschenkten Baum Früchte ernten. Meine Tochter ist froh, dass in diesem Jahr ihr Birnenbaum auch zum ersten Mal Früchte trägt.

Meine Tochter wählte für sich nach unserem grossen Gartenumbau

einen Birnenbaum.

Mein Sohn ist stolz auf seine roten und süssen Äpfel.

Süss und knackig sind die von meinem Sohn ausgewählten Äpfel.

Wir dekorieren den Tisch. Mein Sohn möchte das alte Geschirr von meinen Urgrosseltern zur Feier benützen.

Das Sommerwimmelbuch macht dem Herbstwimmelbuch Platz. Eine Kerze brennt nun wieder am Abend.

Wir schauen uns Fotos vom letzten Jahr an. Sie möchten noch mehr Fotos anschauen und klicken sich durch die Fotos durch, während ich den Apéro zubereite. Die Kinder wählen für sich je

ein Foto aus. Für diesen abgebildeten Augenblick sind sie dankbar. Wir drucken die Bilder aus und schmücken damit unseren Esstisch.

Zum Apéro gestalte ich einen Rohkostteller. Die Kinder freuen sich darüber.

Für das festliche Abendessen backe ich Dinkelvollkornbrötchen (pur und mit Oliven).

Dazu gibt es halb-getrocknete noch warme Tomaten, Randensalat und Tomaten-Gurken-Caspaccio.

Mein Sohn liebt Wurzelgemüse. Der erste Randensalat schmeckt uns allen besonders gut.

Halbgetrocknete Tomaten und Caspaccio bestehend aus dünnen Tomaten- und Gurkenscheiben

Zum Dessert geniessen wir Trauben, Äpfel, Birnen, süsse Brombeeren und Heidelbeeren.

Gemüse und Früchte für unser Essen stammen aus unserem Garten.

Wir singen unser neues Herbstlied. Meine Kinder erfinden je eine eigene Strophe und danken auf persönliche Weise.

- Danke, für die feinen Äpfel, danke für die süssen Birnen; danke, dass ich so viele Gurken essen kann. (Strophe von meinem Sohn)

- Danke, für die farbigen Raupen, danke für „meine“ Birnen; danke, dass ich einfach im Garten sein darf. (Strophe von meiner Tochter)

Satt und glücklich bereiten sich die Kinder für die Nacht vor. Im Bett lese ich ihnen noch ein Kapitel aus unserem Vorlesebuch Momo von Micheal Ende vor, obwohl es schon spät ist. Dennoch könnte ich an diesem Abend die Kinder nicht einfach ohne Geschichte einschlafen lassen. (Vor)lesen verbinde ich fest mit der kalten Jahreshälfte.

- Danke für diesen Erntetag ja, danke für meine geliebten Kinder; danke dass ich von Herzen Danke sagen kann!

Dieser Artikel wurde am 23. September 2015 veröffentlicht.

---

# Sommerbeginn mit der Sommersonnwende am 21. Juni

Ich erzähle den Kindern, dass an der Sommersonnwende bei uns der längste Tag und die kürzeste Nacht herrschen. Es ist das Gegenteil von der Wintersonnwende. Die Sommersonnwende wurde von den Kelten gefeiert und heisst Litha. Es ist eines der vier Sonnenfeste. Die Sommersonnwende steht gegenüber der Wintersonnwende. Die Tag-und-Nacht-Gleiche im Herbst und die Tag-und-Nacht-Gleiche im Frühling gehören auch zu den Sonnenfesten, die für die Kelten und auch für mich im Jahreskreis eine tiefe Bedeutung haben.

Wir feiern das Fest wie es kommt und ehren das Element,

welches gerade vorherrscht an diesem Tag.

Es regnet und dazwischen gibt es sonnige Abschnitte. Wir geniessen den Garten.

Egal wie das Wetter zur Sommersonnwende ist, wir feiern draussen.

Aus unserem Garten ernten wir und lichten aus.

Die Kinder ernten gerne Beeren.

Bereits dürfen wir Vieles ernten.

Die letzten Frühlingsgemüse wie Radieschen und Kohlrabi gibt es auf unseren Sommersonnwendteller.

Nach 1 1/2 Stunden Arbeit sind die Salate (Eisberg-, Kopf-, Pflück- und Bataviasalat) gerüstet.

Ich mag den Duft von Lavendel.

Bereits sind die Farbtöne vielfältig.

Das Frühlingswimmelbuch macht dem Sommerwimmelbuch Platz.

Meistens findet das Sommerwimmelbuch im Wintergarten Platz.

Wir lernen ein neues Sommerlied. Ein Feuer entzünden wir nach Möglichkeit. Wir erzählen uns, was wir mit Sommer verbinden.

Zur Sommersonnwende ist alles voll und egal ob Wärme, Regen, Hochgefühle oder Tiefpunktmomente da sind, alles ist intensiv.

Für mich ist die Sommersonnwende manchmal überfordernd. Ein Fest nach dem anderen findet statt. Seien es Abschlussfeste, Geburtstagsfeste oder Sommerfeste. Ich tue mich schwer wegzuwerfen. Ich möchte so gerne all diese Fülle behalten und bewahren. Dies ist jedoch nicht der Lauf der Natur. Jetzt ist die Zeit der Fülle und auch des Überflusses.

Das Zentrum des Jahres, die Hälfte des Jahres ist erreicht. Ich verbinde damit eine Acht.

Wir legen und schmücken eine Acht zur Sommersonnwende.

Der erste Kreis der Acht liegt hinter mir und vor mir liegt der zukünftige zweite Kreis. So sehe ich zurück, was ich in der ersten Hälfte des Jahres schon vollbracht habe, was sich in dieser ersten Hälfte verwirklicht hat, was alles gediehen ist und was zur Reife gefunden hat. Es ist auch der Moment zu

erkennen, was sein möchte und was nicht. Mit der Acht verbinde ich AchtSamkeit und die Acht steht zwischen der Sieben und der Neuen, welches meine liebsten Zahlen überhaupt sind. Es ist für mich die Möglichkeit zu erkennen, was ich beACHTen möchte. Wohin geht es, wenn ich in der Fülle bin? Was werfe ich weg, was behalte ich und wie komme ich in dieser Fülle zurecht? ACHTsam möchte ich sein auch im Überfluss.

Mit meiner Familie halte ich fest, was wir bereits erreicht haben in der ersten Hälfte des Jahres. Dabei nehmen wir die Liste, die wir während der Wintersonnwende erstellt haben, zur Hand.

Im 2015 freuen wir uns, dass das Kinderzimmerumbauprojekt erfolgreich beendet wurde. Für die zweite Hälfte des Jahres wünschen wir uns, dass alle grossen Übergänge nach den Sommerferien freudvoll und reibungslos stattfinden können. Ein Feuer entfachen wir dieses Jahr nicht.

**Sommer verbinde ich mit**

- Süden
- Rot- und Violett-Farbtöne
- Feuer
- Inspiration
- Sein
- Wasserfall
- Sprudeln lassen, Bewegung
- Energien sind im Aussen
- Aussen
- Leben
- Energieähnlich wie der Vollmond
- Energieähnlich wie die Mittagszeit
- Blühte – Frucht
- warm
- BeACHTung
- Ausgelassenheit
- Fülle

- Sommerferien
- Wassersport und laue Nächte
- Kochen über dem offenen Feuer

**Sommerlicher Gartengenuss ist für mich**

- Kräuter
- Salate
- Blumen
- Beeren
- Früchte (Gemüse) in allen Farben
- Obst

Rosenhecke

Eintrag wurde am 21.06.2015 veröffentlicht.