

Ein Gedicht an mich...

(nach Erich Fried)

NUR NICHT

Das Leben

wäre

vielleicht einfacher

wenn ich...

mir keine Gedanken machen würde

über Gesundheit, Vorbeugung und den richtigen Weg.

Und nicht übers Fasten,

Auszeit

Zeit für mich

neue Impulse für uns, die ganze Familie.

Fünf Tage mit kleinem Löffel

Stille

und doch auch Bewegung

endlich - Messer und Gabel!

Ein festlich gedeckter Tisch mit fünf Kerzen

DER APFEL

Was für ein Wunder.

Fasten – was für ein Erlebnis!

Das Leben

wäre

vielleicht einfacher

wenn ich...

vom Fasten nicht erfahren hätte.

ES WÄRE NUR NICHT MEIN LEBEN

ARTEP - Christina Thomar – anlässlich des Modules 1A der ggf
vom 23 – 30 August 2020 auf der Katschberghöhe.

Autorin des Buches LIFESTYLE-FASTENBUCH und
Mitautorin des DREAMS INTO ACTION (Das Zukunfts-Lesebuch)