

Toen ik van mijzelf ging houden, ontdekte ik dat angst en emotioneel lijden slechts waarschuwingstekens zijn, dat ik in strijd met mijn waarheid leefde. Tegenwoordig weet ik dat dit AUTHENTICITEIT is.

Toen ik van mijzelf ging houden, begreep ik hoezeer het iemand kan krenken als ik probeer mijn behoeften aan de ander op te dringen, ondanks dat ik wist dat het niet het juiste moment was en de ander was er niet klaar voor, en zelfs als ik die ander was. Tegenwoordig noem ik het RESPECT.

Toen ik van mijzelf ging houden, ben ik gestopt met hunkeren naar een ander leven, en kon ik zien dat alles om me heen me uitnodigde om te groeien. Tegenwoordig noem ik het VOLWASSENHEID.

Toen ik van mijzelf ging houden, begreep ik dat ongeacht de omstandigheden, ik altijd op de juiste plaats en tijd ben, en dat alles op precies het juiste moment gebeurt. Zo vond ik rust. Tegenwoordig noem ik het ZELFVERTROUWEN.

Toen ik van mijzelf ging houden, ben ik ermee opgehouden mijzelf van mijn tijd te beroven, en ben ik gestopt met het bedenken van geweldige projecten voor de toekomst. Tegenwoordig doe ik alleen dat wat me vreugde en geluk brengt, waar ik van hou en waardoor mijn hart jubelt, en ik doe het op mijn manier en in mijn eigen tempo. Tegenwoordig noem ik het EENVOUD.

Toen ik van mijzelf ging houden, heb ik me bevrijd van alles dat niet gezond voor me is – eten, mensen, dingen, situaties, en van alles dat me neerhaalde, weg van mezelf. In eerste instantie noemde ik deze houding gezond egoïsme. Tegenwoordig weet ik dat het ZELFLIEFDE is.

Toen ik van mijzelf ging houden, heb ik het opgegeven om altijd te proberen gelijk te hebben, en sindsdien had ik minder vaak ongelijk. Tegenwoordig heb ik ontdekt dat het BESCHIEDENHEID is.

Toen ik van mijzelf ging houden, weigerde ik nog langer in het verleden te leven en zorgen over de toekomst te maken. Nu leef ik enkel nog voor dit moment, daar waar alles gebeurt. Tegenwoordig leef ik iedere dag bij de dag en noem het VERVULLING.

Toen ik van mijzelf ging houden, zag ik in dat mijn denken me in verwarring kan brengen en ziek kan maken. Maar toen ik het met mijn hart verbond, werd mijn denken een belangrijke bondgenoot. Tegenwoordig noem ik deze verbinding WIJSHEID VAN HET HART.

We hoeven niet langer bang te zijn voor conflicten, confrontaties of welk probleem dan ook met onszelf of anderen. Zelfs sterren botsen tegen elkaar, en met hun uiteenbarsten worden nieuwe werelden geboren. Tegenwoordig weet ik, dat is HET LEVEN...

Charlie Chaplin

