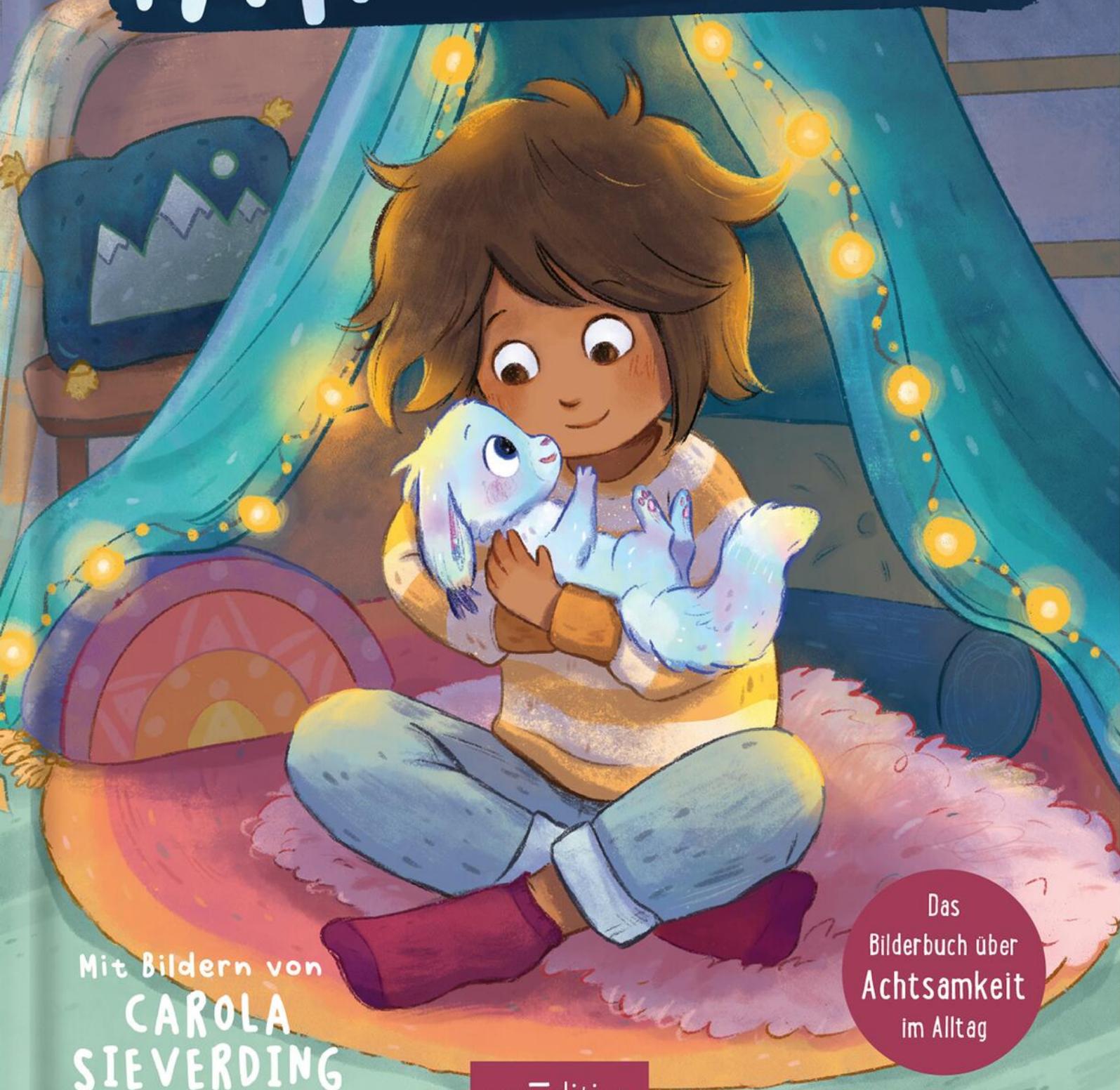


JUTTA  
DEGENHARDT

# EIN INNehALTEN



Mit Bildern von  
**CAROLA  
SIEVERDING**

arsEdition

Das  
Bilderbuch über  
Achtsamkeit  
im Alltag

JUTTA DEGENHARDT

CAROLA SIEVERDING

# EIN INNEn HALTeN



arsEdition



Den ganzen Tag sind wir durch die Stadt gelaufen, um Sachen zu suchen und zu kaufen. Als wir schwer bepackt nach Hause kommen, entdecke ich etwas vor der Tür.

»Schaut mal«, rufe ich. »Da liegt ein kleines Paket.«

»Vorsicht, Joni«, schnauft Papa. Er hebt einen Turm aus Kartons über mich, und Mama folgt mit einem Haufen Knistertüten. Opa und seine Freundin Bea tragen einen voll beladenen Korb. Alle schleppen und stöhnen. Das Päckchen bemerken sie nicht.



»Für wen ist das wohl?« Ich zupfe an dem zerknitterten Papier.