

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**.

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, dass 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 eigene 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 gesund für mich war,  
von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen und von Allem, das 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 selbst 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 LEBEN!**

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