

Es ist gar nicht so schwierig, -innezuhalten  
und in der Freude und dem Wunder des Lebens zu verweilen.  
Kinder machen dies ständig. Sie sind von der Energie  
des Lebensgeistes beseelt - und genießen den Augenblick !

Sie lassen das Leben durch sich hindurchfließen -  
und sind in Harmonie mit Körper, Geist und Seele .  
Mach es wie die Kinder und freu dich an den Sonnenstrahlen,  
die sich im Fenster spiegeln !  
Betrachte nicht den Staub, der sich dort angesammelt hat !