

# ASC HLUBOKÉ OTÁZKY

## ASC KOZOROH

---

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.
- Všímej 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

*Jak se moje identita probouzí skrze zodpovědnost?*

--

*Kde cítím tlak na výkon, a proč?*

--

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

--

*Jaký vztah mám ke své vnitřní autoritě?*

--

*Kde se učím stát pevně, i když je to těžké?*

--

*Co ve mně probouzí ambice?*

--

*Kde se bojím selhání?*

*Jak pracuji s disciplínou, je to trest, nebo dar?*

*Co se stane, když si dovolím odpočívat?*

*Kde se učím být sama sobě oporou?*

*Kde cítím tlak být silná, a proč?*

*Jaký vztah mám ke své vnitřní autoritě?*

*Kde se bojím selhání?*

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

*Jak pracuji s ambicí, je moje, nebo převzatá?*

*Kde se učím stát pevně, i když je to těžké?*

*Jaké části sebe skrývám, protože nejsou „dost profesionální“?*

*Kde se bojím pustit kontrolu nad výsledkem?*

*Co ve mně probouzí touhu po struktuře?*

*Kde se učím být oporou sama sobě?*

## HLUBOKÉ OTÁZKY K DARŮM ASC

*Kde ve svém těle cítím pevnost, která mě drží i v chaosu?*

--

*Jak se můj dar zralosti projevuje, když se nesnažím být dokonalá?*

--

*Kde přirozeně držím prostor pro druhé?*

--

*Jaký vztah mám k odpovědnosti, která je lehká, ne těžká?*

--

*Co se stane, když dovolím své síle být jemná?*

--

*Jak mohu dnes žít svůj dar struktury bez tlaku?*

--

## DALŠÍ POZNÁMKY

---

