

# VIP ASC HLUBOKÉ OTÁZKY

## ASC LEV

---

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

*Kde v sobě cítím touhu zazářit, a kde ji potlačuji?*

--

*Co se ve mně děje, když jsem středem pozornosti?*

--

*Jaký vztah mám ke své tvořivosti?*

--

*Kde se bojím ukázat svou sílu?*

--

*Co mě nutí skrývat svou radost?*

--

*Jak pracuji s kritikou, zraňuje mě, nebo mě učí?*

--

*Kde se učím být autentická, i když to není pohodlné?*

--

*Jaké části sebe chci ukázat světu, a proč?*

--

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

--

*Kde se učím zářit bez očekávání potlesku?*

--

*Kde se bojím své vlastní záře?*

--

*Jaký vztah mám k uznání, potřebuju ho, nebo se mu bráním?*

--

*Kde skrývám svou tvořivost, protože se bojím soudu?*

--

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

*Jak pracuji s pocitem, že nejsem dost?*

*Kde se učím zářit bez očekávání potlesku?*

*Jaké části sebe jsem zmenšila, aby se druzí cítili pohodlně?*

*Kde se bojím být autentická, protože by to změnilo vztahy?*

*Co ve mně probouzí žárlivost, a co tím zrcadlí?*

*Kde se učím stát ve své síle bez dramatu?*

## HLUBOKÉ OTÁZKY K DARŮM ASC

*Kde ve svém těle cítím teplo, které chce být sdílené?*

--

*Jak se můj dar záře projevuje, když se nesnažím být „dost dobrá“?*

--

*Kde přirozeně inspiroji druhé, a proč to zlehčuji?*

--

*Jaký vztah mám ke své tvořivosti, když ji nikdo nehodnotí?*

--

*Co se stane, když dovolím své radosti být směrem?*

--

*Jak mohu dnes žít svůj dar světla bez očekávání potlesku?*

--

## DALŠÍ POZNÁMKY

---

