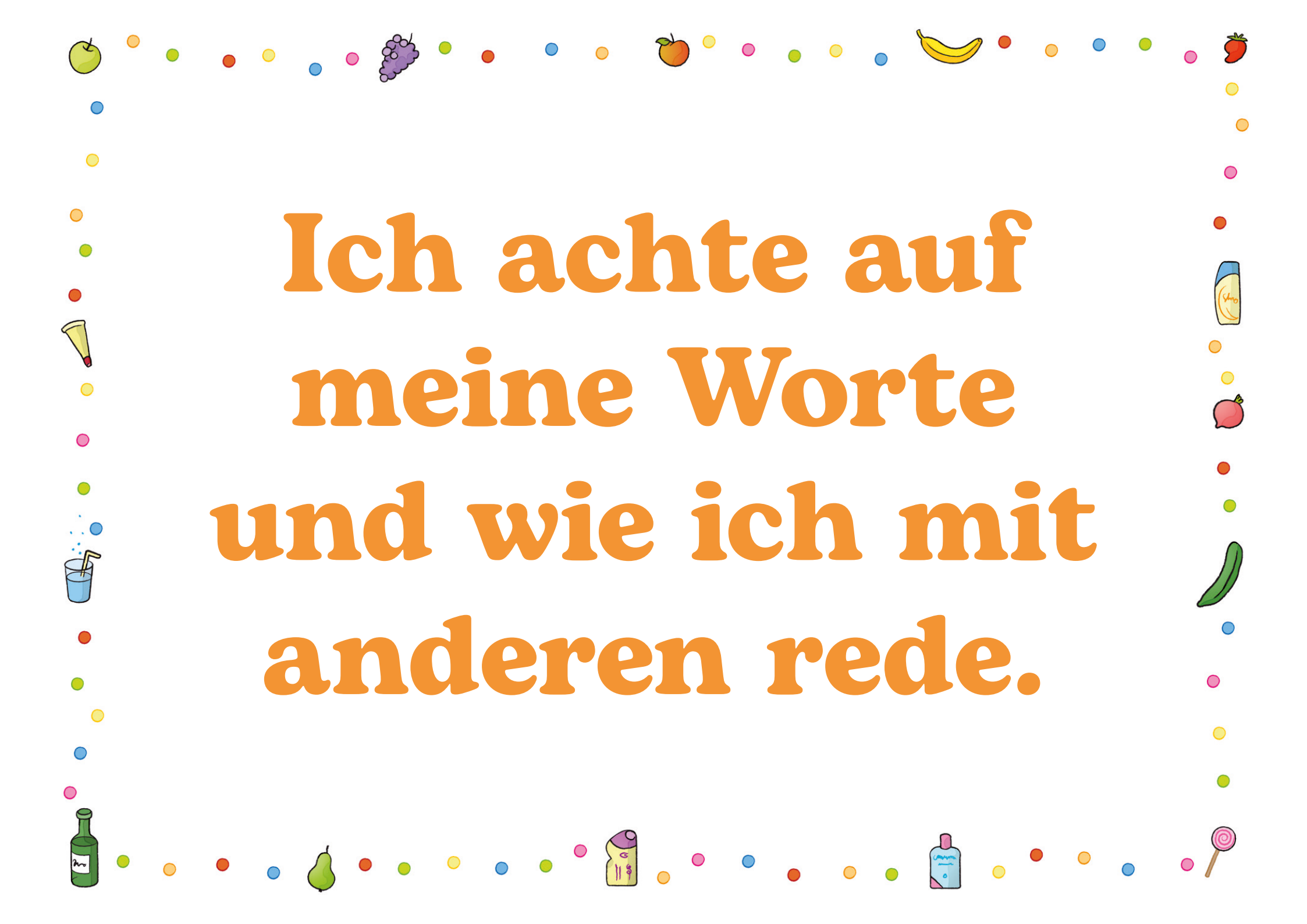
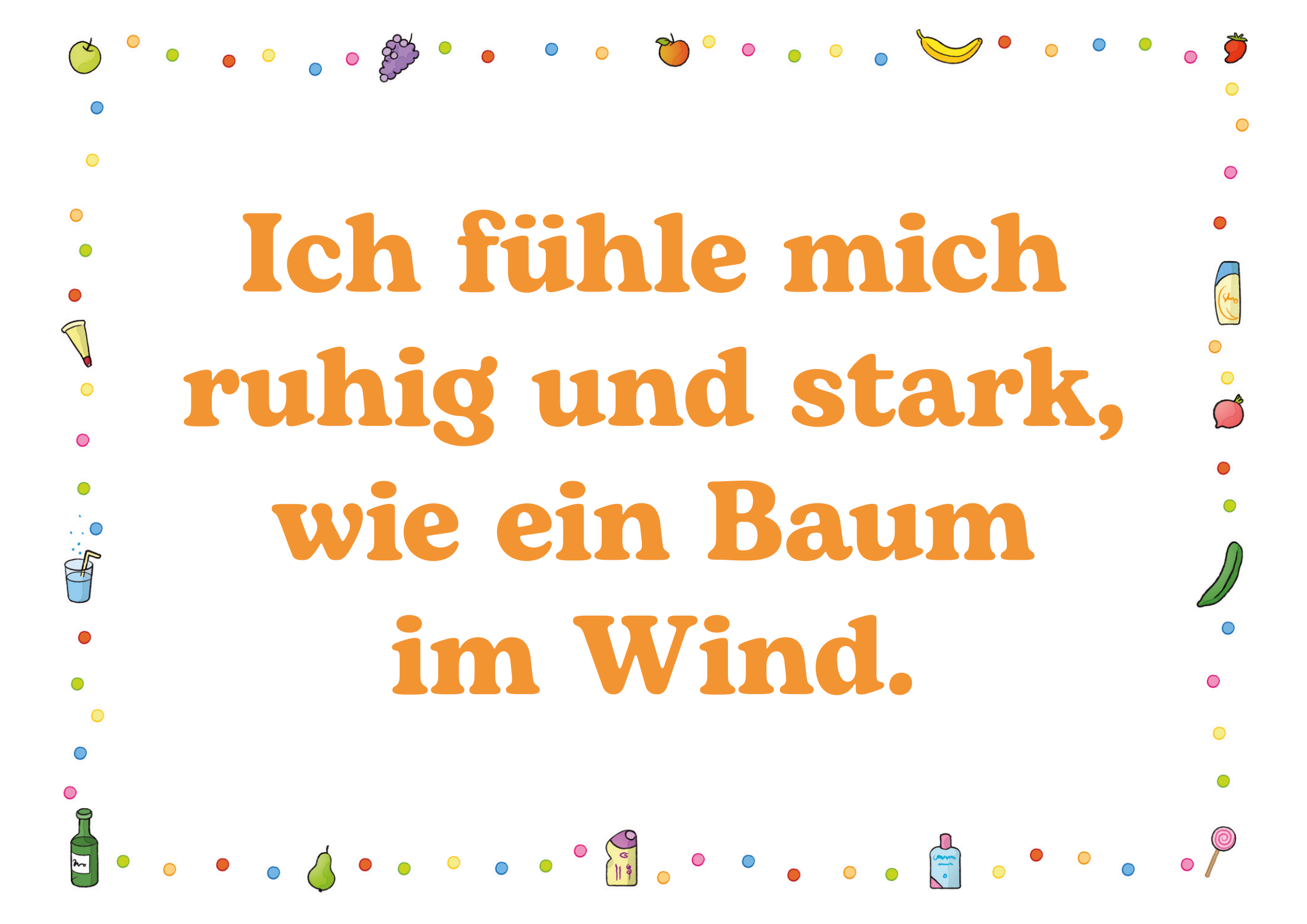


**Ich bin achtsam
und gehe mit
offenen Augen
durch die Welt.**



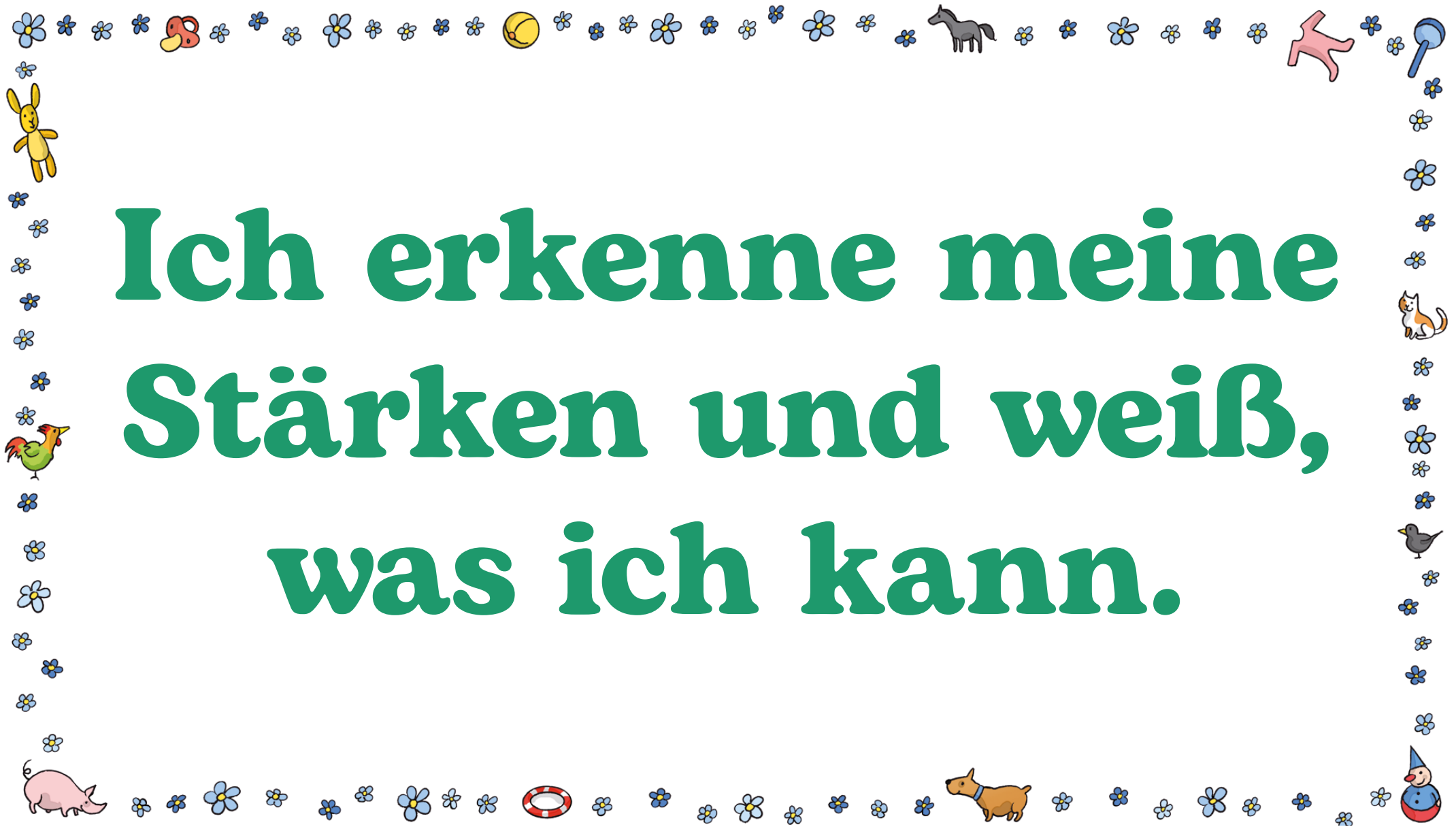
**Ich achte auf
meine Worte
und wie ich mit
anderen rede.**



**Ich fühle mich
ruhig und stark,
wie ein Baum
im Wind.**



**Ich helfe gerne
anderen.
Zusammen sind
wir stark.**



**Ich erkenne meine
Stärken und weiß,
was ich kann.**



**Ich achte auf
meine Gefühle
und die der
anderen.**



**Ich kann alles
schaffen, was ich
mir vornehme.**



**Ich bin dankbar
für das, was ich
habe und bin.**



**Ich lächle und
kann damit
Wunder bewirken.**