

## **Selbstliebe**

Diese Worte schrieb Charlie Chaplin an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959

### **SELBSTLIEBE**

Als ich mich wirklich 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 geschah, richtig ist, von da an konnte ich ruhig sein. Heute weiß ich, das nennt sich SELBSTACHTUNG!

Als ich mich wirklich 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 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 noch der Mensch dazu bereit war, und auch wenn ich selbst dieser Mensch war. Heute weiß ich, das nennt sich 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 entwickeln. Heute mache ich nur, was mir Spaß und Freude bereitet, was ich liebe und was 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 hinunter zog, 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, hörte ich auf, 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 immer 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 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 mein Verstand einen wichtigen Partner, diese Verbindung nenne ich "HERZENSWISHEIT"!

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!