

Eine Geschichte über Angst von Khalil Gibran:

Es kam ein Patient zum Arzt und klagte: „Angst beherrscht mein Leben. Sie hat mir alle Freude genommen.“ Der Arzt erzählte dem Patienten darauf eine Geschichte: „Hier in meiner Praxis lebt eine Maus, die an meinen Büchern knabbert. Mache ich zu viel Aufhebens von der Maus, wird sie sich vor mir verstecken und ich werde nichts anderes mehr tun, als sie zu jagen. Stattdessen habe ich meine wertvollsten Bücher an einen sicheren Platz gestellt und ich erlaube ihr, an den anderen zu knabbern. Auf diese Weise bleibt sie eine einfache, kleine Maus und wird nicht zu einem Monster. Mein Rat lautet also: Richten Sie Ihre Angst auf einige wenige Dinge, dann bleibt Ihnen Mut für das, was wichtig ist.“