

Als ich mich selbst zu lieben begann...
habe ich verstanden, dass ich immer und bei jeder Gelegenheit,
zur richtigen Zeit am richtigen Ort bin
und dass alles, was geschieht, richtig
ist – von da an konnte ich ruhig sein.
Heute weiß ich: Das nennt man
SELBST-BEWUSST-SEIN

Als ich mich selbst zu lieben begann,
konnte ich erkennen, dass emotionaler Schmerz und Leid
nur Warnungen für mich sind, gegen
meine eigene Wahrheit zu leben.
Heute weiß ich: Das nennt man
AUTHENTISCH SEIN

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich verstanden, wie sehr es jemand beleidigen kann,
wenn ich versuche, diesem Menschen meine Wünsche aufzudrücken,
obwohl ich wusste, dass die Zeit nicht reif war und der Mensch nicht bereit,
und auch wenn ich selbst dieser Mensch war.
Heute weiß ich: Das nennt man
RESPEKT

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, mich nach
einem anderen Leben zu sehnen
und konnte sehen, dass alles um mich herum eine Einladung zum Wachsen war.
Heute weiß ich, das nennt man
REIFE

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, mich meiner freien Zeit zu berauben,
und ich habe aufgehört, weiter grandiose Proj
ekte für die Zukunft zu entwerfen.
Heute mache ich nur das, was mir Freude und Glück bringt,
was ich liebe und was mein Herz zum Lachen bringt,
auf meine eigene Art und Weise und in meinem eigenen Rhythmus.
Heute weiß ich, das nennt man
EINFACHHEIT

Als ich mich 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 selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, immer recht haben zu woll
en, so habe ich mich weniger geirrt.

Heute habe ich erkannt: das nennt man
BESCHEIDENHEIT

Als ich mich 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 noch in diesem Augenblick, wo ALLES stattfindet,
so lebe ich heute jeden Tag,
Tag für Tag, und nenne es
BEWUSSTHEIT

Als ich mich zu lieben begann,
da erkannte ich, dass mich mein Denken behi
ndern und krank machen kann. Als ich mich
jedoch mit meinem Herzen verband, bekam
der Verstand einen wertvollen Verbündeten.
Diese Verbindung nenne ich heute
HERZENSWEISHEIT

Wir brauchen uns nicht weiter vor Auseinandersetzungen,
Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen fürchten,
denn sogar Sterne knallen manchmal auf
einander und es entstehen neue Welten.

Heute weiß ich:
DAS IST DAS LEBEN !
Charlie Chaplin an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959