



ALEKSANDRA
MURPHY

Szkoła Samodyscypliny Miłości

Filozofia Samodyscypliny Miłości

**Wolność, miłość, uczciwość,
odpowiedzialność, mądrość.
Wiara chrześcijańska
i wiedza naukowa.**



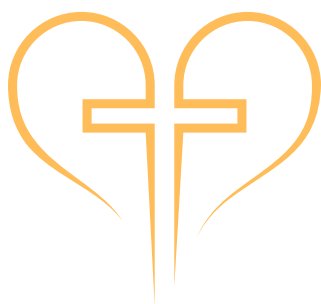


ALEKSANDRA
MURPHY

Szkoła Samodyscypliny Miłości

Filozofia Samodyscypliny Miłości

Wolność, miłość, uczciwość,
odpowiedzialność, mądrość.
Wiara chrześcijańska i wiedza naukowa.



Filozofia Samodyscypliny Miłości

1. Życie człowieka to dar od Boga.

On stworzył mnie na swój obraz i podobieństwo, ale odebrał sobie prawo decydowania o moim życiu. On jest Panem życia, ale nie jest Panem mojej wolności, ona należy tylko do mnie i to ona jest pierwiastkiem tworzącym moje życie każdego dnia. Biorę pełną odpowiedzialność za moje życie.

2. To Bóg stworzył mnie z miłości i dla miłości.

Rodzice tylko przekazali to życie. Człowiek sam nie jest w stanie stworzyć żyjącej komórki, może ją pomnażać, modyfikować i klonować, ale twórcą życia jest Bóg. Moją fundamentalną tożsamością jest bycie Dzieckiem Boga, który mnie kocha.

3. Każdy dostaje od Boga tyle samo: życie, wolność i wartość bezwzględną.

Wszystko inne jest dodatkiem i ode mnie zależy czy wydarzenia mojego życia uczynię motywacją do robienia dobra, czy wymówką do bierności i pomnażania zła. Nie do mnie należy szukanie odpowiedzi na zbyt trudne pytania, "dlaczego stało się to, co się stało?" Do mnie należy akceptacja tego, co się stało i szukanie jak najlepszego sposobu życia z tym co się stało.

4. Życie w pełni to budowanie lepszej przyszłości poprzez wykorzystanie potencjału teraźniejszości. Człowiek potrzebuje wyznaczyć sobie cel i znaleźć powód, który będzie stanowił wewnętrzny napęd do jego realizacji. Tego nikomu nie można narzucić, każdy człowiek musi zrobić to dla siebie sam.

5. Inni ludzie są poza moją kontrolą.

Wszyscy myślimy, mówimy i robimy to co chcemy. Jesteśmy wolni. Ode mnie zależy jedynie postawa względem słów i działań innych ludzi. To ja wybieram nastawienie do cudzych zachowań. Po pierwsze biorę na siebie odpowiedzialność za stawianie granic zła i dbanie o własne światło. Człowiek dorosły świadomie wybiera środowisko, w którym przebywa.

6. Troska o własne ciało jest podstawowym obowiązkiem człowieka

wynikającym z jego godności. Człowiek zaniedbujący naturalne potrzeby ciała wpływa negatywnie na własną duchowość, relacje z innymi ludźmi, pracę i inne aspekty życia. Ludzkie zdrowie opiera się na właściwym odżywianiu, aktywności fizycznej i odpowiedniej ilości snu (trójnóg zdrowia).

7. Wszelkie dobro to powód do wdzięczności.

Za wszelką ludzką życzliwość chcę dziękować i nie doszukiwać się drugiego dna.

8. Szanuję kryzysy.

To w nich, dzięki mojej wolnej woli, w ciszy i ukryciu dokonuję w sobie zmiany na lepsze, która z czasem zaczyna być widoczna dla innych. Sukces tylko manifestuje moją wewnętrzną zmianę, z kolei kryzys ją powoduje i prowokuje.



Filozofia Samodyscypliny Miłości

9. Życie każdego człowieka to unikatowa historia.

Nie warto nikogo kopiować. Nie ma jednej definicji życia i nie jest one z góry ustalone dla nikogo. Bóg daje surowy materiał, z którego człowiek tworzy swoje życie poprzez codzienne, małe wybory akceptując falę nieprzewidywanych wydarzeń i zewnętrznych oddziaływań środowiska w którym żyje.

10. Człowiek znajduje to czego szuka.

Jeżeli szukam problemów, wymówek, zła w sobie, ludziach i świecie to znajdę je z pewnością. Jeżeli szukam rozwiązań, motywacji do działania, dobra w sobie, ludziach i świecie to także znajdę je z pewnością.

11. Życie jest zmienne, składa się z dobrych i złych chwil.

Tak jak po nocy przychodzi dzień a po zimie wiosna, tak w życiu stale przeplatają się ze sobą radość i smutek, poczucia przynależności i osamotnienia, pewności i zwątpienia, żalu i satysfakcji. Warto jak najwcześniej uczyć się akceptacji tej zmienności i przyjmowania bez znieczulenia ciemnej strony życia.

12. Jestem liderem mojego życia albo jego ofiarą, bez względu na to co się w nim wydarzyło. To ja wybieram czy życie dzieje się dla mnie, czy przeciwko mnie. Każdy człowiek wybiera swój trud.

Mogę wybrać trud budowy życia opartego o moje wartości albo trud znoszenia życia, którego nie chcę. Człowiek może tworzyć swoją przyszłość poprzez świadome i konsekwentne wybory albo odtwarzać przeszłość poprzez automatyczne odtwarzanie wyuczonych schematów.

13. Wysiłek i odpoczynek muszą iść w parze, ale ich proporcje mogą być różne dla różnych ludzi, w różnych okresach życia. Nie warto tworzyć sztywnych ram i porównywać swój stosunek pracy do odpoczynku do innych ludzi. Warto oceniać ten stosunek indywidualnie.

14. Sukces niczego mi nie dodaje, a porażka niczego nie odejmuje.

Moja wartość jest stała, bezwzględna i bezcenna, nadana przez Boga, a nie przez człowieka, ilość pieniędzy, osiągnięcia rodzaj samochodu, rozmiar, wakacje, tytuły itd.

15. Dziecko nie ma wyboru - dorosły ma.

Dojrzałość i dorosłość jest braniem maksymalnej odpowiedzialności na siebie. Tym bardziej jestem dojrzałym człowiekiem, im mniej zrzucam winę na okoliczności i innych ludzi a bardziej skupiam się na wyborze swojej postawy i reakcji względem tego co jest.

16. Szczęście to bycie skupionym na dobru, bez względu na panoszące się zło. Szczęście to skutek uboczny życia z sensem, bycia oddanym ważnej sprawie i ludziom..



Filozofia Samodyscypliny Miłości

1. Życie człowieka to dar od Boga
2. To Bóg stworzył mnie z miłości i dla miłości
3. Każdy dostaje od Boga tyle samo: życie, wolność i wartość bezwzględną
4. Życie w pełni to budowanie lepszej przyszłości poprzez wykorzystanie potencjału teraźniejszości
5. Inni ludzie są poza moją kontrolą
6. Troska o własne ciało jest podstawowym obowiązkiem człowieka
7. Wszelkie dobro to powód do wdzięczności
8. Szanuję kryzysy
9. Życie każdego człowieka to unikatowa historia
10. Człowiek znajduje to czego szuka
11. Życie jest zmienne, składa się z dobrych i złych chwil
12. Jestem liderem mojego życia albo jego ofiarą
13. Wysiłek i odpoczynek muszą iść w parze
14. Sukces niczego mi nie dodaje a porażka niczego nie odejmuje
15. Dziecko nie ma wyboru - dorosły ma
16. Szczęście to bycie skupionym na dobru

