

TOEN IK MEZELF BEGON LIEF TE HEBBEN

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
kon ik zien dat emotionele pijn en lijden alleen waarschuwingen zijn,
dat ik niet mijn eigen waarheid leef.
Nu weet ik: dat is AUTHENTICITEIT

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
begreep ik hoezeer het iemand kan beledigen als ik probeer mijn verlangen bij
hem door te drukken
zelfs als ik wist dat de tijd er niet rijp voor was en de persoon er niet klaar
voor was
en zelfs als ikzelf die persoon was
Nu weet ik : dat is RESPECT

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
ben ik gestopt te verlangen naar een ander leven
en kon ik zien dat alles rond om mij een uitnodiging is om te groeien.
Nu weet ik, dat is RIJPHEID.

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
begreep ik dat ik altijd en bij elke gelegenheid,
op het juiste moment en op de juiste plaats ben,
en dat alles wat er gebeurt, juist is.
Vanaf dat moment was ik rustig.
Nu weet ik: dat is VERTROUWEN.

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
ben ik gestopt mijn vrije tijd te verspillen
en ben ik gestopt grootse projecten voor de toekomst te bedenken.
Vandaag de dag doe ik alleen dat waar ik blij van wordt,
waarvan ik hou en wat mijn hart doet lachen,
op mijn eigen manier en in mijn tempo.
Nu weet ik: dat is EENVOUD

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
heb ik me bevrijd van alles wat niet gezond voor me is,
voedsel, mensen, dingen, situaties
en vooral wat me naar beneden haalde, weg van mijzelf.
Aanvankelijk noemde ik het "gezond egoïsme"
maar nu weet ik: dat is LIEFDE VOOR JEZELF

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
stopte ik met proberen om altijd gelijk te hebben
en sindsdien had ik minder vaak ongelijk.
Vandaag heb ik ontdekt : dat is BESCHEIDENHEID

Toen ik mezelf begon lief te hebben,
weigerde ik om verder in het verleden te leven
en weigerde ik mij om me zorgen te maken over mijn toekomst.
Nu leef ik alleen op dit moment, waar alles plaats vindt.
Ik leef nu dus „dag voor dag” en noem het **VERVULLING**

Toen ik mezelf begon lief te hebben
herkende ik dat mijn denken me kan verstoren en me ziek kan maken.
Maar als ik verbinding maak met mijn hart, wordt mijn denken een waardevolle
bondgenoot.
Vandaag noem ik die verbinding : **WIJSHEID VAN HET HART**

We hoeven niet bang te zijn voor verdere discussies, conflicten
en problemen met onszelf en anderen,
want zelfs sterren botsen soms op elkaar
en daaruit ontstaan nieuwe werelden.
Vandaag weet ik: dat is **LEVEN**

Charlie Chaplin, 16 April 1959 (70e verjaardag)