

Önmagad elismerése és a sebezhetőség pillanatai

ELISMERÉS

Mi az, ha nem az, amit eddig gondoltam róla? Mit tudok?

Megengedem, hogy megjelenjen bárhogyan?

Hogyan ismerhetném el igazán magam valahogy úgy, ahogyan az mindent megváltoztat bennem?

Mi van, ha most ezt magammal kezdem?

Milyen lenne, ha minden nap elismerném magamat?

Elismerném azt is, ha valami olyan dolgot hozok létre, ami nézőpontok szerint rossz és katasztrófa, hibás és tévedés? Mi mást hozhatnék létre ezzel a potenciával, ami valami nagyobbat teremtene mindenkinek, mint amit ez teremtett?

Ismerjük el a kis teremtésünket attól függetlenül, hogy jó vagy rossz volt egy nézőpont szerint.

Access facilitator képzés után Velencében.... könnyek...., elismerés - sebezhetőség ... Feljöttek ismét a múlt képei, szegénység, öngyilkosság kísérletek, bántalmazás, szégyen, korlátozás, korlátozás és most itt Velencében üzletről beszélgetek, facilitálásról és tudatosságról. Legyünk invitálás a sztorinkkal .. hmhhh. Kinyitott egy olyan ajtót amin keresztül sok-sok dolog beömlött, amit nem ismertem el.

Amikor New Yorkban sétáltam, még képtelen voltam elismerni magamnak, azt láttam meg benne, ami volt és az fájt, nem azt ahova és amit. Elismerem, hogy tudok létrehozni, hogy amim van, az nem jelenti azt, hogy nem lehet bármennyi elismerem, hogy képes vagyok olyat teremteni, létrehozni, ami túl van ennek a valóságnak a sokak szerint elképzelt lehetőségein. Ismerjük el nagyszerű teremtéseinket.

Elismerem hogy törődő vagyok még akkor is, ha hibázok.

Ha valaki megharagszik, mennyire próbáltál többet adni, mint amit képes volt befogadni? Kicsit, nagyon vagy megatonnányit?

Sokkal többet szeretnél volna adni?

Hibázunk, tévedünk, és nincs igazunk.

Elismerjük-e ilyenkor azt is, hogy törődők voltunk?

Milyen lenne az életed, ha elismernéd helyes és helytelen választásod mögött azt, hogy törődő vagy? Bármi van az vagy :) az alaptermészeted.

Még akkor is amikor belül úgy érzed magad, hogy felrobbansz, hogy hisztizel, hogy elegend van, az azt jelenti, törődsz és van kapacitásod a változtatásra csak elhitted, hogy kevés vagy, vagy sok vagy.

Sokkal hamarabb gördülnek ki a könnyek a szememből.... azok a könnyek, amik áttörnek valamit.... azok, amik a meghatottság, lehetőségek, kedvesség könnyei és hálás vagyok most már és elismerem a könnyeimet is, ha az jön és sokkal könnyedebben megengedem kigördülni, akár mosollyal együtt is :))

Mit kell lekapcsolnunk az éberségünkből ahhoz, hogy ne érdekeljen mi van?

Hányszor kapcsoljuk le a létezésünket ahhoz, hogy ne legyünk törődők önmagunkkal?

Kovács Angéla CF - Access Consciousness