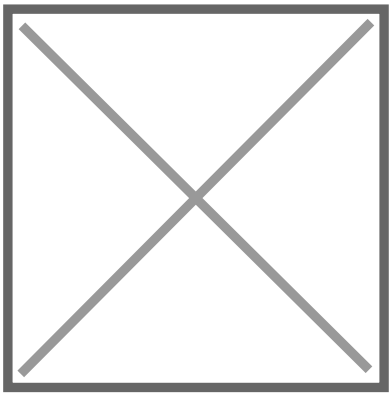

FÃ¼r ein schÃ¼chternes Kind

Description

Meditation

Kind vor der Schule- Foto: Jens Weber - pixelio.de

Foto: Jens Weber â?? pixelio.de

Manchmal traue ich mich nicht, auf andâ??re zuzugehend.
Ich bin verkrampft und will mich nicht blamierâ??n.
Dann sagâ?? ich mir: â??Ich schauâ?? die andern erst â??mal freundlich an
und sage, wie ich heiÃ?â??. Willâ??s gleich probierâ??n!â??

Manchmal habâ?? ich keine Lust, will nicht zur Schule gehâ??n.
Vielleicht werdâ?? ich gehÃ¤nselt, und was dann?
Dann sagâ?? ich mir: â??Ich stellâ?? mir einfach vor, es wÃ¤râ?? ein Spiel.
Ich weiÃ? doch, wer ich bin und was ich kann!â??

Manchmal habâ?? ich Kopfweh, und dann gehtâ??s mir gar nicht gut.
Wie lange noch haltâ?? ich die Schmerzen aus?
Dann sagâ?? ich mir: â??Das GrÃ¼beln machtâ??s nur schlimmer!â??
Also dann lenkâ?? ich mich ab und gehâ?? zum Spielen raus.

Manchmal habâ?? ich schlechte Laune, weiÃ? nicht recht warum.
Was machâ?? ich bloÃ?? Ich schaltâ?? den Fernseher an.
Dann sagâ?? ich mir: â??Was soll das hier? Ich bin schon wie gelÃ¤hmt!
Jetzt stehâ?? ich auf und fangâ?? zu spielen an.â??

Ich schaffâ?? das schon! Ich schaffâ?? das schon!
Denn ich habâ?? schon ganz andere Dinge gemacht.
Und danach war ich froh und habe gelacht.
Ich schaffâ?? das schon! Ich schaffâ?? das schon!

Klaus Glas