Stres II. – projevení uvnitř nás – on-line meeting

Vážení přátelé,
zítra se můžeme potřetí virtuálně setkat a prodiskutovat vaše dotazy i otázky současnosti, týkající se stresu a jeho působení.

Online meeting na Hawkins.support je 16.11.2020 v 18:30

Hlavní téma pro dotazy je: Jak najít štěstí v neštěstí

Budete-li mít na nás otázku, napište ji do chatu, na zapsané otázky budeme postupně odpovídat.

Vedlejším tématem je: Stres II. – projevení uvnitř nás.
Toto téma budeme rozvíjet, než se shromáždí vaše dotazy.

Zveme každého, kdo má:

– zájem o učení Dr. Davida Hawkinse
– chce toto učení lépe pochopit a začlenit do běžného, každodenního života
– má otázky týkající se jeho knih
– nebo jakékoli jiné otázky k případným nejasnostem v souvislosti s osobním rozvojem a učením Dr. Davida Hawkinse
– zájem o zlepšení vztahů, různé otázky týkající se života, osobní problémy a jejich pochopení v širších souvislostech

Odhadovaná délka setkání – 60 – 120 minut, doba závisí na počtu vašich otázek.

https://www.hawkins.support/on-line-meeting/

Živé vysílání on-line meetingu bude i na youtube, bez možnosti osobního vstupu a reagování na své dotazy, jen s možností komunikace přes chat:
https://www.youtube.com/watch?v=GauH7K_EBVU

Minulé meelingy – záznamy:

9.11.2020
Stres a jeho působení – téma on-line meetingu na hawkins.support
https://youtu.be/x9Z1eO0_qQs

2.11.2020
Jak najít štěstí v neštěstí – téma on-line meetingu na hawkins.support
https://youtu.be/W6BXn4f9kc8

Na zkušebním meetingu před 21 dny jsme řešili dotazy, ke kterých vyplynulo:

Užitočné vety – afirmácie na prekonávanie
emócií a nízkych úrovní.

1. strach zo smrti:

Všetok strach je ilúzia. Bezpodmienečne viem, že je to tak!

2. strach celkovo:

Prijímam strach zo… smrti, výšky (čokoľvek).

-uvedomiť si že;
Naivný hľadač len mení / prerába obsah.
Treba len ZANECHAŤ myšlienky a emóciu to “MENIŤ – CHCIEŤ INAK”.

3. nepríjemné emócie všeobecne:

Ako by som sa cítil/a bez tejto emócie? Chcem byť bez nej? Je to možné?
Spravím to? Kedy?… o týždeň… o rok? TERAZ!

nápomocné k týmto bodom:

-vďačnosť;
Ďakujem Bože, že mi dodávaš milosť. Vďačne ju budem naďalej prijímať.

– k dualite dobré/zlé;
Zmeniť na to, čo podporuje a nepodporuje život.

Z předminulého setkání vyplynula jen jedna věta, o které jsme mohli přemýšlet a uvědomovat si ji:

Všechny myšlenky jsou kladením odporu k tomu, co je.

Z minulého setkání vyplynula jen jedna další věta, o které jsme mohli přemýšlet a uvědomovat si ji:

Stres vzniká nesouladem mého vzorce (jednání) s tím, co pozoruji. (zdánlivá realita)
Jan Mačto