

«Molly, du kannst diese Gefühle immer sehen, wenn du dir die Zeit nimmst, nach innen zu reisen. Schließe dazu einfach die Augen und fühle in dich hinein.

Gefühle können keinen Schmerz auslösen, die Unterdrückung der Gefühle löst den Schmerz aus.

Gefühle können groß sein, stark sein, intensiv sein, aber das ist das bunte Leben, es gehört alles dazu. Das Leben zu unterdrücken, das löst den Schmerz aus.

Gefühle können dir niemals etwas tun, sie sind Energien, die tanzen und spielen wollen, aber sie sind niemals gefährlich.»

Aus «Mollys wundersame Reise» von Anna Kamilla Cupka

