

Lass dich annehmen

so wie du bist
mit deiner inneren Quelle
deiner Einmaligkeit
deiner Verletzlichkeit
deinen unangenehmen und unausgeglichenen Seiten

Lass dich lieben

in der Tiefe deines Seins
im Geniessen der zärtlichen Umarmungen
im Annehmen der Anerkennung
im befreienden Gestalten der Freundschaft

Lass dich ansehen

als ureigener Teil der Schöpfung
mit deinem Lachen und Weinen
Staunen und Zweifeln

Lass dich bestärken

zur Selbstliebe
sie lässt dich echte
Nächsten- und Gottesliebe erfahren

Pierre Stutz, aus «Herzensworte – Die 10 Gebote für das Leben»