

546 innerer Wert

Auf die **Zufuhr** von **genügend Wert** für das Selbstwertgefühl **durch äußere Einflüsse**, besonders durch Zuwendung, durch Zuspruch von außen, von anderen Menschen oder auch durch Versuche sich selbst Wert zuzuordnen, Selbstwert zuzuordnen, ist **zu wenig Verlass**.

Dies ist ein Grund dafür, den inneren Wert wahrzunehmen, als „wahr“, als „wirklich“, als „entscheidend“ zu erfahren.

Der von mir so genannte „innere Wert“ ist etwas ganz anderes als der äußere Wert. Der **innere Wert** entsteht dadurch, dass du merkst, dass du „**bist**“.

Der **innere Wert** ist ein **Seinszustand** und zugleich eine Fähigkeit, die entwickelt werden kann.

Jede Wahrnehmung dessen, dass ich „bin“, ist ein Wert, ist ein „innerer Wert“. Er führt dich zugleich in deine innere Welt.

Jedes Mal wenn du dich selbst in deiner Tiefe, in deinem Wesen spürst, merkst du, dass das Erleben dieses Zustands ein innerer Wert ist. Du merkst es daran, dass **dieser Zustand vollständig** ist, dass **du vollständig bist, so, wie du gerade bist**.

Und dieser „innere Wert“ ist nicht von außen abhängig, kann im Vollzug nicht durch andere Menschen, nicht den inneren Kritiker beeinflusst werden.

Jedes mal, **wenn du spürst, dass du bist, ist das ein Wert in sich**. Das ist dein innerer Wert, unabhängig von außen. Er ist **immer** dann **verfügbar, wenn du nach Innen gehst** und dich spürst in welcher Weise, in welcher Form auch immer.

Innerer Wert wird nicht zugeführt sondern **entsteht bewusst**, wird bewusst, wenn du spürst, dass du bist.

Viele der **Übungen** in diesem Abschnitt haben einen Bezug zum inneren Wert: das Spüren, Lauschen, Schauen, die Präsenz, den Kraftraum entstehen lassen, den Kraftpunkt entstehen lassen, Niederlassen, Erheben und Schreiten und viele andere machen dir bewusst, dass du bist.