

INSPIRERANDE MATERIAL



Att våga ta beslut utifrån Kärlek istället för rädsla

Vi gör våra val antingen utifrån kärlek - vad som känns genuint och sant för oss... eller så gör vi det utifrån rädsla - för att hålla oss trygga/i säkerhet (falsk trygghet), hålla oss inom ramarna (anpassning/medberoende), eller pga brist på tillit till livet, att livet vill oss väl.

Med andra ord beskrivet: Var lägger du din Kraft någonstans - ger du den till rädslan, eller till andra, eller har du den med dig då du följer ditt hjärtats längtan, eller när du står upp för dig själv?

Till exempel, gör en lista på viktiga val du gjort i ditt liv ända till idag. Alla de stora valen. Och fundera över om du har valt dessa utifrån rädsla eller kärlek. Vad blev resultatet av dina olika val?

Den stora skillnaden brukar vara hur mycket Energi, flow, Kraft och Glädje du fick ut av dina val...

Har du tackat ja till chefspositionen för att du älskar ditt arbete, för att det ger dig lust och energi? Eller har du gjort det av rädsla för att bli bortglömd, omsprungen om du inte gör det? Har du valt utbildningen för att den hjälper dig att uppnå dina drömmar eller för att den minimerar risken att bli arbetslös? Och hur roligt tycker du det är att plugga? Är du ihop med din partner för att du vill vara med honom av ren nyfikenhet och sannkärlek, eller för att du är rädd att uppleva ensamhet och misslyckande?

Du kanske upptäcker hur mycket du gör gentemot det du innerligt vill för att bli uppskattad av andra.

Ibland är det inte lätt att veta och den ovissheten kan skapa smärta inom en. Man får gräva djupt, och detta med tålamod, för att få kontakt med sanningen, den inre visheten. En terapeut, partner, eller en djupt lyssnande vän kan vara till stöd. Se till att inte döma dig själv, och lita på att du alltid gjort ditt bästa ända tills idag.

Att följa sin hjärtats röst, sina sanning, sin Frihet ger otroliga skatter i välbefinnande och lycka. Utgå alltid från dig själv!

Våga lyssna inåt innan du ger ett svar, eller gör ett val. Av kärlek och omtanke till dig själv, för att du mår bättre av det.