

# ASC HLUBOKÉ OTÁZKY

## ASC BERAN

---

Soubor otázek není test ani úkol. Je to vnitřní mapa, která ti pomůže uvidět, jak tvůj ASC skutečně žije v těle, v emocích, v reakcích a v každodenních situacích.

ASC není teorie. Je to instinktivní způsob, jakým tvoje duše vstoupila do těla a tyto otázky ti umožní dotknout se toho místa zevnitř.

Neexistují správné ani špatné odpovědi. Existují jen pravdivé a nepravdivé. A pravda se většinou nepozná rozumem, ale tělem.

### **Jak s otázkami pracovat**

- Čti pomalu.
- Neodpovídej hlavou, ale tělem.
- Všiměj si, kde se objeví napětí, odpor, emoce, úleva nebo ticho.
- Piš tak, jak to přichází, bez autocenzury, bez snahy být „duchovní“ nebo „správná“.

1

### **Jak poznáš, že jsi u jádra**

- Tělo reaguje (teplo, sevření, dech, mravenčení).
- Objeví se emoce (slzy, vztek, smutek, radost).
- Cítíš odpor („tohle nechci řešit“).
- Odpověď nejde napsat.
- Nebo naopak přijde okamžitě a jasně.

To jsou všechno signály, že se dotýkáš živé energie svého ASC.

### **Jak odpovědi „vyhodnotit“**

Nejde o analýzu. Jde o vnímání toho, co se v tobě děje.

### **Můžeš si položit tyto metaprostorové otázky:**

- Co se v mých odpovědích opakuje?
- Kde je největší bolest nebo odpor?
- Kde je největší touha?
- Kde je největší pravda?
- Co mě překvapilo?
- Co jsem nečekala?
- Co jsem si nechtěla přiznat?

Tohle je tvoje osobní mapa ASC, mnohem přesnější než jakýkoli popis znamení.

### **Jak s odpověďmi pracovat dál**

- Vypiš si 1–3 věty, které vystihují tvůj ASC.
- Vrať se k nim po týdnu nebo po měsíci.
- Sleduj, co se změnilo.
- Použij je jako základ pro meditaci, rituál nebo další práci v kurzu.

ASC je živá energie. A ty ji teď začneš vidět, cítit a žít vědomě.

## HLUBOKÉ A STINNÉ OTÁZKY V BRÁNĚ ASC

*Kde ve svém životě cítím impuls „jít první“, i když se bojím?*

--

*Jak vypadá energie mého prvního kroku, když ji nebrzdím?*

--

*Co se ve mně děje těsně před tím, než se rozhodnu jednat?*

--

*Kde potlačuji svou odvahu, protože nechci působit „příliš“?*

--

*Jak pracuji s hněvem? Vede mě, nebo ho zamykám?*

--

*Kde se bojím být viděna jako ta, která otevírá cestu?*

--

*Jaké situace ve mně probouzejí bojovnost, a co mi tím ukazují?*

*Kde se učím říkat ANO životu bez přemýšlení?*

*Co se stane, když si dovolím být impulzivní?*

*Jaký vztah mám k riziku a co mi brání ho přijmout?*

*Kde v sobě cítím vztek, který jsem se naučila skrývat?*

*Jaké části sebe odmítám, protože jsou „příliš hlasité“?*

*Kde se bojím své vlastní síly?*

*Jaké situace ve mně probouzejí touhu bojovat a co tím chráním?*

*Kde jsem se vzdala vedení, i když jsem měla jít první?*

*Jaký vztah mám k selhání, je to pro mě konec, nebo začátek?*

*Kde se učím jednat bez potřeby souhlasu?*

*Co se stane, když si dovolím být nekompromisní?*

*Kde mě moje odvaha děsí víc než moje slabost?*

*Jaký příběh o své síle stále opakuji a komu patří?*

## HLUBOKÉ OTÁZKY K DARŮM ASC

*Kde ve svém těle cítím jiskru, která mě vede vpřed, ještě než to stihnu pochopit?*

*Jak se můj dar odvahy projevuje, když ho nebrzdím očekáváním druhých?*

*Kde už dnes přirozeně otevírám cestu, a nevšimla jsem si toho?*

*Co se ve mně probouzí, když dovolím své síle být viděná?*

*Jaký vztah mám k energii „začít“ a co mi brání začínat častěji?*

*Jak mohu dnes žít svůj dar průkopníka bez boje, jen čistou přítomností?*

## DALŠÍ POZNÁMKY

---

