Чек-лист "16 признаков кармических отношений"

Пройдя этот чек-лист вы будете точно понимать не застряли ли вы в кармических отношениях.

- [ ] 1. Вы слишком закрыты от своего партнера.

  Иногда ваши переживания и разногласия являются следствием вашего бездействия. Обычно это происходит потому, что пара в кармических отношениях скрывает свои чувства или неправильно выражает их.

- [ ] 2. Вы постоянно боретесь с одними и теми же проблемами.

  В кармических отношениях вы будете снова и снова спорить об одних и тех же вещах, потому что вы не решаете ни одну из них по мере их возникновения. Они продолжают кружиться и всплывать снова и снова. Со временем вам может даже показаться, что это норма, однако здоровые отношения так не работают.

- [ ] 3. У вас много нерешенных проблем.

  Распространенный враг любых отношений — куча нерешенных вопросов. Когда проблема в отношениях остается нерешенной достаточно долго, она начинает порождать и разжигать обиду и горечь. Это общий признак большинства кармических отношений.

- [ ] 4. Вы не чувствуете себя в безопасности в этих отношениях.

  Люди, состоящие в кармических отношениях, постоянно сталкиваются с различными разрывами и потрясениями. Если вы склонны к быстрым разрывам отношений или часто бываете близки к этому, то пришло время кое-что пересмотреть в своем поведении и внести изменения.

- [ ] 5. Эмоциональная разобщенность.

  Эмоциональная дистанция может возникнуть после того, как однажды при общении произошел сильный разлад, и теперь вы не видите смысла и глубины в ваших разговорах. Вы перестаете делиться эмоциями и важными событиями своего дня. Кроме

того, партнерам просто неинтересно, как идут дела друг у друга.

- [ ] 6. Психологические угрозы.

Угроза расстаться с вами, некорректное поведение или даже более экстремальные угрозы — это еще один способ, который используют кармические партнеры, чтобы манипулировать вами. Скорее всего, они не будут реализовывать свои угрозы, однако, могут заставить вас поверить в них.

- [ ] 7. Ваши отношения то возносят вас на пик блаженства, то опускают на самое дно.

Счастливые моменты у вашей пары настолько хороши, что ничто иное в мире не имеет значения. И, естественно, когда вы пытаетесь разорвать отношения или находитесь в состоянии войны с партнером, то один из вас или оба неизбежно испытают отвратительное чувство краха.

- [ ] 8. Партнер не уважает вашу потребность побыть в одиночестве.

Это еще один способ вашего кармического партнера заставить вас почувствовать, что вы недостаточно его/ее любите. Это происходит, когда вы не можете уделить партнеру столько времени, сколько он требует.

- [ ] 9. Регулярные разногласия и споры.

Каждые здоровые отношения иногда подвергаются проверке спорами и конфликтами, однако в кармических отношениях эти схватки происходят очень часто, даже по незначительным поводам.

- [ ] 10. Вы чувствуете себя эмоционально истощенным.

Здоровое партнерство должно обеспечивать вам чувство защищенности, безопасности, эмоциональной удовлетворенности и счастья. Любые пары могут испытывать грусть и переживать конфликты, но в здоровых отношениях эти неприятные моменты случаются редко.

- [ ] 11. Вы слишком зависимы от своего партнера.

Вы думаете, что вам нужны эти кармические отношения, потому что чувствуете, что от них зависит ваше счастье. В действительности вы зависите от своего партнера или он от вас, поэтому продолжаете возвращаться в эти отношения снова и снова.

- [ ] 12. Постоянная критика.

Если критика постоянна и касается даже мелочей, которые вы не просили оценивать, то, возможно, дело зашло слишком далеко. Кармические партнеры используют критику,

чтобы дать вам понять, что именно им не нравится, чтобы заставить вас измениться.

- [ ] 13. Отношения развиваются скорее шероховато, чем гладко.

  если вы постоянно выясняете отношения, вместо того, чтобы обсуждать ваши планы и интересы, если драма и конфликт происходят почти каждый раз, когда вы вместе — есть большая вероятность того, что ваши отношения кармические.

- [ ] 14. У ваших отношений нет долгосрочных целей.

  Отсутствие долгосрочной цели — еще один признак того, что ваши отношения кармические. Спросите себя, есть ли у вас общая реальная цель, или вы находитесь в этих отношениях ради того, чтобы просто быть в них.

- [ ] 15. Партнер регулярно указывает на ваши недостатки.

  Ничего не останется незамеченным вашим кармическим партнером, вам не сделают скидок и поблажек, когда вопрос коснется ваших недостатков. В результате вы чувствуете себя непривлекательным и нелюбимым.

- [ ] 16. Партнер постоянно игнорирует ваши просьбы.

  Вы устали и попросили его уложить детей спать сегодня вечером? Этого не произойдет — у него другие планы. Ваши просьбы и границы соблюдаются редко.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?