

## Als ich mich selbst zu lieben begann

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 das 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 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 aufgehört mich nach einem anderen Leben zu sehnen  
und konnte sehen, das 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 macht, was ich liebe  
und was mein Herz zum Lachen bringt,  
auf meine 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 gut 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,  
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 noch in diesem Augenblick, wo Alles stattfindet.  
So lebe ich heute jeden Tag und nenne es **Bewußtheit**.

Als ich mich 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 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!**

*Charlie Chaplin an seinem 70. Geburtstag*