

## **MOJE 16 TEZ ROZWOJU OSOBISTEGO – STAN NA 27.10.2019 r.**

1. Jest tylko TERAZ – ten moment, ta chwila, ta rzeczywistość.
2. W tym wiecznym TERAZ znajduje się cała prawda o mnie samym.
3. W tej terażniejszej rzeczywistości – w każdej sytuacji, w każdym napotkanym człowieku – znajduje się odpowiedź na pytanie: Kim Jestem?
4. Odpowiedź na pytanie: Kim Jestem? - zakrywają mi moje indywidualne oceny, diagnozy i interpretacje rzeczywistości.
5. Cudze wypowiedzi i uczynki mogą być katalizatorem naszych emocji, lecz nigdy ich przyczyną. Przyczyną naszych emocji są nasze niezaspokojone potrzeby.
6. Poprzez osądy, krytykę, diagnozy czy interpretacje zachowań innych ludzi – nie umiejętnie wyrażamy nasze niezaspokojone potrzeby.
7. Przebijanie się przez moje indywidualne oceny i interpretacje rzeczywistości do nagich faktów w poszukiwaniu Prawdy o tym: Kim NAPRAWDĘ Jestem? - jest DROGĄ Rozwoju.
8. Akceptowanie Prawdy o tym: Kim NAPRAWDĘ Jestem? - oznacza zgodę na ponoszenie odpowiedzialności.
9. Miernikiem Rozwoju jest EMPATIA.
10. EMPATIA to Rozumienie, najpierw siebie a potem drugiego człowieka.
11. Do Rozumienia niezbędna jest Uwaga.
12. Poziom EMPATII zależy od stopnia Rozwoju.
13. Do Rozwoju niezbędny jest Drugi Człowiek.
14. Rozwijać mogę się tylko wtedy, gdy Sam tego chcę.
15. EMPATIA prowadzi do MIŁOŚCI.
16. MIŁOŚĆ to siła pozwalająca nam przekroczyć własne ego, na Drodze do WOLNOŚCI.

Ten, kto zna innych ludzi, posiada tylko wiedzę.  
Ten, kto zna siebie samego, jest człowiekiem oświeconym.  
Ten, kto zwycięża innych ludzi, jest tylko silny.  
Ten, kto zwycięstwo nad sobą samym odnosi, jest człowiekiem potężnym.  
Ten, kto zna umiar i cieszy się tym, co ma, jest bogaty.  
Ten, kto przemocą wprowadza w życie swoje plany, posiada tylko silną wolę.  
Ten, kto nie traci swojego miejsca (wyznaczonego mu przez naturę), żyć będzie długo.  
Ten, kto umrze, lecz w życiu się nie zatracił (naruszając prawa natury), żyć będzie wiecznie.

Lao – Tsy: Tao – Te – Ching.

[www.daszrade.com.pl](http://www.daszrade.com.pl) Adam Modrzejewski