

*Nimm* es nicht so schwer,  
auch wenn dir nicht  
zum Lachen ist.

Verliere nicht deinen Humor,  
sondern freue dich  
über kleine Fortschritte.

Bestimmt kommen wieder Tage,  
die dich froh machen.







*Deine* Krankheit kam

aus heiterem Himmel.

Du hast überhaupt nicht  
damit gerechnet.

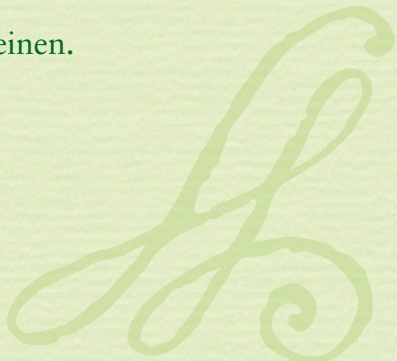
Sie passt nicht in dein Konzept.

Du hast ja so viele Pläne,  
so viele Termine.


Lerne, deine Krankheit anzunehmen,  
und lehne dich nicht auf.



*Sage* JA zu deiner Krankheit,  
JA zu allen Einschränkungen,  
JA zu allen Schmerzen und Beschwerden.  
Versuche sie zu akzeptieren,  
auch wenn es dir schwerfällt.  
Und verliere nicht die Hoffnung.  
Auch für dich wird  
die Sonne wieder scheinen.







*Deine* Gedanken kreisen  
immer um die eine Frage:  
Werde ich wieder gesund?  
Hab Vertrauen,  
dass alles gut wird.  
Vertraue auf den,  
der dein Leben  
in seinen Händen hält  
und dich nicht fallen lässt.

