

NIE JESTEM ANI LEPSZA, ANI GORSZA – JESTEM SOBĄ!

Dziś będzie krótko, ale bardzo konkretnie!

W ostatnim tygodniu tak się jakoś zdarzyło, że zawodowo usłyszałam wiele opinii na mój temat. Były to słowa jakby pochwały, doceniania „Zobacz jesteś lepsza od, bo umiałaś coś zrobić, ... bo wiedziałaś co powiedzieć, ... bo wzięłaś życie we własne ręce”. Usłyszałam też „Jeszcze trochę i będziesz jak ...”, „Jeśli bardziej się postarasz, to może uda Ci się zbudować taką pozycję w branży szkoleniowej jak...” – czytaj „obecnie jesteś gorsza niż...”.

Gdy ktoś mnie porównuje do innej osoby rodzi się we mnie bunt i mam ochotę wykrzyknąć „Nie jestem ani lepsza, ani gorsza – jestem sobą!”. Ale to ja tak mam i wiem, że nie wszyscy tak mają. Dla wielu osób moment kiedy ktoś porównuje ich którykolwiek aspekt życia z podobnym aspektem życia innej osoby, jest momentem dumy z siebie, albo poczuciem porażki.

Kiedy pozwalamy aby nas/naszą sytuację porównywano, albo co gorsza sami się porównujemy do kogoś, to niestety udowadniamy, że każdy jest dla nas ważniejszy od nas samych. Poszukujemy odnośników, ale po co? Dla potwierdzenia własnej wartości, bądź jej podważenia?

Prawda jest taka, że jeśli będziemy szukać kogoś z kim możemy się porównywać, to zawsze znajdziemy. A jak dobrze poszukamy to znajdziemy kogoś, kto w naszym mniemaniu ma lepiej niż my i znajdziemy kogoś kto według nas ma gorzej niż my. Nie ważne kogo znajdziemy, ważne że w ogóle poszukujemy kogoś do kogo możemy się odnieść.

Samo poszukiwanie pokazuje smutny fakt, że głęboko w sobie mamy zakorzenione poczucie braku własnej wartości. Sami dla siebie nie określiliśmy naszej wartości. Być może nie wiemy nawet kim tak właściwie jesteśmy?

Dziś proponuję Ci test – zrezygnuj na próbę z porównywania siebie i tego co masz bądź czego Ci brakuje, w stosunku do innych ludzi. Zakaż też swoim rozmówcom wysuwania porównań pod Twoim adresem. Następnie przeanalizuj, co myślisz o sobie kiedy nie masz możliwości porównać się do kogoś. Czy bez tych porównań wiesz kim jesteś? Czy żyjesz według własnych zasad czy zasad a raczej chaosu świata? Ile jesteś sam dla siebie wart?

Życzę Ci otwartości i szczerości w stosunku do samego siebie!

Katarzyna Słomiany