

Wertschätzung sich selbst gegenüber

Erkennen Sie Ihren Wert !!!



*Der Mensch gibt Geld aus, das er nicht hat,
für Dinge, die er nicht braucht, um Leuten zu
imponieren, die er nicht mag.*

Dieser Spruch, der leider auf viele Menschen des 21. Jahrhunderts zutrifft, ist viel älter, als man vielleicht meinen würde.

Denn als Urheber dieser Aussage gilt Buddha, der ja bekanntlich vor rd. 2.500 Jahren gelebt hat.

Wie man darauf erkennen kann, dürfte sich in der Einstellung der Menschen seit damals nicht viel verändert haben.

Vor allem in den letzten Jahren und Jahrzehnten haben viele Menschen Luxusgüter und Statussymbole angehäuft, um ihr Umfeld zu beeindrucken.

Denn –dies ist ein Hauptcharakteristikum unserer immer substanzloser werdenden Zeit – der Schein im Außen zählt mehr als wahre, innere Werte.

Aber, so frage ich Sie: Ist es wirklich wesentlich, was andere von uns halten?

Was meiner Meinung nach zählt, ist die innere Fülle, der innere Reichtum.

Denn wer sich seines eigenen Wertes spürbar bewusst ist, hat es gar nicht nötig, andere zu beeindrucken.

Doch wie gelangt man zu diesem inneren Selbstwert? Ganz einfach: Indem man lernt, das, was man leistet, auch selbst wert zu schätzen, zu honorieren.

Wenn Sie etwas geleistet haben, würdigen Sie dies, seien Sie stolz auf sich. Sie kennen vielleicht die Aussage „Eigenlob stinkt“ doch dies ist schlichtweg falsch.

Vielmehr erhöht es das Selbstwertgefühl, wenn man das, was man tut, leistet, auch entsprechend wertschätzt.

Deshalb: Klopfen Sie sich anerkennend auf die Schulter, wenn Ihnen etwas gelingt.

Das hilft Ihnen viel mehr, als auf Lob, Bestätigung und Anerkennung anderer zu warten.

Lösen Sie sich deshalb davon, von der Anerkennung und Bestätigung anderer abhängig zu sein, werden Sie unabhängig davon, in dem Sie lernen, sich selbst wert zu schätzen.

Eine hervorragende Methode, diese Entwicklung zu unterstützen, ist, sich öfters selbst zu belohnen, wenn Sie etwas geleistet haben. *Viel Spaß dabei!*

