

Wieder gesund werden



Verfasst von Clair Bradshaw

Illustriert von R. W. Alley

SILBERSCHNUR  VERLAG



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originally published in the USA under the title "Get Well Therapy" Copyright der Originalausgabe: © 1987 One Caring Place, Abbey Press, St. Meinrad, Indiana 47577

Copyright der 1. – 3. Auflage © Sequoyah Verlag, erschienen unter der ISBN 978-3-85466-021-7

Copyright der überarbeiteten Neuauflage © 2018 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-606-7

1. Auflage 2018

Satz: XPresentation, Göllesheim

Übersetzung: Sylvester Lohninger und Robert Jaroslowski

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Vorwort

Wenn Du krank bist, bist Du als ganze Person krank – nicht nur mit Deinem körperlichen Sein, sondern auch mit Deinem Geist, Deinen Emotionen und Deiner Seele. Dein körperliches Gebrechen berührt und beeinflusst jeden Teil von Dir – und ebenso beeinflusst Deine Erkrankung, wie ein jeder Teil von Dir funktioniert.

Während Du also medizinischen Rat und Fürsorge erhältst, gibt es wesentlich mehr, was Du tun kannst, um mit der Krankheit fertigzuwerden und zu genesen. Du kannst eine positive Einstellung fördern, Dir selbst Mut machen und aus reichhaltigen Quellen spiritueller und psychischer Kraft schöpfen.

Gleichzeitig kannst Du von Deiner Krankheit lernen, und – so unwahrscheinlich es jetzt klingen mag – ihr erlauben, Dein Leben zu bereichern, während sie Deine Seele für eine größere Weisheit und stärkeres Mitgefühl öffnet.

“Wieder gesund werden” ist ein Ratgeber, der Dir zeigt, wie Du Deiner Krankheit mit Deinem gesamten Wesen begegnen kannst. Seine lindernden Worte und herzerfrischenden Illustrationen werden Dich – durch Unsicherheit und Angst, Verlust und Veränderung hindurch – während des Verlaufs Deiner Genesung ermutigen und inspirieren.

Ob Du mit einer kurzzeitigen Schwächung, einer chronischen Erkrankung oder einer möglicherweise unheilbaren Krankheit zu tun hast, “Wieder gesund werden” kann Dir helfen, mehr Frieden und Heiterkeit zu erlangen – und ein Wohlbefinden, das die Werte und Worte auf einer Patientenkartei weit übersteigt.

1.

*Akzeptiere die Ungewissheit bei
Deiner Genesung. Du kannst nicht
jede Biegung und Wendung Deiner
Heilungsreise kennen.*

*Ruhe in der einzigen Gewissheit,
die es gibt - ruhe in Gottes Liebe,
die Dich umfängt.*



ELFBERG
KRANKENHAUS

NOTAUFNAHME



2

10

5

7



2.

Schreibe Deine Ängste nieder und versiegele sie in einem Umschlag, den Du an Gott adressierst.

Vertraue darauf, dass der Schöpfer bereits gelesen hat, was darin steht.



3.

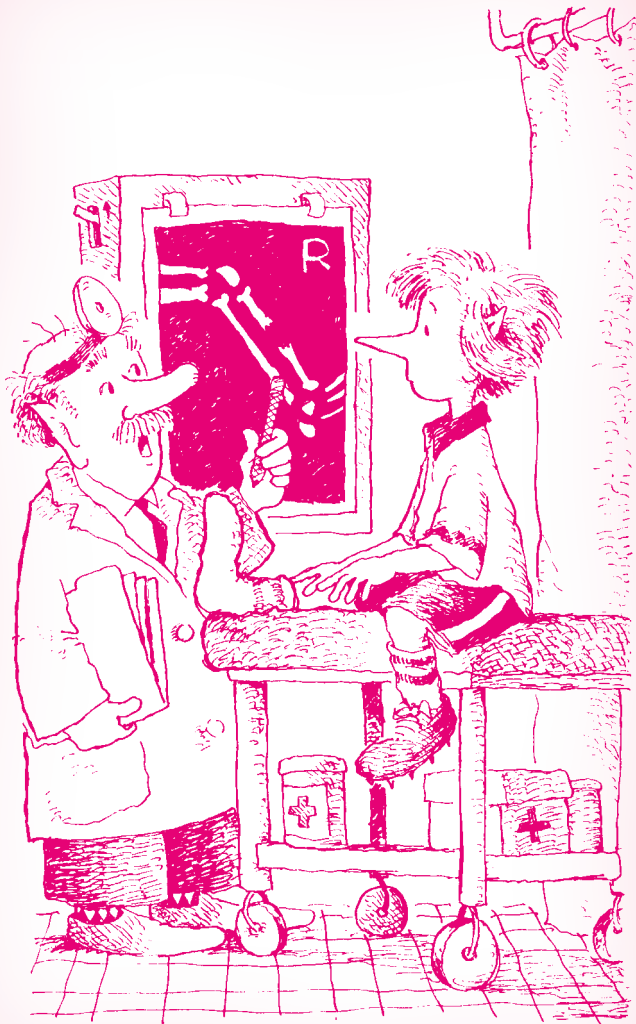
*Entscheide Dich, tapfer zu sein.
Tapfer zu sein bedeutet nicht, dass
Du frei von Angst bist. Es bedeutet
nur, dass Du Dich entschlossen hast,
trotz dieser Ängste positiv auf das
Leben einzuwirken.*



4.

*Verpflichte Dich dem Optimismus.
Auch wenn Du Deine Umstände
nicht einfach wählen kannst, so
kannst Du doch entscheiden, wie
Du auf sie reagierst.*

*Eine positive Sichtweise anzunehmen
ist etwas, wofür Du Dich aktiv
entscheidest, und nicht etwas, was
Dir bloß zustößt.*



5.

Gestehe Dir die Zeit zu, die Du für die Heilung benötigst. Auch wenn Du gewöhnlich geduldig bist, kann das Warten auf Genesung frustrierend sein. Versuche nicht, dort hinzujagen, wo Du glaubst, dass Du sein solltest.

Jetzt ist es an der Zeit, auf Deinen Körper zu hören - wie verständnisvolle Eltern, die ihren Schritt verlangsamten, um sich den kleineren Schritten eines Kindes anzupassen.

SCHWESTERN
STATION
←

