



# Ursula W & Jan-Christoph Ziegler

MEDIZINFRAU & LEBENSCOACH



11. November 2020

## DER SCHLIMMSTE FEIND BEDARF DER STÄRKSTEN WAFFE

Genau in unserer Zeit des Wandels breitet sich ein ganz besonderer Feind in rasender Geschwindigkeit aus. Leider ist er weder sichtbar noch greifbar. Und doch ist er ständig präsent.

Wir sprechen von den Angstgedanken und Gefühlen, die schlimmer als jede Waffe unser Leben bedrohen. Viele kluge und gebildete Menschen haben darüber berichtet, dass wir mit unserem Denken und Glauben unser Leben stark beeinflussen.

Durch vielerlei Medien sind wir Menschen jedoch so beeinflusst, dass klare, positive Gedanken und Gefühle oft kaum möglich sind. Angst gräbt sich somit ganz leicht immer tiefer in unser Bewusstsein. Da wir so konditioniert sind, ist es ein Leichtes für jene, die damit spielen, Geld verdienen und so manches mehr, uns zu manipulieren, damit wir in der Angst bleiben.

Zurzeit wird ganz besonders mit Angst im großen Stil gespielt und viele spielen mit. Jeder sichtbare Feind kann eingeschätzt werden, ein unsichtbarer, nur von der Meinung anderer abhängiger hingegen ist unberechenbar und wird somit schlimmer eingestuft und mit der Zeit so empfunden.

*Was hilft nun? Was kann dem entgegengesetzt werden?*

Etwas, das den Deutschen zu eigen ist - *Denken*. (Wir waren einmal das Volk der Dichter und Denker!)

Kritisch zu hinterfragen, ob das Gefühl, das mich gerade erreicht, wirklich real ist oder ob es künstlich erschaffen wurde, hilft auch. Selbst vordergründige Realitäten sind, wenn sie genauer betrachtet werden, alles andere als real. Leider wurden wir in den letzten Jahrzehnten dazu erzogen, dass wir das Denken anderen überlassen. Was dabei herauskommt, sieht man, wenn man sich in seinem Leben und auf der ganzen Erde umsieht.

Was im Besonderen hilft, ist eine positive Grundhaltung sich selbst, dem Leben und der Existenz gegenüber. Die feste Überzeugung, dass für mich als Mensch alles zum Besten bestellt ist; dass ich von der Existenz geliebt und gehalten werde, wenn ich mich ihr anvertraue und die Liebe zu allem was ist, machen das Leben leichter und lichter.

Die Liebe und der feste Glaube daran entwickeln sich somit zu einer der stärksten Waffen, die Angst und Chaos besiegen können. Noch nie konnte Frieden mit Krieg erzielt werden. Aber mit Liebe, Mitgefühl, Anteilnahme und Offenheit konnte manche Streitigkeit beigelegt werden.



# Ursula W & Jan-Christoph Ziegler

MEDIZINFRAU & LEBENSCOACH



11. November 2020

„Ich liebe dich“ gleich, wer es ist, ist ein wesentlicher Baustein, um unsere Zeit gut zu durchstehen. Jeder Mensch hat irgendwo etwas Liebenswertes an oder in sich. Wem es leichter fällt, der kann auch sprechen: „Ich lieb den Gott in dir.“ Und gleich danach: „Ich danke dir.“ Jeder trägt mit seinem Sein dazu bei, dass ich sein kann, gleich, wer oder wie er ist. Auch ein: „Ich liebe mich so wie ich bin“, ist mehr als nur hilfreich. Ein Segensspruch hilft ebenfalls immer wieder. Zudem ehrt ein ehrlich gesprochener Segen stets den Segen. Das heißt, es kommt alles zurück. Genau wie Missgunst, Neid und dergleichen immer wieder zurück zum Absender kommen.

In diesem Sinne wünschen wir allen ein Herz voller Liebe und einen unerschütterlichen Glauben an die Macht der Liebe. Wir verabschieden uns heute mit den Worten aus der Arie des Belmontes aus Mozarts Oper „Entführung aus dem Serail“:

*Ich baue ganz auf deine Stärke, vertrau' o Liebe deiner Macht!  
Denn ach, was wurden nicht für Werke durch dich schon oft zu Stand gebracht.  
Was aller Welt unmöglich scheint, wird durch die Liebe doch vereint.*

*Jan-Christoph Ziegler*      *Ursula W Ziegler*