

# FREIE GESTALTUNG

*Von der Angst gefangen*

*Angst, ein evolutionäres Gefühl. Sie kann vor Gefahr schützen, genauso von Erfahrungen geprägt sein.*

*Schutz der ebenso einschränkt.*

*Sie hält dich davon ab deinem Weg zu folgen, drängt zur Stagnation. Doch trotz aller Macht ist es nur ein Gefühl!*

*Je stärker die Angst, umso enger werden die Grenzen. Kein Ausweg in Sicht. Die Hoffnung verblasst ganz leise.*

*Vernebelt ist der angestrebte Weg noch zu sehen. Wirkt aber unerreichbar. Bis die Angst das Leben kontrolliert und zur Normalität wird.*

*Doch so machtlos und ausgeliefert, wie du glaubst, bist du nicht!*

*So überzeugend die Argumente auch sein mögen, es liegt an dir blind zu folgen, oder diese in Frage zu stellen. Mit dem Hinterfragen entsteht ein Pfad neben der Angst. Ihm treu zu folgen, lässt mit der Zeit eine Straße entstehen. So wird der Angst der Wind aus den Segeln genommen.*

*Gewiss, dieser Weg ist nicht leicht und verlangt einem Vieles ab...doch ist es zur Freiheit der einzige Weg.*

*Folge dem Herzen, deiner Intuition...und finde deinen Weg.*

*An alle deren Welt an Farbe und Hoffnung verloren hat.*

*Ich würde euch gerne zeigen, dass die Welt nicht so trostlos ist, wie sie für euch scheint. Den Glauben an euch und eine bessere Zukunft wieder geben. Ich finde es deprimierend und schade, wie Menschen sich selbst einschränken.*

*Euer Leben verdient an Farbe unabhängig von den Erlebnissen, die ihr bislang machen musstet. Eher im Gegenteil: Jene deren Leben bislang nicht viel Positives zu bieten hatte, verdienen es umso mehr.*

*Es gibt viele Menschen die als Vorbild genommen werden können. Hier hat jeder einen eigenen Favoriten.*

# FREIE GESTALTUNG

*Ich wünsche euch von Herzen mehr Licht und Farbe, mögen die Schatten der Vergangenheit nicht eure Zukunft bestimmen.*

*Jemand sagte mal: "Lauft auf das Neue zu, anstatt gegen das Alte zu kämpfen." Oder so ähnlich. Und das macht durchaus Sinn. In kleinen Schritten dem neuen Leben entgegen schreiten. Egal wie trivial es nach außen wirken mag, wie klein der Fortschritt ist, es zählt nur vorwärtszugehen. Im eigenen Tempo. Hierüber kann und darf niemand urteilen.*

*Ich wünsche dir damit dann auch die Hoffnung wieder zu finden. Und positiver zu denken, anstatt bei Allem vom Schlimmsten aus zu gehen.*

*Es kann auch hilfreich sein, sich Hilfe zu suchen, sei es privat oder beim Arzt/Therapeuten.*

*Dafür muss sich niemand schämen und es ist keinesfalls ein Zeichen von Schwäche. Aus meiner Sicht gehört sogar viel Stärke dazu.*

*Es blutet mein Herz*

*Wenn ich sehe, wie Kindern die Zukunft genommen wird durch Krieg, Armut, Krankheit.*

*Im Ukrainekrieg wurde einem 4-jährigen Jungen durch Bomben das Leben genommen. Er hätte noch nicht mal wirklich gelebt.*

*Vor ein paar Jahren ging das Bild von einem 3-jährigen durch die Medien, der im Mittelmeer ertrunken ist. Flucht in der Hoffnung auf eine bessere Zukunft... bitter zerschlagen.*

*Menschen in den ärmsten Regionen der Welt verhungern, weil Lebensmittel unbezahlbar, oder einfach nicht vorhanden sind.*

*Viel zu viele die ihr Leben lassen, weil andere nach Geld, Macht, Rohstoffen gieren. Wo bleibt hier die Menschlichkeit?*

*Diese Zeilen zu schreiben, was ändert das schon?*

*Es gibt Menschen, die sich einsetzen, eine Welle an Solidarität, das gibt mir Hoffnung. Und trotzdem ist da manchmal das Gefühl, jene die etwas zu melden haben, drehen sich um die falschen Ziele.*