

## ЯЗЫК «НОВОГО ОБРАМЛЕНИЯ»

Нижеследующие фразы помогут вам составить **утверждение «нового обрамления»**, в котором, также, возможно, будут подробности, специфические для Вашей ситуации, например, какие уроки для Вас были заключены в ситуации, и др.

**Примечание:** в некоторых случаях номер фразы соответствует номеру аналогичного утверждения в Анкете Радикального Прощения

1. Даже если я могу не понимать всех причин, я сейчас признаю, что моя Душа создала эту ситуацию для моего духовного роста.
2. ... и, в этом смысле, я получил в точности то, чего желал на подсознательном уровне от \_\_\_\_\_ [Анкета РП, №12].
3. Я готов принять возможность того, что на духовном плане я сам попросил \_\_\_\_\_, чтобы он дал мне этот опыт для того, чтобы я прочувствовал разделение. [Анкета РП, №8]
4. Я сейчас способен осознать, что эта ситуация дала мне возможность исцелить моё ошибочное восприятие, что я одинок и нелюбим.
5. Я сейчас, таким образом, желаю и готов отменить свой контракт с \_\_\_\_\_ и отпустить подсознательную привычку считать себя жертвой.
6. Я сейчас готов отпустить своё желание оценивать ситуацию как правильную или неправильную, хорошую или плохую. Даже если я не могу объяснить, как и почему, я просто готов принять, что эта ситуация совершенна в таком виде, как она есть. [Анкета РП, №13].
7. Я сейчас готов открыться к идее, что \_\_\_\_\_ помогает мне соединиться с моей истинной природой, которая есть Любовь, и получить доступ к моей внутренней силе.
8. Я сейчас осознаю, что, прощая \_\_\_\_\_, я одновременно простил и себя.
9. Я сейчас способен освободиться от привычки обвинять и от желания быть правым, и я **ГОТОВ** увидеть совершенство в ситуации в том виде, как она есть. [Анкета РП, №13].
10. Я сейчас осознаю, что \_\_\_\_\_ играл(-а) в этой ситуации роль для меня, и что мы оба играли свои роли согласно контракту, заключённому нами до воплощения. Таким образом, всё совершенно и не требует прощения.
11. Я отпускаю своё желание возложить на \_\_\_\_\_ ответственность за мои несчастья.
12. Я признаю, что лишая \_\_\_\_\_ любви своим осуждением, я также лишал любви себя, и теперь, позволяя \_\_\_\_\_ быть таким, как его создал Бог, я отпускаю свои ожидания и желания, чтобы он стал другим, чем он есть. [Анкета РП, №5].
13. Вместо того, чтобы жить в сознании жертвы с вопросом «**За что?**», я теперь выбираю жизнь с вопросом «**Для чего?**» или «**Какой дар** несёт мне в жизни общение с \_\_\_\_\_?»