

## مبادئ الشفاء السلوكي.

إنّ المبادئ أساسية في الشفاء السلوكي. المبدأ الأول هو المفتاح. يجمع جميع المبادئ الأخرى و ويسري من خلالها. وبما أن المبادئ هي عبارة عن ممارسات فمن الواضح أنها تتداخل و يشمل كل مبدئ منها جوانب من المبادئ الأخرى.

١. جوهر حياتنا هو المحبة.
٢. الصحة هي السلام الداخلي والشفاء معناه أن نتخلى عن الخوف.
٣. العطاء والاستلام هما نفس الشيء.
٤. يمكننا أن نتخلى عن الماضي والمستقبل.
٥. الآن هو الوقت الوحيد وكل لحظة هي من أجل العطاء.
٦. يمكننا أن نتعلم محبة أنفسنا ومحبة الآخرين من خلال المغفرة، لا من خلال الحكم عليهم.
٧. يمكننا أن نصبح واجدين للحب لا واجدين للأخطاء.
٨. يمكننا ان نختار وأن نوجه أنفسنا نحو السلام فى داخلنا مهما يحدث في خارجنا.
٩. نحن تلاميذ ومعلمون لبعضنا البعض.
١٠. يمكننا أن نركز على الحياة بكاملها لا على أجزاءها.
١١. بما أن الحب أبديّ فلا حاجة أن يكون الموت مرعبا.
١٢. يمكننا دائما أن ندرك أنفسنا والآخرين إمّا كناشربين الحب وإمّا كملتسمين المساعدة.