
DIE FÜNF FREIHEITEN

Die Freiheit
zu sehen und zu hören
was jetzt ist,
anstatt was sein sollte,
was war oder was sein wird

Die Freiheit
zu fühlen was ich fühle,
anstatt zu fühlen, was man fühlen sollte

Die Freiheit
zu sagen was ich fühle und denke,
anstatt was ich fühlen und denken sollte

Die Freiheit
danach zu fragen was ich gerne möchte,
anstatt auf Erlaubnis zu warten

Die Freiheit
auf eigene Faust Risiken einzugehen,
anstatt immer auf Nummer Sicher

Virginia Satir