



Aus meiner Quelle

Aufrichtigkeit

Bist du aufrichtig?
Stehst du aufrecht, aufrecht und frei?
Oder lässt du dich buckeln, machst dich klein?
Wie willst du da gesehen werden, wenn du dich nur versteckst,
wenn du dich klein machst, unbedeutend,
wenn du dir selbst nicht mehr vertraust?
Wie soll man dich da sehen?
Man wird dich ständig übersehen, weil du Angst hast,
Angst übersehen zu werden, Angst, übergangen zu werden,
weil du nicht aufrecht stehen kannst.
Warum stehst du nicht zu dir selbst?
Warum übergehst du dich und siehst nur deine Angst?
Warum orientierst du dich am Außen
und suchst dort Halt, wo du ihn nie finden kannst?
Warum orientierst du dich am Außen und suchst die Anerkennung,
die du dir selbst schenken musst, um sie zu empfangen?
Bleibe bei dir, steh zu dir, stehe aufrecht, öffne dich
und empfangen, was dir gebührt:
Uneingeschränkte Aufmerksamkeit, uneingeschränkte Achtsamkeit,
bedingungslose Liebe und Achtung von dir selbst.
Dann wirst du aufrecht gehen können,
wenn du dich selbst nicht mehr verlässt.
Dann wirst du aufrecht stehen können,
wenn du dir selbst den Halt gibst, den du brauchst.
Gib dir Halt, halte dich, wiege dich, wenn du es brauchst.
Verlass dich nicht auf andere, sie sind nur Spiegel deiner selbst.
Sie können dir erst geben, was du bereits erhalten hast von dir selbst,
was du dir selbst zugestehst, uneingeschränkt.
Richte dich auf, atme tief durch,
richte dich auf zu deiner vollen Größe,
zu deiner ganzen Herrlichkeit, zu deiner ganzen Kraft.
Lebe deine Göttlichkeit, aufrecht, standhaft,
voller Liebe für dich selbst und für die Welt.
Wenn du aufgerichtet bist, kann dich niemand übersehen,
wenn du wahrhaft aufrecht bist, wird dich jeder sehen,
wenn du aufrichtig bist mit dir selbst und mit der Welt,
liegt dir die Welt zu Füßen.