

Αξίζω, μπορώ και θα τα καταφέρω

Η προσωπική μας αξία είναι η ποιότητα που φωτίζει το παρόν και το μέλλον μας. Το αίσθημα της προσωπικής αξίας για τον καθένα είναι το όχημα που οδηγεί στην επιτυχία και την υλοποίηση των προσωπικών του στόχων.

Την πρώτη γεύση της προσωπικής μας αξίας την ζούμε μέσα από την γέννησή μας, την εμπειρία εκείνη που χρειάστηκε για πρώτη φορά να συγκεντρώσουμε όλη μας τη δύναμη για να μπορέσουμε να γεννηθούμε. Αυτή η πρώτη εμπειρία έχει το αποτύπωμά της στα κύτταρά μας και η δυναμική της μας συνοδεύει σε κάθε στιγμή της ζωής μας όπου χρειάζεται να βάλουμε τα «δυνατά μας» και να τα καταφέρουμε.

Με το πέρασμα του χρόνου το αίσθημα της προσωπικής αξίας εξελίσσεται και δίνει τη σκυτάλη του στο αίσθημα της εμπιστοσύνης που έχουμε για τον εαυτό μας, δηλαδή την αυτοπεποίθηση μας και αυτή με τη σειρά της δίνει τη σκυτάλη της στο αίσθημα της εκτίμησης που έχουμε για τον εαυτό μας, δηλαδή την αυτοεκτίμηση μας. Αυτές οι τρεις ποιότητες καθορίζουν στον καθένα μας πόσο επιτρέπει στον εαυτό του να αυτοπροβάλλεται μέσα από τις δεξιότητές του και τελικά να θέτει και να επιτυγχάνει τους στόχους του.

Σε έναν ιδανικό κόσμο αυτές οι τρεις ποιότητες μέρα με τη μέρα θα εξελίσσονταν όλο και περισσότερο και θα ενισχύονταν μέσα μας κάνοντάς μας λαμπερούς και πετυχημένους ανθρώπους.

Στον δικό μας κόσμο μπορεί αυτές οι ποιότητες να τσαλακώνονται καθημερινά μέσα από την άγνοια, την ελλιπή γνώση και τις τραυματικές εμπειρίες, όμως συνεχίζουν να υπάρχουν και κάθε μέρα μας κάνουν ικανούς να τα καταφέρνουμε με τις προκλήσεις της ζωής μας.

Αυτές οι ποιότητες είμαστε εμείς οι ίδιοι, είναι τα εφόδιά μας, είναι οι πόροι δύναμης που έχουμε συλλέξει μέσα από τις εμπειρίες μας.

Την «αξία» του εαυτού μας μπορούμε να την τονώσουμε και να την αναδείξουμε, αρκεί πρώτα να την αναγνωρίσουμε μέσα μας και να την πιστέψουμε πρώτα εμείς οι ίδιοι.

Είναι πάρα πολύ σημαντικό να γνωρίσουμε τι κάνουμε καλά στη ζωή μας, γιατί αυτή η επίγνωση θα μας βοηθήσει να ανθίσουμε και να καρποφορήσουμε, ενώ η εστίαση σε όσα δεν πετυχαίνουμε είναι σαν ρεύμα ποταμού που ξεριζώνει τα πάντα στο πέρασμά του.

Οι προσωπικές εμπειρίες μπορεί να χρωμάτισαν τη ζωή μας, όμως την παλέτα των χρωμάτων την κρατάμε εμείς στα χέρια μας.

Ας αλλάξουμε λοιπόν τα χρώματα στη ζωή μας γιατί αξίζουμε, μπορούμε και θα τα καταφέρουμε!

<http://enallaktikidrasi.com/2015/12/axizo-mporw-kai-tha-ta-kataferw/>