

# Selbstwert und die ewige Suche nach Anerkennung

*„Gleich wie ein stabiler Felsen nicht durch Wind erschüttert werden kann,  
so ist der Weise nicht erschütterbar durch Lob oder Tadel.“*

*(Buddha)*

Viele Menschen fühlen einen Mangel an Selbstwert und sehnen sich nach Anerkennung durch andere. Sie bemühen sich, die Erwartungen anderer zu erfüllen, um damit „wertvoller“ zu werden und entfernen sich dabei gleichzeitig von ihrem natürlichen Wesen – ihrer Essenz. Aber wie oft haben wir schon Anerkennung erfahren in unserem Leben und doch scheint sich unser Mangel nicht grundlegend zu ändern. Gibt es einen Selbstwert, der unabhängig von äußerem Lob oder Tadel existiert? Wenn ja, wo finden wir ihn?

Mit kurzen Vorträgen und achtsamen Übungen aus der **Transpersonalen Prozessarbeit** werden wir untersuchen, wie unser Selbstwert eng mit den Wertvorstellungen des inneren Richters verknüpft ist und wie wir die Vollkommenheit des Seins berühren können.

**Datum:** 11. - 14. Mai 2023

Donnerstag 18 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

**Kursnummer:** 23BS02

**Kursort:** Benediktushof bei Würzburg

**Kursgebühr:** € 275

zuzüglich Unterkunft und Verpflegung € 156 - 261

**Leitung:** Bettina Skowronnek