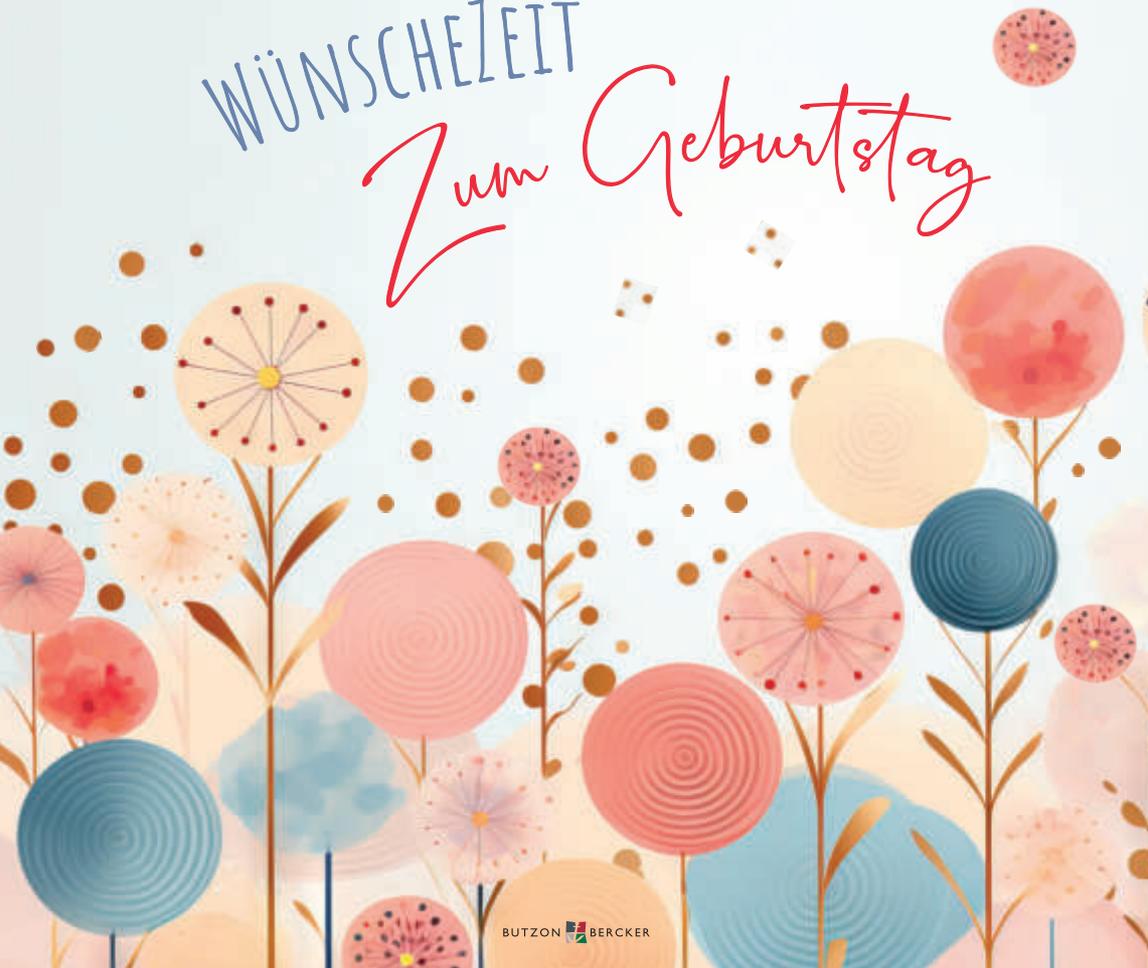


Franz Hübner

WÜNSCHEZEIT

Zum Geburtstag



MIT LIEBEN WÜNSCHEN

für

.....

von

.....

Heute und an jedem Tag
wünsche ich dir
einen Augenblick *Gelassenheit*,
einen Anlass, zu lächeln,
einen Grund, deinen Mitmenschen
eine Freude zu bereiten.

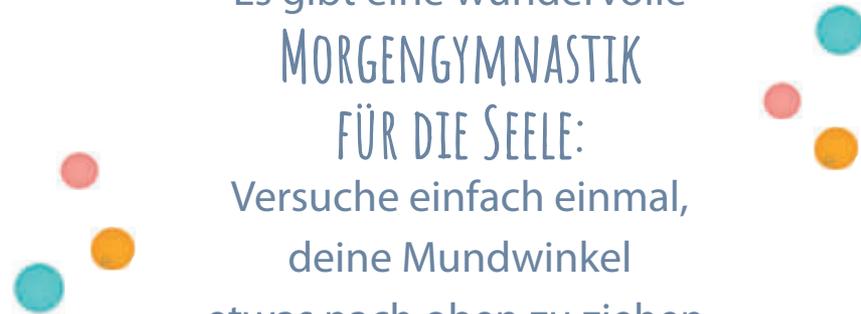


Was wäre das Leben
ohne die FREUDE? –
Sie ist ein Geschenk.
Ein GESCHENK, das jeden Tag
auf dich wartet.
Das darauf wartet, VON DIR
ausgepackt zu werden.



EIN *Lächeln*
LIEGT IMMER NUR
EINEN GEDANKEN
WEIT ENTFERNT.



A collection of colorful circles in shades of teal, orange, pink, and yellow, scattered around the text.

Es gibt eine wundervolle
MORGENGYMNASTIK
FÜR DIE SEELE:
Versuche einfach einmal,
deine Mundwinkel
etwas nach oben zu ziehen,
denke dabei an etwas Schönes
und –

Lächle.

A dense horizontal band of colorful circles in various sizes and colors (teal, orange, pink, yellow, red, blue) at the bottom of the page.

Jeder Mensch weiß
tief in seinem Innern,
was ihm **WIRKLICH**
Freude macht.

Ich wünsche dir heute
mindestens einen

Augenblick der Freude.





Gott sei Dank
ist es nie zu spät,
über seinen eigenen
Schatten zu springen,
darauf zu pfeifen,
was die „anderen Leute“
denken, und etwas
UNGEWÖHNLICHES, ALBERNES,
SPONTANES zu tun.
Etwas, was nur mir
Freude macht.



Es gibt keinen Grund,
die Dinge des Alltags
zu überstürzen.

Aber es findet sich
gewiss ein Grund, um
innezuhalten
und dankbar zu sein.





Was willst du vom Leben?

Was auch immer es ist:
Indem du dich jeden Tag
aufs Neue darauf konzentrierst,
wirst du deinem **ZIEL**
immer näher kommen.



Wer die *Kleinigkeiten*
des Lebens schätzt –
den guten Geschmack
eines Essens,
die herzliche Umarmung
eines Freundes,
die Schönheit
einer Sonnenblume –,
der hat den **WAHREN REICHTUM**
des Lebens entdeckt.

Aus seinen gewohnten
Bahnen ausbrechen ...

EINFACH MAL

aus dem Alltagstrott
heraustreten und
etwas Neues tun ...

das kann ein spontaner Besuch
bei einem Freund, ein Kinobesuch
oder ein Bummel durch
den Park sein – einfach so –
ohne besonderen Grund ...

WEIL ES DER SEELE GUTTUT,
MAL ETWAS NEUES ZU TUN.





ES GIBT EINEN
WESENTLICHEN GRUND,
MIR SELBST ETWAS GUTES ZU TUN:

*weil ich es
verdient habe.*





„ICH BIN ES WERT“ –
das ist der Zauberspruch.

„ICH BIN ES WERT“ –
das ist der Schlüssel
zu einem wesentlichen
Aspekt der Heilung,
der Erneuerung und der Fülle.

„Ich bin es wert“
das ist der Weg
zu einem zufriedenen Leben.



Ist es nicht an der Zeit,
mich heute einmal selbst
**ZU LOBEN UND ALL
DAS ANZUERKENNEN,**
was ich auf meinem Weg
bisher schon erreicht habe?

