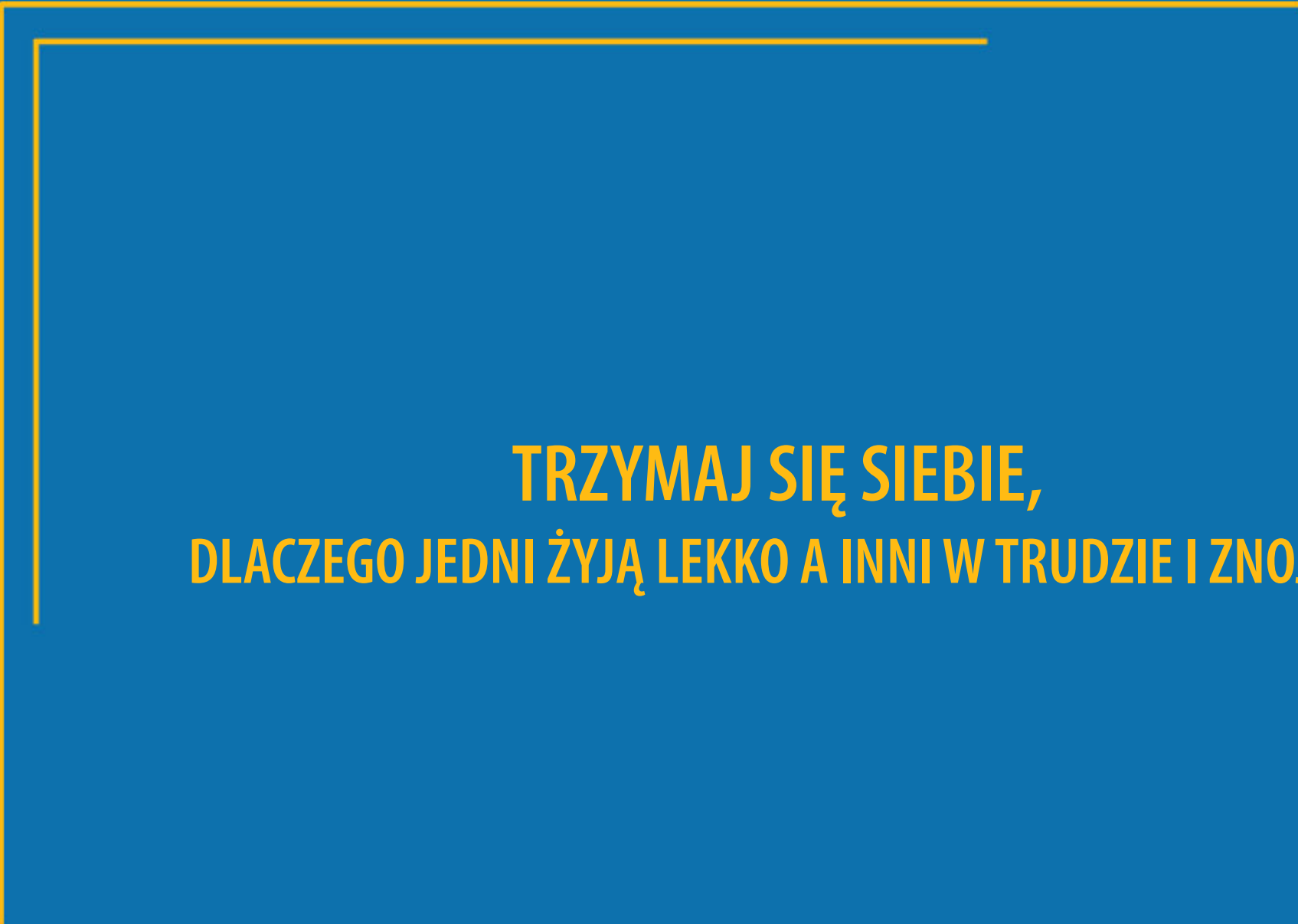




**TRZYMAJ SIĘ SIEBIE,
DLACZEGO JEDNI ŻYJĄ LEKKO A INNI W TRUDZIE I ZNOJU?**

Twoja tożsamość

- Kim jesteś- Twoja tożsamość.
- Cień i rdzeń.
- Czym jest spójność?
- Uczucia, myśli, słowa, czyny .



Twoja tożsamość

- RDZEŃ - KIM CHCESZ BYĆ I UWAŻASZ, ŻE ZAWSZE BYŁEŚ
- POTENCJAŁ / MOŻLIWOŚCI- KIM CHCESZ BYĆ/ WIERZĄC, ŻE MOŻESZ SIĘ STAĆ
- OGRANICZENIA- KIM CHCESZ BYĆ, ALE NIE WIERZYSZ, ŻE TO MOŻLIWE



Trzymaj się siebie

- GRANICE – KIM NIE CHCESZ BYĆ I WIERZYSZ, ŻE NIGDY NIE BĘDZIESZ
- BRAKI OBAWY – KIM NIE CHCESZ BYĆ, ALE OBAWIASZ SIĘ, ŻE MOŻESZ SIĘ STAĆ
- SŁABOŚCI / CIEŃ- KIM NIE CHCESZ BYĆ, ALE W JAKIMŚ STOPNIU JESTEŚ



- Spójność – co to jest?
- Myśli, uczucia, słowa , działania
- Ciało, umysł , duch.



- Rzeczy się nie robi, aby być szczęśliwym.
- Tylko szczęśliwym się jest i postępuje w określony sposób.
- Nie robi się czegoś, aby być współczującym.
- Jest się współczującym i dlatego postępuje się w określony sposób.



- Z czym się utożsamiasz ?

np. Jestem osobą, która tyra na swoje utrzymanie.

- Dokończ- Jestem osobą, która

Zamień...

Porzuć co masz:

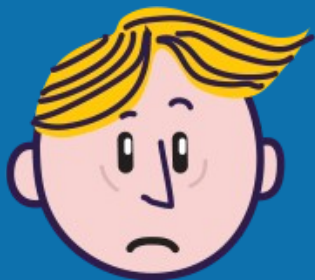
- Pojazdy, sprzęty, gadzety , ubrania, buty, biżuterię, mieszkanie, inne nieruchomości , pieniądze, inwestycje,
- Przyjaciół rodzinę, partnerów, wrogów,
- Talenty, mocne strony,
- Prace, rolę zawodową, zainteresowania,



- Nawyki, nałogi, słabe strony, opinie dotyczące tego co lubisz lub nie,
- Myśli związane z tym co powinienesz robić lub nie, myśli związane z tym co zawdzięczasz innym i co inni zawdzięczają tobie,



- Emocjonalny ból z przeszłości, żal, poczucie poświęcenia, niesprawiedliwości,
 - Poczucie, że nie masz wolności,
 - Poczucie ograniczenia,
 - Obawy,
 - Płeć,
-
- Imię nazwisko, historię, przodków,
 - Ciało fizyczne wraz z bólem i chorobami



**DZIĘKUJĘ ZA OBECNOŚĆ,
KONIECZNIE BĄDŹ NA KOLEJNYCH!**

ŻYCZĘ WIELKICH ZMIAN ;)