


ACHTSAMKEIT FÜR DICH


KLEINE AUSZEITEN FÜR DEN ALLTAG



ars≡dition



WENN SICH DIE WELT UM DICH HERUM
WIEDER EINMAL ZU SCHNELL DREHT, GÖNNE DIR
EINE KLEINE AUSZEIT VON DEINEM ALLTAG
UND KOMME GANZ IM HIER UND JETZT AN.
LASS DICH INSPIRIEREN UND SCHENKE DIR
EINEN MOMENT DER ACHTSAMKEIT.
EINEN MOMENT, DER GANZ DIR GEHÖRT
UND DER DIR NEUE KRAFT GIBT. DU WIRST MERKEN,
WIE SEHR ES DEIN LEBEN BEREICHERT.



positive mind
positive
vibes
positive life



Ändere deine
Gedanken und
du veränderst
die Welt.

WEISHEIT AUS INDIEN

grow
positive
thoughts



Du bist fabelhaft!


VERSUCHE EINMAL, KOMPLIMENTE EINFACH MIT DANK
ANZUNEHMEN, STATT DICH KLEINER ZU MACHEN,
ALS DU BIST. DENKE WOHLWOLLEND ÜBER DICH,
DENN MIT DIR VERBRINGST DU DEIN GANZES LEBEN!
FANGE AM BESTEN GLEICH DAMIT AN
UND SAGE ETWAS POSITIVES ÜBER DICH.

Ich bin _____.



EIN
dankbares Herz

IST EIN MAGNET
FÜR WUNDER
UND GLÜCK.

A lit candle in a dark, textured holder is positioned on the left side of the frame. The flame is bright and yellow-orange. The background is a soft, out-of-focus bokeh of warm, golden-yellow and orange light circles, creating a cozy and contemplative atmosphere.

ANSTATT AN DAS ZU DENKEN,
WAS DIR FEHLT,
DENKE LIEBER AN DAS,
WAS DU SCHON HAST!
ZÜNDE EINE KERZE AN
UND ÜBERLEGE DIR DREI DINGE,
FÜR DIE DU JETZT IM
MOMENT *dankbar* BIST.



LIEGE MIT GESCHLOSSENEN AUGEN RUHIG AUF
DEM RÜCKEN UND STELLE DIR VOR, WIE EINE SCHÖNE,
WARME FARBE DURCH DEINEN KÖRPER FLIESST.
FANGE GEDANKLICH BEI DEINEN FUSSPITZEN AN
UND WANDERE WEITER DURCH DEINEN GANZEN
KÖRPER, BIS SICH EIN ANGENEHMES GEFÜHL DER RUHE
IN DIR AUSBREITET.



*Think positive
and positive things
will happen.*

Soul food

