

Наш список "Можно быть"

Мы сделали открытие. Начинать день со списка "Можно быть" вместо того, чтобы начинать его со списка "Нужно сделать" приносит нам мир и счастье гораздо большие, чем всё, что мы переживали до сих пор. Это совершенно особая возможность праздновать наше бытие, саму основу Любви. Именно в ней наша подлинная сущность, наше подлинное естественное состояние счастья.

То, что мы начали так встречать каждое утро, изменило наше состояние духа гораздо больше, чем чтобы то ни было из того, что мы до того переживали.

Наш список "Можно быть" напоминает нам нашу глубинную сущность, которую мы часто не осознаём поскольку она заслоняется будничными делами и мыслями.

Это помогает нам помнить о нашей духовной основе в большей степени, чем о той, которая действует, поскольку на первый план выходит сущность нашего бытия. Ею воистину является Любовь.

Это ежедневное напоминание о том, что мы не ограничены нашим физическим телом и что Любовь, которую мы дарим и получаем, обладает особой силой, она буквально меняет мир вокруг нас.

Мы в полный голос зачитываем этот список и это оказывает гораздо большее воздействие, чем просто просмотр его или даже обдумывание.

Мы всегда начинаем с ожидания, что “сегодня предстоит самый лучший и счастливый день моей жизни”. Не имеет значение, что произойдёт в этот день, следующие утверждения позволят нам учиться и расти благодаря любой без исключения ситуации.

Список "Можно быть"

Сегодня моё существо:

Свет мира
Сущность любви
Безусловная любовь
Безусловное прощение
Дух в большей степени, чем тело
Со-созидатель любви
Безвинное
Нестареющее
Не имеющее страха
Терпеливое
Независящее от формы
Пребывающее вне времени
Исполненное мира
Сочувствующее