

allen Seefahrern ein schönes Osterfest

Gedanken zum Osterfest 2025 – Wie schon in den vergangenen Jahren möchte ich Sie an meinen Gedanken zum Osterfest 2025 teilhaben lassen. Meine diesjährigen Gedanken befassen sich mit dem Begriff -Zufriedenheit- Die Osterzeit - die allgemeine Frühlingszeit als Zeit der keimenden Natur, sollte ...

... sollte uns auch Hoffnungszeit sein. Wir sollten also nicht nur jetzt beginnen, unsere Gärten und Blumenkästen zu bepflanzen und dann zufrieden unser Werk betrachten, nein auch das zarte Pflänzchen Hoffnung sollte eine wirkliche Chance bekommen! Zufriedenheit kann vieles bedeuten, hat aber immer etwas mit Wohlfühlen zu tun, mit innerlicher Ausgeglichenheit, nichts auszusetzen haben an der aktuellen Situation.

Zufriedenheit und befriedigte Bedürfnisse sind Grundvoraussetzung für Glück. –

Zufriedenheit über einen beruflichen Erfolg, wie auch über ein privates Erlebnis, ein abgeschlossenes Projekt, ein gelungener Auftrag oder ein realisierter Traum. –

Was ist also das Wertvollste das du besitzt und mit Geld nicht kaufen kannst? –

Du bist erst dann glücklich und zufrieden, wenn du schätzt, was du besitzt. –

Es sind an sich nur die unentgeltlichen Kleinigkeiten wie Herr von Goethe aus voller Überzeugung formulierte: – Zufrieden jauchzet groß und klein: Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein! – Wann also kann der Mensch eigentlich so zufrieden sein, dass er sich einfach hinsetzt und vor Zufriedenheit jauchzt? –

In dem durch seine eigene Bestandsaufnahme des schon Erreichten oder des Vorhandenen sich ein tiefes

Zufriedenheitsgefühl ausbreitet, wenn das der Fall ist und Körper und Geist gesund sind, dann ist ein Jauchzen mehr als angebracht. –

Zufrieden sein mit dem was wir haben bedeutet jedoch nicht, keine Wünsche mehr besitzen zu dürfen. Dauerhafte Zufriedenheit ist wie dauerhaftes Glücksein eine Illusion, da sie biologisch nicht vorgesehen ist. Die Evolution verlangt, dass wir uns weiterentwickeln und Neues lernen. –

Nicht um sonst sagt der Volksmund:- Zufriedenheit macht dicke Bäuche - Dauerhafte Zufriedenheit oder Glücksein würde uns nämlich keine neuen Lernerfahrungen bescheren - wir würden stehenbleiben. Und wie eine Pflanze in dem Moment zu sterben beginnt, wo sie aufhört zu wachsen, hören wir auf zu leben, wenn wir aufhören, zu wachsen und Neues zu lernen. –

Dann macht sich Langeweile breit und diese tötet alle Energie in uns. –

Um zufrieden sein zu können braucht es also auch die Unzufriedenheit. –

Unzufriedenheit ist ein Motor, der uns antreibt, weiterzugehen und neue Erfahrungen zu machen. –

Geld per se macht weder zufrieden, noch unzufrieden.

Eine gute finanzielle Basis ist ein gutes Ruhekissen, mehr aber auch nicht. –

Und schon gar nicht sind ausreichend finanzielle Mittel ein Garant für Glücksein.

– Eher das Gegenteil ist der Fall. –

Über unsere Zufriedenheit entscheidet nämlich in hohem Maße unser Denken, denn wir setzen die Messlatte, wann wir zufrieden sein können oder wollen. Wir entscheiden, was wir für unser persönliches Glück benötigen. Wenn wir nie mit dem zufrieden sind, was wir haben, wenn wir nicht schätzen, was wir besitzen, dann sind wir trotz noch so großer materieller Reichtümer unzufrieden. –

Das bedeutet, wollen wir zufriedener sein, dann müssen wir für das, was wir besitzen, dankbar sein

- für unsere Gesundheit, für Menschen, die uns helfen, ...

Dankbarkeit schafft Zufriedenheit. –

Eine weitere Zutat für mehr Zufriedenheit ist aktiv sein, teilnehmen am Leben und sich einbringen. In dem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Familienangehörigen ein zufriedenes und gesundes Osterfest mit guten Gedanken Norbert