

Moment mal – Spur der Woche



Foto: pixabay.com

Moment mal!

Hast du dir heute schon mal Zeit genommen?

Zeit, zum Innehalten?

Zeit, um einfach nur da zu sein?

Zeit, um wahrzunehmen was ist?

Geh hinaus in die Natur  
oder öffne das Fenster!

Nimm dir Zeit und nimm wahr, was da ist!

Lass dir Zeit zu schauen!  
Lass dir Zeit zu lauschen!  
Lass dir Zeit zu riechen!  
Lass dir Zeit zu schmecken!  
Lass dir Zeit zu tasten!  
Lass dir Zeit zu spüren!

Öffne dich für den Zauber des Sommers!

Sommerfarben  
Sommerklänge  
Sommerdüfte  
Sommerköstlichkeiten

Lass dich berühren von der Botschaft des Sommers!

Ja, lass den Sommer in dein Herz!

Noch heute!

Ulrike Groß, Juli 2021