

PŘÍSAHA

Slib sobě.

Já, _____,
se dnes přestávám stavět proti sobě.

Přestávám se shazovat, když udělám chybu.

Přestávám říkat ano, když myslím ne.

Přestávám jíst, abych umlčela to, co nechci cítit.

Přestávám čekat, až budu „lepší“, abych si dovolila respekt.

Rozumím tomu, že tento výcvik nebude pohodlný.

A přesto do něj vstupuji.

Beru plnou odpovědnost za své jednání.

Za své tělo.

Za své hranice.

Za svou energii.

Nejsem oběť.

Nejsem projekt.

Nejsem něco, co se musí opravovat.

Jsem žena, která se učí stát na své straně.

A od dnešního dne: _____ už nikdy nepůjdu proti sobě vědomě.

Podpis: _____