

## Angst?? Welche Ängste sind angeboren? Wer schürt die Ängste? Wie wehrt man sich?



<https://youtu.be/3vg2ymXKqQ>

Ist in jedem Menschen Angst? Ist Angst tatsächlich angeboren?

Dieses Video gibt eine Antwort auf diese Frage. Bleib dran, du wirst dich selbst und die anderen ein Stück weit besser verstehen und DU wirst sicher mit diesem Wissen besser leben.

### Was ist diese „angeborene“ Angst?

In jedem Menschen gibt es das EGO und gibt es das SELBST, gibt es eine gute und eine weniger gute Seite, gibt es das Helle und das Dunkle, gibt es die Angst und die Liebe, .... → Zum Wesen des Menschen gehören beide Seiten!

Zum EGO, zur dunklen Seite gehört die Angst.

Das Ego fürchtet zu verlieren, fürchtet etwas erleiden zu müssen. Das Ego fühlt sich einsam und verlassen, das Ego fürchtet etwas nicht zu bekommen, etwas nicht zu erreichen... Das Ego macht sich Sorgen, das Ego macht sich selbst und anderen Vorwürfe, das Ego sieht immer schwarz. Das Ego ist die „dunkle“ Seite unseres Lebens. Dieses Ego ist ängstlich, es stört oder zerstört schnell das Miteinander, stört die Freude im Leben, stört den Frieden, stört die Gesprächsbereitschaft,...

Das Ego wertet andere Menschen ab und verurteilt sie. Das Ego wertet andere Völker oder Rassen ab und verurteilt sie. Das Ego wertet andere Religionen ab und verurteilt ihre Vertreter... Das Ego streitet und kämpft. Das Ego führt Kriege im Kleinen wie im Großen. Das Ego lebt nach der Devise: Es gibt Sieger, es muss Sieger geben; ja es kann nur einen Sieger geben.

Für das EGO lauert überall die Gefahr, zu unterliegen, zu verlieren, zu kurz zu kommen, ja unterzugehen. Logisch, dass bei diesen Grundannahmen ständig Ängste entstehen. Diese Ängste sind somit angeboren und in jedem Menschen.

In jedem Menschen gibt es auch die helle Seite: Das Selbst.

Das Selbst im Menschen hat keine Angst. Mit unserem Selbst können wir sogar „jede Angst“ in uns „entmachten“

Aus meinen Videos weißt du: Wer sich für sein erfülltes und glückliches Leben engagiert, den nenne ich einen Lebenskünstler. Lass uns die helle Seite, das Selbst, mit diesem Begriff beschreiben:

Lebenskünstler stärken den Selbstwert, stärken ihr Selbstbewusstsein, Lebenskünstler erhöhen die Selbstsicherheit, Lebenskünstler vermehren und stärken das Selbstvertrauen, sie leben so gut es geht in und mit der Selbstliebe. (Es gibt eine ganze

### *Playlist zum Thema Selbstliebe!)*

Lebenskünstler haben genauso ihr Ego wie jeder andere; Lebenskünstler sind jedoch immer besser in der Lage, mit dem eigenen Ego, mit der dunklen Seite in sich, gut umzugehen.

Lebenskünstler stärken besonders die Achtsamkeit. (Video: [Achtsamkeit ist die neue Glücksformel! MEHR Lebensfreude durch Achtsamkeit!](#))

Wer achtsam ist entdeckt recht schnell, dass jetzt das Ego „Angst“ macht, dass jetzt das Ego Angst „produziert“.

Wer achtsam ist, entdeckt auch rasch, wenn der andere gerade in seinem Ego Ängste entwickelt.

Wer achtsam ist, entdeckt hinter jedem Streit die Ängste. Das ist der Schwerpunkt des Videos [„Angst vs Miteinander - Hinter jedem Streit steckt Angst“](#)

Wer achtsam ist, kann immer öfter das Miteinander stärken und die Angst in sich und im Anderen entmachten.

**Ein Dilemma der Gegenwart! Heute werden die angeborenen Ängste, wird unser EGO bewusst und raffiniert von außen manipuliert und verführt!**

#### **1. Durch die Werbung**

#### **2. Durch die Propaganda**

Werbung im Sinn von Information, wo, wer, was mach und anbietet ist notwendig und ein legitimer Teil der Wirtschaft. Die Werbung heute wird jedoch **von den Wirtschaftsmächten ganz bewusst missbraucht**. Die Werbe-Psychologie ist so wie die Propaganda extrem manipulativ. Mit allen Tricks wird uns eingeredet, dass wir unglücklich sein werden, wenn wir dieses oder jenes Produkt nicht haben, dass wir nichts wert sind, wenn wir nicht,... dass wir ausgestoßen werden, wenn wir nicht dieses oder jene besitzen... Es werden genau die angeborenen Triebe und Ängste in uns angesprochen. Und ergänzend kommt dann immer wieder: Aber wenn du unser Produkt kaufst, unser Produkt verwendest, dann wirst du anerkannt, dann wirst du bewundert, dann wirst du geschätzt, dann wirst du geliebt...

Von Facebook und anderen Sozialen Medien wissen wir, dass ihnen der Profit klar wichtiger ist als die Fairness oder der Schutz der Kinder und Jugendlichen. Verführung und Unglück werden bewusst eingesetzt für den eigenen Gewinn.

Die Propaganda in der Politik kennen wir seit dem Nationalsozialismus. In den letzten Jahrzehnten wird die Propaganda in immer mehr Gesellschaften von Populisten ganz gezielt eingesetzt: **Populisten schüren die Angst**. Genauso professionell wie in der Werbung manipulieren die Populisten die Menschen mit der „Angstmache“.

Das Credo der Populisten: Du bist benachteiligt! Du bekommst nicht, was du unbedingt haben musst. Dein eigener Vorteil ist das wichtigste. Die anderen sind Schuld daran. Du bist benachteiligt! Und mit den anderen brauchst du nicht reden. Die anderen sind es nicht wert, ernst genommen zu werden.

Eigentlich gibt es ja nur „WIR“ und „DIE anderen“

„WIR“ sind die Guten und Edlen (die Herrenrasse?) oder

„WIR“ sind die Armen und Unterdrückten und

„DIE“ sind die Bösen, die Reichen, die Eliten, die Andern, die Juden ...

„DIE“, die Anderen sind immer gegen uns.

DIE werden global abgewertet und verurteilt. Mit DIESEN kann man und braucht man nicht reden. Gegnerschaft und Kampf werden propagiert. „Geht auf die Straße!“

„Stürmt das Kapitol!“ „Wehrt euch gegen Brüssel!“ „Wehrt euch gegen die Maßnahmen!“ ... Das lebensnotwendige Miteinander ist in großer Gefahr! Wir leben als eine Menschheit auf einem Planeten und überleben können wir nur alle zusammen. Untergehen würden wir auch alle zusammen!

Ich habe schon manchmal den Verdacht geäußert: Das 20. Jahrhundert, war das Jahrhundert des Faschismus und der Kriege, das 21. könnte das Jhdt. der Spaltung werden. Heute tun die Populisten alles, um die Spaltung in die ganze Welt hineinragen. Überall dort wo Populisten an der Macht sind, wird die Spaltung der Gesellschaft bewusst und ganz exzessiv betrieben und jedes Miteinander wird bekämpft und untergraben.

Ich und DU, wir machen nicht Weltpolitik. Aber ich und du, wir sind verantwortlich, wie mein und dein Leben verläuft. Wir gestalten immer unser Leben und wir gestalten ein Stück weit das Leben derer, die mit uns leben. Mit unserem Denken und Tun verstärken wir das Feld der Liebe oder das Feld der Unliebe, verstärken wir das Feld des Friedens oder das Feld des Unfriedens.

Im nächsten Video geht es darum, wie man generell mit Ängsten gut und gekonnt umgeht. Das Video heißt:

*Die Angst besiegen (garantiert!) Mit diesen vier Schritten geht es.*

Eine Reihe weiterer Video zu dieser Thematik findest du in der

*Playlist: Keine Angst! - Weniger Angst!*

### **Schlussplädoyer:**

**In dir und in jedem Menschen gibt es die Liebe und die Angst, gibt es die helle und die dunkle Seite, in jedem gibt es das EGO und das Selbst.**

**Das EGO macht immer wieder Angst.**

**Die Werbung und die Propaganda der Populisten schüren ganz bewusst die Ängste um Profit und Macht zu erlangen.**

**Erkenne diese Spielchen und schütze dich!**