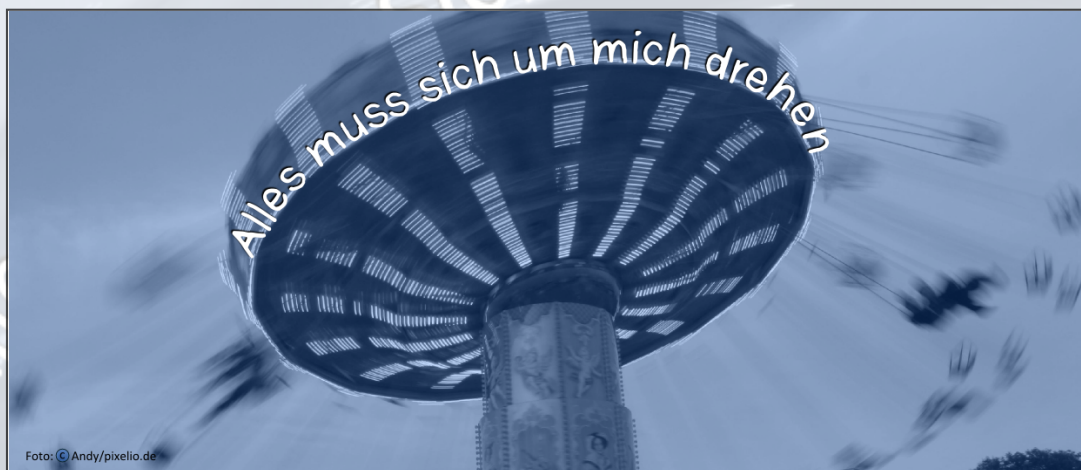




SCHMEIß DEIN EGO WEG!

Dieter Schneider

Schmeiß Dein Ego weg!



Dieter Schneider

Juni 9, 2015

Denkanstösse, Impulse

Edit

DAS EGO, DER HEIMLICHE **HERRSCHER**...

„Wenn mir etwas mein Leben schwer gemacht hat, dann war es mein Ego. Ego bedeutet „Ich“. Ich habe mir also mein Leben selbst schwer gemacht, aber ich wusste es nicht. Ich wusste nicht, dass ich so was wie ein Ego habe und welche Formen und Auswirkungen es hat. Ich wusste nicht, dass es mich als Menschen komplett vereinnahmen und kontrollieren kann, weil es die Herrschaft über meinen Verstand hat.“

Elias Fischer

STEHT MIR ALSO **MEIN EGO** IM WEG?

Ein interessanter Gedanke von Elias Fischer aus seinem Buch «Dinge, die ich mit 18 gerne gewusst hätte». Aber stimmt denn das, hat das Ego wirklich die Kontrolle über mich? Manipuliert mich mein Ego tatsächlich? Und hindert mich mein Ego daran, glücklich zu sein, oder das Glück zu erkennen, wenn es dann vor mir steht?

WAS BEDEUTET ÜBERHAUPT «EGO»?

Egoismus bedeutet «Ich-Bezogenheit» — also welche Bewertung habe ich von mir selbst, oder was denkst Du selbst wer oder was du bist? Das Ego ist also ein Selbstbild das sich hauptsächlich auf sich selbst bezieht. Das Selbstbild, das du von dir kreiert hast, bestimmt im Wesentlichen mit, wie du dich verhältst, wie du dich fühlst und welchen Selbstwert du dir zuschreibst. Das Ego wird sich früher oder später in Dir manifestieren und wird so nach aussen sichtbar.

WICHTIGE 7 JAHRE...

In der Psychologie sagt man, dass das Selbstbild eines Menschen in großen Teilen in den ersten 7 Lebensjahren geformt wird.

Äussere Erlebnisse und Erfahrungen entwickelten so Dein und mein Selbstbild. Wir bekommen vom Elternhaus und unserer Umwelt positive und negative Impulse mit auf den Lebensweg, die aber in den wenigsten Fällen den Tatsachen entsprechen, objektiv und wirklich zutreffend sind.

WIR BASTELN UNS EIN EGO...

Zum Beispiel Aussagen wie: «Du kannst dies oder jenes nicht», «Du bist dumm», «lass das, das schaffst du nie!», «Nur Gewinner zählen» oder «Du bist, was du hast», «Geld macht glücklich», auch «Du bist der/die Größte, Beste, Stärkste, Schönste» manifestieren sich in unserm Innern zu Glaubenssätzen und wir basteln uns so unser Ego daraus.

DAS HUHN, DAS EIN ADLER WAR...

Viele Menschen haben deshalb ein falsches Bild von sich selbst. Wir leben quasi mit einer Lüge, die uns einredet wer, was oder wie wir sind — in etwa so wie in der Geschichte von dem Adler, der bei Hühnern aufwuchs und sich für ein Huhn gehalten hat, und es nicht geschnallt hat, dass er eigentlich zu etwas ganz anderem gemacht ist.

DAS EGO WILL AUFMERKSAMKEIT...

Das verrückte an der Sache ist, dass wir irgendwann anfangen uns nach unserem Selbstbild zu verhalten — Wir bestätigen die falsche Selbstsicht durch unser Verhalten und zementieren es dadurch noch so richtig fest — Unser Ego schafft es, sich selbst immer mehr in den Mittelpunkt zu schieben. Und wir beginnen uns um uns selbst zu drehen.

Dann schaffen wir es, jedes Gespräch in kurzer Zeit so zu lenken, dass es am Ende nur noch um uns geht ... **Die einen prahlen und die andern jammern!!** - Um unser Ego zu füttern, suchen wir so stets nach Aufmerksamkeit und stellen uns selbst in den Mittelpunkt.

ZUVIEL EGO MACHT **BEZIEHUNGSUNFÄHIG**...

So kann es passieren, dass wir Beziehungen verlieren und nicht mehr fähig sind, neue aufzubauen. So wie jemand der sich auf nem Karussell dreht und gleichzeitig versucht mit einem daneben Stehenden eine Diskussion zu führen...

So lebe ich an dem vorbei, wofür ich eigentlich gemacht bin, so wie der Adler, dem man weißgemacht hatte, dass er ein Huhn sei.

NICHT BEIM **HÜHNERFUTTER** BLEIBEN...

Aber die gute Nachricht ist — es muss in Deinem und meinem Leben nicht immer so bleiben! Wir können etwas dagegen tun. Hab Mut und beginn neue Wege, oder willst Du ein Leben lang Hühnerfutter aufpicken? 😊

Hör auf zu prahlen oder zu jammern, sondern beginne dich selbst zurück zu nehmen und auf die Menschen einzugehen, sie wichtig zu nehmen, und so neues Verhalten anzutrainieren — nur durch stetiges Wiederholen kann ich mein Verhalten ändern und so mein Ego «umprogrammieren». Lass uns noch Heute damit anfangen 😊

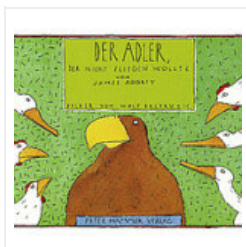
Handelt nicht aus Selbstsucht oder Eitelkeit! Seid bescheiden und achtet den Bruder oder die Schwester mehr als euch selbst.

Bibel — Philipper 2,3

Die menschliche Selbstsucht kämpft gegen den Geist Gottes und der Geist Gottes gegen die menschliche Selbstsucht: Die beiden liegen im Streit miteinander, sodass ihr von euch aus das Gute nicht tun könnt, das ihr doch eigentlich wollt.

Bibel — Galater 5,17

Hier das im Text erwähnte Buch:



«Der Adler, der nicht fliegen wollte»

Weshalb der Aufwand?

Irgendwann beschäftigt uns alle die Frage nach dem Sinn, dem Lebenssinn. Früher oder später kommt der Gedanke, weshalb ist mein Leben so und nicht anders? Weshalb habe ich genau diese oder jene Probleme? Genau in dieser Situation oder noch ein paar «Zentimeter» davor möchte ich an– oder einsetzen. Ich möchte Menschen helfen, Blickwinkel und Perspektiven zu verändern und sie so zum Nachdenken bringen. Menschen in Bewegung unterstützen, die sich aufmachen ihre Fragen zu konkretisieren, formulieren und nach Antworten suchen. Ich mag Menschen die in die Tiefe gehen, keine oberflächlichen Typen. Um es mit den Worten von Peter Hahne zu sagen: «Denn nur, wer durch Nachdenken zum Neudenken kommt, kann auch umdenken. Oder anderen helfen, das zu tun. ... Ein (Auf-)Ruf in die (Selbst-)Verantwortung.»

Weitere interessante Post's findest Du auf dem Blog "www.creativ-werkstatt.de"

- mit herzlichem Gruß - Dieter Schneider