

V poslední době se často vlastně potkávám s vlastní nenávistí k sobě. Jako každý pocit se to podle mně těžko popisuje. Jako kdybych si zabodával dýku do břicha a ještě si to přitom užíval a tvářil se důležitě. Jaké jsou důsledky takové nenávisti?

- neláska k sobě
- zavřené srdce
- potlačená síla

To vlastně suma sumárum znamená, že jsem v prdeli. A jak to potom například vypadá v životě?

- Nemůžu milovat druhé, protože nemiluji sama sebe.
- Nemám rád a nepřijímám své fyzické tělo.
- Manipuluju a nechám se sebou manipulovat.
- Nemám zdravé osobní hranice a jsem buď oběť nebo násilník – takže buď s někým vořu nebo se nechám vorat.
- Nevídím a nenásleduji svou pravou vůli (nedělám, to co je pro mě správné a je v souladu s mou životní cestou a posláním)
- Cítím se oddělené od ostatních, od života, vesmíru a hraju se na velkou oběť života.
- Opravdové životní naplnění a radost mně více či méně mívá.
- Nemám rád peníze a taky jich potom moc nemám.
- Svůj život prodávám za peníze – jsem prodejná děvka.

Co pak můžu v životě dělat, když jsem tak ve vlastním hnoji? Podívat se, jak na tom opravdu jsem a to znamená i pohled na s vou nenávist k sobě. A to většinou bolí. Ale zároveň osvobozuje.

Děkuji sve partnerce, že mně v tom tématu docela nakopla a já ho teď můžu sdílet s vámi.

Můžete si třeba taky sednout sami se sebou v pravdě a udělat si takový seznam.

[SEO by Artio](#)