



Erkennen Sie, was bereits genug ist

28. August 2026 | Vermögen | 3 Minuten

GEDANKE DES TAGES

Vergleichen Sie sich nicht ständig mit Menschen, die mehr besitzen. Erkennen Sie auch, was in Ihrem Leben bereits genug ist.

Demokrit

Was bedeutet das?

Der Gedanke ist als Fragment B191 überliefert. Ein Fragment ist ein kurzer Textrest. Stobaios nahm ihn mehrere Jahrhunderte später in eine Sammlung auf. Der Text rät dazu, Wünsche zu begrenzen und den eigenen Besitz nicht ständig mit dem Besitz reicherer Menschen zu vergleichen.

Vergleiche können neue Wünsche wecken. Dann fühlt sich das eigene Leben schnell zu klein an, obwohl es bereits Sicherheit und Freude bietet. Wer die eigenen Bedürfnisse prüft, kann dankbar sein und sich trotzdem weiterentwickeln.

So setzen Sie es um

- 01 Notieren Sie eine Sache, die Ihrem Leben heute Sicherheit oder Freude gibt.
- 02 Schreiben Sie einen Wunsch auf, der vor allem durch den Vergleich mit anderen entstanden ist.
- 03 Prüfen Sie, ob dieser Wunsch zu einem eigenen Ziel passt.

IHRE AUFGABE FÜR HEUTE

Schreiben Sie zwei kurze Sätze: "... ist für mich bereits genug." und "Ich wünsche mir ..., weil ...".

IHRE FRAGE

Welcher Wunsch passt wirklich zu Ihrem Leben?