Leitfaden zur Persönlichkeitsfindung

1. Vergleichen Sie sich nicht mit anderen Menschen. Jeder Vergleich kostet Energie und „zieht 'runter". **Sie sind einzigartig.** Erst wenn Sie dem aus tiefstem Herzen zustimmen können, ist Ihr Blick frei für die wahren Werte des Lebens.

2. Ein „Vor-bild" steht buchstäblich „vor" IHREN eigenen inneren Stärken und wahren Möglichkeiten. Können Sie IHREN Weg dann noch erkennen?

3. Reflexion auf das Eigene, das was ganz tief in Ihnen wohnt, vielleicht noch schlummert, erfordert Geduld und Ausdauer. Nehmen Sie sich regelmäßig Zeit nur für sich allein.

4. Orientierung ist wichtig. Entwickeln Sie Ihr eigenes Navigationssystem. Gleichen Sie immer wieder ab, ob Sie sich auf IHREM Weg befinden. Nehmen Sie notfalls Korrekturen vor.

5. Akzeptieren Sie das, was nicht rückgängig gemacht werden kann. Weinen Sie die Tränen über einen Verlust, spüren Sie nochmals die Gefühle einer verpassten Gelegenheit, des Neides, der Wut, der Angst, der Unterlegenheit ... und lassen Sie diese los.

6. Vorwürfe trennen, schaffen unsichtbare aber gefühlte Mauern. Wem helfen Sie? Diese Barrikaden kann nur der weg-nehmen, der sie hin-geworfen hat. Es ist eine Handlung der Liebe.

7. Reue schwächt. Stehen Sie zu dem, was Sie getan oder unterlassen haben. Ziehen Sie Ihre Schlüsse und Lehren daraus und gehen Sie weiter, nach vorn.

8. Werfen Sie Ballast ab. Trennen Sie sich von Dingen, Gewohnheiten oder auch Menschen, die nicht mehr Ihren Werten entsprechen. Achten Sie dabei auf ein „liebevolles Loslassen".

9. Übernehmen Sie Verantwortung statt Schuld. Sich schuldig fühlen macht klein. Verantwortlich handeln bringt Größe.

10. Gestehen Sie sich Grenzen ein. Suchen Sie sich Hilfe oder kompetente Partner, wo Ihre Möglichkeiten erschöpft sind.

11. Demut bedeutet, die eigene Größe anerkennen. Überheblichkeit ist ebenso schädigend wie Kleinheitsgefühle.
    Demut ist der MUT zur eigenen Größe. Beweisen Sie ihn!

12. Ein Leben in Glück und Zufriedenheit hängt vom liebevollen Umgang mit dem Leben ab. Und in erster Linie vom liebevollen Umgang mit sich selbst.