

Amióta szeretem magamat, felismerem, hogy a kínlódás és az érzelmi szenvedés mindössze annak a figyelmeztető jelei, ha a saját igazságomnak ellentmondva élem az életemet. Ma már tudom, hogy ezt **hitelességnek** nevezik.

Amióta szeretem magamat, megértem, mennyire bántja a másik embert, ha megpróbálom ráerőltetni a saját vágyaimat, még akkor is, ha tudom, nem ez a megfelelő pillanat, és a másik ember sem áll készen a befogadásra – főleg akkor, ha ez a személy én vagyok. Ezt nevezem ma **tiszteletnek**.

Amióta szeretem magamat, többé nem sóvárgok másfajta élet után, és látom azt, hogy, minden, ami körülvesz engem, fejlődésre ösztönöz. Ezt nevezem ma **érettségnek**.

Amióta szeretem magamat, értem, hogy minden körülmények között a megfelelő helyen, a megfelelő időben vagyok, és minden az éppen megfelelő pillanatban történik, így nyugodt lehetek. Ezt nevezem ma **önbizalomnak**.

Amióta szeretem magamat, nem rabolom többé a saját időmet, és felhagytam vele, hogy a jövőre vonatkozó, óriási terveket készítsek. Ma csak azokat a dolgokat teszem meg, amik örömmel és boldogsággal töltenek el, olyan dolgokat, amiket szeretek és amik jó kedvre derítenek, a magam módján, a magam ritmusában. Ezt nevezem ma **egyszerűségnek**.

Amióta szeretem magamat, megszabadulok mindattól, ami nem tesz jót az egészségemnek – ételtől, emberektől, dolgoktól, élethelyzetektől, és mindattól, ami lehúzna vagy eltávolítana önmagamtól. Először egészséges egoizmusnak hívtam ezt a hozzáállást. Ma már tudom, hogy ez **önmagunk szeretete**.

Amióta szeretem magamat, felhagytam vele, hogy mindig igazam legyen, és azóta sokkal kevesebbszer tévedek. Ma felismerem, hogy ez a **szerénység**.

Amióta szeretem magamat, nem vagyok hajlandó a múltban élni és aggodalmaskodni a jövő miatt. Most, a jelen pillanatban élek, hiszen minden itt történik. Ma minden egyes napot megélek, egymás után, és ezt ma **beteljesedésnek** nevezem.

Soha többé nem kell félnünk a veszekedéstől, a konfrontálódástól vagy bármely más problémától, ami minket vagy másokat érint. Még ha ránk is szakad az égbolt, a becsapódásból új világok születnek. Ma már tudom, hogy ez **az élet maga!**