

Charlie Chaplin über Selbstliebe

Morgen wäre Charlie Chaplin 130 Jahre alt geworden. Der Text, den er zu seinem 70. Geburtstag geschrieben hat, wird also 60 Jahre alt. Und weil alle möglichen Strömungen im Psycho-Boom unserer Republik diesen Text für sich vereinnahmten wollten, ihn sehr unterschiedlich übersetzt, dabei sogar Textpassagen umorganisiert und dem Erscheinungsbild phantasievolle dekorative Layout-Versuche aufgeschraubt haben, mit der Absicht, Charlie Chaplin als kongenialen Kronzeugen für die eigene Denkschiene einzunorden, gebe ich diesen Text hier gerne einmal im Original wieder – als Hommage und Geschenk zu Charlie Chaplins 130. Geburtstag:

As I began to love myself I found that anguish and emotional suffering are only warning signs that I was living against my own truth. Today, I know, this is "AUTHENTICITY".

As I began to love myself I understood how much it can offend somebody if I try to force my desires on this person, even though I knew the time was not right and the person was not ready for it, and even though this person was me. Today I call it "RESPECT".

As I began to love myself I stopped craving for a different life, and I could see that everything that surrounded me was inviting me to grow. Today I call it "MATURITY".

As I began to love myself I understood that at any circumstance, I am in the right place at the right time, and everything happens at the exactly right moment. So I could be calm. Today I call it "SELF-CONFIDENCE".

As I began to love myself I quit stealing my own time, and I stopped designing huge projects for the future. Today, I only do what brings me joy and happiness, things I love to do and that make my heart cheer, and I do them in my own way and in my own rhythm. Today I call it "SIMPLICITY".

As I began to love myself I freed myself of anything that is no good for my health – food, people, things, situations, and everything that drew me down and away from myself. At first I called this attitude a healthy egoism. Today I know it is "LOVE OF ONESELF".

As I began to love myself I quit trying to always be right, and ever since I was wrong less of the time. Today I discovered that is "MODESTY".

As I began to love myself I refused to go on living in the past and worrying about the future. Now, I only live for the moment, where everything is happening. Today I live each day, day by day, and I call it "FULFILLMENT".

As I began to love myself I recognized that my mind can disturb me and it can make me sick. But as I connected it to my heart, my mind became a valuable ally. Today I call this connection "WISDOM OF THE HEART".

We no longer need to fear arguments, confrontations or any kind of problems with ourselves or others. Even stars collide, and out of their crashing new worlds are born. Today I know "THAT IS LIFE!"

Ich finde diesen ganzen Text schlichtweg großartig.

Mein allerliebster Absatz darin jedoch ist der vierte: Die Welt und mein Leben, alles was mich umgibt, ist, was es ist, in jedem Moment neu und einzigartig, immer unvorhersehbar und unwiederholbar. Und alles, was ist, ist zwangsläufig „richtig“, denn es gibt keine Alternative - oder unzählige denkbare Alternativen, über die nachzudenken jedoch nicht lohnt, weil sie ja nicht eingetreten und folglich für diesen Moment unwichtig sind. Sie können das Szenario in meinem Kopfkino sein. Wenn ich dem aber meine Aufmerksamkeit schenke, dann verpasse ich zwangsläufig, was wirklich um mich herum und was mit mir los ist. Das lohnt sich also bestenfalls ab und zu als intellektuelles, vielleicht sogar humorvolles Gedankenspiel, - wenn ich mein Leben zufrieden lebe und mir etwas Anregendes oder Entspannendes gönnen möchte: Kunst, Literatur, Musik, Film, Fantasiereisen - Ein Luxus halt, den sich der ruhige, sich selbst liebende Mensch voll Selbst-Vertrauen ab und zu auch mal gönnen kann. Ohne darauf angewiesen zu sein.

Übrigens: Meine Frau bevorzugt den letzten Absatz

Reinhard F. Spieß

HATSCHIGESUNDHEITPROSTZUMWOHLE präsentiert in jeder Woche einen neuen Text, in dem es im weitesten Sinne um Fragen der körperlichen und der psychischen Gesundheit geht. Heiter, besinnlich, bissig, poetisch, laut oder leise. Scherz, Satire, Ironie und tiefere Bedeutung. Alles bunt gemischt, ohne formale Vorgaben.

Sie haben einen Text und möchten ihn hier veröffentlichen? Wir freuen uns auf Ihre Zusendung an: info@heilpraktikerschule-duesseldorf.de . Sie behalten alle Rechte an Ihrem Text, Sie gestatten uns mit der Zusendung nur, ihn für eine Woche hier hochzuladen und in unser [Archiv](#) aufzunehmen. Honorar gibt's nicht. Aber viele Leser ...