MŮJ VLÁDCE HLUBOKÉ OTÁZKY

MARS

Soubor otázek není test ani úkol. Je to vnitřní mapa. Příběh vládce je archetypální esence a sebokoučovací otázky jsou zrcadla, která ukazují, zda esenci vládce skutečně žiješ.

Příběh vládce probouzí energii v těle, když člověk slyší svůj příběh, cítí se v něm, poznává se, probouzí se mu tělesná paměť a něco šeptá „ano, tohle jsem já."

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".

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 vládce.

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 propojení s vládcem ASC.

Jak s odpověďmi pracovat dál

- Vypiš si 1–3 věty, které vystihují tvého vládce.
- 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.

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

Žiju svou sílu akce?

Kdy naposledy jsem udělala krok, který jsem cítila jako pravdu v těle.

Kde se bojím své síly, protože by mohla něco změnit.

Kde čekám, i když už dávno vím, co chci.

Kde se bojím být přímá, protože by to bylo „moc“.

Kde se vyhýbám konfliktu, i když je to hranice.

Kde bojuju, protože neumím odejít.

Kde se vyhýbám akci, protože se bojím selhání.

Co ve mně ví, že je čas jednat a co mě drží zpátky.

DALŠÍ POZNÁMKY