

## ÉNKÉPLET

### Ami megmutatja az igazi ÉNKÉPED

#### Charlie Chaplin: Amikor elkezdtem szeretni magam...

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, észrevettem, hogy a kínok, a szenvedések és érzelmi fájdalmak csak figyelmeztető jelei annak, hogy a saját igazságom ellenében élem az életem.  
Ma már tudom, hogy ez: HITELESSÉG.

Amikor elkezdtem szeretni... önmagam, megértettem, hogy mennyire tud bántani valakit az, ha rá akarom erőltetni a vágyaimat, miközben az idő még nem jött el erre, illetve az adott személy még nem állt készen rá, még akkor is, ha ez a személy én magam voltam.  
Ma ezt úgy hívom: TISZTELET.

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, felhagytam azzal, hogy másfajta élet után vágyakozzak és láttam, hogy minden, ami körülvesz, az valójában egy lehetőség arra, hogy fejlődjek.  
Ma ezt úgy hívom: ÉRETTSÉG.

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, megértettem, hogy minden körülmények között a megfelelő helyen és időben vagyok és minden a megfelelő pillanatban történik. Így nyugodt lehetek.  
Ma ezt úgy hívom: ÖNBIZALOM.

mikor elkezdtem szeretni önmagam, felhagytam azzal, hogy raboljam a saját időmet és abbahagytam a jövőre vonatkozó nagy tervek gyártását.  
Ma csak olyan dolgokat cselekszem, amik örömet okoznak nekem és boldoggá tesznek. Olyan dolgokat, amik felvidítják a szívemet. Mindezt a magam módján csinálom, a saját ritmusomban.  
Ma ezt úgy hívom: EGYSZERŰSÉG.

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, felszabadítottam magam azok alól a dolgok alól, amik nem tettek jót az egészségemnek - ételek, emberek, dolgok, helyzetek és minden, ami elvitt önmagamtól.  
Először ezt a hozzáállást egészséges egoizmusnak tartottam.  
Ma már tudom, hogy ez: ÖNMAGAM SZERETETE.

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, felhagytam azzal a próbálkozással, hogy mindig igazam legyen, és azóta sokkal kevesebb alkalommal tévedtem.  
Ma ezt úgy hívom: SZERÉNYSÉG.

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, elutasítottam, hogy a múltban éljek és a jövő miatt aggódjak.  
Most, csak a pillanatnak élek, ahol MINDEN történik.  
Ma napról napra élem az életem és úgy hívom: BETELJESÉDÉS.

Amikor elkezdtem szeretni önmagam, észrevettem, hogy az elmém képes arra, hogy zavarjon és beteggé tegyen. De ahogy összekapcsoltam a szívemmel, az elmém nagyon hasznos szövetségessé vált.  
Ma ezt úgy hívom: A SZÍV BÖLCSESSÉGE.

Nem kell, hogy féljünk a vitáktól, összekülönbözésektől vagy bármilyen problémától önmagunkkal vagy másokkal.  
Még a csillagok is összeütköznek néha, és a találkozásukból új világok születnek.  
Ma már tudom, hogy EZ AZ ÉLET!!!! "