



12. Januar 2016



Als ich mich selbst zu lieben begann

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**.

... konnte ich erkennen, dass emotionaler Schmerz und Leid
nur Warnungen für mich sind, nicht gegen meine eigene Wahrheit zu leben.
Heute weiß ich: Das nennt man **authentisch sein**.

... 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**.



... 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 eigene Art und Weise und in meinem Tempo.
Heute weiß ich: Das nennt man **Ehrlichkeit**.

... habe ich mich von allem befreit, was nicht gesund für mich war,
von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen
und von Allem, was mich immer wieder herunterzog, weg von mir selbst.
Anfangs nannte ich das ‚Gesunden Egoismus‘,
aber heute weiß ich: Das ist **Selbstliebe**.

... habe ich aufgehört, immer Recht haben zu wollen, so habe ich mich weniger geirrt.
Heute habe ich erkannt: Das nennt man **Demut**.

... 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**.

... 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: Das ist das Leben

In the end,
everything
is a gag.

Charlie Chaplin

