



Den Wert der Selbstliebe kannst du in deinem Leben vielleicht am besten erkennen, wenn sie weitgehend fehlt. Wenn du dich selbst nicht gut annehmen kannst, wie du bist, wird dich immer das Gefühl umschleichen, nicht gut genug zu sein, versagen zu können und vielleicht wirst du dieses Gefühl auch auf dein Umfeld und die Welt projizieren. Dann sind die anderen Menschen nicht richtig und die Welt ist die meiste Zeit schlecht. Im Grunde lebst du ohne Selbstliebe im ständigen Selbst- und Weltzweifel. Vertrauen kannst du dann natürlich nirgends finden. Es braucht daher nicht viel Fantasie, um sich vorzustellen, wie mangelnde Selbstliebe dich in deinem Leben auf allen Ebenen ausbremsen kann. Umgekehrt ist es sicherlich genauso ersichtlich, dass die befreiende Kraft der Selbstliebe, dein Leben sehr leicht gelingen lässt, weil deine Angst schwindet und Gelassenheit zu deinem ständigen Begleiter wird.

Selbstliebe macht uns unabhängig, weil wir nicht mehr die Anerkennung und Liebe anderer Menschen erhaschen wollen. Dadurch können wir klarer entscheiden, denn mögliche Ablehnung und Scheitern erzeugt keine Angst mehr bei uns.

*Letztendlich gründet alle Liebe auf unserer Selbstliebe und ist in ihrem Ursprung die Liebe zu Gott, dem Universum oder wie du die höhere Instanz in unserem Leben nennen möchtest.*

(Aus dem Buch: Auf der Spur des glücklichen Seins)

<http://www.seelisches-wachstum.de/blog>