



Mīlēt sevi

Date: 11 janvāris, 2026 | **Author:** Kristīne Om Shanti

Tik pat, cik veselīgi un skaisti ir dot uzmanību sev mīļiem cilvēkiem, apbrīnot viņis, mīļot, ievērot, sadzirdēt, lepoties ar viņiem, uzslavēt, pateikt atbalstošus vārdus, tik pat veselīgi un skaisti ir dot uzmanību pašam sev, – apbrīnot sevi, būt mīlam un iejūtīgam uz sevi, sadzirdēt savas velmes, uzslavēt un ļoti lepoties ar sevi.

Joks vai dzīves patiesība slēpjas tajā, ka prasme dot otram siltumu, mīlestību un rūpes sākas tai mirklī, kad pašos tā ir kļuvusi par normu.

Cik gan ilgi esam mācīti kaunēties redzēt, dzirdēt, mīlēt pašam sevi.. cik gan dīvaini kādreiz šķita cienīt savas intereses, vērtības. Un kas no tā ir sanācis? – ne uz iekšu, ne uz āru.

Interese par sevi, interese par savām emocijām, uz savu dzīvi, – tas ir skaisti.

Kā tu domā, – kā kāds cits var tevi ieraudzīt, ja tu pats sevi atsakies redzēt?

Kā kāds cits var tevi sajust, ja tu pats atsakies sevi just?

Kā kāds cits var iemīlēt to, ko tu tik ļoti nemīli?

Kā kāds cits var ieraudzīt tavu Dvēseli, ja tu pats atsakies to redzēt.

Kā kāds var izjust prieku tavā klātbūtnes, ja tu pats prieku atsakies just?

Tas ir normāli, veselīgi un ārkārtīgi skaisti redzēt sevī to brīnišķīgo cilvēku, kas es tu. Redzēt sevī cilvēkvērtību, redzēt sevi īpašu.

Kristīne Om Shanti