

Selbstliebe

Als ich mich wirklich 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 geschah richtig ist, von da an konnte ich ruhig sein.
Heute weiß ich das nennt sich **SELBSTACHTUNG!**

Als ich mich wirklich 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 wirklich selbst zu lieben begann, habe ich verstanden, wie sehr es jemanden beschämt, ihm meine Wünsche aufzuzwingen, obwohl ich wusste, dass weder die Zeit reif noch der Mensch dazu bereit war und auch, wenn ich selbst dieser Mensch war.

Heute weiß ich das nennt sich **SELBSTACHTUNG!**

Als ich mich wirklich 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 wirklich selbst zu lieben begann, habe ich aufgehört mich meiner freien Zeit zu berauben und ich habe aufgehört weiter grandiose Projekte für die Zukunft zu entwickeln. Heute mache ich nur was mir Spaß und Freude bereitet, 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 wirklich 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 hinunter zog, weg von mir selbst.

Anfangs nannte ich das "GESUNDEN EGOISMUS", aber heute weiß ich das ist **SELBSTLIEBE!**

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann, hörte ich auf, immer recht haben zu wollen, so habe ich mich weniger geirrt.

Heute habe ich erkannt, das nennt man **"EINFACH-SEIN"!**

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann, habe ich mich geweigert immer weiter in der Vergangenheit zu leben und mich um meine Zukunft zu sorgen, jetzt lebe ich nur mehr in diesem Augenblick, wo ALLES stattfindet, so lebe ich jeden Tag und nenne es

VOLLKOMMENHEIT!

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann, da erkannte ich, dass mich mein Denken armselig und krank machen kann, als ich jedoch meine Herzenskräfte anforderte bekam mein Verstand einen wichtigen Partner, diese Verbindung nenne ich "

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!***

Diese Worte schrieb Charlie Chaplin an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959.

Herzlich Willkommen zur aktuellen FeelGood-Inspiration, liebe/r Leser/in,

• schon wieder Charlie Chaplin...

Ja, der Mann war wohl nicht nur komisch, sondern auch sehr weise. Zumindest entnehme ich das obigen Worten! Es liegt so viel Tiefe und Wahrheit darin, sie berühren mich immer wieder sehr. Bei jedem Lesen merke ich erneut, dass es immer wieder Kleinigkeiten in meinem Leben gibt, an denen es noch hakt, an denen ich mich selbst noch viiiiiiel mehr lieben könnte. Bei jedem Lesen erkenne ich die Chance, wieder einmal hin zu sehen und etwas auf einen neuen Weg zu bringen, der mir persönlich gut tut und keinem "Soll" entspricht.

Wie sieht es denn in Ihrem Leben mit der Selbstliebe aus, liebe/r Leser/in? Können Sie sich immer und jederzeit ganz annehmen? Was löst der Text bei Ihnen aus? Wie geht es Ihnen, wenn Sie diese Worte wirken lassen?

Gilt in Ihrem Leben lediglich "Liebe Deinen Nächsten..." oder leben Sie auch die Vollendung des Gebotes: **"... wie Dich selbst"?**

Für die meisten Menschen ist es recht schwierig, sich selbst zu lieben, sich selbst wichtig und ernst zu nehmen, zu sich und den eigenen Bedürfnissen zu stehen! "Das ist doch Egoistisch", ist eine Aussage, die ich in diesem Zusammenhang häufig höre. Ja, wir wurden von Klein auf "gut erzogen" - und brauchen nun einige Hilfestellung, um ein Leben zu leben, dass wir wirklich leben wollen, dass uns erfüllt und glücklich macht.

Und: je glücklicher und zufriedener Sie sind, umso mehr haben auch alle Ihre "Nächsten" davon!

Mein Tipp:

Nutzen Sie den Text von Charlie Chaplin als "Arbeitsmaterial":

- Nehmen Sie sich für jeden Absatz einen Tag Zeit
- Fragen Sie sich ganz bewusst, was diese Worte für Ihr Leben bedeuten
- Welche Auswirkungen haben sie?
- Wo möchten Sie mehr davon leben?
- Was können Sie verändern?

Wenn Sie diesen Text ganz bewusst auf Ihr Leben anwenden, werden Sie sicher viele Situationen erkennen, in denen Sie ganz leicht immer besser für sich sorgen können. Beginnen Sie damit. Jetzt. Lassen Sie sich überraschen, wie viele wundervolle Veränderungen ein ganz bewusstes Umgehen mit dem Thema "Selbstliebe" in Ihr Leben zaubert!

Ich wünsche Ihnen eine wunderschöne Woche, liebe/r Leser/in, mit einem hohen Maß an Zufriedenheit und einem liebevollen Gefühl für sich selbst!

Liebe Grüße, genießen Sie die Zeit und Ihr Leben - lassen Sie es sich gut gehen!

Peter Schneider