

Als ich mich selbst zu lieben begann,

konnte ich erkennen,
dass emotionaler Schmerz und Leid
nur Warnzeichen für mich sind,
gegen meine eigene Wahrheit zu leben.
Heute weiß ich, das nennt man
"AUTHENTISCH-SEIN".

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich verstanden,
wie sehr es jemanden kränken kann, ihm meine Wünsche aufzuzwingen,
obwohl ich wusste, dass es weder die rechte Zeit dafür war,
noch der Mensch dazu bereit war,
auch wenn ich selbst dieser Mensch war.
Heute weiß, das nennt man
"RÜCKSICHT".

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 verstanden,
dass ich immer und bei jeder Gelegenheit,
zur richtigen Zeit am richtigen Ort bin
und dass alles im genau richtigen Moment geschieht –
von da an konnte ich ruhig sein.
Heute weiß ich: das nennt man
"SELBSTVERTRAUEN".

Als ich mich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört,
mich meiner eigenen Zeit zu berauben
und ich habe aufgehört,
weiter Riesenprojekte für die Zukunft zu entwerfen.
Heute mache ich nur das, was mit 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
"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, was 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 wollen,
seitdem 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 mehr in diesem Augenblick,
wo ALLES stattfindet.
Heute lebe ich jeden Tag, Tag für Tag, und nenne es
"ERFÜLLUNG".

Als ich mich selbst zu lieben begann,
da erkannte ich,
dass mein Denken mich durcheinanderbringen und krank machen kann,
als ich es jedoch mit meinem Herzen verband,
wurde mein Verstand ein wertvoller Partner.
Diese Verbindung nenne ich heute
"HERZENSWEISHEIT".

Wir brauchen uns nicht weiter vor Auseinandersetzungen,
Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen zu fürchten.
Sogar Sterne prallen aufeinander
und aus dem Zusammenstoß werden neue Welten geboren. Heute weiß ich,

DAS IST DAS LEBEN!

Charlie Chaplin 70.Geb., 16. April 1959