Selbstliebe

Als ich mich wirklich zu lieben begann,
habe ich verstanden, dass ich immer und bei jeder Gelegenheit
zur richtigen Zeit
am richtigen Ort bin
und das alles was geschieht richtig ist.
Von da konnte ich ruhig sein.
Heute weiß ich, dass nennt sich "SELBSTACHTUNG".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann
konnte ich erkennen, dass emotionaler Schmerz und Leid nur Warnung
für mich sind, gegen meine eigene Wahrheit zu leben.
Heute weiß ich, das nennt man "AUTENTHISCH-SEIN".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich verstanden, wie sehr es jemanden beschämt
ihm meine Wünsche aufzuzwingen,
obwohl ich wusste, dass weder die Zeit reif war
und auch wenn ich selbst dieser Mensch war.
Heute weiß ich, das nennt man "SELBSTACHTUNG".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört mich nach einem anderen Leben zu sehnen

und konnte sehen, dass alles um mich herum eine Aufforderung zum Wachsen war.
Heute weiß ich, das nennt man "REIFE".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, mich meiner freien Zeit zu berauben
und ich habe aufgehört, weiter grandiose Projekte für die Zukunft zu entwerfen.
Heute mache ich nur das, was mir Spaß und Freude bereitet,
was ich liebe und mein Herz zum Lachen bringt,
auf meine eigene Art und Weise und in meinem Tempo.
Heute weiß ich, das nennt man "EHRLICHKEIT".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich mich von allem befreit, was nicht gesund für mich war, von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen
und von Allem, das mich immer wieder hinunterzog, weg von mir selbst.
Anfangs nannte ich das "GESUNDEN EGOISMUS",
aber heute weiß ich, das ist "SELBSTLIEBE".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört immer Recht haben zu wollen,
so habe ich mich weniger geirrt.
Heute habe ich erkannt, das nennt man "EINFACH-SEIN".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann, habe ich mich geweigert weiter in der Vergangenheit zu leben und mich um meine Zukunft zu sorgen, jetzt lebe ich nur mehr in diesem Augenblick wo ALLES stattfindet, so lebe ich heute jeden Tag und nenne es "VOLLKOMMENHEIT".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
da erkannte ich, dass mich mein Denken armselig und krank machen kann.
Als ich jedoch meine Herzenskräfte anforderte,
bekam der Verstand einen wichtigen Partner,
diese Verbindung nenne ich heute "HERZENSWEISHEIT".

Wir brauchen uns nicht weiter vor Auseinandersetzungen,
Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen zu fürchten,
denn sogar Sterne knallen manchmal aufeinander
und es entstehen neue Welten.
Heute weiß ich, DAS IST das Leben!

Charlie Chaplin, 70. Geburtstag