

## Egoizm

Egoizm oznacza dla mnie umiejętne funkcjonowanie i korzystanie z życia. Dotyczy mojego kontaktu z samą sobą, z moimi uczuciami i potrzebami. Gdy kieruję się zdrowym egoizmem, mogę poczuć jak bardzo siebie lubię. Realizuję siebie, działam i biorę z każdej sytuacji to co najlepsze jest dla mnie. W ten sposób buduję swoje poczucie własnej wartości, adekwatną, dobrą samoocenę i jestem z siebie zadowolona. Mój egoizm powoduje, że rodzi się we mnie siła i mam motywację do działania.

Długo uczyłam się asertywności i tak naprawdę, pozostała mi tylko wiedza w umyśle. Odkąd poczułam mój zdrowy egoizm, odnalazłam wolność w sobie i zaczęłam sama siebie szanować.

**Wniosek: tego się nie uczy, to się czuje.**

Uczucie wskazuje mi egoistyczne działanie, dokonuję wyboru korzystając z mojej wiedzy i jestem szczęśliwa nawet jeśli komuś to nie pasuje. Czerpię z tego, że jestem z ludźmi.

Ela