



**Sorgst du dich ständig um einen Menschen,
so tust du weder ihm
noch dir einen Gefallen damit.**

**Dir bereitet es Kummer und dem anderen
entzieht es Energie, es schwächt ihn.**

**Denke lieber, dass dieser geliebte Mensch
alles meistert,
das stärkt ihn und
befreit euch somit Beide.**

