

Quando ho cominciato ad amarmi davvero di Kim e Alison Mcmillen, rielaborata da Charlie Chaplin

Quando ho cominciato ad amarmi davvero ho capito di trovarmi sempre e in ogni occasione al posto giusto nel momento giusto e che tutto quello che succede va bene. Da allora ho potuto stare tranquillo.

Oggi so che questo si chiama **autostima**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero mi sono reso conto che la sofferenza e il dolore emozionale sono solo un avvertimento che mi avverte di non vivere contro la mia verità.

Oggi so che questo si chiama **autenticità**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero ho smesso di desiderare un'altra vita e mi sono accorto che tutto ciò che mi circonda è un invito a crescere.

Oggi so che questo si chiama **maturità**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero ho capito com'è imbarazzante aver voluto imporre a qualcuno i miei desideri, pur sapendo che i tempi non erano maturi e la persona non era pronta, anche se quella persona ero io.

Oggi so che questo si chiama **rispetto**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero mi sono liberato di tutto ciò che non mi faceva del bene: cibi, persone, cose, situazioni e da tutto ciò che mi tirava verso il basso allontanandomi da me stesso, all'inizio lo chiamavo "sano egoismo", ma oggi so che questo è **amore di sé**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero ho smesso di privarmi del mio tempo libero e di concepire progetti grandiosi per il futuro. Oggi faccio solo ciò che mi procura gioia e divertimento, ciò che amo e che mi fa ridere, a modo mio e con i miei ritmi.

Oggi so che questo si chiama **semplicità**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero ho smesso di voler avere sempre ragione. E così ho commesso meno errori.

Oggi mi sono reso conto che questo si chiama **umiltà**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero mi sono rifiutato di vivere nel passato e di preoccuparmi del mio futuro. Ora vivo di più nel momento presente, in cui tutto ha un luogo.

È la mia condizione di vita quotidiana e la chiamo **pienezza**.

Quando ho cominciato ad amarmi davvero e ad amare mi sono reso conto che il mio Pensiero può rendermi miserabile e malato. Ma quando ho imparato a farlo dialogare con il mio cuore, l'intelletto è diventato il mio migliore alleato.

Oggi so che questa si chiama **saper vivere!**

