

Text zum Thema Selbstliebe, den ich zu Weihnachten zugeschickt bekam und den ich sehr schön finde (von Charlie Chaplin)

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 VERTRAUEN.

Als ich mich 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 AUTHENTISCH-Sein.

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 Aufforderung 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 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 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 wollen,
so habe ich mich weniger geirrt.
Heute habe ich erkannt.
Das nennt man DEMUT.

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.

So lebe ich heute jeden Tag und nenne es BEWUSSTHEIT.

Als ich mich 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 von 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 an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959)