

ДЕКЛАРАЦИЈА О САМОПОШТОВАЊУ

На читавом свијету нема никога ко је потпуно исти као ја. Све што долази од мене изворно је моје, јер ја то бирам сам. Ја посједујем све што се мене тиче: своје тијело, своје осјећаје, своја уста, свој глас, све своје поступке, без обзира на то односе ли се на мене или на друге. Ја посједујем своје фантазије, своје снове, своје наде, своје страхове. Ја посједујем све своје тријумфе и успјехе, све своје падове и грешке. Зато што посједујем све, на и у себи, могу се интимно познавати. Знајући то могу се спријатељити са свим својим дијеловима и завољети себе. Знам да има неких видова мене који ме збуњују и које не познајем, али све док сам пријатељски расположен према себи и док се волим, могу храбро и с надом трагати за рјешењима загонетки и за начинима на које могу сазнати више о самом себи. Било како било, изгледам добро и здраво и шта год кажем или учиним, мислим или осјећам у датом тренутку је изворно моје. Ако се касније нешто од тога што сам рекао, како сам изгледао и што сам осјећао покаже као криво, ја то могу одбацити и задржати остатак и смислити нешто ново умјесто оног што је одбачено. Видим, чујем, осјећам, говорим; имам оруђе да бих преживио, да бих био близак другима, да бих био продуктиван и пронашао смисао и ред у свијету људи и ствари изван мене. Ја себе посједујем и зато се могу стварати. Ја сам ја и ја сам ОК.

DEKLARACIJA O SAMOPOŠTOVANJU

Na čitavom svijetu nema nikoga ko je potpuno isti kao ja. Sve što dolazi od mene izvorno je moje, jer ja to biram sam. Ja posjedujem sve što se mene tiče: svoje tijelo, svoje osjećaje, svoja usta, svoj glas, svoje postupke, bez obzira na to odnose li se na mene ili druge. Ja posjedujem svoje fantazije, svoje snove, svoje nade, svoje strahove. Ja posjedujem sve svoje trijumfe i uspjehe, sve svoje padove i greške. Zato što posjedujem sve, na i u sebi, mogu se i intimno poznavati. Znajući to mogu se sprijateljiti sa svim svojim dijelovovima i zavoljeti sebe. Znam da ima nekih vidova mene koji me zbunjuju i koje ne poznajem, ali sve dok sam prijateljski raspoložen prema sebi i dok volim, mogu hrabro i s nadom tragati za rješenjima zagonetki i za načinima na koje mogu saznati više o samom sebi. Bilo kako bilo, izgledam dobro i zdravo i šta god kažem ili učinim, mislim ili osjećam u datom trenutku je izvorno moje. Ako se kasnije nešto od toga što sam rekao, kako sam izgledao i šta sam osjećao pokaže krivo, ja to mogu odbaciti i zadržati ostatak i smisliti nešto novo umjesto onog što je odbačeno. Vidim, čujem, osjećam, govorim; imam oruđe da bih preživio, da bih bio blizak drugima, da bih bio produktivan i pronašao smisao i red u svijetu ljudi i stvari iznad mene. Ja sebe posjedujem i zato se mogu stvarati. Ja sam ja i ja sam OK.