

## **Pure Lebensfreude**

Wann verspürten Sie das letzte Mal pure Lebensfreude? Bei der Schneeballschlacht mit Ihren Kindern? Beim lauthals Mitsingen Ihres Lieblingslieds, als es im Radio lief? Oder beim frühmorgendlichen Joggen, als die gesamte Vogelwelt für Sie ein einzigartiges Konzert im Wald veranstaltete?

Mein letztes Pure-Lebensfreude-Erlebnis war beim Schneesuhwandern mit Freunden. Mit dabei Hündin Ahkus, ein richtiges Energiebündel und ein wahrer Sonnenschein. Sie rannte im Schnee herum als gäbe es kein Morgen, machte Kapriolen, so dass wir uns vor Lachen krümmten und hatte den Schalk faustdick hinter den Ohren. Sowohl die wundervolle winterliche Märchenlandschaft wie auch die positive Energie von Ahkus waren Balsam für meine Seele. Ich war einfach im Hier und Jetzt und komplett zufrieden mit mir und meiner Umwelt. Was will man mehr?!

Ich wünsche Ihnen pure Lebensfreude, bleiben Sie gesund!

Herzlich, Ihre Petra Schwendimann