

Hogyan tudhatod meg, hogy egy kapcsolat nem működik számodra ~ Christel Crawford

Jó kapcsolatok előfordulhatnak, lehetségesek. Mégis sokan „rendkívül kényes” helyzetekben találják magukat aktuális párkapcsolatukban, és erről akarok beszélni. **Nem arról van szó, hogy kritizáljam azt a személyt, akivel éppen együtt vagy. Önmagad megismeréséről van szó.**

Tudod, ÉVEKKEL ezelőtt fogalmam sem volt arról, mi a jó nekem. Valójában azt mondhatnám, hogy egyfolytában, továbbra is azon vagyok, hogy felfedezzem. Az Access Consciousnesst megelőző éveim során két egymást követő házasságom volt, és mindkét kapcsolatban a partnerem valami miatt nem volt megfelelő. Valójában egész idő alatt én voltam zaklatott!

De nézzük csak meg egy pillanatra tárgyilagosan ezt a zaklatottságot. Vegyük fel a tudós szemüvegét, és elemezzük egy kicsit.

A zaklatottság mindig egy teremtett állapot, és több dologból állhat.

A következőkből:

- Projekciók és elvárások
- Elhatározások, ítéletek, számítások és következtetések
- Szex, kapcsolatok, harag, düh, méreg, gyűlölet, szégyen, sajnálkozás, bűn
- Eskük és fogadalmak egy másik élet idejéből
- Ellenállás
- valami más

Igazán, ez aztán egy lista. És az alapozó négy napján részletesen foglalkozhatunk vele. Én nektek leegyszerűsíttem ezt.

Ha éppen azon vagy, hogy zaklatottá válj, elég rémesnek tűnhet számodra, ha azt mondom, hogy teremtésről van szó. Lehet, hogy valamit szeretnél hozzám vágni. Megértem. Csak vágj valamit hozzám, aztán elbeszélgetünk.

A TEREMTÉSről van szó.

A forgatókönyv: Mondjuk, hogy olyan valakivel járok, vagy olyan embernek vagyok élettársa, aki hihetetlenül rosszul bánik a pénzzel. De szerelmes pillanataiban, amikor én sírdogálok, és arra van szükségem, hogy megváltozzon, azt mondta nekem, hogy ezen túl, jobban bánik majd a pénzzel. És ez három

héten át így is van. Kivéve most, amikor visszatért régi szokásaihoz, mert hát ő ilyen. Én pedig zaklatott vagyok.

Tudod, itt rólam van szó. Mert nem élek tudatosan. Mert nem vagyok hajlandó elfogadni azt, ami róla igaz, és mert arra figyelek, amit mond, és nem arra, amit az életével választ.

Ha a békét szeretném, akkor a választásom elkezd elpusztítani és megnemteremteni az összes kivetitésemet és elvárásomat, döntésemet és következtetésemet, amiket arra vonatkozva teremtettem, hogy mit tesz majd, ami felzaklat engem.

Nos, nézzük meg ugyanezt a forgatókönyvet, és játszuk el azon a módon, amelyen felismered, mi a helyzet, és mi nem működik neked.

B forgatókönyv: A férjem nem tud bánni a pénzzel. Én ezt tudom róla. Már hozzámentem feleségül, és együtt élünk. Számomra egyáltalán nem jó az, hogy ő kezeli a pénzt, mert nem azt teremti, amit szeretnék. Nos, sok választási lehetőségem van.

1. Otthagyhatom a tagot. Igazán nem jó nekem, hogy nem tud bánni a pénzzel, és olyan valakit szeretnék az életemben, aki ebben óriási.
2. Megörjíthet, és hibáztathatom. Végülis AZT MONDTA, hogy megváltozik. Az ő hibája.
3. Elbeszélgethetek vele azért, hogy elismerjem mindabban, amiben nagyszerű, és ő elismerjen engem mindabban, amiben én nagyszerű vagyok, és átvehetem tőle a pénz kezelését.
4. Találhatok egy szakembert, aki a dolgot megcsinálja nekünk/kezeli helyettünk.
5. És minden más választási lehetőségre és mindarra, amire itt nem is tudok gondolni, feltehetem a kérdést: Milyen lesz az életem 5 év múlva, ha ezt választom? És megérezhetem azt a jövőt, amit (a választásom) teremt.

Nézd, ezek közül egyik választás se jó vagy rossz. Egyszerűen különböző dolgot teremtenek.

És mit csinálsz, ha azt hiszed, ez nem működik?

Itt van valami; könnyű, és elrendezi neked a dolgot.

Írj fel 8 olyan dolgot, amit szeretnél egy kapcsolatban.

Aztán írd fel 8 olyan dolgot, amit nem szeretnél egy kapcsolatban.

Ha aktuális kapcsolatodban több mint öt olyan dolog van a nyolcból, amit nem szeretsz, akkor nagyon valószínű, hogy nem fog számodra működni.

Kérdezd meg magadtól:

Ha megkérem, hogy ezeken a dolgokon változtasson, az olyan lenne-e, mint ha egy leopárdot arra kérek, hogy változtassa meg a foltjait?

Ha igen, akkor nézd meg a többi választási lehetőségedet.

Bár akkor ott vannak azok a dolgok, amikre még nem is gondoltál, hogy kérd őket.

Például: Nem jó nekem, hogy kritizálsz a munkámat. Megtennéd, hogy nem mondd ezt többet? Vagy egy más beszélgetésre van szükségünk? ???

Nagyon-nagyon sokszor rózsaszín üvegű szemüveggel kezdjük a kapcsolatainkat.

És szuper korán elhatározzuk, hogy az illető személy ezért, vagy azért tökéletes számunkra.

Gary azt mondja: egy új kapcsolatnak adj 3-6 hónapot, mielőtt megláthatod, honnan működik az illető személy; és tudomásom szerint Garynek mindig igaza szokott lenni.

Legfrissebb tudatosságom azzal a személlyel kapcsolatban, aki közvetlen közelemben él az, hogy a pénzzel való kapcsolat RENGETEG teréből és lehetőségéből kell működniük. Ezen a területen én annyi változást igényelek és teremtek, hogy minden más túl sok ahhoz, hogy létrehozzam.

Ez nem jellemző dolog arra vonatkozóan, amit az emberek keresnek vagy kérnek, és nem is olyasmi, amit egyik napról a másikra meg lehet változtatni. Ez a pénzzel való bánás egyik módja, és mivel a pénz mindent érint, ez olyasmi, amit én a partneremtől igénylek.

Ha olyan valakit választok, aki a pénzzel való kapcsolat korlátolt lehetőségeiből kiindulva működik, vagy mindig rendezzi a világát, vagy valakiből az utolsó fillért is kifacsarja, és így teremt „többet”, és én ezt tudom róla, mégis hibáztatom, akkor seggfej vagyok. Ez a működési mód számára megfelel, és elég, ha tudatában vagyok ennek, és azt választom, ami az én számomra működik.

Foglaljuk össze a dolgokat, mert ez nagy téma.

Ha egy olyan kapcsolatra tekintesz, ami esetleg nem működik számodra, akkor ezt a néhány dolgot tedd:

1. Pod-pocold mindazt a projekciót és elvárást, amit ezzel a személlyel kapcsolatban ápolasz, egészen addig, míg eltűnik a teher (ez több mint egy percbe telhet).
2. Pod-pocold mindazt az esküt és fogadalmat, amit ezzel a személlyel kapcsolatban ápolasz bármelyik életidődben.
3. Írj két listát (lásd fenn).
4. Mindig válassz. Ámulj azon a jövőn, amit a választásod fog teremteni, érezz rájuk, és ne hagyd abba a választást.

És keresd meg a www.theclearingstatement.com-t, ha nem tudod, mi a pod-pocolás.

A kapcsolatok a legbonyolultabb témákhoz tartozhatnak, de ez nem szükségszerű. Milyen kérdéssel kezdheted ahhoz, hogy arról, amit most választhatsz, más tudatosságot nyerj?

Forrás: How to Know if a Relationship Isn't Working For You

Fordította: Kaposi Luca