

When I started loving myself...

When I started loving myself I've understood that I'm always and at any given opportunity in the right place at the right time. And I've understood that all that happens is right - from then on I could be calm.

Today I know: it's called TRUST.

When I started to love myself I understood how much it can offend somebody when I try to force my desires on this person, even though I knew the time was not right and the person was not ready for it, and even though this person was me. Today I know: it's called RESPECT.

When I started loving myself I could recognize that emotional pain and grief are just warnings for me to not live against my own truth. Today I know: it's called AUTENTICALLY BEING.

When I started loving myself I have stopped longing for another life and could see that everything around me was a request to grow. Today I know: it's called MATURITY.

When I started loving myself I've stopped depriving myself of my free time and I've stopped sketching further magnificent projects for the future. Today I only do what's fun and joy for me, what I love and what makes my heart laugh, in my own way and in my tempo.

Today I know: it's called HONESTY.

When I started loving myself I've escaped from all what wasn't healthy for me, from dishes, people, things, situations and from everything pulling me down and away from myself. In the beginning I called it the 'healthy egoism', but today I know: it's called SELF-LOVE.

When I started loving myself I've stopped wanting to be always right thus I've been less wrong.

Today I've recognized: it's called HUMBLENESS.

When I started loving myself I've refused to live further in the past and to worry about my future. Now I live only at this moment where EVERYTHING takes place, like this I live every day and I call it CONSCIOUSNESS.

When I started loving myself I recognized, that my thinking can make me miserable and sick. When I though requested for my heart forces, my mind got an important partner.

I call this connection today HEART WISDOM.

We do not need to fear further discussions, conflicts and problems with ourselves and others since even stars sometimes bang on each other and create new worlds.

Today I know: THIS IS THIS LIFE! (By Charly Chaplin)

Als ich begann, mich zu lieben....

Als ich begann, mich zu lieben, habe ich verstanden, dass ich immer und unter allen gegebenen Umständen am richtigen Zeit am richtigen Ort bin. Und ich verstand, dass alles, was geschieht, genau richtig ist – und dadurch wurde ich ruhig.

Heute weiß ich: dass ist VERTRAUEN!

Als ich begann, mich zu lieben, habe ich verstanden, wie sehr es eine Person beleidigen kann, wenn ich versuche dieser Person meine Wünsche aufzuzwingen. Auch und gerade in dem Wissen, dass die Zeit noch nicht reif ist oder diese Person noch gar nicht bereit – und selbst wenn ich es selbst war, den ich drängen wollte. Heute weiß ich, dass nennt sich RESPEKT!

Als ich begann, mich zu lieben, habe ich verstanden, dass emotionale Schmerzen und Trauer nur Warnungen an mich sind, nicht gegen meine eigene Wahrheit zu leben. Heute weiß ich, dass dies als AUTHENTISCH LEBEN bezeichnet wird!

Als ich begann, mich zu lieben, beendete dies meine Sehnsucht nach einer anderen Art oder Form zu lebe. Ich erkannte, dass alles um mich herum nur den Wunsch nach Wachstum in sich trägt. Heute nenne ich dies REIFE!

Als ich begann, mich zu lieben, hörte ich auf, mir meine Freizeit vorzuenthalten und stoppte die Planung weiterer großartiger zukünftiger Projekte. Heute mache ich nur noch, was mich erfreut und mir Spaß macht, was ich liebe und was mich herzlich lachen lässt – auf meinem eigenen Weg und in meinem eigenen Tempo. Heute weiß ich, das ist EHRlichkeit!

Als ich begann, mich zu lieben, verschwand alles Ungesunde in meinem Leben – beginnend beim Essen, über Menschen, Gegenständen bis hin zu Situationen. Ebenso gab es nichts mehr, was mich herunter ziehen konnte oder mich von mir selbst und meinen Bedürfnissen entfernte. Am Anfang nannte ich dies „gesunden Egoismus“. Doch heute weiß ich, das ist wahre SELBST-LIEBE!

Als ich begann, mich zu lieben, hörte ich auf, immer im Recht sein zu wollen und war somit weniger oft im Unrecht.

Heute erkenne ich deutlich, dass dies AUFRICHTIGE BESCHEIDENHEIT ist!

Als ich begann, mich zu lieben, lehnte ich es ab, weiterhin in der Vergangenheit zu leben oder mit Sorgen um die Zukunft zu machen. Nun lebe ich nur noch in diesem Moment, in dem ALLES geschehen kann. In dieser Weise lebe ich jeden Tag und ich nenne es BEWUSSTSEIN!

Als ich begann, mich zu lieben, erkannte ich, dass es meine eigenen Gedanken sind, die mich unglücklich und krank machen. Als ich an die Kraft meines Herzens dachte und an meinen Wunsch, sie zu nutzen, wurde mein Geist ein wichtiger Partner.

Diese Verbindung nenne ich heute HERZENSWEISHEIT!

Es gibt keinen Grund, zukünftige Diskussionen, Konflikte oder Probleme mit sich selbst oder anderen zu fürchten, wenn uns bewusst ist, dass selbst Sterne ab und an zusammenstoßen und dabei neue Welten entstehen.

Heute weiß ich: DAS LEBEN IST JETZT UND ES IST EBEN DIESES LEBEN! (von Charly Chaplin)