

Wandern

von Jean (achtsamkeit@facebook.com)

Beim Wandern machen wir was Tolles
was wir im Lebensrucksack oft vergessen...
Wir packen nur ein was wir dringend brauchen
und auch das nur, wenn wir es tragen können.

Nie würde etwas im Rucksack landen
weil es im Angebot ist
oder hübsch
oder der Nachbar gesagt hat.

Jedes Gramm waegen wir ab...
ueberlegen was wir tragen können.

Ich überpruefe manchmal meinen Lebens Rucksack.

Kann ich ihn schultern ohne zu stolpern?

Namasté Jean