

<p style="text-align: justify;">
Voc  Entregou O Seu Poder?
Por Louise Hay

Quando culpamos o outro, entregamos o nosso poder, porque estamos colocando a responsabilidade pelos nossos sentimentos em outra pessoa. As pessoas em nossas vidas podem se comportar de maneiras que desencadeiem rea es desconfort eis em n . Entretanto, elas n  entraram em nossas mentes e criaram os bot s que foram empurrados.

Assumir a responsabilidade pelos nossos pr rios sentimentos e rea es   dominar a nossa   capacidade de responder.   Em outras palavras, aprendemos a escolher conscientemente, ao inv  de simplesmente reagirmos.

</p> <p style="TEXT-ALIGN: justify">N  podemos falar de ressentimento sem tamb  falarmos sobre o perd . Perdoar algu  n  significa que toleremos o seu comportamento. O ato do perd  ocorre em nossa pr pria mente. Ele realmente nada tem a ver com a outra pessoa.

A realidade do verdadeiro perd  est  em deixarmos de nos agarrarmos   dor.   simplesmente um ato de nos liberarmos da energia negativa.

O Perd  n  significa permitir que as a es ou comportamentos dolorosos do outro continuem em sua vida. Algumas vezes, o perd  significa libera o.

Voc os perdoa e os libera. Tomar uma posi o e estabelecer limites saud eis s , muitas vezes, as coisas mais amorosas que voc  pode fazer   n  somente para si mesmo, mas para a outra pessoa tamb .

Eu realmente acredito que n  h  erros.

Quando os nossos cora es est  fechados e sentimos ressentimento, raiva e tristeza,   dif cil ver alguma coisa boa.

No entanto, quando os nossos cora es est  abertos,   como se grande parte desta negatividade desaparecesse e f semos capazes de liberar estes velhos pensamentos e despertarmos para a alegria.

Para cada um de n , h  sempre a alegria interior. E precisamos saber que somos muito perfeitos como somos.

N  importa quanto caos possa estar acontecendo ao nosso redor, n  importa quantas coisas possam estar acontecendo de errado ou n  da forma como queremos, n  importa o que os nossos corpos possam estar fazendo no momento   podemos amar e aceitarmos a n  mesmos. Pois a nossa verdade   a verdade do nosso ser   que somos eternos.

Sempre fomos e sempre seremos. E esta parte de n  mesmos continua para sempre. Alegre-se que assim seja. Quando nos amamos e nos aceitamos exatamente como somos, torna-se mais f cil passarmos pelos momentos dif eis.

N  estamos mais lutando contra n  mesmos. Estamos nos aceitando.

Estamos nos tornando sens eis. Estamos nos valorizando. Estamos nos confortando e tornando as coisas mais f eis para n  mesmos.

Veja-se na frente de um espelho, olhando para os seus pr rios olhos e dizendo:   Eu o amo e o aceito exatamente como voc  . E respire. Permita-se sentir o que voc  est  sentindo. Voc  n  tem que ser perfeito.

Voc  j  perfeito como   Voc  voc  Voc  exatamente o que escolheu ser nesta exist cia.

De todos os corpos e de todas as personalidades que estavam dispon eis, voc  escolheu ser quem voc   experenciar este mundo, esta vida, atrav  do seu corpo, atrav  de sua personalidade.

Assim, ame a sua escolha, pois   parte da sua evolu o espiritual.

Fonte da mat ria: Luz de Gaia</p>