

## **Descoperă de unde vin Supărările și cum le poți depăși!**



Faptul că pe mine mă mușcă un câine, iar pe tine nu, este motiv de întristare pentru mine sau pentru amândoi?

Faptul că nu am fost atent, am uitat ce mi-am propus, este motiv de supărare pentru mine sau pentru amândoi?

Orice mi se întâmplă mie este automatismul meu să mă supăr. Dacă tu te superi când mi se întâmplă mie, este neatenția și identificarea ta cu supărarea mea.

Identificarea este starea sau fascinația pe care o ai față de ceva din fața ta, fără să mai fii atent la tine. Ca și cum mă uit pe geam, și uit cine privește.

**William Blake spunea: „Privesc prin ochii meu, nu cu ochii mei”**

**Platon spunea : „ Eu sunt vocea, eu nu sunt oasele și carnea”**

O supărare este o decizie automată față de ce nu îmi convine.

O supărare doar cel care o dorește o are. Cel care mă iubește, mă ajută și nu o are.

O situație care ne supără pe amândoi este o situație de grup, de exemplu: când ia foc casa unei familii, guvernul intră în revoluție, și tot așa. Aceste uriașe mișcări se întâmplă rar în viața unui grup de oameni, dar ce facem cu toate celelalte supărări de zi cu zi?

Dacă se întâmplă un lucru negativ, pe mine mă afectează, pe tine, dragă cititorule, nu te afectează, deci putem numi că NU este o supărare, dacă doar eu aleg să mă supăr?

Dacă tu îți pierzi poșeta sau telefonul, tu te superi, eu nu, deci putem numi că NU este o supărare? Pentru că dacă ar fi una, ar trebui să ne afecteze pe noi toți.

Putem oare ajunge la concluzia că supărările sunt alegeri individuale, în consecință, nu ne aparțin decât nouă înșine să le depășim?

Oare ce cantitate de curaj și voință are nevoie un om să depășească o supărare?

Un lucru evident este la copii, nu le iei o jucărie, stai 5 secunde supărați după care îți spun că Te iubesc și uită pe loc și instant de ce plâneau.

Oare de ce noi adulții ținem până la 20 de ani o supărare care a fost, și nu mai este. Cu ce scop?

*Antrenament Mental = Viață Fericită = Putere și Voință*

Împarte aceste rânduri și vei ajuta să transformi pe cei dragi.  
Comunitatea celor cu mintea limpede și liniștită, te salută!