

# *Gefühlsduselei*

*Gefühle, sie lassen sich schwer steuern,  
dann ist guter Rat oft teuer.*

*Entspanne, komm mal runter und atme tief durch,  
hab vor neuen Entscheidungen keine Furcht.*

*Dein Herz, es sagt ja - der Verstand aber nein,  
schlaf mal drüber - dann fällt dir sicher was ein.*

*Gedanken, lasse die Schlechten ruhig weg gehen,  
am nächsten Tag wirst du klarer sehen.*

*Text: ©Simone Mentz (PAF) / 2021-04-18*