ALS ICH MICH SELBST ZU LIEBEN BEGANN

Als ich mich selbst zu lieben begann erkannte ich, dass Seelenschmerz und emotionales Leid nur Warnzeichen dafür sind, dass ich entgegen meiner eigenen Wahrheit lebe.

Heute weiß ich, das ist **“AUTHENTISCH SEIN”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann verstand ich, wie sehr es jemanden beeinträchtigen kann, wenn ich versuche, diesem Menschen meine Wünsche aufzuzwingen, auch wenn ich eigentlich weiß, dass der Zeitpunkt nicht stimmt und der Mensch nicht dazu bereit ist – und das gilt auch, wenn dieser Mensch ich selber bin.

Heute nenne ich das **“RESPEKT”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann, hörte ich auf, mich nach einem anderen Leben zu sehnen und ich konnte sehen, dass alles um mich herum eine Aufforderung ist zu wachsen.

Heute nenne ich das **“REIFE”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann verstand ich, dass ich mich in jedem Moment und bei jeder Gelegenheit stets zur rechten Zeit am richtigen Ort befinde und alles genau zum richtigen Zeitpunkt geschieht. Von da an konnte ich gelassen sein.

Heute nenne ich das **“SELBST-VERTRAUEN”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann hörte ich auf, mich meiner eigenen Zeit zu berauben, und ich hörte auf, große Zukunftsprojekte zu entwerfen. Heute mache ich das, was mir Freude bereitet und mich glücklich macht, Dinge, die ich gerne tue und die mein Herz zum Lachen bringen – und ich tue sie auf meine Weise und in meinem Rhythmus.

Heute nenne ich das **“EINFACHHEIT”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann, befreite ich mich von allem, was nicht gesund ist für mich – Nahrung, Menschen, Dinge, Situationen – und von allem, was mich immer wieder hinunterzog und weg von mir selbst. Anfangs nannte ich diese Haltung “gesunden Egoismus”.

Heute weiß ich, das ist **“SELBSTLIEBE”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann ließ ich es sein, immer Recht haben zu wollen, und seitdem habe ich mich viel weniger geirrt.

Heute habe ich entdeckt, das ist **“DEMUT”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann habe ich mich geweigert, immer in der Vergangenheit zu leben und mich um die Zukunft zu sorgen. Jetzt lebe ich nur für diesen Augenblick, wo ALLES stattfindet.

Heute lebe ich einfach nur Tag für Tag und nenne es **“BEWUSSTHEIT”**.

Als ich mich selbst zu lieben begann erkannte ich, dass mein Denken mich verstören, unruhig und krank machen kann. Doch als ich es mit meinem Herzen verbunden hatte, wurde mein Verstand ein wertvoller Verbündeter.

Diese Verbindung nenne ich heute **“HERZENSWEISHEIT”**.

Wir brauchen uns nicht länger vor Argumenten, Konfrontationen und Problemen mit uns selbst oder anderen zu fürchten. Selbst Sterne prallen aufeinander, und es entstehen neue Welten.

Heute weiß ich: **“DAS IST DAS LEBEN”!**

Dieses Gedicht wurde anlässlich des 70. Geburtstages von Charlie Chaplin im Jahr 1959 vorgetragen. Das englische Original stammt jedoch von Kim McMillen. Viel Freude damit wünscht Euch Barbara!