

Trener Rozwoju Osobistego - Adam Modrzejewski  
zaprasza małżonków i partnerów  
rodziców i wychowawców na warsztaty

## **BUDOWANIA RELACJI METODĄ EMPATII**

**Zajęcia odbywać się będą raz w tygodniu w każdy:**

- **PONIEDZIAŁEK** od godziny 18.00 przy ul. Truskawkowej 38 w Chojnicach,  
lub
- **ŚRODĘ** od godziny 18.00 przy ul. Truskawkowej 38 w Chojnicach.

***Pokonaj lęk, przyjdź, przekonaj się sam – dasz radę !!!***

***Koszt: 100 złotych miesięcznie, 30 złotych jednorazowo.***

*“Jakim szaleństwem jest oczekiwanie, by inny człowiek żył zgodnie ze standardami i normami, które zostały zaprogramowane w Tobie przez Twoje środowisko i Twoją rodzinę.”*

*Anthony de Mello*

*Czy możesz twierdzić, że kogoś kochasz, jeśli nie pozwalasz mu być sobą, jeśli potrzebujesz go psychicznie i emocjonalnie, żeby być szczęśliwym? To, co nasza kultura miłością nazywa, z jej pieśniami i poematami – tak naprawdę miłością nie jest; co więcej: stanowi jej przeciwieństwo. Jest żądzą, kontrolą, posiadaniem.*

*Anthony de Mello*

*Możesz kochać z całego serca swoją matkę, swoją żonę i swoje dzieci. Zdumiewające jest to, że dając całe swe serce jednej osobie, nie musisz przez to dawać mniej innej. Wręcz przeciwnie, każda z nich otrzymuje więcej. Bo jeśli kochasz tylko swojego przyjaciela i nikogo więcej, siłą rzeczy ofiarowujesz mu serce dość ubogie. Zyskałby, gdybyś ofiarował swoje serce także innym.*

*Anthony de Mello*

*Kiedy kochasz, wszystko widzisz w nowym świetle; stajesz się hojny, przebaczący i miły w sytuacjach, w których wcześniej bywałeś twardy i podły. W sposób nieunikniony ludzie zaczną podobnie reagować i wkrótce przekonasz się, iż żyjesz w świecie ogarniętym miłością, który ty sam stworzyłeś. Albo przypomnij sobie okresy, kiedy byłeś w złym humorze i jak wszystko cię denerwowało stawałeś się podejrzliwy, podły i wręcz paranoidalny. Widziałeś, jak inni ludzie reagowali na twoje zachowanie w podobnie negatywny sposób, i nagle zdałeś sobie sprawę, że żyjesz we wrogim świecie stworzonym przez twoje myśli, uczucia i działania.*

*Anthony de Mello*