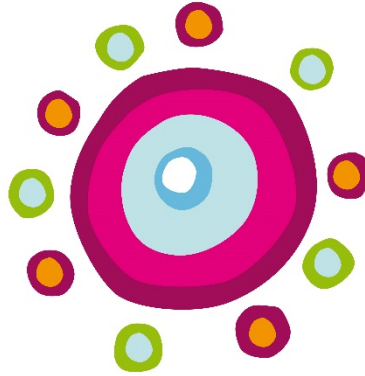


Sonnengruß



Ich grüße euch alle und auch mich selbst.

Ich grüße die Sonne und die ganze Welt.

Ich grüße die Erde, die mich trägt.

Ich grüße jeden Stern, der am Himmel steht.

Jetzt bin ich ein Hund, manchmal heb ich ein Bein.

Ich genieße die Sonne als Salamander auf dem Stein.

Als Heuschrecke hab ich ganz kräftige Beine,
als Schlange beim Schlängeln da brauche ich keine.

Zurück in den Hund, den mag ich so gern.

Und noch einen Blick zu meinem Lieblingsstern.

Mein Fuß kommt nach vorne, ich bin wieder ich.

Ich atme tief ein und freu mich über mich/ dich.