

Krok 5

Rozlišení mezi touhou ega a duše

Vezměte si zápisník.

Vytvořte dva sloupce: „**Hlas duše**“ a „**Hlas ega**“

Podívejte se na zápis své hluboké touhy z **3. kroku** (těch přání je pravděpodobně více) a projděte je všechny, jedno po druhém, skrze tyto filtry:

Hlas duše se pozná podle toho, že:

- Je motivován láskou, radostí a naplněním
- Soustředí se na proces a zkušenost
- Je jedinečný, nesrovnává se
- Je trpělivý a důvěřuje v dokonalé načasování
- Ptá se: „*Jak tohle pomůže k duchovnímu růstu mně osobně i ostatním?*“
- Vytváří pocit klidu, lehkosti a expanze

Hlas ega se pozná podle toho, že:

- Je motivován strachem, nedostatkem nebo potřebou dokázat svou hodnotu
- Soustředí se na výsledek a vnější uznání
- Často obsahuje srovnávání s ostatními
- Je netrpělivý a chce okamžité výsledky
- Ptá se: „*Co z toho budu mít?*“
- Vytváří pocit napětí nebo úzkosti

Jakmile poznáte, který záměr pochází spíše z ega nebo z duše, napište jej do jednotlivého sloupce.

U aspektů ega se zeptejte:

„*Jaká potřeba za tím stojí?*“

„*Jak by mohla moje duše naplnit tuto potřebu?*“

A to ještě pořád není všechno.

V následujícím kroku svoje zapsané záměry prověříte vlastní **moudrostí těla**.