

## *Als ich mich selbst zu lieben begann...*

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

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
habe ich verstanden, wie sehr es jemanden kränken kann,  
ihm meine Wünsche aufzuzwingen,  
obwohl ich wusste, dass weder die Zeit dafür reif noch der Mensch dazu bereit  
war, auch wenn ich selbst dieser Mensch war.  
Heute nenne ich das **RESPEKT**.

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
hörte ich auf, mich nach einem anderen Leben zu sehnen  
und konnte sehen, dass alles um mich herum eine Einladung zum Wachsen war.  
Heute nenne ich das **REIFE**.

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
verstand ich, dass ich immer und bei jeder Gelegenheit,  
zur richtigen Zeit am richtigen Ort bin  
und dass alles zum perfekten Zeitpunkt geschieht – von da an konnte ich ruhig  
sein.  
Heute nenne ich das **SELBST-VERTRAUEN**.

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
hörte ich auf mir meine eigene Zeit zu stehlen  
und ich hörte auf, große Zukunftsprojekte zu entwerfen.  
Heute mache ich nur das, was mir Freude bereitet und mich glücklich macht.  
Dinge, die ich gerne tue und mein Herz zum Lachen bringen,  
und ich tue sie auf meine eigene Art und Weise und in meinem Tempo.  
Heute weiß ich, das nennt man **EINFACHHEIT**.

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
befreite ich mich von allem, 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 nenne ich das **SELBSTLIEBE**.

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
hörte ich auf immer Recht haben zu wollen, seitdem habe ich mich weniger geirrt.  
Heute habe ich erkannt: das ist **BESCHIEDENHEIT**.



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 **ERFÜLLUNG**.

Als ich mich selbst zu lieben begann,  
da erkannte ich, dass mich mein Denken behindern und krank machen kann. Als  
ich mich jedoch mit meinem Herzen verband, bekam der Verstand einen wertvol-  
len Partner.  
Diese Verbindung nenne ich heute **WEISHEIT DES HERZENS**.

Wir brauchen uns nicht länger vor Auseinandersetzungen,  
Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen fürchten.  
Sogar Sterne kollidieren und aus diesem Zusammenprall werden neue Welten  
geboren  
Heute weiß ich: **DAS IST DAS LEBEN!**

Charlie Chaplin an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959