



תודעה זוגית

10 הכוונות משנות תודעה
לזוגיות אמיתית וטובה



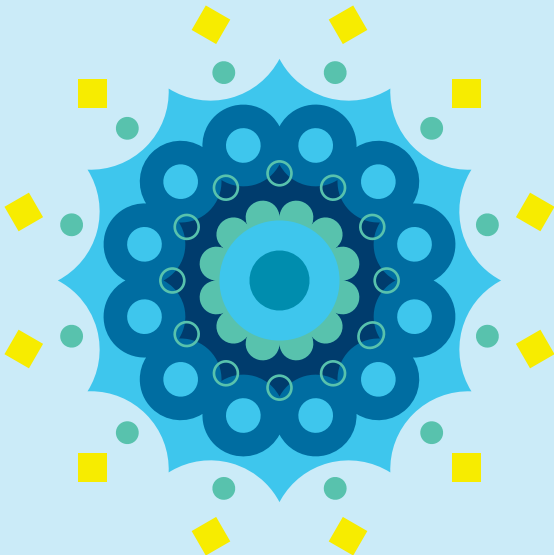
”

**מים רבים
לא יוכלו לכבות
את האהבה
ונהרות
לא ישטפוה**

”



שיר השירים



ספרון זה בא לתת הכוונה לבניית קשר זוגי בעל משמעות וקיימות.

התוכן נאסף מתוך חכמה וניסיון טיפולי רב שנים.
יישום רעיונות אלה לאורך זמן יניב לך פירות
נפלאים בזוגיות.





1

להאיר את הזוגיות באור האהבה שלך



מטדתי בזוגיות היא להביא את
פוטנציאל האהבה שיש בי לידי מימוש.

לשם כך עליי להאמין בקיומה, לעזור
אותה ולהביא אותה לידי ביטוי עם בן/
בת הזוג.



**לא מתפשרים
על פחות**





תהיו אמיצים ולכו על כל הקופה - להגיע
לאהבה אמיתית.

באהבה אמיתית יש ריפוי הנפש,
מימוש הנשמה ואינטימיות חדשה
ומיוחדת הקושרת אותנו להיות
משהו חדש ממש.

זה שונה מהתאהבות זמנית.



3

אהבה
נותנים
ולא
מקבלים

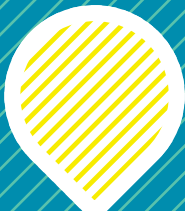
אל תחכו או תצפו לקבל אהבה.
תרצו להיות האהבה.

האהבה נמצאת בתוכנו ומתעוררת כאשר
אנו רוצים להעניק אותה לצד השני.



4

הזרעים בדמעה ברינה יקצור



כמו כל דבר טוב, גם קשר זוגי, ובטח
אהבה, דורשים אמונה, זמן, סבלנות,
השקעה, הקרבה ולמידה.

רק מי שדבק במטרה וצולח את כל
האתגרים, שחלקם עשויים להיות לא
נעימים, זוכה בקשר המשמעותי
שלו ייחל.

5

לבחור מה
מנהל אותי



הקשר הזוגי חושף בנו מקומות רגישים
ופגיעים שגורמים לנו להגיב במגננה כלפי
הצד השני.

עלינו להיות מודעים לכך ולהבין שיתכן
והתגובה שלנו היא שריד הישרדותי
מהעבר שאינו קשור לכאן, ולנטרל אותו
כדי לאפשר בניית קשר בריא ואוהב.

6

להפסיק את
מה שמרחיק



הצעד הראשון בהתקרבות הוא לא בהכרח
ליזום דברים, אלא פשוט להפסיק את מה
שמרחיק - מילה לא טובה, וייב שלילי,
הרמת קול, זלזול, אדישות וכו'.

לבלום אותם בזמן מתוך הבנה שהם
יוצרים ניתוק וריחוק. זהו כבר צעד
משמעותי של התקרבות.

7

לחבק
את הרע

בכל צעד בדרך לבניית קשר זוגי אוהב
שבו אני מנסה להביא את הפוטנציאל
הטוב שלי לידי מימוש, אני צפוי להיתקל
בהפך הגמור - האני הלא אוהב, הלא
סבלני, המתפרץ, שלא בא לו, העסוק אך
ורק בעצמו, הלא משתנה וכד'..
חבקו את הצד הזה שמתגלה, מתוך
הבנה שזה בסדר וטבעי - זה שלב הכרחי
בתהליך. לפני כל טוב מתגלה גם רע.

המשיכו הלאה בציפייה אל הטוב שעומד
להתגלות. בהתמדה, סבלנות ואמונה!

פאזא לנפש

8

לטובת הקשר הזוגי, הכרחי שיהיה לי
זמן עם עצמי להשקטה, להתנתקות,
להתבוננות מתוך שקט פנימי אמיתי.

להשתחרר מכל המחשבות, הלחצים,
הפחדים, ולתת לטוב שבי להציץ מבין
החורכים.



9

לעורר את האהבה



חשוב לשמור על הקשר גם כשלא
נמצאים ביחד. להראות לצד השני
שאני חושב/ת עליו גם כאשר אני
בעולמות אחרים.

חשוב לומר מילה טובה או לתת חיבוק
מידי פעם ולשבור את הקרח שמתחיל
להצטבר על הלב. הדברים הקטנים האלה
משנים עולמות.

אמונה

10

תאמינו באהבה. היא אפשרית ומושגת
רק למי שמאמין בה, למרות ובמיוחד
כשהיא נראית בלתי אפשרית.

האהבה היא הדבר הגבוה והנפלא ביותר
שאדם יכול להשיג בחייו.

שימו לב,

נדרשת מכם מעט מאוד עשייה.
מדובר בעיקר בעשייה פנימית.
זזה בדיוק מה שחסר.
חזרו מידי פעם על 10 ההכוונות,
הפנימו אותם,
וזכו לקשר זוגי משמעותי ופורה.



שתפו את בן/בת הזוג שלכם
בחזון שלכם לקשר הזוגי,
בכוונותיכם ובמאמציכם לממש אותו.
והתענגו על הצלחותיכם.





טיפול, ליווי, הכוונה וסיוע
בחיבור לאמת הפנימית



052-4533800
tchelett.co.il

רוצים לקבל מידע ותכנים נוספים?
לחצו כאן >>>