

Levertségben...

"Ne engedd, hogy a rosszhangulat uralkodjék rajtad, hanem végy erőt levertségeden....Emlékezzél vissza a kellemes dolgokra, és örömökre, melyek értek.....

Ne panaszkodjál és ne írd levelet rosszhangulatban, mert ilyenkor nem vagy valódi önmagad.... Sötét szemüvegen át mindent sötétnek látsz... Engedj időt magadnak a csillapodásra, aludjál egyet... Holnap reggel fölébredve, derűsebbnek látod a világot... Ma még azt hiszed talán, hogy végleg beborult az ég. De ne feledd el, a felhők fölött mindig derűs az égbolt.... Ugyanúgy van lelkedben is, a múltó rossz hangulatok, keservek alatt örök szeretetre és vidámságra vágyik szíved..... Kergesd el a felhőket lelkedről, hogy a vidámság felszínre jöhessen.....” (ismeretlen)