

# Wir leben (immer noch) in einer herausfordernden Zeit.

Wenn wir uns die Herausforderung etwas genauer ansehen,  
dann können wir erkennen, dass es um zwei Dinge geht:

Um das Gemeinwohl und um unser eigenes Wohl.

Um das Gemeinwohl zu fördern, können wir alle sinnvollen Vorschläge beachten, die uns verlässliche Quellen übermitteln, z.B. gründliches Händewaschen (20 bis 30 Sekunden).

Eine gute Übung ist es, dabei das Unity-Schutzgebet zu sprechen/zu denken/zu meditieren:

**Das Licht Gottes umgibt mich.  
Die Liebe Gottes umhüllt mich.  
Die Kraft Gottes beschützt mich.  
Die Gegenwart Gottes wacht über mich.  
Wo immer ich bin, ist Gott.  
Amen**

Wie sieht es aber mit unserem eigenen Wohl aus?

Wenn wir uns von der Fülle der Negativnachrichten überschwemmen lassen, werden wir uns besorgt, ängstlich und gestresst fühlen, was unter anderem anzeigt, dass unser Immunsystem herunterfährt.

Und das geht eindeutig in die falsche Richtung.

Was können wir also tun?

Eine Möglichkeit, sich von unerwünschten äußeren Einflüssen zu befreien und wieder eigenständig zu denken, ist, über die Frage nachzudenken: Was will ich empfangen?

Und zwar nicht von außen, sondern von innen, von der schöpferischen Quelle.

Wenn ich mit dieser Frage spiele, kann sich eine bewusste Verbindung aufbauen, zwischen der Quelle des Lebens und der unendlichen Möglichkeit, dem Reich Gottes, und mir.

Es ist dabei völlig unbedeutend, welche Nachrichten von außen auf mich einströmen.

Das ist wie beim Radio, es geht nur um die Einstimmung auf den gewünschten Sender.

Keiner der unerwünschten Sender kann sich einschleichen, wenn die Sendereinstellung nicht verändert wird.

Die Frage „Was will ich empfangen?“ geht davon aus, dass nicht wir die großen Macher in diesem Universum sind, sondern dass es eine unerschöpfliche Quelle des Guten gibt, die sich durch uns zum Ausdruck bringen möchte.

Still werden und nach innen schauen ist dabei eine der besten Möglichkeiten, dieser Frage nachzugehen.

Und noch eine Bemerkung:

Die Welt ist ein System, ein Organismus, wie unser Körper, und die Zellen unseres Körpers schotten sich nicht ab.

Wenn irgendwo im Körper Zellen leiden, dann sagen die anderen Zellen:

„Habt keine Angst, wir sind für euch da und helfen euch.“

Gedanken sind wirkende Kräfte, sie sind wertvoll, sie beeinflussen unser Wohlbefinden.

Wähle ich die bestmöglichen mir zugänglichen Gedanken?

Vielleicht mögen Sie mit uns gemeinsam meditieren:

Wir sind Kinder Gottes

und durch das Gebet

können wir unsere göttliche Erbschaft der Gesundheit und Ganzheit in Anspruch nehmen.

Wir beten für Heilung für alle,

deren Leben von dem derzeitigen Ereignis betroffen wurde –

auch für die Ärzte, Wissenschaftler und all jene, die in der medizinischen Forschung arbeiten.

Wir wissen, dass sie gesegnet sind

mit der Weisheit und Inspiration, die sie für ihre Arbeit brauchen.

**Das Licht Gottes umgibt uns.**

Wir sind das Licht.

**Die Liebe Gottes umhüllt uns.**

Wir sind Liebe.

**Die Kraft Gottes beschützt uns.**

Wir sind Kraft.

**Die Gegenwart Gottes wacht über uns.**

Wir sind in der Gegenwart Gottes

**Wo immer wir sind, ist Gott.**

Wir sind göttlich.

**Amen**

(Texte: Silent Unity – Frick-Verlag – Unity-Akademie)