



*Alles sehen als das, was es ist*

Im Licht des neuen Morgens  
sieht alles anders aus.  
Gestern noch dachte ich, alles sei schwierig  
oder aussichtslos oder anstrengend;  
oder masslos traurig.  
Im Licht des neuen Morgens  
sehen ich Dinge als Dinge,  
Menschen als Menschen,  
Ereignisse, als Ereignisse,  
Gefühle als Gefühle,  
Gedanken als Gedanken, und

*Alles ist einfach wie es ist*

Meditation von Safi Nidiaye