

Die wahre **Liebe** kann ich nicht von „**außerhalb**“ erfahren, ich muss sie **in mir** haben - Sich selbst nicht lieben und versuchen über einen anderen Menschen die **Liebe** zu erfahren bleibt eine **Illusion!**

Als ich mich selbst zu lieben begann...

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 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 fürchten,
denn sogar Sterne knallen manchmal aufeinander
und es entstehen neue Welten.

Heute weiß ich: **DAS IST DAS LEBEN!**

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

Die wahre **Liebe** kann ich nicht von „**außerhalb**“ erfahren, ich muss sie **in mir** haben - Sich selbst nicht lieben und versuchen über einen anderen Menschen die **Liebe** zu erfahren bleibt eine **Illusion!**

Was ist Selbstliebe?

Lieb Dich!

- **lieb dich weil du so wertvoll bist!**
- **lieb dich selbst, weil Selbstliebe der Seele gut!**
- **lieb dich noch mehr!**

Liebst Du dich selbst von Herzen gerne?
Liebst Du dich bedingungslos?
Liebst Du dich, weil Du weißt, wie wertvoll du bist?
Fühlst Du, wie schön und natürlich es ist, wenn du dich liebst?

Kannst Du dem voll zustimmen? Selbstliebe ist wertvoll und lohnt sich garantiert auch für dich. Hab dich selbst lieb! Hab lieb dich noch mehr als bisher und Du wirst noch mehr geliebt! Liebst Du dich selbst noch manchmal zu wenig, dann lieb dich noch mehr!

Liebe realisiert, weil sie die einzige Wahrheit ist.....erkenne man, dass man immer alles selbst ist, was auf einen zukommt, egal ob angenehm oder unangenehm... .., so begibt man sich wirklich ins eigene Schöpferkleid und es fühlt sich soooo gut an, denn die Illusionen lösen sich wirklich alle sehr schnell in Liebe auf....., Platz für NEUES!

Was ist Selbstliebe?

Selbstliebe bedeutet, sich selbst lieben weil jeder Mensch einzigartig und wertvoll ist. Lieben bedeutet, jemand oder etwas wertschätzen, achten, respektieren, anerkennen, loslassen können, frei sein lassen etc... Wenn du dich liebst, dann kannst du dich jederzeit wertschätzen, achten und frei sein lassen, egal was dir gelingt oder nicht. Wenn du dich bedingungslos liebst, dann fühlst Du Dich frei egal was du machst und egal was du erlebst. Lieb dich selbst, lieb dich immer noch mehr, weil es gut tut!

Was, wenn mein Selbstvertrauen und meine Selbstliebe nicht stabil sind?

Wenn du spürst, dass Du dich noch nicht immer vorbehaltlos liebst, so kannst Du es lernen. Dies kannst du im täglichen Leben mit den „Übungen“ für Selbstliebe verändern. Gehe mit dem Herzen auf die Suche nach deiner Selbstliebe, dann kommen in dein Leben die Begegnungen, mit denen du lernen kannst, dich noch mehr als bisher zu lieben. Alles auf sich selbst zu beziehen ist ratsam und wird sich für dich in jedem Fall lohnen. Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen.

Lieb dich oder doch nicht? Wenn sich "lieb dich" komisch anfühlt

Falls es sich noch in irgendeiner Art komisch oder fremd für dich anfühlt, wenn jemand zu dir sagt "lieb dich!", dann ist es ratsam, dass du übst, deine Selbstliebe zu verbessern. Denn wer sich vorbehaltlos selbst liebt, der kann jederzeit mit gutem Gefühl in den Spiegel sehen und von ganzen Herzen zu sich sagen: Ich lieb dich, weil Du toll bist!

Erkenne, dass die Menschen in deinem Umfeld, dein Spiegel sind!

Wenn wir uns mit nachfolgendem Lebenstipp identifizieren können:

„Was mich am Anderen stört, zu mir gehört“

.....dann verstehen wir, dass Alles von uns selbst ausgeht – auch die Liebe. Sobald ich störende Zustände auf mein Umfeld, auf mein Gegenüber, projiziere, schiebe ich die „Schuld“ auf ihn und gebe meine Eigenmacht auf – ich mache mich klein, zum Opfer, mein Selbstwert fällt. Das Leben lehrt uns, dass wir die Anderen nicht verändern können, wir können uns nur selbst ändern, dann ändert sich auch unser Umfeld. Dabei ist es wichtig, dass wir unserem Umfeld und vor allem uns selbst vergeben können. Dazu ist es wichtig aus dem Herzen zu handeln und das „Projektions-Ego“, das „Nicht-Vergeben-Können“ zurückzunehmen. Wie sagt Charlie Chaplin so schön:

„Anfangs nannte ich das „Gesunden Egoismus“, aber heute weiß ich, das ist „SELBSTLIEBE“.

Lassen wir die Macht über die Liebe doch bei uns, durch die Selbstliebe und handeln aus dem Herzen in Respekt, Achtsamkeit und Selbst-Reflektion im Hier&Jetzt nach dem Leitsatz:

„Was du nicht willst, was man dir tut, das füg auch keinem Anderen zu“!

Das Geistige Gesetz: „**Aktion = Reaktion**“ zeigt uns, wo wir stehen –Der Weg zur SelbstErkenntnis

Viel Spaß, Freude und Erfolg in und durch die SelbstLiebe wünscht Dir, Dieter Theodor 🙌

Gerne mehr Infos auf www.MenschSein-Leben.de oder per Mail: dieter.schall@web.de

Nur durch Selbstliebe kann ich Liebe erfahren und auch weitergeben!