



Что я за человек?

В высшей школе вознесения мы занимаемся часто тем, что изучаем себя – кто я и какая я на уровне души (истинная). Пришло время то же самое сделать нам и на физическом плане, ведь кроме души в нас присутствуют черты земной личности, телесного проводника.

Недавно я на консультации столкнулась с тем, что человек не мог о себе сказать ничего, кроме того, как к нему относятся другие. Он демонстрировал взгляд со стороны тех, о ком он ничего не знает и не может о них судить, так же, как и о себе. Откуда он может знать, что реально думают о нем, когда и себя он не смог узнать за много лет?

Все наши мнения о том, как к нам относятся люди, идут изнутри нас, и связаны с тем, что мы думаем о себе. Думаем редко, отражаясь в чужих зеркалах, и потому не всегда знаем себя. Возможно, это мнение мамы и папы в детстве, которое все еще в нас сидит?

Насколько наш внутренний портрет совпадает с реальностью? Насколько мы управляем собой, насколько мы чувствуем себя и можем изменить? Пришла пора поговорить о себе.

Есть такое упражнение в психологии: мы рисуем солнышко с лучиками, и на каждом лучике пишем свое достоинство. Если писать достаточно долго, то мы можем набрать многочисленные добродетели, о которых никогда и не думали. И это поднимает нашу самооценку, что важно для каждого. Мы с удивлением начинаем узнавать и ценить себя. Ведь духовность – это «какой я», а не «что я знаю».

Сделайте такой рисунок и уделите себе достаточное количество времени, чтобы понять, насколько вы хороши.

Я подскажу вам некоторые ваши возможные черты характера.

Внутреннее достоинство

Честность

Доброта

Принятие и прощение

Хорошее настроение

Любовь – условная и безусловная

Дружба

Верность

Красота души

Дружелюбность

Вежливость

Уважение к другим

Ответственность

Развитый ум, сообразительность

Умею увидеть ошибки и исправить их

Гостеприимство

Готовность учиться

Обучаемость

Грамотность

Вдумчивость

Порядочность

Целеустремленность

Женственность (или мужественность)

Общительность

Тонко чувствующая/ий

Стремление помочь, отзывчивость

Любознательность

Чувство прекрасного

Стремление все сделать хорошо

Творческое начало, креативность

Желание совершенствоваться

Внутреннее спокойствие

Выдержка

Мужество

Смелость

Воля

Духовность

Совестливость

Благодарность

Здоровье

Высокое сознание

Интерес к жизни

Умение увидеть красоту во всем

Открытое сердце

Искренность

Мягкость

Заботливость

Работоспособность

Дисциплинированность

Аккуратность

Бескорыстие

Активность и быстрота

Легко принимаю решения

Легка на подъем

Развитость мысли

Уверенность

Спортивность

Развитые способности к искусству (музыка, танцы, рисование, вышивка, вязание, декоративно-прикладное искусство, поэзия, писательство)

Развитый вкус

Общение с животными и растениями на основе любви

Любовь к природе

Я – хороший родитель

Профессионал в своем деле

Универсальность в различных вопросах

Меня уважают

Патриот своей страны

Стремление глубоко понять причины и следствия

Выражаю свое мнение спокойно и с достоинством

Стремлюсь повысить свое сознание и развить душу

Научилась отдыхать

Познала вкус жизни

Позитивно мыслю, оптимист

Давайте сделаем список достоинств на сайте, у нас уже есть список недостатков, с которыми мы работаем. Почему бы не сделать еще и список достоинств? Напишите мне те качества, что я не написала, на почту sanatsumara.ru, и составим наиболее полный список наших достоинств, который поможет нам укрепить самосознание и внутреннюю

Что я за человек? - Санат Кумара :: Школа Вознесения

Автор: Наталья Котельникова

03.04.2022 18:48 -

оценку.