Материал для создания рефлективных карточек

Когда я полюбил себя

(По Чарли Чаплину)

• Когда я полюбил себя, я понял, что тоска и страдания - это только предупредительные сигналы о том, что я живу против своей истины.

Сейчас я знаю, что это называется «Быть ​​самим собой».

• Когда я полюбил себя, я понял, как сильно можно обидеть кого-то, если навязывать ему исполнение моих собственных желаний, когда время еще не пришло, и человек еще не готов, и этот человек - я сам.

Сейчас я называю это «Самоуважение».

• Когда я полюбил себя, я перестал стремиться другой жизни и вдруг увидел, что жизнь, которая у меня сейчас, дает мне возможности для роста.

Сейчас я называю это «Зрелость».

• Когда я полюбил себя, я понял, что при любых обстоятельствах я нахожусь в нужном месте в нужное время, и все происходит исключительно в нужный момент. Я могу всегда быть спокойным.

Сейчас я называю это «Уверенность в себе».

• Когда я полюбил себя, я перестал красть свое время и мечтать о больших будущих проектах. Сейчас я делаю только то, что приносит мне радость и делает меня счастливым, что заставляет мое сердце улыбаться. Я делаю это так, как хочу, и в собственном ритме.

Сейчас я называю это «Простота».

• Когда я полюбил себя, я освободился от всего, что приносит вред моему здоровью: пищи, людей, вещей, ситуаций. Всего, что тянуло меня вниз и сбивало с собственного пути.

Сейчас я называю это «Любовь к самому себе».

• Когда я полюбил себя - перестал всегда быть правым. И именно тогда я стал все меньше и меньше ошибаться.

Сейчас я понял, что это «Скромность».

• Когда я полюбил себя, я перестал жить прошлым и беспокоиться о будущем. Сейчас я живу только настоящим и называю это «Удовольствие».

• Когда я полюбил себя, я осознал, что мой разум может мне мешать, что от него можно даже заболеть. Но когда я смог связать его с моим сердцем, он сразу стал моим союзником.

Сейчас я называю эту связь «Мудрость сердца».

• Нам не стоит бояться споров, конфронтаций, проблем с собой и с другими людьми. Даже звезды сталкиваются, и от этого рождаются новые миры.

Сейчас я знаю, что это - «Жизнь».