



## **Ende mit Kämpfen**

Die Kriege in der Welt werden enden, wenn wir aufhören, innerlich zu kämpfen.

Und wie wir normalerweise leben?

Wir leben im Kampf.

Seit ersten Lebensjahren wurde uns beigebracht: Wir müssen kämpfen!

Wir müssen um Eigenes kämpfen.

Wir müssen um gute Noten und richtige Ausbildung kämpfen.

Wir müssen um unsere Rechte, unsere Freiheit und die Gesundheit kämpfen.

Wir kämpfen ständig gegen sich selbst.

Wir kämpfen täglich mit Schwierigkeiten, Krankheiten, Süchten und schlechten Gewohnheiten.

Wir kämpfen mit Gefühlen und mit Emotionen.

Wir kämpfen um Geld.

Wir kämpfen um Frieden und auch um Liebe.

Wir kämpfen mit anderen.

Wir kämpfen mit Leben.

Wir kämpfen, um den Kampf zu beenden..

Und so kämpfen wir weiter.

Und wir drehen uns im Kreis des Kämpfens, bis wir verstehen, dass der Kampf keine Lösung ist.

Der einzige Ausweg aus dem Schlachtfeld besteht darin, das Leben so anzunehmen, wie es ist, mit offenem Herzen, Liebe und Dankbarkeit.

Weil das Leben uns nur das Beste schenken möchte...

Nur sehen wir es oft nicht.

Dann entsteht Frieden in uns, den wir in die Welt senden.

Und nur so können wir gemeinsam die Welt verändern!!!! :)

Helena Nocun (Text geschützt)