

# Leben, Krankheit, Neubeginn

Gestern hab ich mal wieder einen Podcast gesprochen. Er ist diesmal sehr persönlich und emotional.

Ich hab viele aktuelle Themen reingebracht und versucht das mit meiner Stimme auch so auszudrücken, wie ich es empfinde:

<https://soundcloud.com/julia-adriana-1/leben-krankheit-neubeginn>

Viele Menschen mögen denken, dass es vielleicht zu privat ist, dass ich mich „zu nackig“ mache oder es irgendwie einen schlechten Effekt hat... aber überlegt mal genau über das Internet... ihr bewegt euch in Blasen. Es geht nicht anders. Ihr könnt niemals 5 Milliarden Menschen erreichen, sondern immer nur die, die um euch herum sind.. die ihr an euch ranlasst. Eure Freunde, Verwandte, Familie – also Leute, die sich sowieso für euch interessieren. Warum solltet ihr denen nicht vertrauen? Und was macht es für einen Unterschied, ob ihr es am Telefon, im privaten Gespräch oder per Podcast oder Blog sagt? Es macht überhaupt keinen Unterschied. Die Gefühle und die Bekenntnisse sind die gleichen. Und habt ihr Angst vor eurem Chef? Dass er im Internet nachlesen kann, wer ihr wirklich seid? Dann macht euch selbstständig oder wechselt den Chef. GANZ EINFACH. Ihr seid euer eigener Chef, der Herr im Hause, ihr seid euer eigener Arzt und eure eigene Krankenschwester. Es gibt keinen anderen, der die diesen Job macht, als DU SELBST. Glaubt ihr, die Freunde lehnen euch dafür ab, wer ihr seid? Dann sind es die falschen Freunde. Hat der Partner ein Problem damit, dass du DU SELBST bist? Dann ist es nicht der richtige.

Ich schreibe seit 17 Jahren über meine Gefühle im Internet und es hat mir nie geschadet. Im Gegenteil, je mehr ich das gemacht habe, desto freier und glücklicher bin ich geworden. Ich hab die Gefühle „nach draußen gelassen“.. ich hab sie geatmet und künstlerisch ausgedrückt. Die Gefühle beherrschen

mich nicht.. Sie sind da, die Lebens-Erfahrungen haben mich geprägt... aber ich lasse mich nicht davon herunterziehen oder einengen. Das würden sie nur, wenn ich sie nicht sehen, beachten oder ausdrücken würde.

Also ist daher auch mein Appell an Euch- drückt euch aus. Seid frei und glücklich, wo immer ihr seid.