

Zitate aus dem Vortrag von Julia Onken vom 20. April in Villach

Nilus (gestorben 430) in einem Brief an einen jungen Mönch

„Vor allem erkenne dich selbst. Denn nichts ist schwieriger, als sich selbst zu erkennen, nichts mühevoller, nichts verlangt mehr Arbeit. Doch wenn du dich selbst erkannt hast, dann wirst du auch Gott erkennen können.“

Julia Onken – Ich will alles daran setzen

Ich will alles daran setzen,
was in meiner Kraft steht,
Weiblichkeit zu schützen.

Ich will Weiblichkeit mit allen mir zur Verfügung
Stehenden Möglichkeiten fördern, um ihr zu ihrer
angestammten Macht zu verhelfen.

Ich will mit kritischen Augen sehen,
ich will mit kritischen Ohren hören,
und Augen und Ohren in ihrer Wahrnehmung
sensibilisieren und schärfen,
damit ich Entwertungen, die sich gegen andere Frauen
oder auch gegen mich richten,
sofort erkenne.

Und dann will ich den Mund aufmachen
Und will Kritik üben
Und ich will das Unrecht öffentlich machen,
ich will solange streiten und kämpfen,
bis ich die Würde der Frau zurückerobert habe.

Sollte ich für mich persönlich einen Sieg errungen haben,
dann will ich um Beistand bitten, dass mir meine komfortable Situation
nicht das Hirn vernebelt:
Göttinnen steht mir bei! Gebt mir keine Ruhe,
bis alle Frauen, junge und alte,
die, die mir besonders nah sind,
sowie jene, die mir nicht besonders sympathisch sind,
und auch all jene Frauen, die aus anderen Kulturen in unserem Land leben (!)
ihre Würde zurück gewonnen haben.

Von Charlie Chaplin

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich verstanden, dass ich immer und bei jeder Gelegenheit,
zur richtigen Zeit am richtigen Ort bin
und das alles was geschieht richtig ist
- von da konnte ich ruhig sein.
Heute weiss ich, das nennt sich „SELBSTACHTUNG“

Als Ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
konnte ich erkennen, dass emotionaler Schmerz und Leid
nur Warnung für mich sind, gegen meine eigene Wahrheit zu leben.
Heue weiss ich, dass nennt man „AUTHENTISCH-SEIN“

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört mich nach einem anderen Leben zu sehen,
und konnte sehen, dass alles um mich herum eine Aufforderung zum Wachsen war.
Heute weiss ich, das nennt man „REIFE“

Als ich mich selbst wirklich zu lieben begann,
habe ich aufgehört, mich meiner freien Zeit zu berauben,
und ich habe aufgehört, weiter grandiose Projekte für die Zukunft zu entwerfen.
Heute mache ich nur das, was mir Spass und Freude bereitet,
was ich liebe und mein Herz zum Lachen bringt,
auf meine eigene Art und Weise und in meinem Tempo.
Heute weiss ich, das nennt man „EHRlichkeit“

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich mich von allem befreit was nicht gesund für mich war,
von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen
von vom Allem das mich immer wieder hinunterzog, weg von mir selbst.
Anfangs nannte ich das „GESUNDEN EGOISMUS“
Aber heute weiss ich, das ist „SELBSTLIEBE“

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich aufgehört, immer recht haben zu wollen
so habe ich mich weniger geirrt.
Heute habe ich erkannt, das nennt mach „EINFACH-SEIN“

Als ich mich wirklich selbst zu lieben begann,
habe ich mich geweigert weiter in der Vergangenheit zu leben
und mich ganz um meine Zukunft zu sorgen,
jetzt lebe ich nur mehr in diesem Augenblick, wo ALLES stattfindet,
so lebe ich heute jeden Tag und nenne es „VOLLKOMMENHEIT“

Als ich mich selbst wirklich zu lieben begann,
da erkannte ich, dass mich mein Denken
armselig und krank machen kann,
als ich jedoch meine Herzenskräfte anforderte,
bekam der Verstand einen wichtigen Partner.
Diese Verbindung nenne ich heute „HERZENSWEISHEIT“.

Wir brauchen uns nicht weiter vor Auseinandersetzungen,
Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen fürchten,
denn sogar Sterne knallen manchmal aufeinander
und es entstehen neue Welten.
Heute weiss ich,
DAS IST das Leben!

Diese Worte schrieb Charlie Chaplin an seinem 70. Geburtstag am 16. April 1959

Mascha Kaléko - Sozusagen grundlos vergnügt

Ich freu mich, daß am Himmel Wolken ziehen
und daß es regnet, hagelt, friert und schneit.
Ich freu mich auch zur grünen Jahreszeit,
wenn Heckenrosen und Holunder blühen.
Daß Amseln flöten und daß Immen summen,
daß Mücken stechen und daß Brummer brummen.
Daß rote Luftballons ins Blaue steigen.
Daß Spatzen schwatzen. Und daß Fische schweigen.
Ich freu mich, daß der Mond am Himmel steht
und daß die Sonne täglich neu aufgeht.
Daß Herbst dem Sommer folgt und Lenz dem Winter,
gefällt mir wohl. Da steckt ein Sinn dahinter,
Wenn auch die Neunmalklugen ihn nicht sehn.
Man kann nicht alles mit dem Kopf verstehn!
Ich freue mich. Das ist des Lebens Sinn.
Ich freue mich vor allem, daß ich bin.
In mir ist alles aufgeräumt und heiter:
Die Diele blitzt. Das Feuer ist geschürt.
An solchem Tag erklettert man die Leiter,
die von der Erde in den Himmel führt.
Da kann der Mensch, wie es ihm vorgeschrieben,
- weil er sich selber liebt - den Nächsten lieben.
Ich freue mich, daß ich mich an das Schöne
und an das Wunder niemals ganz gewöhne.
Daß alles so erstaunlich bleibt, und neu!
Ich freu mich, daß ich... Daß ich mich freu.