



Sommer-Rezept

Description

Zeichen der Zeit



Foto: *Hubertus Brantzen*

einfach mal
den Alltag unterbrechen
tief durchatmen
innehalten
das Fenster weit öffnen
befreit aufatmen
Herz und Sinne öffnen
den Blick zum Himmel richten
Wolkenbilder betrachten
dem Vogelgezwitscher lauschen
die Wärme der Sonne auf der Haut spüren
Glücksmomente sammeln

[Ulrike Groß](#), Juli 2024