

SYLVIA POTH

LEBEN
UND SICH NIEMALS
AUFGEBEN

////////// SILBERSCHNUR //////////

INHALT

Einleitung	7
Prolog	9
Kapitel 1	
Wie ich den Weg in ein neues Leben fand	13
Kapitel 2	
Du musst lernen, alles wirklich loszulassen	33
Kapitel 3	
Lass dich nicht von der Masse manipulieren	41
Kapitel 4	
Hilf dir selbst, und heile dich!	45
Kapitel 5	
Ich ging meinen Weg	51
Kapitel 6	
Der schlimmste Tag meines Lebens	55
Kapitel 7	
In der Not rufen wir nach Gott	61
Kapitel 8	

Das Unterbewusstsein oder die Seele – was ist das?	65
Kapitel 9 Angst ist die Geißel der Menschheit	69
Kapitel 10 Du bist einzigartig!	73
Kapitel 11 Der Glaube an sich selbst	77
Kapitel 12 Es ist nicht so schlimm, wie es zunächst scheint	81
Kapitel 13 Welche Meinung hast du über dich selbst?	85
Kapitel 14 Den endgültigen Tod gibt es nicht	91
Kapitel 15 Über die Kunst, miteinander umzugehen	97
Kapitel 16 Das Schwierigste ist das Leben im Jetzt	101
Kapitel 17 Dein Wille geschehe...	107
Kapitel 18 Bewusstes Atmen	113
Schlussworte: Kein Abschied für immer...	117
Danksagung	123

EINLEITUNG



Als ich dieses Buch 1992 geschrieben habe, war ich am tiefsten Punkt meines Lebens angekommen. Damals glaubte ich, mein Leben würde nicht mehr weitergehen. Wären mein Mann und meine Tochter nicht gewesen, dann hätte ich wahrscheinlich eine sehr große Dummheit begangen, aber die Verantwortung ihnen beiden gegenüber hielt mich davon ab. Zu dieser Zeit war für mich jeder Tag eine Qual, und die Nächte schienen kein Ende zu nehmen – so kam es mir jedenfalls vor.

Es gibt sicherlich sehr viele Menschen in unserer heutigen Zeit, die genau jetzt in diesem Augenblick dasselbe empfinden wie ich damals. Genau diese Menschen will ich aus ihrer Dunkelheit herausholen und in ein neues »Licht des Lebens« führen. Meine eigene Lebensgeschichte soll ihnen Mut machen, denn wir alle sind stärker, als wir es uns vorstellen können...

Ich glaube, Sie sind damit einverstanden, dass ich Sie mit »du« anrede, damit fällt es mir leichter, über meine Probleme zu schreiben. Sieh also dieses Buch einfach als ein gutes und intimes Gespräch unter Freunden an, und ich wünsche mir, dass wir am Ende dieses Buches vielleicht wirklich Freunde geworden sind...

Ich werde dir meine schlimmsten Erlebnisse und meine größten Sorgen erzählen, und du wirst dadurch hoffentlich erkennen, dass du nicht alleine bist mit deinem Kummer. Wir haben alle »unser Päckchen« zu tragen – der eine weniger und der andere mehr. Aber Gott hat uns nicht hier auf die Erde geschickt, um zu leiden, sondern um ein schönes und angenehmes Leben zu führen.

Ich hoffe, du wirst mir dein Vertrauen schenken. Denn ich werde dir eine andere Art zeigen, wie man leben kann – auch wenn du dafür ein wenig an dir arbeiten musst. Sieh dieses Buch einfach als eine Art Aufgabe an, ähnlich wie die Vorbereitung auf das Abitur – am Ende wirst du dafür mit Harmonie, Frieden, Freude, Liebe und Spaß am Leben belohnt. Vor allem solltest du deine negative Einstellung zum Leben ablegen und anfangen, dein Denken zu verändern, denn: Wie der Mensch in seinem Herzen denkt, so handelt er – und so ist er!

Du besitzt eine Urkraft, die wir gemeinsam wieder erwecken werden, dein Leben wird durch diese »Wiedererweckung« eine Wende erfahren! Freue dich jetzt schon auf ein neues wundervolles Leben...

Mache dich jetzt bereit, einen neuen Weg zu gehen.

PROLOG



Es ist eigenartig und auch traurig zugleich, dass in unserem Zeitalter fast nur noch Maschinen und hoch entwickelte Computer unsere Welt beherrschen. Der Mensch aber hat sich durch diese Modernisierung selbst fast vergessen. Wir sind schon von Natur aus viel besser konstruiert als es je ein Computer sein wird, er wird schließlich von Menschen erfunden. Keine Maschine wird jemals so perfekt sein wie ein Mensch.

Wenn wir alle wieder lernen, mit der Urkraft, die wir besitzen, umzugehen und wenn wir erkennen, mit welchen Fähigkeiten Gott uns ausgestattet hat, dann werden wir nicht mehr in Not, Krankheit oder Sorge leben. Aber leider haben wir im Laufe von Jahrtausenden alles vergessen, deshalb will ich dir helfen, dich wieder zu erinnern. Ironischerweise suchen die Menschen immer wieder und überall nach der Lösung ihrer Probleme, dass die Lösung aber in uns selbst liegt, darauf kommen

leider nur die wenigsten. Ich bin davon überzeugt: Wir besitzen eine göttliche Urkraft, eine göttliche Weisheit und eine Intelligenz, die nicht zu übertreffen ist, wir haben es einfach nur vergessen...

Wir bekommen von Gott das Geburtsrecht verliehen, in jeder Beziehung reich zu sein, innen wie außen! Alles in deinem Leben ist daher erreichbar, du musst mit deinen Fähigkeiten nur umgehen lernen, denn Glaube ist eine Denkweise, eine positive Geisteshaltung und eine bejahende Einstellung zum Leben selbst.

Das war das Erste überhaupt, was ich gelernt habe! Mein Leben war nie leicht, von Kindheit an. Mein Weg war mit Schmerzen, Operationen und Todesangst gepflastert, denn ich habe eine seltene Krankheit, die bei meiner Abnabelung passierte. Bei der Geburt wurden Fehler gemacht, und dadurch bin ich schwer behindert, was man mir zwar nicht ansieht, doch trotzdem bin ich in jeder Minute meines Lebens in Lebensgefahr. Ich hatte Darmlähmung, Parathyphus und viele andere Krankheiten. Das sollte aber nicht genug sein, denn auch eine Vergewaltigung sollte mir nicht erspart bleiben.

Doch ich will von vorne beginnen... Ich heiratete meinen Mann mit 17 Jahren, und mit ihm bin ich auch heute noch zusammen. Doch da wir beide noch sehr jung waren, war unsere Ehe anfangs eine einzige Katastrophe. Wir waren gerade einmal drei Jahre verheiratet. Bis Mitte 20 lebte ich nur noch von Antidepressiva, wobei es auch wieder mein Mann war, der mir dabei