

A CULPA

A culpa é uma energia destrutiva vinculada ao passado e vivida pelo estado criança. Somente no estado criança a pessoa se vitimiza na culpa, se autoexclui, tem vergonha, se boicota, pensa não ser merecedora, se esconde nos e dos relacionamentos em geral.

O adulto que vive no Presente não sente culpa. Ele pode olhar para a culpa infantil que amedronta o estado criança, reconhecer, acolher, aceitar, integrando tudo com Amor no seu coração. O adulto quando causa mal a alguém pode assumir o dano e repará-lo.

Assim, a culpa se desfaz e se transforma em uma Força Consciente, uma Força Criativa. As frases que liberam a culpa:

"Eu sou como sou"!

"Eu me permito ser quem eu sou".

Este é um exercício eficaz, que acolhe a criança em nós com amor, transformando a culpa, nos trazendo a ao estado adulto pleno, presente no supremo momento! A plena Aceitação de ser como é, de sua história, honrando a seus ancestrais, com a Gratidão a tudo como foi, dá Força ao Presente transformando o que antes era culpa em Força Criativa.

Brigitte Champetier de Ribes



MARCELLA SANTOS

Mineira, acolhida por São Paulo e apaixonada por comportamento humano e estratégias. Administradora de empresas, professora, meta-coach, consultora sistêmica, consteladora e mediadora de conflitos. Desenvolvedora da Gestão da Advocacia Sistêmica.

