

# Sich selbst lieben

Du hast das Recht, dich selbst zu lieben.  
Du darfst bei dir sein,  
dich bei dir wohl fühlen,  
dich entdecken und kennen lernen,  
wie man einen geliebten Menschen kennen lernt.

Nichts wird dir so helfen,  
andere zu lieben,  
wie die Liebe zu dir selbst.  
Darum ist jede Handlung  
der Liebe zu dir selbst  
eine Tat, die dich näher zum anderen führt.

Es ist wichtig,  
dass du Zeit für dich hast.  
Liebe braucht Zeit.  
Wo die Zeit fehlt  
tritt die Vernachlässigung ein,  
und wenn du dich vernachlässigst,  
verlierst du dich,  
und wenn du dich verlierst,  
verlierst du die Fähigkeit,  
andere zu lieben.

Wenn die Liebe wächst  
wächst auch die Phantasie.  
Du wirst neue Ideen entwickeln  
wer du eigentlich bist  
oder wer du sein willst.

Du wirst Welten in dir entdecken  
die du in Phantasieereisen erobern kannst.  
Du wirst deinen Reichtum spüren  
und dein Potential freisetzen.

Je besser du dich kennen lernst  
desto schöpferischer wirst du deine Liebe  
zu dir selbst gestalten.  
Sie wird Form gewinnen und dich dadurch befähigen  
deine Liebe zu anderen kreativer zu gestalten.

Aber es wird nicht immer leicht sein  
dich selbst zu lieben.  
Du wirst auch die Abgründe in dir deutlicher sehen,  
vor ihnen zurückschrecken,

sie ablehnen und meinen,  
dass sie nicht zu dir gehören.

Aber auch das bist du  
auch das musst du aufnehmen in deine Person,  
in dein aktives Leben.

Es gehört auch zu dir.  
Nur wenn du diese Seiten in dir annimmst  
in ihrer Tiefe verstehst  
und mit ihnen gestaltend umgehst,  
nur dann wirst du diese Seiten  
in anderen auch annehmen können.

Darum ist es eine Vorbereitung  
deiner Liebe zu anderen.  
Nur der Mensch, der sich lieben darf  
wird sich selbst nicht verwöhnen.  
Verwöhnung deutet Mangel an.  
Egoistisch ist der Mensch  
der nichts hat und darum versucht,  
alles an sich zu reißen,  
und dabei immer weniger hat.

Wer sich liebt, wird sich verschenken  
und dabei reicher werden  
Sich selbst lieben