

## Kapitel 1. Persönlichkeitsentwicklung

### Authentizität

„So echt“

Selbst und echt sein?

Ist nicht nur die Frage unserer Zeit...

Es ist sicher nicht für jeden leicht.

Und dennoch wäre der Ausbruch aus dem  
Gefängnis der Qual und Angst und Scham  
für viele die Erlösung...

In den Augen der anderen Unechten  
endlich selbst und frei zu sein.

Frei von Sorgen, frei von Morgen,  
frei von der Vergangenheit und  
auch von dem IN- und OUT-Schein.

Ohne Titel, ohne Marken  
und sonstigen verrückten Masken.

Nur nah bei sich selbst zu sein...

Nah der Erde, mit beiden Füßen  
auf ihr vertrauend und hoffend und glaubend.

Warum ist es nicht einfach, das Echt-Sein?

Immer aus der Angst des Lebens heraus -  
nicht geliebt und verehrt zu sein.

Lasset uns des Lichtes Schein in  
uns selbst erleuchten...

Denn das Authentisch-Sein  
ist natürlich und normal...  
und wir alle werden frei.

Januar 2013

## Persönlichkeit

In meinem Verständnis ist jeder Mensch eine einzigartige Persönlichkeit. Nach meiner Erfahrung stellt sich beinahe jede Persönlichkeit im Laufe des Lebens bestimmte Fragen. Diese Fragen kreisen um diverse Bereiche des Lebens: Familie, Liebe, Psychologie, Gesundheit, Beruf, Hobby, etc. Fast immer geht es dabei um den Wunsch, in einem bestimmten Bereich Veränderungen – Erneuerungen – herbei zu führen... In der Regel erhofft man sich durch die Antworten eine Verbesserung der aktuellen Situation. Die Persönlichkeitsentwicklung geschieht allerdings immer nur dann, wenn die Menschen aus dem Wunschdenken heraus gehen und sich dem Tun zuwenden.

Warum ist das Tun so wichtig im Leben? Meiner Meinung nach liegt die Würze des Lebens im Tun. Alles, was Menschen ausmacht, haben sie durch das Handeln erreicht. Viele Ergebnisse in den jeweiligen Lebensbereichen von Leuten passierten aufgrund von bestimmten Handlungen. Die kreative Lebensenergie entsteht beim Tun.

Wenn die Persönlichkeitsentwicklung nur dann passieren kann, wenn Menschen handeln, dann empfehle ich all denjenigen, die es kaum erwarten können, sich persönlich weiter zu entwickeln, vorerst die nachfolgenden vier Schritte selbständig anzugehen:

**Schritt 1:** Lesen Sie Bücher! Lesen Sie so viele Bücher, wie Sie nur in die Hände bekommen können und lernen

Sie aus den Erfahrungen der Protagonisten, lachen Sie mit denen zusammen, leiden Sie und gewinnen Sie... Setzen Sie diejenigen Dinge, die Sie für besonders wertvoll erachten, in Ihrem eigenen Leben um. Sie würden gerne mehr lesen, aber denken, dass Sie keine Zeit für Bücher übrig haben? Dann nehmen Sie sich diese einfach: Beispielsweise immer dann, wenn im Fernsehen gerade nichts Spannendes läuft oder abends, kurz bevor Sie ins Bett gehen. Wenn Sie jeden Tag einige Seiten lesen, werden daraus im Laufe des Jahres einige hundert Seiten, in denen wertvolles Wissen enthalten ist. Die Bücher, die andere Menschen geschrieben haben, sind unglaublich gute Lehrer und Begleiter im Leben. Manchmal findet man in den Büchern, die man liest, die erhofften Antworten, manchmal findet man sie nicht... aber jedes Buch - genauso wie jeder Mensch, der uns im Leben begegnet - hält ein Geschenk für uns parat... und es liegt an uns, etwas Schönes, Besonderes daraus zu machen.

**Schritt 2:** Beschäftigen Sie sich mit Ihrer eigenen Vergangenheit! Es ist für jeden Menschen gesund, genau zu wissen, woher er kommt. Unsere Eltern, Lehrer, Freunde aus der Schulzeit und darüber hinaus haben uns alle weitreichend geprägt. Wir haben diverse Werte und Lebensmodelle verinnerlicht und das geschah oft unbewusst. Wichtig wäre es vor allem, sich selbst hierbei die Frage zu stellen, welche der von den Eltern, Geschwistern, Freunden, etc. vorgelebten Modelle und Werte man selbst übernehmen möchte und vor allem, welche Werte für einen selbst heute nicht mehr passend sind... und man demzufolge auf sie verzichten kann, um sich

nicht länger als Opfer der eigenen Lebensumstände zu fühlen.

Im Laufe der eigenen Entwicklung erkennt man eines Tages, dass man selbst für das eigene Leben verantwortlich ist und dass die Ehefrau oder der Ehemann oder die Eltern oder der Chef nicht schuld an der aktuellen unzufriedenen Lebenssituation sein können. Es ist immer einfacher, ein Opfer zu „spielen“, als die volle Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Wenn man an diesen Punkt in der eigenen Persönlichkeitsentwicklung gekommen ist, weiß man in der Regel, was genau zu tun ist... Abhängig vom Lebensbereich, den man unbedingt verbessern möchte, sei es die Beziehung oder der Job oder die Beziehung zu den Freunden/Eltern, etc., beginnt man die ersten Schritte zu gehen und zu überlegen, was man selbst tun kann, um die bestehende unzufrieden machende Situation verändern zu können. Wenn man zuvor der eigenen Partnerin oder dem eigenen Partner Vorwürfe gemacht hatte, nicht genügend für die Beziehung zu tun, beginnt man sich selbst zu fragen, was man der Beziehung oder dem Partner geben kann?! Wenn man zuvor dem Chef Vorwürfe in der Art gemacht hat, nicht genug zu verdienen, beginnt man jetzt zu fragen, wie man dem Unternehmen längerfristig dienen kann, welche Qualifikationen man erwerben könnte, um das Fortbestehen des eigenen Arbeitsplatzes oder der Firma sichern zu können?!

**Schritt 3:** Machen Sie sich Ihre Talente bewusst! Jeder Mensch hat bestimmte außerordentlich gut ausgeprägte Fähigkeiten in bestimmten Bereichen. Es wäre für Sie wertvoll, herausfinden, was Sie besonders gut können!

Auch kann es hilfreich sein, sich bewusst zu machen, was man bisher alles im Leben erreicht hat. Was erfüllt Sie mit Stolz, wenn Sie daran denken? Was ist Ihnen bisher besonders gut gelungen im Leben? Was konnten Sie als Kind besonders gut? Können Sie sich noch daran erinnern? Was haben Sie als Kind sehr gerne getan?

**Schritt 4:** Welches Ziel liegt Ihnen besonders nah am Herzen? Und wie können Sie es erreichen? „Wer nicht genau weiß, wohin er will, der darf sich nicht wundern, wenn er ganz woanders ankommt.“ Dieses vielen unter uns bekannte Zitat von Mark Twain geht mir manchmal durch den Kopf, wenn Menschen mir sagen, dass sie keine Ziele haben. Ich denke, dass Ziele außerordentlich wichtig sind, um bestimmte gewünschte Ergebnisse im Leben erreichen zu können. Ein Ziel gibt unserem Leben eine Struktur und dient oft als Motivator für die Handlungen, die notwendig sind, um das Ziel letztendlich erreichen zu können. Welches Ziel könnten Sie sich jetzt für Ihre bestehende Beziehung formulieren? Welches Ziel möchten Sie beruflich Ende des Jahres erreicht haben?

Die vier oben beschriebenen Schritte eigenständig anzugehen, um die eigene Persönlichkeit weiter zu entwickeln, kann viel Kraft erfordern. Dieser Prozess braucht in der Regel seine Zeit und ist ziemlich herausfordernd. Helfen können Ihnen dabei oft ein Coach und die konstruktive Ausrichtung Ihrer Gedankenkraft.

## Kraft der Gedanken

“Wir sind, was wir denken. Alles was wir sind, entsteht mit unseren Gedanken. Mit unseren Gedanken machen wir die Welt.” Buddha

“So wie die Gedanken sind, ist auch der Charakter, denn die Seele wird von den Gedanken geprägt.” Marc Aurel

Die Menschen müssen keineswegs "Opfer ihres Selbst" sein, weil sie durch die Veränderung der eigenen negativen bzw. destruktiven Gedanken in positive bzw. konstruktive (Synonyme hierfür sind auch: "aufbauend", „förderlich“, „schöpferisch“) ihren Alltag oder auch ihr Leben im Allgemeinen zum Positiven verändern können... Die Frage, die man sich an dieser Stelle stellt, ist: Warum gibt es dann nach wie vor sehr viele Menschen, die sich dieser Strategie nicht bedienen?!

Vor einiger Zeit hatte ich mich mit einem Klienten im Beratungsgespräch über das Thema "Positives Denken" ausgetauscht. Wir sprachen über die Kraft (bzw. Macht) des positiven Denkens und auch über die Kraft (bzw. Macht) des negativen Denkens... Mein Klient sah deutlich die Vorteile des Positiven, hatte gleichzeitig angemerkt, dass es viele Menschen in seinem Umfeld gibt, die nichts davon halten würden, weil sie das positive Denken als "oberflächlich", "naiv", "zu einfach" bzw. als eine "Mode-Erscheinung" klassifizieren würden... Ich antwortete meinem Klienten, dass man vom positiven Denken

halten mag, was man will, aber es funktioniert meiner Meinung nach trotzdem. Und das ist das Gute daran.

Die Kraft des positiven Gedankens könnten Sie selbst in dieser Minute am eigenen Leibe/Geiste spüren, wenn Sie zu sich selbst sagen und das auch so meinen würden: "Ich bin ein wertvoller Mensch mit vielen Stärken und großem Erfahrungsschatz" oder „Ich bin eine liebenswerte Frau/ein liebenswerter Mann, die/der das Leben meiner Mitmenschen verschönert“ oder „Mir stehen sehr viele Möglichkeiten offen, aus meinem Alltag/meinem Leben etwas sich gut Anfühlendes zu machen“ und so weiter... Wie fühlt sich das Ganze für Sie an? Merken Sie bereits etwas? Lächeln Sie, entspannen Sie sich gerade, leuchten Ihre Augen?

Und jetzt könnten Sie die Kraft des negativen Denkens austesten. Dafür müssten Sie nur einige negative Sätze wiederholen, die sowieso regelmäßig in vielen menschlichen Köpfen herumschwirren... Diese sind solche in der Art: "Warum passiert mir das?" oder "Ich bin nicht gut genug", etc.

Ich würde Ihnen empfehlen, diese Übung lieber mit den positiven Gedanken durchzuführen und sie öfters zu wiederholen. Stets dann, wenn die Laune sinkt und die Welt eher schwarz-weiß erscheint, dann könnten Sie an diese Übung denken und Ihre negativen Gedanken durch einige schöne, positive, aufbauende, nutzbringende und schöpferische Gedanken ersetzen.

Denken Sie bitte daran: Das Leben ist zu kurz! Und es ist nicht egal, WAS und WIE wir denken... Das ist sogar sehr wichtig, dass wir an die Kraft des Positiven denken



und glauben. Dann wird sich das eigene Leben im wahrsten Sinne des Wortes transformieren. Also, denken Sie positiv! Wenn Sie positiv denken, dann fühlen Sie sich automatisch positiv und erschaffen somit auch Ihre positive Zukunft. Gute Gefühle werden immer stärker, wenn man an positive Dinge denkt.

Wie hört sich das alles für Sie an? Klingt nach einer allgemein gültigen Wahrheit, nicht wahr?! Gibt es überhaupt eine allgemein gültige Wahrheit?

## Wahrheit

Jeder Mensch kann seine eigene Wahrheit finden, wenn er dafür bereit ist. Diejenigen unter uns, die ihre eigene Wahrheit noch nicht gefunden haben, neigen meistens dazu, die Meinungen anderer - ihnen wichtigen Menschen (wie Schwester, Bruder, Mutter, Vater, Freunde, Gesellschaft, etc.) - für die „absolute“ Wahrheit zu halten.

An dieser Stelle möchte ich ein Beispiel aus meiner Coaching-Praxis anführen: Eine Klientin, Ende 30, fühlt sich in ihrer „Rolle“ als Single „eigentlich“ ganz wohl... Wenn da bloß nicht dieses Wort „eigentlich“ wäre... Sie selbst ist beruflich erfolgreich, selbständig, finanziell unabhängig und sehr gebildet, spricht mehrere Sprachen und hat viele interessante Hobbies. Sie geht regelmäßig aus und trifft neue interessante Menschen und fühlt sich die meiste Zeit ihres Lebens ganz wohl. Ja, die meiste Zeit ihres Lebens fühlt sie sich ganz wohl, bis auf einige Situationen, wo sie sich eben nicht wohl fühlt... Das sind meistens solche Situationen, in denen sie entweder von Seiten ihrer Kernfamilie oder von Seiten ihrer Freunde mit der Tatsache konfrontiert wird, dass sie Single ist. Meine Klientin hat dann in solchen Situationen das Gefühl, sich für ihr Leben rechtfertigen zu müssen. Sich dafür rechtfertigen zu müssen, warum sie bis jetzt ihren Partner fürs Leben noch nicht gefunden hat und auch dann, wenn die Klientin längst zu Hause und allein mit ihren Gedanken ist, hat sie Bedenken, ob denn alles mit ihr stimmen wür-

de? Sie fragt sich selbst, ob sie bisher evtl. „falsch“ durchs Leben gegangen ist und geht und etwas bis jetzt nicht verstanden hat, etc.? Und so weiter und so fort... Man könnte sagen, diese Frau macht sich den Druck selbst. Aber dieser Fall stellt keine Ausnahmesituation dar. Viele Menschen haben das Gefühl, dass mit ihnen etwas nicht stimmt und das nur, weil sie nicht verheiratet sind oder keine Kinder haben oder, oder, oder... Der Leistungsdruck baut sich in den Köpfen vieler Frauen und Männer nach und nach auf.

Was kann man in so einem Fall denn tun? Zwei gute Neuigkeiten vorweg, bevor ich Ihnen die Lösung für das Problem präsentiere:

1. Das Gute an diesen Situationen, in denen Sie das Gefühl haben, sich rechtfertigen zu müssen, ist, dass Sie merken, dass Sie sich nicht wohl fühlen. Wenn Menschen merken, dass sie sich nicht wohl fühlen, versuchen sie in der Regel, diesen Zustand zu „erforschen“, zu „beseitigen“ oder zu „verdrängen“.

2. Wenn Sie zu denjenigen Personen gehören, die den Zustand des Unwohlseins „erforschen“ wollen, dann sind Sie schon ein Stück weiter in ihrer persönlichen Entwicklung.

Und jetzt kommt die Lösung: **Suchen Sie Ihre eigene Wahrheit im Leben, indem Sie stets versuchen, sich weiterzuentwickeln – in dem für Sie richtigen Tempo, mit den für Sie wichtigen Themen.** Wenn Sie sich zu bequem darin sind, die eigene Wahrheit „suchen“ zu wollen, dann werden Ihnen andere Menschen ihre Wahrheiten präsentieren und das, was für den einen gut ist, muss ja

nicht zwangsläufig für jeden gut sein. Wenn Sie die Wahrheiten anderer Menschen einfach gedankenlos übernehmen, brauchen Sie sich nicht zu wundern, wenn Sie beim Erreichen der „vorgeblich“ eigenen Ziele nicht glücklich sind. Wenn Ihnen andere Menschen sagen, dass Sie erst dann glücklich sein können, wenn Sie verheiratet sind oder mit Kind oder mit drei Kindern oder erst dann, wenn Sie diese oder jene Karriereschritte gegangen sind und wenn Sie persönlich diese Wahrheiten einfach für sich übernehmen, brauchen Sie sich am Ende nicht zu wundern, wenn Sie beim Erreichen dieser o. g. Ziele nicht glücklich geworden sind.

Es mag durchaus zutreffen, dass eine „fremde“ Wahrheit Sie persönlich ebenfalls glücklich gemacht hat. Oft erlebe ich in den Coaching- und Beratungssitzungen eher Menschen, die alles richtig machen wollten (sie haben das studiert, was der Vater für „richtig“ hielt und dann haben sie die Frau geheiratet, die gerade in die Familie so schön reingepasst hat und so weiter und so fort...) und dann sitzen diese Menschen da und sagen aus dem tiefsten Herzen heraus, dass es sich nicht richtig anfühlt, jetzt wo es „erreicht“ wurde... Das Studium hätte keinen Spaß bereitet und mit der Frau verbindet sie außer den Kindern nichts... Das ist traurig. Ja. Und gleichzeitig sind solche Momente sehr wichtig für jeden Menschen. Zu erkennen, dass man etwas getan hat, das im Allgemeinen als „richtig“ gilt und sich für einen selbst aber nicht richtig anfühlt, ist ein sehr berührender Moment, in dem das neue Leben beginnen kann: Das „neue“ Leben mit den selbst getroffenen Entscheidungen, für die man die volle Verantwortung übernehmen kann, wenn man nur mutig

genug ist. Entscheidungen, für die man niemand anderen mehr die Schuld in die Schuhe schieben kann... weil man erkennt, dass man nicht das Opfer im eigenen Leben bleiben muss, sondern zum Handelnden werden kann, um das eigene Leben den eigenen Wünschen und Zielen gemäß zu gestalten.

## Ziele

**Wie kann man die gewünschten Ziele am besten erreichen?** Dies kann unter anderem *mit der Hilfe von positivem Denken* geschehen. Weiter oben beschrieb ich bereits den Einfluss der von uns gedachten Gedanken auf unser aller Leben. Die Gedanken, die wir heute denken, formen unser Morgen, also das, was morgen wahr wird. Wenn wir uns dieser Tatsache regelmäßig bewusst werden, haben wir eine Chance, mit der Zeit zu lernen, unsere Gedanken zu formen. Wenn wir uns darauf konzentrieren, WAS wir konkret erreichen wollen, dann dürfte es uns auch nicht besonders schwer fallen, einen *Plan mit Unterzielen* zu formulieren. Das Leben, das wir heute leben, ist das Resultat unserer Gedanken, die wir gestern gedacht haben... Denken Sie bitte genau darüber nach.

Die Macht der Gedanken ist nicht zu unterschätzen. Unsere täglichen Bekenntnisse bestimmen unser ganzes Leben! Das, was wir glauben, hat eine entscheidende Bedeutung für unsere erlebbare Lebenswirklichkeit. Wir kreieren unsere Realität sozusagen mit unseren Gedanken. Wenn die Gedanken eher positiver Natur sind, dann erscheint uns unsere Realität auch eher im Licht. Wenn die Gedanken, die wir regelmäßig zu denken pflegen, eher negativ sind, dann finden wir oft viel Chaos in diversen Lebensbereichen vor.

Es reicht allerdings keinesfalls aus, nur positiv zu denken, dass sich dieses eine Ziel irgendwann mal verwirklichen möge... Verstehen Sie mich nicht falsch: Ich bin die

absolute Verfechterin des positiven Denkens. Aber *der unerschütterliche Glaube und die feste Überzeugung daran, etwas nur durch „Daran denken“ zu bekommen, reichen nicht*. Wenn wir etwas haben möchten: ob es eine gut funktionierende Partnerschaft sein soll oder ein Beruf, der einen erfüllt und einen Sinn ergibt, dann müssen wir *Handeln = etwas regelmäßig TUN*.

Natürlich spricht auch nichts gegen das in Büchern des öfteren empfohlene Visualisieren von bereits erreichtem Ziel. Nein, das kann nicht schaden, aber nur *Visualisieren* reicht eben nicht aus. TUN ist das Zauberwort!

Manchmal muss man einige, einem selbst weniger wichtige Ziele aufgeben, um *einem Ziel Priorität zu schenken*, um dieses letztendlich auch zu erreichen.

*Der Glaube an die aktuell vorhandene (eventuell schwierige) Situation*, dass sie für irgendetwas gut ist, wie sie gerade ist, kann ebenso hilfreich bei der Erreichung vom Ziel sein.

Treffen Sie Entscheidungen! Hören Sie Ihren Partnern, Freunden, Familienmitgliedern zu, aber treffen Sie *eigentliche Entscheidungen*, für deren Konsequenzen Sie letztendlich selbst verantwortlich sein werden.

Alle diese oben beschriebenen Tipps können sehr hilfreich auf dem Weg zur Zielerreichung sein. Aber warum haben so viele Menschen große Probleme mit dem Erreichen von Zielen? Was hindert sie daran, die für sie wichtigen Ziele zu verfolgen?

Vor 27 Jahren erfand Nike den berühmten Slogan "JUST DO IT.". Warum ist es oft so schwer, diesem Werbespruch einfach zu folgen? Was genau hindert uns Menschen daran, die vorgenommenen Dinge einfach zu tun? Was glauben Sie? Wo könnten die Ursachen für die gedanklichen "Blockaden" liegen?

Nachfolgend finden Sie 15 Fragen, die Ihnen beim Reflektieren dieser Thematik behilflich sein können. Wenn Sie sich ein wenig Zeit nehmen und die Fragen für sich beantworten, dann werden Sie genau wissen, was Sie persönlich in Ihrem eigenen Leben daran hindert, die für Sie wichtigen Ziele zu erreichen.

1. Denken Sie, dass die Fähigkeit "vergessen zu können" eine gewisse Rolle im Leben spielen kann?
2. Wie wirkt sich die gelegentliche emotionale Überlastung der Menschen bei der Verarbeitung von neuen Informationen aus?
3. Wie kann das vielen unter uns bekannte "Klammern" an Dingen, Menschen, etc. das eigene Leben beeinflussen?
4. Welche Geschehnisse aus Ihrem eigenen Leben sind es mittlerweile wert, vergessen zu werden?
5. Was können Sie HEUTE ruhigen Gewissens einfach "hinter sich" lassen?
6. Welche Funktion(en) tragen Niederlagen in sich?
7. Wie wichtig sind Gewohnheiten/Routinen für unseren Alltag?
8. Wo sehen Sie sich persönlich in sechs Monaten?



9. Wie wichtig ist Ihnen eine Ihren Interessen entsprechende Weiter-BILDUNG?

10. Lassen Sie sich manchmal von Ihrem Weg "abbringen", nur um Konflikte zu vermeiden?

11. Wie oft lassen Sie sich von Meinungen anderer Ihnen wichtigen Menschen (Eltern, Geschwister, Freunde) beeinflussen?

12. Wie viele Vorsätze, die Ihre Zukunft betreffen, haben Sie?

13. Wie wichtig ist Planung für die Zielerreichung?

14. Was ist Ihnen heute im Laufe des Tages besonders gut gelungen?

15. Wenn es eine "Zeitmaschine" gäbe und Sie in die Vergangenheit reisen könnten, was würden Sie heute anders machen?

Ich hoffe sehr, dass es Ihnen durch die Beantwortung der o. g. Fragen klar geworden ist, was in Ihrem eigenen Leben Sie daran hindert, die für Sie wichtigen Träume in die Realität umzusetzen.

## Träume und Phantasien

***Zeit für Träume? Warum sollten wir sie uns regelmäßig und unbedingt nehmen?*** Schon Eugène Ionesco (französisch-rumänischer Autor, 1909-1994) wusste:

"Phantasie ist nicht Ausflucht. Denn sich etwas vorstellen, heißt, eine Welt bauen, eine Welt erschaffen."

Ich glaube ganz fest daran, dass Träume uns am Leben „erhalten“. Sie sind ziemlich eindeutige Vorahnungen des Möglichen, des Machbaren, die leise Stimme unserer Intuition bzw. unseres inneren Rufes. Bewusste Tag-Träume zu erleben heißt für mich auch, daran zu glauben, dass sich alles, wie gewünscht, entwickeln wird - trotz aller vorhandenen Widerstände.

Ich gehe sogar soweit, zu behaupten, dass Träumen auch für unsere Gesundheit förderlich ist. Da Tag-Träumereien naturgemäß meistens positiv besetzt sind, entspannen wir uns ausgezeichnet beim Phantasieren. Daraus resultieren weitere angenehme Zustände: Wir fühlen uns glücklich und vielleicht auch schön... Und möglicherweise sind wir sogar mit der Vorfreude erfüllt, die Träume schnellstmöglich in die Realität umzusetzen.

"Wirklich reich ist der, der mehr Träume in seiner Seele hat, als die Wirklichkeit zerstören kann." Hans Kruppa

Phantasien und Träumereien sind also vollkommen legitim und erwünscht. Eine interessante Frage drängt sich mir in diesem Zusammenhang auf: ***Sind die menschlichen Träume und Phantasien stets mit den vorhandenen persönlichen Werten zu vereinbaren?***

## Werte

1. Welche Rolle spielen Werte in Ihrem eigenem Leben?
2. Die Wertvorstellungen der Menschen haben sich im Laufe der Geschichte stets verändert... Wie sieht es bei Ihnen aus? Haben sich Ihre eigenen Wertvorstellungen im Laufe Ihres eigenen Lebens ebenfalls verändert?
3. Gibt es Ihrer Meinung nach Werte, die nicht "vergänglich" sind?
4. Hat Moral einen Preis?
5. Der Satz: „Eher schätzt man das Gute nicht, als bis man es verlor.“ stammt vom Dichter und Philosophen Johann Gottfried Herder. Wie denken Sie darüber?
6. Schätzen wir Menschen die Dinge, die wir verloren haben, eher?
7. Wer oder was gibt Ihrem eigenen Leben seinen Wert?
8. Kann ein Mensch stets moralisch vollkommen handeln?
9. Sind Ihnen innere Werte wichtiger als äußere?
10. Gleicht der Preis von bestimmten Dingen bzw. Dienstleistungen stets auch ihrem Wert?
11. "Was ist der Glaube wert, wenn er nicht in die Tat umgesetzt wird?" Mahatma Gandhi
12. Ist die Liebe stets wertfrei?

13. Welche menschlichen Eigenschaften sind für Sie persönlich wertvoll?

14. Heute wird oft behauptet, dass in den Schulen nur Wissen, aber keine Werte vermittelt werden... Wie denken Sie selbst darüber?

15. Ist die Geduld eine erstrebenswerte Tugend?

Ich hoffe sehr, dass Sie durch das Reflektieren über die o. g. Fragen Ihre eigene Antwort auf die zuvor gestellte Frage, ob menschliche Träume und Phantasien stets mit den vorhandenen persönlichen Werten zu vereinbaren sind, für sich gefunden haben! Denn alle diese, sich selbst gegebenen, ehrlichen Antworten bringen Sie wieder sich selbst ein Stück näher und lassen Sie eventuell weniger kritisch bzw. streng mit sich und anderen Menschen sein. Denken Sie daran: Niemand ist perfekt! Und nicht alles ist Gold, was glänzt...