

「自分が嫌い」という人がいます。

その嫌いな「自分」を生んでくれた親がいます。

今までの人生でその「自分」を応援してくれた人がいます。

「自分」に何かを教えてくれた人もいます。

「自分」に何かを与えてくれた人もいます。

「自分」のために犠牲になった命(動物や植物)もあります。

「自分」を生かしてくれている地球があります。

そんな「自分」を嫌いになるということは、
「自分」に関わったすべての命に対しても嫌いと言っている
ようなもの。

私の場合

好き や 嫌い ではなく、

自分を育む。

そして

自分の成長を楽しむ。

それだけです。