

BLUEPRINT HUMAN DESIGN

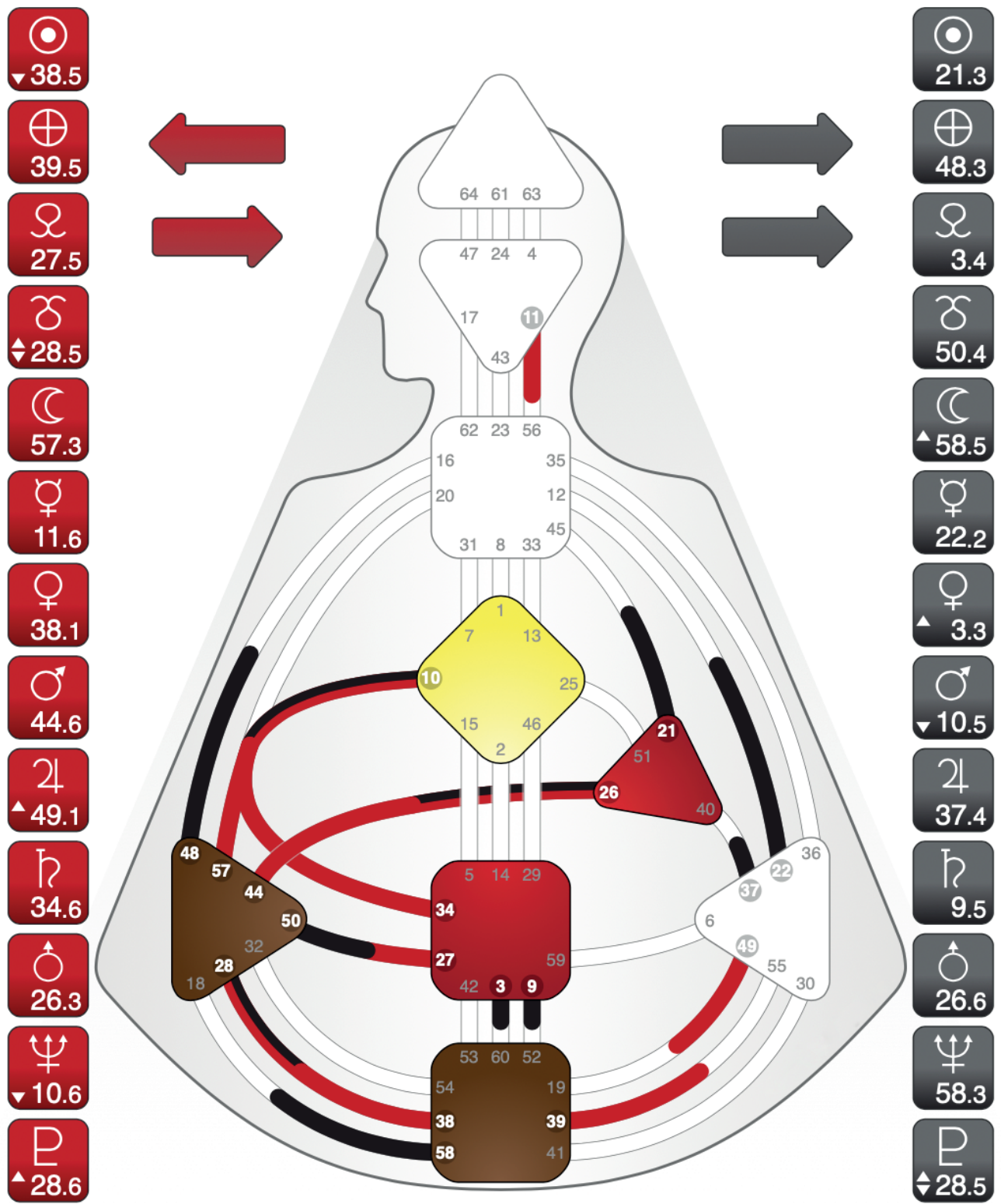
# DOMINIKA NAZIĘBŁY

STWORZONY 1 KWIETNIA 1986 O 14:25, ŻYRARDÓW

ALEXANDRACZERWINSKA.PL

# JESTEM.

BY BYĆ POTĘŻNYM KREATOREM I SIŁĄ SPRAWCZĄ,  
PRIORETYZOWAĆ SWOJĄ EKSCYTACJĘ I RADOŚĆ, BYĆ  
MAGNETYCZNA I CZEKAĆ, AŻ RZECZY PRZYJDĄ DO MNIE, UFAĆ  
SWOIM ODPOWIEDZIOM Z CIAŁA PRZY WYBORZE DECYZJI,  
PRZETWARZAĆ INFORMACJE NIEZALEŻNIE, CZERPAĆ INSPIRACJĘ Z  
OTACZAJĄCEGO ŚWIATA, PATRZEĆ NA ŚWIAT Z RÓŻNYCH  
PERSPEKTYW, MÓWIĆ RÓŻNYMI GŁOSAMI, MIEĆ SILNE POCZUCIE  
AUTENTYCZNEJ SIEBIE, OSIĄGAĆ WIELE W KRÓTKIM CZASIE,  
ROZTACZAĆ WOKÓŁ MOC I SIŁĘ ŻYCIOWĄ, MIEĆ SILNĄ I  
WIARYGODNĄ INTUICJĘ, BYĆ WRAŻLIWA NA EMOCJE INNYCH  
LUDZI, KROCZYĆ PRZED SIEBIE DZIĘKI ZDROWEJ STYMULACJI,  
OSIĄGAĆ PERFEKCJĘ POPRZECZ TESTOWANIE I SPRAWDZANIE CO  
DZIAŁA, POMAGAĆ INNYM I BYĆ POTĘŻNĄ SIŁĄ ZMIAN, WYRAŻAĆ  
SIEBIE W SPOSÓB AUTENTYCZNY I EKSPLOWAĆ ŻYCIE,  
DOSKONALIĆ I WZMACNIAĆ SIEBIE W KAŻDYCH WARUNKACH,  
BYĆ PRZYKŁADEM MOCY PRZETRWANIA DRZEMIĄCEJ W  
CZŁOWIEKU, WYTRWALE WALCZYĆ O RZECZY, KTÓRE MAJĄ  
ZNACZENIE, BYĆ KREATYWNYM I SKUTECZNYM PRZEKAŹNIKIE ,  
CZERPAĆ SATYSFAKCJĘ ZE WSZYSTKIEGO, CO ROBIĘ, GDY JESTEM  
WYRÓWNANA W SOBIE



TYP PROWADZENIA

# JAK JESTEŚ ZAPROJEKTOWANA DO DZIAŁANIA

Twój Typ jest jednym z najważniejszych elementów i punktem wyjścia w Human Design. Każdy z nas jest zaprojektowany, by działać inaczej, z różnymi umiejętnościami i sposobami lokowania energii. Kiedy wyrównujesz się do swojego uniklanego trybu, zamiast robić rzeczy tak, w jaki świat mówi Ci, że powinnaś lub musisz robić, Twoje działania stają się łatwiejsze, przyjemniejsze i bardziej efektywne. W końcu zaczynasz robić to w zgodzie z tym, jak zostałeś zaprojektowany do wchodzenia w interakcję ze światem.

# GENERATOR

## *Potężny kreator*

Masz w sobie wielką wytrwałość i moc, która jest w stanie sprawić, że rzeczy się 'stają'. Jesteś siłą życiową i sprawcą, by tworzyć wielkie rzeczy, poprzez swoją kreatywną pracę, która daje Ci radość i satysfakcję. Potrafisz wznosić innych tylko poprzez swoją obecność, rozpalając się robieniem tego, co kochasz.

Twoja wytężona praca i zaangażowanie to Twój sposób na spełnienie i poznanie siebie. Ale nie jesteś tu po to, by być robotnikiem i wykonywać niewolniczą pracę, by zdobyć potrzebne zasoby. Musisz nauczyć się szanować siebie i zrozumieć, że te pokłady energii w Tobie są wyjątkowe i muszą być skierowane w odpowiednie kierunki. Mówienie wszystkiemu 'TAK' nie jest dobrą strategią. Czas postawić na siebie i swoje pragnienia, które są Twoim najważniejszym przewodnikiem w życiu.

## JESTEŚ KREATOREM ENERGII

Jak sama nazwa mówi, jesteś tutaj, by generować energię życiową. Gdy robisz rzeczy, które Cię rozświetlają, dają Ci radość i przyjemność, Twoja energia wznosi wszystko wokół Ciebie. To Ty napędzasz życie na tej planecie. Kiedy pełnia życia i radość rozkwita w Tobie, wszystko wokół Ciebie też zaczyna kwitnąć. Ludzie chcą być w Twoim otoczeniu, bo czują tę iskrzącą się energię, nawet jeśli nie potrafią tego wyjaśnić. Ludzie stają się bardziej energiczni, zaangażowani i produktywni. Kiedy wybierasz kierunki i działania, które są Ci rozpalają, możesz iść niesturdzenie przed siebie, bez uczucia zmęczenia, ponieważ stale generujesz energię, która Cię napędza. Dlatego kiedy robisz to, co kochasz, wszyscy wygrywają.

## EKSCYTACJA TO DOBRY ZNAK

Jeśli chcesz żyć zgodnie ze sobą, rób więcej rzeczy, które naprawdę Cię ekscytują. Nie ważne co robisz, jeśli nawet w najmniejszych rzeczach odnajdujesz radość, przekazujesz światu wielką wartość i napędzasz go siłą życiową. Rzeczy, które Cię rozpalają nie są przypadkowe. Ekscytacja jest dla Ciebie znakiem, że to jest właśnie coś, w co powinnaś inwestować siebie i swoją energię. I razem z ekscytacją przychodzi jeszcze więcej energii. Kiedy jednak robisz coś, co nie daje Ci radości, szybko poczujesz się zmęczona lub wyczerpana. W ten sposób dostajesz jasny znak, że to nie jest w coś, w co powinnaś się angażować. Największą pułapką jest stymulowanie się pochwałami

innych i uważanie tego za właściwy sygnał odnośnie kierunku. Poklepanie po plecach, wynagrodzenie czy premia mogą sprawić, że poczujesz się w jakiś sposób lepiej. Ale to nie jest Twoja droga. Gdy nie jesteś podekscytowana tym, co robisz, nie tworzysz potężnej energii, która jest wsparciem dla Ciebie, ale także dla innych.

## MÓWIENIE NIE, DAJE MIEJSCE NA WŁACIWE TAK

Mówienie 'nie' jest ukłonem w stronę Ciebie i wszystkich zaangażowanych. Dzięki temu, Ty robisz sobie miejsce na przyjście właściwych rzeczy, a jednocześnie wskazujesz innym właściwy kierunek. Ludzie czasem mogą nie być świadomi, że swoją odmową robisz im przysługę. Ty sama też nie wiesz, w jaki sposób pomagasz im w danej sytuacji. Może znajdą inną osobę, może zmienią sposób działania, może odkryją, że wzywa ich coś innego. Twoje podekscytowanie lub jego brak jest wystarczającą wskazówką, by wiedzieć gdzie się angażować. To Twoja radość i satysfakcja ma być na pierwszym miejscu. Musisz nauczyć się mówić 'nie', by robić miejsce na mówienie 'tak'. Kiedy odmawiasz komuś lub czemuś, co nie jest dla Ciebie konieczne lub właściwe, robisz przestrzeń na rzeczy, które są do Ciebie dopasowane. Przestrzeń zawsze jest sygnałem gotowości na przyjęcie czegoś nowego. Jeśli mówisz wszystkiemu 'tak', nie ma miejsca na rzeczy, których naprawdę pragniesz.

## URUCHOM ŁAŃCUCH MOŻLIWOŚCI

Kiedy inwestujesz siebie w coś, co Cię ekscytuje, aktywujesz proces, dzięki któremu będziesz przyciągać do siebie coraz więcej dopasowanych do siebie rzeczy. Twoja energia wzrasta, jest odczuwalna przez innych i uruchamia się łańcuch możliwości i synchronizacji. Ludzie chcą przebywać w Twoim towarzystwie, pracować z Tobą czy kupować to, co oferujesz. Nie musisz zastanawiać się i planować, co zamierzasz robić. Gdy zaczniesz priorytetyzować swoją radość i satysfakcję, Twoja droga zacznie się naturalnie układać. Ekscytacja zawsze dotyczy drogi, a nie celu. Dlatego skupiaj się na tu i teraz, a nie odkładaj swojego szczęścia na później, warunkując je od zaliczonych stacji i punktów w przyszłości. Skupianie się na rezultacie nie jest Twoim zadaniem. Jeśli angażujesz się w rzeczy, które prawdziwie Cię ekscytują, będziesz mogła cieszyć się drogą, a wynik sam Cię zaskoczy. W ten sposób pozwalasz sobie na doświadczanie pełni życia i zaskakiwanie się tym, gdzie prowadzi Cię Twoja ścieżka.

### **RÓB TYLKO TO, CO NAPRAWDĘ CHCESZ**

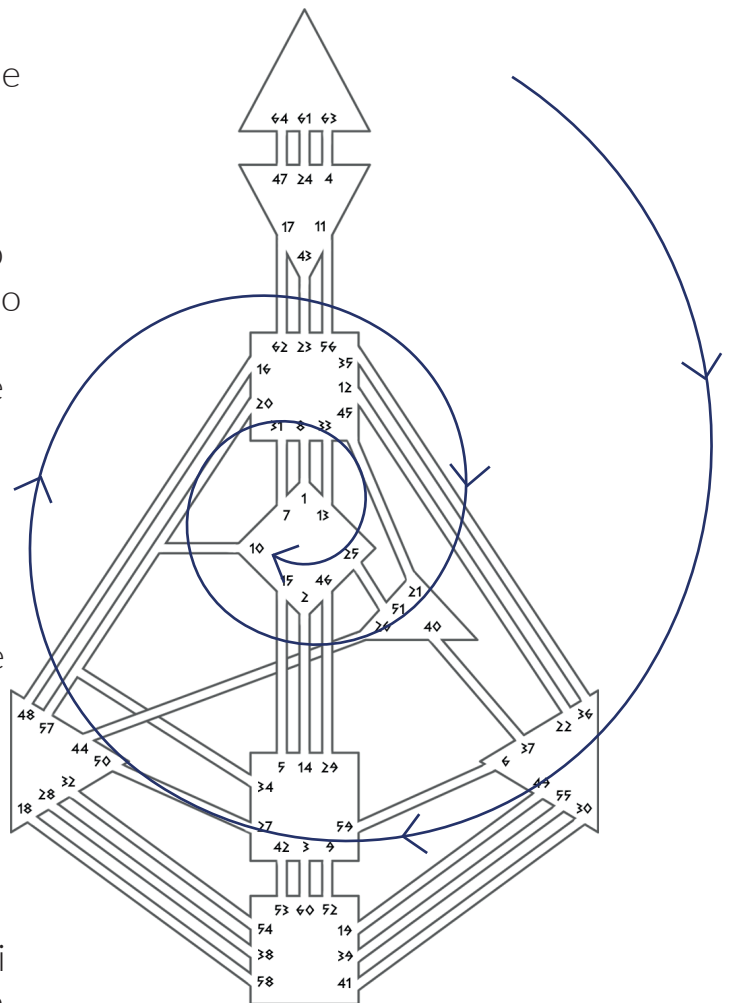
Jesteś tu po to, by robić to, co kochasz i co daje Ci głęboką satysfakcję. Inwestować swoją cenną energię w karierę, która sprawia, że każdego dnia wstajesz pełna zapału i kładziesz się spać w całkowitym spełnieniu. Wchodzić w relacje, które Cię rozświetlają i wznoszą, projekty, które Cię ekscytują i powodują, że Twój poziom energii wzrasta. Działanie jest tym, do czego jesteś stworzona. Ale nie chodzi o robienie, byle robić, ale o postawienie na pierwszym miejscu swojej własnej radości i satysfakcji. Twoje pragnienia nie są przypadkowe. To one są w stanie zaprowadzić Cię do wymarzonego życia, nawet jeśli nie wiesz, czym ono jest. Musisz zaufać, że Twoje ciało dobrze wie, jak Cię uszczęśliwić.

## AURA PRZYCIĄGAJĄCA I OTACZAJĄCA

Aura jest pełną ekspresją Ciebie i agentem, który zarządza Twoją komunikacją na poziomie niewerbalnym. To poprzez nią łączysz się ze swoim otoczeniem, emanując swoją energią oraz chłonąc jakości innych.

Twoja aura działa magnetycznie na Twoje otoczenie. Przyciąga do Ciebie wszystko, żebyś Ty mogła odpowiedzieć, zgodnie ze swoją Strategią. Twoja aura naturalnie prowokuje innych, by zwrócili się do Ciebie z pytaniem. Nie musisz nikogo informować o swojej Strategii, bo Twoja aura komunikuje się za Ciebie na poziomie subtelny. Wystarczy, że porzucisz kontrolę z poziomu głowy i będziesz uważna na to, co pojawia się w Twoim otoczeniu. Nie musisz nic do siebie przyciągać, bo wszystko, co dla Ciebie właściwe jest naturalnie przyciągane do Ciebie.

Twoja aura sprawia, że ludzie w Twoim otoczeniu czują się dobrze. Stają się otoczeni ciepłem i odczuwają w sobie przyływ energii życiowej. W Twoim towarzystwie są jak niesieni na fali i dostrzegają, że mogą więcej. Twoja aura tworzy wokół Ciebie pole 'dostępności' do Twojej energii twórczej, o uwolnienie i zaangażowanie której trzeba skierować zapytanie.





## JAK WYGLĄDA TWOJE DZIAŁANIE W ZGODZIE ZE SOBĄ?

Jesteś stworzona do pracy, ale takiej, którą kochasz i która daje Ci przyjemność, do momentu wykorzystania całego zasobu dziennej dawki energii. Tak, żebyś nawet po ciężkim dniu pracy, kładła się do łóżka w pełnej satysfakcji i spełnieniu.

Jesteś zaprojektowana, by codziennie wstać z pełnym bakiem paliwa do działania. Twoim zadaniem jest wykorzystać tę energię w sposób efektywny, to znaczy lokować ją w rzeczy, które dają Ci radość i satysfakcję, żebyś wieczorem zasypiała bez problemu, zmęczona, ale z uśmiechem na twarzy i uczuciem dobrze wykonanej roboty. Jeśli inwestujesz ją codziennie we właściwe rzeczy, Twoja bateria ładuje się w ciągu nocy i utrzymuje Twoją naturalną kondycję.

Twoim niezwykłym darem jest wytrwałość. Gdy wejdiesz we właściwe zaangażowanie, potrafisz pracować z zapałem i zacięciem, zaliczając kolejne etapy i konsekwentnie ciągnąć temat do końca. Tak naprawdę nie myślisz o celu, bo cieszysz się samą podróżą.

Poprzez swoją wytrwałą pracę, w obszarze, który kochasz, jesteś w stanie osiągnąć mistrzostwo. Cierpliwe zaliczanie kolejnych poziomów, w końcu doprowadza Cię do opanowania rzeczy do perfekcji. To wymaga czasu, ale gdy robisz to, co Cię ekscytuje, wszystko przychodzi naturalnie, a Ty nie czujesz w sobie presji, by być najlepszą. Cieszysz się z samego procesu działania.

Twoje generowanie jest drogą do osiągnięcia mistrzostwa, która jest powolnym, ale dokładnym procesem krok po kroku. Każdy z tych kroków ma swoje ramy czasowe, własne parametry i każdy z nich zabiera Cię do miejsca, w którym mówisz: „Stoję i nie wiem, co dalej.” To sygnał, że czekasz na kolejną odpowiedź, by przejść na kolejny poziom. Bądź cierpliwa i otwarta na nadejście kolejnej wskazówki, jak działać.

Dla niektórych Twój proces może wydawać się powolny, ale Ty wiesz, że na wszystko potrzeba czasu. Wolisz zrobić rzeczy raz, a dobrze, by później nie musieć nic poprawiać. Twoja dokładność się opłaca i pozwala Ci budować solidne fundamenty, które pozwalają piąć się coraz wyżej.

Kiedy robisz to, co kochasz, tworzysz energię, która wzmacnia ludzi wokół i naturalnie przyciąga ich do Ciebie. Im bardziej jesteś usatysfakcjonowana ze swojej pracy i relacji, tym więcej pozytywnej energii rozściasz wokół siebie i tym większy masz wpływ na innych. Potrafisz wzmacniać efektywność pracy innych ludzi poprzez swoją siłę życiową, która rozpala się, gdy robisz to, co daje Ci radość.

Samo działanie jest dla Ciebie największą wartością i daje Ci wielką satysfakcję. W Twoim życiu nie do końca chodzi o cel i jego jak najszybsze osiągnięcie, ale o radość z samej podróży. Kiedy skupiasz swoją uwagę na tu i teraz, rezultat, który osiągasz, potrafi zaskoczyć Ciebie samą. Porzucając oczekiwania, dajesz sobie możliwość doświadczania życia w zupełnie innym wymiarze.

Kiedy jesteś w swoim trybie kreatywnego generowania rzeczy, nie sposób Cię z tego wyrwać. Potrafisz być czasem nieobecna, będąc całkowicie zanurzona w swoim działaniu. Ale masz przy tym wielką radość. Twoja natura pozwala na wytrwanie w cyklu, w który weszłaś, chyba, że po drodze pojawi się coś nowego, na co odpowiesz.

Robiąc to, co kochasz, cała się rozpalasz, powodując, że wszyscy dookoła czują przyływ energii w sobie. Nawet samo mówienie o swoich zajęciach i pasjach, sprawia, że się rozświeglasz i ekscytujesz, zarażając swoją pozytywną energią.

Czasem może zdarzać się tak, że rzecz, którą robisz nie daje Ci radości. Wtedy jest czas na odpuszczenie i zrobienie miejsca na coś nowego. Nie obawiaj się rezygnacji z dotychczasowego zaangażowania i czekania na coś, co będzie dla Ciebie właściwe. Pochwała drugiej strony nie jest dla Ciebie czymś, czym powinnaś się karmić. Prioretyzuj swoją satysfakcję i zrozum, że wciąż przyciągasz do siebie możliwości i okazje.

Twoje podekcytowanie i zaangażowanie w rzeczy, które robisz z wielką pasją, inspiruje innych. Ludzie ciągną do Ciebie i cieszą się samym faktem, że mogą być w Twojej obecności.

## JAK WYGLĄDA DZIAŁANIE NIEZGODNE Z TWOJĄ NATURĄ?

Jeśli inwestujesz energię w rzeczy, które nie dają Ci radości, nawet jeśli robisz wiele, to nie wykorzystujesz swojej energii, zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli nie masz satysfakcji ze wszystkiego, co robisz, możesz czuć się niespokojna lub wyczerpana, kiedy kładziesz się spać.

Kiedy nie priorytetyzujesz swojej satysfakcji, możesz pomagać spełniać ludziom marzenia, zapominając o sobie. Możesz pracować o wiele więcej i ciężiej niż inni, robiąc rzeczy, których nie lubisz lub nie możesz znieść. Niestety takie wykorzystywanie energii może degradować Twój organizm, prowadzić do wypalenia i problemów zdrowotnych.

Ludzie mogą próbować wykorzystać Twoją potężną energię, którą w Tobie czują. Angażując się w rzeczy, które uważasz, że 'powinnaś', 'musisz', 'mogłabyś', robisz szkodę nie tylko sobie, ale także tym ludziom. Choć oni mogą być tego nieświadomi. Tak samo jak potrafisz wznosić ludzi, kiedy działasz z ekscytacją i zapałem, tak możesz ciągnąć w dół innych, gdy działasz jak za karę. Ludzie chłoną Twoją energię i naturalnie ją wzmacniają, niezależnie od jej zwrotu. Inwestuj swoją energię tylko w rzeczy, które naturalnie Cię wzmacniają, nawet jeśli to nie jest po drodze osobom wokół Ciebie lub nie spełnia ich oczekiwań.

Nie idź ze sobą na kompromisy. Angażuj się w rzeczy, gdzie czujesz w sobie mocne 'TAAAK!', a nie dlatego, że nadała się korzystna okazja lub możliwość, która może Ci zapewnić Ci coś, czego pragniesz z poziomu umysłu lub pomóc Ci uporać się z lękami i obawami o przetrwanie.

To, że masz w sobie wiele energii, nie oznacza, że powinnaś wszystko robić sama. Każde zajęcie można podzielić na mniejsze zadania i je oddelegować. Przekazuj rzeczy, które nie dają Ci radości i na samą myśl o nich, pojawia się w Tobie frustracja. Jesteśmy tu, by ze sobą współpracować i każdy ma swoją pulę potencjałów i talentów.

Mówienie wszystkiemu 'TAK' sprawia, że stajesz się niewolnikiem. Nie próbuj dogodzić wszystkim dookoła i obawiać się, że powiedzenie 'NIE' komuś się nie spodoba lub że jeśli przestaniesz się kręcić 'po okolicy', nic dobrego nie pojawi się w Twoim życiu. Odmawiając rzeczom, których nie czujesz lub nie chcesz robić, robisz przysługę nie tylko sobie, ale także ludziom w Twoim otoczeniu.

Jeśli czasem utkniesz nie możesz przejść dalej, nie poddawaj się od razu. To może oznaczać, że za chwilę wskoczysz na kolejny poziom.

Twoja efektywność nie jest zależna od tego, jak bardzo forsujesz rzeczy i próbujesz wkładać więcej siły w to, co robisz, by pokonać przeciwności. Kiedy inwestujesz swoją energię w rzeczy, które kochasz, wszystko płynie swoim naturalnym strumieniem. Nie jesteś wtedy skupiona na dążeniu do celu ponad wszystko, tylko cieszysz się z samej podróży.

Nie próbuj przyspieszać rzeczy i dążyć nieubłaganie do celu. Twój proces może wydawać się powolny, ale Twoje działania wymagają dużego zaangażowania i dopinania kolejnych etapów krok po kroku. Czerp satysfakcję i radość z małych rzeczy, celebryj sukcesy, odkrywaj i doświadczaj w pełni.

Nie daj sobie wmówić, że kompromisy są naturalne i, że 'życie nie składa się tylko z przyjemności.' Wtedy idziesz na kompromis z samą sobą! Odbierasz sobie możliwość doświadczenia pełnego potencjału, który jest w Tobie. Bądź pierwsza, która pokaże, że tak można.

Gdy coś nie sprawia Ci radości i satysfakcji, postaraj się odpuścić działanie zrobić miejsce na coś nowego. Dobrze, gdybyś zwiększyła swoją uważność na otoczenie, gdy tylko dostrzegasz, że coś Ci nie służy i odpowiedziała na coś nowego, co się pojawia. Dzięki temu będzie Ci łatwiej wyjść z błędnego koła zaangażowania.

Pamiętaj, że Twoje zaangażowanie tworzy dużą siłę rozpędu, która pcha Cię do dociągnięcia danego zadania do końca. Jeśli powiesz 'TAK' czemuś, co nie jest dla Ciebie właściwe, możesz utknąć w działaniu, które nie będzie dawać Ci radości i nie tak łatwo będzie Ci się z tego wydostać.

Jak długo potrafisz oszukiwać sama siebie, że to, co robisz jest tym, o czym marzysz w życiu? Umysł jest kreatywny, ale serce nie da się oszukać. Przekonując wszystkich i siebie samą, że czerpiesz satysfakcję z życia, jeszcze pogłębiasz wewnętrzną pustkę.

## JAK UTRZYMAĆ ZDROWIE?

Ważne jest dla Ciebie, by wykorzystywać całą dzienną dawkę energii, zarówno fizycznie jak i psychicznie. Oczywiście w sposób przynoszący satysfakcję, a nie poprzez robienie czegokolwiek, bo 'tak trzeba' i inwestowanie jej w niewłaściwe rzeczy. Właściwa praca zmienia nie tylko Twoje życie, ale spowalnia degeneratywny proces Twojego ciała.

Twój generator energii potrzebuje stałego procesu rozładowywania i ponownego ładowania baterii, by działać sprawnie. Wchodzenie w zaangażowania, które nie są zgodne z Tobą, powoduje czerpanie energii z innych ośrodków, które są powiązane z fizycznymi organami i tworzyć ich dysfunkcje.

Zaburzenia zachowań lub nadpobudliwość może świadczyć o niewłaściwym lub niedostatecznym wykorzystaniu dziennej dawki energii. Dbaj o to, by każdego dnia zapewnić sobie wystarczającą ilość aktywności na różnych płaszczyznach. Ale tak, byś miała z tego radość, a nie po to, by się zmęczyć.

## REGENERACJA ENERGII

Twoja energia regeneruje się w ciągu nocy, tak byś rano mogła obudzić się ze świeżą jej porcją. Sen jest dla Ciebie bardzo ważny, więc bądź pewna, że dajesz sobie odpowiednią jego ilość. Braki we śnie od razu objawiają się poprzez ogólną frustrację i rozdrażnieniem.

Twój sen jest najlepszy, kiedy wykorzystasz efektywnie swoją energię w ciągu dnia i kiedy dosłownie padasz po całym dniu do łóżka. Możesz jeszcze leżąc coś poczytać, posłuchać lub robić to, co lubisz, ale w pozycji horyzontalnej, by pozwolić energii ując w tym stanie do końca.

Problemy z zaśnięciem lub niespokojne noce mogą świadczyć o tym, że energia nie została wykorzystana całkowicie lub nie ulokowana właściwie w ciągu dnia.

### **TWOJE SUPERMOCE**

- magnetyzm i siła przyciągania
- wytrwałość i zaangażowanie
- dokładność i skrupulatność
- zdolność wytrwania od początku do końca
- potencjał mistrzostwa w pracy
- energia odnawialna w cyklach dobowych
- zdolność wznoszenia innych
- roztaczanie wokół pozytywnej energii i siły życiowej
- samoświadomość

### **ZWRÓĆ UWAGĘ NA...**

- częstą frustrację
- poddawanie się zbyt szybko
- trzymanie się bezpiecznej i znanej strefy komfortu
- spełnianie oczekiwań innych ludzi
- działanie z pozycji 'takie jest życie'
- motyw robienia, by coś się działo
- uczucie utknięcia i zbyt powolnego procesu
- mówienie 'TAK', bo masz w sobie energię
- stawianie swojej satysfakcji na drugim planie
- karmienie się pochwałami

## AFIRMACJE

*Jestem stworzona do pracy, którą kocham. Kiedy robię to, co daje mi radość i satysfakcję, czuję się ożywiona i pobudzona.*

*Jestem potężnym kreatorem. Moja energia wzmacnia innych i wiem, że najwięcej dla siebie i innych robię poprzez stawianie swojej satysfakcji na pierwszym miejscu.*

*Moja skrupulatność i staranność wymaga czasu. Mój proces nie jest powolny, tylko dopracowany w każdym calu. Dzięki temu mogę osiągnąć mistrzostwo w tym, co robię.*

*Napotykać na zastój, cierpliwie czekam na kolejną odpowiedź. Wiem, że to moment przejścia na kolejny poziom.*

*Używam swojej codziennej dawki energii w sposób zgodny ze mną. Wiem, że moje ciało jest źródłem wielkiej, stale odnawialnej energii, ale wymaga ona odpowiedniego kierowania.*

*Moje życie jest wspaniałą podróżą. Ufam, że gdy oddam prowadzenie mojemu ciału, zapewni mi ekscytującą przejażdżkę, pełną odkryć i zachwyków.*

*Śmiało odpuszczam rzeczy, które mnie nie rozpalają, robiąc tym samym miejsce na nowe, dopasowane do mnie działania, możliwości i ludzi. Pozwalam sobie na chwilowe zatrzymanie, bo wiem, że zaraz pojawi się coś idealnego dla mnie, w co będę mogła zanurkować całą sobą.*

STRATEGIA

# JAK WYRAŻASZ SWOJĄ UNIKALNOŚĆ

Strategia to sposób, w jaki wchodzisz w interakcję ze światem i jak realizujesz swoje cele. Społeczeństwo nauczyło nas, że jest tylko jeden sposób sięgania po swoje marzenia, poprzez inicjowanie, naciskanie i dążenie po swoje, aby rzeczy się wydarzyły. Jednak każdy z nas ma swój unikalny sposób działania. To jedyna strategia w życiu, które powinnaś się trzymać. W ten sposób rezultaty Twoich działań będą bardziej imponujące, szybsze, a przede wszystkim dopasowane do Ciebie, ponieważ będziesz to robić tak, jak zostałaś do tego zaprojektowana.



# OCZEKIWANIE NA ODPOWIEDŹ

*Nie inicjuj, czekaj na wskazówkę.*

Mimo, że możesz czuć, że jesteś w stanie zaangażować się we wszystko i przenieść pomysły i rzeczy w rzeczywistość, to Twoja strategią jest odpowiadanie na to, z czym przychodzi do Ciebie życie, a nie inicjowanie. Twoja natura tworzy wokół Ciebie pole, które przyciąga do Ciebie możliwości, okazje, ludzi, sytuacje jak magnes. Ale by uzyskać dostęp do Twojej energii siły życiowej, trzeba o to zapytać, abyś Ty mogła odpowiedzieć poprzez swoje Centrum Sakralne. Jest to mechaniczna reakcja z chwili na chwilę, która pokazuje Twoją prawdę, ujawniając Ci kim jesteś, co kochasz i co jest wartościowe dla Twojej ścieżki, by się w to zaangażować. Odpowiedź informuje o dostępie energii do wykonania danego zadania lub nie.

## OTWÓRZ SIĘ NA WSKAZÓWKI

Na Twojej drodze wciąż pojawiają się wskazówki, musisz tylko nauczyć się je odczytywać i poprawnie identyfikować. Twoje ciało daje Ci sygnały, gdy dostrzeże coś w swoim otoczeniu, co jest dla niego idealne. Odpowiadanie polega na podejmowaniu się rzeczy, które pojawiają się na Twojej ścieżce i wywołują w Twoim ciele uczucie przyciągania i ekscytacji. Mogą to być rzeczy bezpośrednio jak pytanie, zaproszenie, złożona propozycja czy skierowana do Ciebie możliwość lub pośrednio jak rzeczy, które dostrzegasz idąc przez miasto, coś co podłyszałaś w czyjejś rozmowie, rzeczy, które wykonują inne osoby, coś na co trafiasz w internecie, mediach społecznościowych czy telewizji. Wszystkie te rzeczy nie pojawiają się przypadkowo. Naucz się tylko być uważna i poczuć co przyciąga Twoje ciało. To musi być odpowiedź bodziec zewnętrzny, na który możesz zareagować, a nie coś, co pojawiło się w Tobie z powietrza.

## ZAUFAJ SWOJEMU MAGNETYZMOWI

Nie musisz układać sobie strategii w głowie, wizualizować lub wymyślać rzeczy, bo wszystkie jest naturalnie do Ciebie przyciągane. Kiedy jesteś otwarta, będziesz w stanie dostrzegać to, co się pojawia i jest dla Ciebie właściwe. Nie musisz naciskać, tworzyć presji lub sprawiać, by coś się zadziało. Bądź uważna i kieruj swoją energię tam, gdzie reaguje Twoje ciało, a przechodź obojętnie tam, gdzie tego nie czujesz, nawet jeśli Twoja głowa mówi, że to świetna okazja. Twoim miejscem podejmowania decyzji jest ciało, a nie umysł.

### ODPOWIEDZI SĄ JAK MĘSKIE DECYZJE

Twoje odpowiedzi są albo białe, albo czarne. Nie ma nic po środku. Więc albo coś jest dla Ciebie właściwe i czujesz silne przyciąganie i ekscytację, albo nie. Każde 'być może' także oznacza 'nie'. Kiedy próbujesz przekonać sama siebie to oznacza, że odpowiedź nie była twierdząca. Nie próbuj ze sobą negocjować i włączać umysłu do ważenia korzyści i strat. Głowa nie wie, co jest dla Ciebie właściwe, potrafi tylko szacować. Kiedy mówisz 'nie' rzeczom, które Cię nie rozpalają, robisz sobie więcej przestrzeni na nadejście właściwego 'tak'. Pamiętaj też, że Twoje odpowiedzi działają tylko w formie 'tak lub nie', 'to lub tamto'. Jeśli pada pytanie otwarte, automatycznie włącza się umysł, który próbuje wymyślić odpowiedź. Więc gdy pada pytanie: 'Co masz ochotę zjeść?', odpowiedz: 'Zaproponuj mi konkretne opcje.' i nie ma znaczenia czego dotyczy decyzja, Twój tryb działania jest taki sam czy wybierasz śniadanie, pracę czy podróż.

### ZRÓB MIEJSCE NA WŁAŚCIWE DECYZJE

Jeśli wydaje Ci się, że w Twoim życiu nie pojawia się nic, na co mogłabyś odpowiedzieć, zacznij od inwentaryzacji. Gdy inwestujesz siebie w rzeczy, które nie są dla Ciebie właściwe, Twój magnetyzm się zmniejsza. Tak samo, im bardziej pozwalasz się rozświeślać rzeczom, które dają ci radość, tym więcej przyciągasz do siebie. Zapytaj się więc siebie szczerze, co w Twoim życiu daje Ci satysfakcję, a co nie i uwolnij te rzeczy, które Cię nie rozpalają. W ten sposób dajesz znak, że jesteś gotowa, by dostrzegać nowe rzeczy i masz na nie miejsce w swoim życiu. Jeśli będziesz siedzieć w świetle, którego nie lubisz, czekając aż coś przyjdzie i Cię z niego wyciągnie, może być trudno. Zmiana musi zacząć się od Ciebie i otwarte pożegnanie się z tym, co Ci nie służy, jest największym prezentem dla Ciebie samej. Zaufaj sobie i głębokim pragnieniom, ponieważ one kierują Cię ku życiu, które powinnaś mieć.

### ODPOWIEDZI PROWADZĄ CIĘ DO POZNANIA SIEBIE

W życiu najbardziej interesuje Cię poznanie siebie samej. Twoja strategia prowadzi Cię do odkrywania swojej prawdziwej natury i unikalnego potencjału poprzez odpowiadanie na to, co do Ciebie przychodzi i odślanianie swojej ścieżki poprzez właściwe zaangażowania. Odpowiedzi z wyjawiają to, co Cię interesuje, do czego jesteś stworzona, co kochasz i co daje Ci satysfakcję. Podążając za tym, co Cię rozświeśla masz też możliwość zobaczenia, jak wygląda cały Twój projekt w działaniu. Prawidłowe kierowanie swojej energii pozwala Ci odślonić pełen potencjał, który jest w Tobie zapisany. Twoim celem w życiu jest poznanie siebie poprzez podążanie za odpowiedziami.

## JAK WYGLĄDA TWOJE DZIAŁANIE W ZGODZIE ZE SOBĄ?

Jesteś stworzona do czekania na to, z czym przyjdzie do Ciebie życie, żebyś mogła odpowiedzieć. To może być coś co zobaczysz, usłyszysz, 'dotkniesz' w swoim otoczeniu lub ktoś bezpośrednio zadający Tobie pytanie. Nie jesteś tu, by inicjować i przenosić swoje własne pomysły, które pojawiły się znikąd i strategię na plan życia.

Oczekiwanie na odpowiedź nie oznacza nic nierobienia. Dla Ciebie robienie niczego jest niemożliwe, ponieważ ciągle jesteś zajęta generowaniem. To nie tylko praca, którą kochasz, ale reakcja na szczekanie psa, zachwyt i uśmiech, gdy śpiewa ptak, nucenie pod nosem piosenki, odpowiadanie, gdy ktoś zapyta Cię na ulicy o drogę. Odpowiadasz cały czas. Twoim zadaniem jest tylko czekać, aż pojawi się odpowiednia rzecz, która poprowadzi Cię dalej na Twojej ścieżce.

Twoje Centrum Sakralne odpowiada poprzez sygnał dźwiękowy, który pochodzi z wibracji mięśni przepony oraz dna miednicy i był u ludzi jeszcze zanim pojawiała się mowa. To wibracja wytworzona przez energię o danej częstotliwości. Gdy jest ona wypychana ku górze, porusza strunami dźwiękowymi i pojawia się jako różnie zaakcentowane dźwięki 'mhm' - 'ah-huh', które informują o dostępności energii na dane zaangażowanie lub 'uh-huh', które ostrzega to braku zasobów i wsparcia w tym kierunku.

Odpowiedzi z Centrum Sakralnego mogą być też odczuwane na płaszczyźnie układu współczulnego, jako wzrost lub ekspansja energii w okolicy podbrzusza na 'tak' lub jego splątanie lub ściśnięcie na 'nie'.

Dźwięki sakralne możesz wykonywać nieświadomie, dlatego dobrze jest, poprosić kogoś z bliskiego otoczenia, by zwrócił Ci na to uwagę, gdy je wykonujesz, żebyś mogła osiągnąć świadomość, jak to brzmi. Lub poprosić o zadawanie pytań zamkniętych, na które możesz odpowiedzieć. W ten sposób stajesz się uważna na odpowiednią częstotliwość i dźwięk. Bądź cierpliwa, bo przywrócenie tej komunikacji to proces i wymaga czasu.

Odpowiedzi sakralne są Twoją wewnętrzną prawdą i systemem nawigacji. Dzięki nim osiągasz samoświadomość i zdolność obierania właściwego kierunku oraz wiedzę, co robić i z kim. Odpowiedź sakralna zawsze zabierze Cię we właściwe miejsce, gdzie będziesz wykonywać pracę, którą kochasz z odpowiednimi dla Ciebie ludźmi, w środowisku, które Cię odżywia i wzmacnia.

Oczekiwanie nie jest bierne. Odpowiedzi pojawiają się, gdy jesteś w ruchu i działasz. Im więcej robisz tego, co kochasz, tym więcej przyciągasz więcej dopasowanych do siebie możliwości i ludzi.

Uwolnij się od potrzeby kontroli swojego życia i wiedzenia dokąd zmierzasz. Zaufaj, że odpowiedź sakralna zawsze zaprowadzi Cię w miejsce, w którym będziesz usatysfakcjonowana i zapewni Ci wszystko, czego Ci potrzeba, choć czasem możesz początkowo nie wiedzieć, gdzie coś Cię zaprowadzi.

Twoja natura przyciąga do Ciebie innych jak magnes, ale odpowiedź sakralna tworzy osobiste granice. Nie wszystko, co do siebie przyciągasz, jest dla Ciebie właściwe, więc wybieraj tylko te rzeczy, które tworzą w Tobie uczucie głębokiego i pewnego 'tak!'. Każda decyzja w połączeniu z Centrum Sakralnym przesuwą Cię w kierunku doskonalenia Twojego unikalnego potencjału.

Mówienie 'NIE' nie ma żadnego związku z osobą, która przychodzi z pytaniem. Dobrze jest uświadomić jej, by nie brała tego personalnie. To jest Twój mechanizm zabezpieczania siebie przed angażowaniem się w coś, do czego nie dostajesz wsparcia energii życiowej.

Wejście we właściwe zaangażowanie, zgodnie z odpowiedzią z Centrum Sakralnego, tworzy w Tobie siłę rozpędu, która popycha Cię wytrwale przez kolejne etapy projektu. Czasem, gdy utkniesz na jakimś etapie, potrzebujesz ponownej odpowiedzi, by wiedzieć, w którą stronę i jak ruszyć dalej.

Twoja natura komunikuje się w innym języku - języku odpowiedzi sakralnych 'mhm'. Bez słuchania tego języka, tak naprawdę nie wiesz, co robić i dokąd powinnaś się udać. Mówiąc najprościej: odpowiedź pozytywna z Sakralu jest włącznikiem, który odpala motor i daje dostęp do swojej energii. A wiadomo, że jazda staje się przyjemna dopiero, gdy odpalisz silnik i jedziesz na odpowiednim paliwie.

## JAK WYGLĄDA DZIAŁANIE NIEZGODNE Z TWOJĄ NATURĄ?

Twoja natura może tworzyć w Tobie chęć inicjowania i podążania za rzeczami, które pojawiły się znikąd w Twojej głowie. Tak jest kiedy starasz sobie wymyślić pomysł na życie. Twoja prawdziwa siła tkwi w odpowiedziach i responsywnym trybie reagowania na to, z czym przychodzi o Ciebie życie.

Może Ci się wydawać, że jeśli będziesz czekać, to nic się nie wydarzy. Większość ludzi została wychowana od dziecka, by sięgać po swoje, bo nic samo nie przyjdzie. Ale ile z nich jest sfrustrowana, bo to nie działa, albo wiąże się z forsowaniem, zmaganiem z życiem i walką z przeciwnościami. Gdy inicjujesz działanie, wykorzystujesz mnóstwo energii na przepychanie się z oporem życia. Co pozostawia Cię wypaloną i sfrustrowaną.

Kiedy nie czekasz na odpowiedź, możesz szukać każdej okazji i możliwości, by pchnąć w nią swoją energię i jakoś ją spożytkować. Oczywiście będzie to nieefektywne. Będziesz robiła dużo, by tylko się zmęczyć i móc wieczorem zasnąć całkowicie wypalona.

Przez Twoją stale dostępną energię, możesz mieć tendencję do mówienia zawsze i na wszystko 'TAK', angażując się w rzeczy, które nie dają Ci radości, ani satysfakcji, a generują tylko frustrację. To uwarunkowanie powstało przez otrzymywanie pochwał za robienie czegoś, co nie daje Ci radości, kiedy byłeś dzieckiem i może nadal działać na głębokim poziomie wewnętrznych przekonań.

Próbując inicjować i szukając swojego kierunku i pomysłów do wdrożenia w życie, stajesz się niewolnikiem własnego życia. Wykonujesz pracę, która określana jest 'konieczną', by coś zrobić w życiu, zdobyć zasoby, przetrwać. Ale gdy zaczynasz odpowiadać, uwalniasz się od tego niewolniczego trybu, zaczynasz robić to, co kochasz i uwalniasz swoją energię w taki sposób, którego większość uwarunkowanych Generatorów nie jest sobie w stanie wyobrazić. Wtedy dopiero masz możliwość poznać swoją moc, a niejako 'efektem ubocznym' są zasoby potrzebne do życia i rozwoju.

Frustracja jest dla Ciebie drogowskazem, który przypomina o konieczności powrotu do responsywnego trybu życia. Kiedy inicjujesz działania opierając się na tym, co chciałabyś, mogłabyś z poziomu głowy, prędzej czy później otrzymasz sygnał, że nie tędy droga.

Twój umysł może początkowo podszywać się pod odpowiedź sakralną. Naucz się rozróżniać kiedy głos pochodzi z wnętrza, a kiedy z głowy. Ten pierwszy jest mechaniczny, intuicyjny i natychmiastowy, a przede wszystkim działa w odpowiedzi na bodźce zewnętrzne, a nie coś, co przyszło z powietrza.

Nie próbuj tworzyć wizji i strategii jak powinno wyglądać Twoje życie. Odrzuć pragnienia i fantazje, które zwykle oparte są na porównaniach z innymi, przekonaniach i uwarunkowaniach, które wchłonęłaś z otoczenia. Mogą one popychać Cię do przenoszenia Twoich marzeń do rzeczywistości. Zrozum, że Twoim zadaniem jest zaufanie swojej wewnętrznej nawigacji. To ekscytacja w odpowiedzi na coś, co pojawia się w otoczeniu, odkrywa przed Tobą Twoje prawdziwe pragnienia.

Nie próbuj mówić 'TAK', kiedy Twój Sakral mówi 'NIE', dlatego, że uważasz, że 'powinnaś', 'musisz', 'to korzystne', 'nie trafi się lepsza okazja'. Jeśli odpowiedź sakralna wskazuje brak dostępności energii na dane zaangażowanie, to wejście w nie będzie wiązać się z nadchodzącą frustracją, przeszkodami i trudnościami.

Może Ci się wydawać, że masz w sobie tak dużo energii, że i tak dasz radę zrobić wszystko, co wpadnie Ci do głowy. Jednak dopiero, gdy zaczniesz działać w odpowiedzi, zrozumiesz jak wielka moc jest w Tobie dostępna i jak wszystko płynie, gdy wchodzisz w zaangażowania ze wsparciem Centrum Sakralnego.

Kiedy pojawia się frustracja w trakcie Twojego cyklu działania, nie zawsze oznacza to, że powinnaś od razu zrezygnować z kontynuacji. Pamiętaj, że Twój Sakral powinien także odpowiedzieć na ewentualne porzucenie tematu. Czasem może to być moment oczekiwania na nadejście następnego kroku i czegoś, co wskaże Ci drogę. Ale gdy Twój Sakral odpowiada do jego porzucenia, nie próbuj trzymać się zaangażowania, nawet jeśli boisz się zmiany kierunku lub utraty możliwości czy okazji.

## CZY WIESZ, ŻE...?

To, że gdy w czymś utykasz i czujesz się sfrustrowana, że nic nie posuwa się do przodu, nie wynika z tego, że jesteś powolna, nie potrafisz czegoś zrobić lub powinnaś od razu zrezygnować?

Twój proces jest jak wchodzenie po schodach, by osiągnąć w czymś mistrzostwo. Czasem potrzebujesz chwili na półpiętrze, by opracować coś w szczegółach, poćwiczyć i poeksperymentować, by w pewnym momencie móc w końcu wejść na wyższy stopień. Ale to przejście jest związane z odpowiedzialnością, która musi do Ciebie przyjść naturalnie. Wtedy może pojawić się frustracja, ale pamiętaj, że może to być znak nadchodzącego 'awansu'.

Nie porzucaj rzeczy od razu i nie poddawaj się, jeśli czujesz, że to tylko chwilowe, a cały proces daje Ci radość i satysfakcję.

## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy bardziej skupiam się na tym, jak zapewnić sobie wszystko, czego potrzebuję w życiu, zamiast na mojej satysfakcji i radości z pracy i każdego działania?

Czy próbuję stworzyć strategię na swoje życie i wymyślić co mogłabym robić w życiu, by osiągnąć spełnienie, spokój i swobodę, zamiast być uważna, na to, co do mnie przychodzi i zaufać mojej wewnętrznej nawigacji, która wskaże mi odpowiedni kierunek?

Czy manifestuję pomysły, które wpadają mi do głowy z nadzieją, że w końcu znajdę odpowiedni kierunek?

Czy angażuję się w rzeczy i relacje, które wysysają ze mnie energię, ale trudno jest mi powiedzieć 'NIE'?

Czy obawiam się, że gdy coś odpuszczę, nic dobrego do mnie nie przyjdzie?



## ROZPOZNAJ W SOBIE

- Lęk, że nic nie wydarzy się w Twoim życiu, jeśli będziesz czekać i niczego nie zainicjujesz
- Przekonanie, że 'musisz' pracować, żeby zapewnić sobie przetrwanie
- Obawę, że Twoje życie - przetrwanie i komfort życia - będzie w niebezpieczeństwie, gdy przestaniesz działać
- Przekonanie, że tylko poprzez ciężką pracę lub inwestycję w 'opłacalny' kierunek, którego wcale nie musisz lubić, można odnieść sukces i wolność finansową
- Lęk przed nieznanym i potrzebę wiedzy na temat swojego kierunku w życiu, która daje Ci poczucie 'bezpieczeństwa'
- Lęk przed porażką i przed wyjściem ze swojej 'strefy komfortu', nawet jeśli dostrzegasz, że nie czujesz się tam do końca komfortowo
- Obawę przed utratą kontroli nad własnym życiem i konieczność 'trzymania ręki na pulsie'
- Strach przed dyskomfortem, który pojawia się, gdy nie wiesz dokąd zmierzasz i musisz zaufać odczuciu w swoim ciele
- Przekonanie, że jeśli dasz rzeczom płynąć w swoim tempie, ktoś Cię wyprzedzi i będzie lepszy od Ciebie
- Przekonanie, że musisz wywalczyć swoje miejsce na świecie
- Przekonanie, że musisz być w ciągłym działaniu, przepychać rzeczy, nawet jak czujesz opór, bo wszystko wymaga poświęceń
- Przekonanie, że życie nie składa się z samych przyjemności i nie wszystko musi być ekscytujące
- Presję otoczenia, które Tworzy w Tobie wrażenie, że wszyscy się rozwijają i wzrastają, a Ty stoisz w miejscu
- Lęk, że nikt nie zwróci się do Ciebie z pytaniem lub nie pojawi się nic, na co mogłabyś odpowiedzieć



## AFIRMACJE

*Nawet, gdy jestem zainspirowana i podekscytowana, czekam na coś, bym mogła odpowiedzieć i dopiero podjąć działanie.*

*Ufam nawigacji mojego ciała i pozwalam, by poprowadziło mnie tam, gdzie jest to dla mnie właściwe, nawet gdy początkowo nie rozumiem kierunku.*

*Śmiało mówię 'NIE' i bez cienia wątpliwości 'TAK', gdy tak wskazuje mój Sakral, bo wiem, że to jedyna właściwa decyzja. Ufam, że moje ciało wie więcej, niż jestem w stanie pojąć na ten moment z poziomu umysłu.*

*Ufam mojej instynktownej wiedzy i postanawiam mówić 'NIE', nawet, gdy czasem jest to dla mnie trudne.*

*Uwalniając się od tego, co nie daje mi radości, robię w swoim życiu przestrzeń na dopasowane do mnie rzeczy, ludzi, propozycje i możliwości.*

*Będąc uważna na moje ciało i odpowiadając na rzeczy, które rozpalają we mnie światło, daję sobie możliwość poznania siebie.*

*Wiem, że odpowiadając na właściwe rzeczy, jestem zaopiekowana i niczego w życiu mi nie zabraknie. Życie zapewni mi wszystko, co jest mi potrzebne, by mogła cieszyć się jego pełnią.*

ŻYCIOWE DROGOWSKAZY

# JAK ROZPOZNASZ CZY JESTEŚ NA SWOJEJ ŚCIEŻCE

Twoje drogowskazy wskazują Ci czy jesteś na dobrej drodze czy nie. Kiedy używasz swojej energii właściwie, zawsze będziesz czuła właściwy dla siebie znak. Tak samo w przypadku, gdy zboczysz ze swojej ścieżki, pojawi się jasny sygnał, że to nie tędy droga.

Wtedy warto się zatrzymać i skorygować swoje działania. Nie musisz zgadywać czy działasz w zgodzie ze sobą, wystarczy, że obserwujesz to, co odczuwasz.

## *TWÓJ ZNAK, ŻE JESTEŚ NA DOBREJ DRODZE*

### **SATYSFAKCJA**

Satysfakcja jest tym, czego pragniesz w życiu najbardziej. To jest coś, co Cię napędza. Podczas, gdy inni mogą podążać za sukcesem, dla Ciebie w pracy i relacjach najważniejsza jest satysfakcja.

Jest to głębokie uczucie, które pojawia się tylko, gdy działasz w odpowiedzi. Twój umysł nie potrafi zabrać Cię do takiego miejsca. Może próbować przekonywać Cię, że masz radość z tego, co robisz, albo że tylko czasem jest słabiej, ale przecież są pozytywne momenty. Kiedy raz poczujesz w sobie, co oznacza prawdziwa satysfakcja, będziesz dobrze wiedziała, że nie ma dla Ciebie nic bardziej wartościowego i nie będziesz już chciała chodzić ze sobą na kompromisy.

Działanie, które jest rezultatem właściwej odpowiedzi, jest doświadczeniem, które sprawia wrażenie wspieranego na każdy krok, przez jakieś niewidzialne siły. Wszystko płynie, a Ty czerpiesz ze swojej pracy i zaangażowania wyjątkowo głęboką satysfakcję.

## *SYGNAŁ, ŻE ZBOCZYŁAŚ ZE SWOJEJ DROGI*

### **FRUSTRACJA**

Twoja frustracja i niespełnienie to wyraźny sygnał, że nie honorujesz swojej strategii i nie czekasz na odpowiedź, a inicjujesz sama z siebie. Kiedy rozpoczynasz rzeczy z poziomu głowy, uwarunkowań, presji czy wpływu zewnętrznego, blokujesz swoją energię i próbujesz coś przepchać, nie mając do tego zasobów energetycznych. Wtedy pojawiają się trudności, przeszkody, a z nimi frustracja i złość. Zazwyczaj jednak to Ty sama tworzysz ten opór, z którym próbujesz się zmierzyć.

Pamiętaj, że na wszystko przychodzi odpowiedni czas i moment. Twój magnetyzm naturalnie przyciąga do Ciebie sytuacje, możliwości i ludzi, byś mogła odpowiedzieć, odkrywając swoją ścieżkę i coraz lepiej poznając samą siebie.

## SZYBKA KONTROLA

*Spójrz na swoją frustrację jak na znak.*

- weszłaś w działanie inicjując, a nie czekając na odpowiedź
- podjęłaś decyzję kierując się wizją stworzoną w głowie, zasugerowaną przez innych lub bazującą na społecznych przekonaniach
- nie możesz znaleźć swojego kierunku, pomysłu na życie lub odpowiedzi, każda próba kończy się prędzej lub później z frustracją czy rezygnacją z działania
- utknęłaś w pracy, aktywności lub relacji, które nie wspierają Twojego rozwoju, tylko ciągną Cię w dół
- spieszysz się ze wszystkim, jakbyś chciała odhaczyć życie, nie czekając na to, co do Ciebie przyjdzie i nie ufając, że wszystko ma swój właściwy czas
- robisz coś, byle robić i jakoś zapewnić sobie przetrwanie
- popychasz się do działań z poziomu 'powinnam', zamiast do tych, które Cię rozpalają
- odpowiadasz z poziomu umysłu, zamiast wsłuchać się w prawdziwy odgłos ze swojego ciała
- czujesz się wyczerpana energetycznie i twórczo, bo nie masz własnej przestrzeni do generowania w pełnej pasji
- myślisz o poddaniu się, gdy na chwilę utkniesz w procesie, a jest to tylko moment na ustalenie kolejnych kroków

Kiedy zaczynasz żyć w zgodzie ze swoim projektem, doświadczasz więcej satysfakcji i spokoju, a mniej frustracji i złości. To nie znaczy, że te drugie emocje całkowicie znikną, bo są naturalnym elementem Twojego procesu i natury. Ale nie będą już dominującym uczuciem, które przyćmiewają całe Twoje życie, a jedynie sygnałami pojawiającymi się w danych momentach, by obudzić w Tobie uważność.

AUTORYTET OSOBISTY

# JAK PODEJMUJESZ DECYZJE JAKO PRAWDZIWA TY

Twój Autorytet jest jedynym godnym zaufania przewodnikiem po Twoim życiu. Wszyscy zostaliśmy uwarunkowani, aby szukać aprobaty i wskazówek na zewnątrz nas, abyśmy mogli podejmować racjonalne decyzje z poziomu umysłu. Ale to nie jest właściwe miejsce do kierowania naszym życiem. Kiedy zaczynasz podejmować decyzje jako Ty, opierając się na swoim unikalnym, osobistym autorytecie, masz możliwość wyrażenia swojej wyjątkowości oraz wyrównania siebie na swojej ścieżce. Dzięki temu możesz znaleźć się we właściwym miejscu.

# AUTORYTET SAKRALNY

*Włączam się tylko na sygnał 'ooo tak'!*

Twój system decyzyjny opiera się na odpowiedziach Twojego Centrum Sakralnego, które reaguje na to, co przychodzi do Ciebie ze świata zewnętrznego. To Twoja wewnętrzna nawigacja, która działa w sposób responsywny, wskazując odpowiednie kroki do podjęcia w danym momencie.

To odpowiedź na 'tak', która pojawia się jako ekscytujące brzęczenie w brzuchu, uczucie ekspansji i wzrostu energii w okolicy podbrzusza, delikatne pchnięcie ciała w kierunku czegoś, zapał w głosie lub gardłowa odpowiedź 'mhm' z tonem wznoszącym. Odpowiedź 'nie' może być odczuwana jako niekomfortowe uczucie spięcia w brzuchu, spadek i wycofanie energii wewnątrz ciała, fizyczne zamrożenie lub cofnięcie ciała, uczucie związanego gardła lub utknięcia głosu lub gardłowa odpowiedź 'mhm' z negatywnym wydźwiękiem lub opadającym tonem.

## TWOJE CIAŁO WIE LEPIEJ

Odpowiedzi z Centrum Sakralnego nie opierają się na logice. To Twoje ciało reaguje, gdy na horyzoncie pojawia się coś, co jest skrojone pod Ciebie. Kiedy coś pojawia się w Twoim otoczeniu, a Twoje ciało reaguje ochoczym 'tak!' i ekscytacją, która wprost porywa Cię do tej rzeczy, to znak, że to coś, w co powinnaś zaangażować swoją energię. Jeśli rozświeglasz się na widok czegoś, co spotykasz na swojej drodze, rozpoznaj, że właśnie to masz robić, nawet jeśli nie do końca wiesz dokąd Cię to zaprowadzi. Odpowiedź z Centrum Sakralnego pojawia się na zapytanie, które przychodzi do Ciebie od życia. Ale nie musi być to bezpośrednie pytanie od osoby. To reakcja Twojego ciała na coś, co coś co widzisz, słyszysz lub cokolwiek, co przychodzi do Ciebie ze środowiska zewnętrznego. Poczujesz to, zanim przetworzysz do na poziomie głowy. Możesz mieć wrażenie, że Twoje ciało się ożywia, wzrasta i wydaje mimowolne dźwięki, jakby się wyrывało do działania. Twój Sakral pracuje nieprzerwanie, odpowiadając na wszystko, co Cię otacza. Twoim zadaniem jest tylko czekać na pojawienie się właściwych propozycji, możliwości lub osób i wsłuchanie się w odpowiedzi pochodzące z Twojego wnętrza, pojawiające się w danej chwili. W ten sposób sama dowiadujesz się, co Cię interesuje i co jest Twoją właściwą ścieżką. Twoje pragnienia pojawiające się w odpowiedzi, są Twoimi największymi wskazówkami w życiu.

## JAK WYGLĄDA TWOJE DZIAŁANIE W ZGODZIE ZE SOBĄ?

Twój system nawigacji, który wskazuje w co powinnaś się zaangażować, znajduje się w ciele i działa poprzez intynktowną reakcję w podbrzuszu w odpowiedzi na rzeczy, które do Ciebie przychodzą ze środowiska zewnętrznego.

Typowa odpowiedź Generatora jest dźwiękiem gardłowym: 'mhm', 'yhy', 'yhm', 'hmm', która wychodzi z przepony. Jest to automatyczny dźwięk trzewiowy, który był u ludzi zanim pojawiła się mowa. Odpowiedź ta jest mechaniczna, intuicyjna i natychmiastowa. Ah-huh wznoszące oznacza 'TAK', uhn-un opadające mówi 'NIE'.

Jeśli pojawia się środkowe i niepewne 'hmm' może oznaczać to: zapytaj mnie później albo zapytaj w inny sposób.

Odpowiedź z Centrum Sakralnego może też objawiać się jako uczucie ekspansji, wzrostu energii w dolnej części brzucha na 'TAK' lub odczucie ściśnięcia i splątania brzucha na 'NIE'.

Reakcje w Twoim podbrzuszu są związane z sygnałami dostępności energii na dane zaangażowanie czy relację. Twoje Centrum Sakralne jest największym motorem, który odpala się, gdy jest gotowy do 'jazdy', a nie reguje lub wycofuje się, gdy sygnalizuje o braku paliwa na dane działanie.

Twoja natura przyciąga do Ciebie wszystko, żebyś Ty mogła odpowiedzieć. Czasem może się wydawać, że rzeczy pojawiają się w Twoim życiu przypadkowo, ale to nie jest czysty zbieg okoliczności.

Odpowiedź Twojego Centrum Sakralnego to nie tylko coś, co pojawia się na bezpośrednio skierowane do Ciebie pytanie. Może to być reakcja na coś, co widzisz, sytuację, która się wydarza, informację, na którą trafiasz w internecie, osobę, którą spotykasz przypadkiem, słowa, które podsłyszalas stojąc w kolejce w sklepie.

Twoja właściwa odpowiedź jest zdecydowanym 'tak', pojawiającym się z podbrzusza bez zawahania i zwątpienia. Gdy pojawia się jakieś wewnętrzne wahanie to odpowiedź zawsze znaczy 'nie' lub 'nie teraz'.

Twój proces decyzyjny pokazuje Ci właściwe kierunki, działania i kroki w danym momencie. Jeśli w danej chwili pojawia się 'nie', to nie oznacza 'nie' na zawsze, tylko 'nie' na tą chwilę, sytuację czy czas.

Mechanizm Twojego podbrzusza jest narzędziem do wskazywania odpowiedniego kierunku, ale także informowania kiedy to wdrożyć. Odpowiedź z Centrum Sakralnego jest reakcją w danym momencie pojawienia się przedmiotu decyzji. Jego ważność nie jest stała i decyzja może zmieniać się w czasie.

Centrum Sakralne jest siedzibą siły życiowej i energii pracy twórczej, dlatego jego odpowiedź jest odczuwana jako wyrywanie się, napływ sił i zapał do działania i tworzenia.

Twoje odpowiedzi z podbrzusza, nie wymagają uzasadnienia i często nie dadzą Ci pełnego obrazu kierunku i celu, do którego prowadzi Cię ciało. Musisz jednak zaufać w wyższą inteligencję Twojego ciała, które pokazuje Ci kolejne kroki w odpowiednich momentach Twojej ścieżki, w ujęciu długofalowym. Zaufaj, że zawsze zaprowadzi Cię w najlepszym dla Ciebie kierunku.

Twoje środowisko może Ci pomóc połączyć się z Twoją wewnętrzną nawigacją poprzez zadawanie pytań zamkniętych: „Masz ochotę pojechać nad morze? Czy chcesz kawę? Czy chcesz dziś zjeść na mieście?” Czasem przywrócenie tej wewnętrznej komunikacji wymaga czasu, ale uświadomienie i wsparcie Twojego otoczenia może okazać się nieocenione.

Zaufaj, że jedynym sposobem, w jaki możesz poznać siebie i żyć w spełnieniu, jest podążanie za swoją radością. Aby podejmować właściwe decyzje, nie musisz wiedzieć, dlaczego skłaniasz się ku tym rzeczom, a nie innym. Z czasem zrozumiesz, że dają Ci satysfakcję i nie będziesz już zadawać więcej pytań.



## JAK WYGLĄDA DZIAŁANIE NIEZGODNE Z TWOJĄ NATURĄ?

Umysł ma zdolności dopasowywania się do wzorca, więc na początku może próbować naśladować i podstawiać dźwięki sakralne, zamiast prawdziwej odpowiedzi z ciała. Rozpoznasz go po krótkiej pauzie przed odpowiedzią. Dźwięk z pobrzusza jest mechaniczny, natychmiastowy i bez namysłu.

Zaufaj swoim odczuciom na poziomie ciała, nawet jeśli nie potrafisz zrozumieć ich z poziomu umysłu. Bądź uważna na myśli w stylu: „Powinnam to zrobić, ponieważ...” albo „To zaprowadzi mnie do czegoś...” i nie próbuj racjonalizować swoich decyzji.

Gdy ktoś zadaje Ci pytania otwarte: „Co masz ochotę zjeść? Gdzie chcesz jechać na wakacje?”, nie odpowiadaj, bo decyzja będzie z umysłu. Poproś, by podał Ci opcje do wyboru i zadawał pojedyncze pytania, byś mogła odpowiedzieć z poziomu ciała. „Czy masz ochotę na sushi? A może wolisz pizzę?”.

Nie próbuj zgadnąć kierunku, w którym zmierzasz lub kreować oczekiwań na podstawie reakcji w Twoim ciele. Centrum Sakralne reaguje pokazując Ci najbardziej odpowiedni ruch w danym momencie. Jest jak Twoja nawigacja, która sygnalizuje właściwy krok na danym odcinku Twojej drogi. Zaufaj, że odpowiedź z ciała, zawsze zaprowadzi Cię w najlepszym dla Ciebie kierunku.

Czasem możesz czuć, że racjonalnie byłoby pójść w jakimś kierunku, który założyłaś sobie z poziomu głowy. Ale Twoim właściwym miejscem do podejmowania decyzji jest ciało, które wie dokładnie, gdzie Cię zaprowadzić, żebyś osiągnęła największe spełnienie. Musisz tylko mu zaufać, nawet jeśli nie wiesz dokąd Cię to zaprowadzi.

Nie próbuj kontrolować swojego życia w obawie przed nieznanym. Zaufaj, że wystarczy, że Twoje ciało wie dokąd zmierzasz. A Ty ciesz się podróżą, kierując się jego wskazówkami.

Jeśli Twój Sakral mówi 'NIE', to uszanuj jego decyzję. Jeśli pójdziesz za czymś, bo wydaje Ci się to korzystne lub spełnia Twoje oczekiwania, możesz próbować nawet stawać na rzęsach, ale nie wykrzeszesz z siebie w zdrowy sposób energii do zaangażowania w daną rzecz. Oczywiście, możesz powiedzieć, że wiele razy mimo przeciwności i trudności udało Ci się dopiąć tematy. Ale zapytaj siebie jakim kosztem? Czy było warto?

Ekscytacja w ciele wynikająca z ekspansji energii Centrum Sakralnego, może być czasem mylona z ekscytacją na poziomie emocji, wchłoniętych z otoczenia. Ta pierwsza jest mechaniczna i jest związana ze wzrostem energii i zapalem do działania. Ta druga to wewnętrzne rozedrganie, silna ekscytacja emocjonalna, połączona z nerwowością i presją, by coś się już zadziało.

Nie próbuj mówić 'TAK', kiedy czujesz w sobie 'NIE', nawet gdyby kierunek wyglądał bardzo atrakcyjnie, korzystnie lub odmówienie nie było dla Ciebie łatwe i komfortowe. Zaufaj, że Twoje ciało wie więcej, niż może dostrzec lub zrozumieć na dany moment Twój umysł.

Nie podejmuj decyzji na podstawie tego, co inni od Ciebie oczekują lub co sugerują. Jedynym głosem autorytetu, którym powinnaś się kierować jest Twój własny głos lub odczucie wychodzące z podbrzusza.

Centrum Sakralne reaguje rensponsywnie na to, co przychodzi ze środowiska zewnętrznego. Zadawanie sobie pytań lub rozmyślanie w głowie nie wywołuje jego odpowiedzi.

Gdy w danym momencie otrzymujesz odpowiedź negatywną z Twojego Sakralu, to nie znak, by skreślić ten projekt, aktywność lub relację z listy na zawsze. Może to oznaczać, że nie jest to po prostu właściwy moment. Może to do Ciebie wrócić, gdy nadejdzie czas.

Twoja głowa może początkowo tworzyć zamieszanie i zakłócać klarowny odbiór Twoich wewnętrznych odpowiedzi. Możesz czuć niezdecydowanie i mogą pojawiać się sprzeczności, które ciężko Ci będzie rozszyfrować. Pamiętaj, że najlepiej uczyć się na własnych doświadczeniach. Bądź uważna, by zapamiętać swoje odczucia i działaj, a w perspektywie czasu zobaczysz czy to było słuszne. Wtedy będziesz mogła się cofnąć do tamtego momentu i zebrać odpowiedni bank świadectw, co jest właściwe, a co nie. Im więcej doświadczeń, tym bardziej budujesz swoją świadomość, na co być uważną i tym silniejszy wzorzec postępowania budujesz.

## JAK ROZPOZNAĆ CZY COŚ JEST DLA MNIE WŁAŚCIWE?

- czujesz w sobie zdecydowane 'TAK' i przyływ energii, w momencie pojawienia się przedmiotu decyzji
- kiedy ktoś zadaje Ci pytanie czy dana propozycja lub relacja jest dla Ciebie właściwa, czujesz w sobie jasne i natychmiastowe odczucie, które wyłania się z podbrzusza
- czujesz wzrost i przyływ energii w sobie, która wręcz popycha Cię do działania
- czujesz, że coś jest dla Ciebie właściwe na poziomie odczuć w ciele, choć nie do końca wiesz, gdzie dana decyzja Cię zaprowadzi
- czujesz, że coś jest właściwe i nie potrafisz tego wytłumaczyć z poziomu głowy, ufasz, że Twoje ciało wie więcej niż jest w stanie pojąć Twój umysł
- odpowiadasz na coś, co przychodzi do Ciebie z otoczenia, a nie pojawia się w Twojej głowie znikąd
- odpowiadasz poprzez gardłowe, automatyczne i natychmiastowe dźwięki, a nie pełne słowa, zdania lub dźwięki po pauzie, które wygenerował umysł
- odpowiadasz na pytania zamknięte, a nie otwarte, które wymagają stworzenia lub wymyślenia opcji
- po prostu czujesz całą sobą, że to jest właściwe i ufasz, że to wystarczy

## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy czuję w sobie zapał i energię do działania w odpowiedzi na propozycję lub możliwość, która się pojawiła?

Czy odczuwam w sobie wzrost energii i jakby coś pchało mnie do zanurzenia się w danym działaniu lub relacji?

Czy czuję, że to jest coś, co chciałabym robić w danej chwili i jestem rozświetlona samą myślą o realizacji tego?

Czy moje wewnętrzne odczucie 'tak', pojawiające w momencie ukazania się przedmiotu decyzji jest mocne i jednoznaczne?

Czy potrafię podać powód swojej decyzji? Jeśli tak, to nie odpowiedź z ciała, tylko z głowy.

Czy czuję ścisnięcie na poziomie brzucha lub zawahanie odnośnie decyzji?

Czy ufam sygnałom ze swojego ciała, nawet nie wiedząc dokąd mnie ostatecznie prowadzą?

Czy jestem niecierpliwa i chcę już działać nad pomysłami z głowy, zamiast czekać na coś, co przyjdzie ze środowiska zewnętrznego?

Czy staram się myśleć o przedmiocie decyzji, racjonalizując i zastanawiając się czy jest korzystna, niż zaufać odczuciu w moim podbrzuszu, które pojawiło się w danym momencie?

## TWOJE MOTTO ŻYCIOWE

*„Jeśli nie czujesz w sobie zdecydowanego ‘O tak!’ w danej chwili, gdy coś się pojawia, to znaczy nie. Jeśli to jednoznaczne ‘Ooo tak!’ - idź po to śmiało. To jest ten czas.”*

## AFIRMACJE

*Moim jedynym i najlepszym doradcą jest moje podbrzusze. Nawet jeśli nie wiem dlaczego kieruje mnie w daną stronę, ufam, że jest to dla mnie właściwe i z czasem zrozumie sens.*

*Najlepsze decyzje to te, które czuję całą sobą i których nie potrafię wyjaśnić z poziomu głowy.*

*Kiedy czuję wzrastającą energię, która dosłownie popycha mnie do działania, wchodzę w zaangażowanie śmiało i bez zastanowienia. Jeśli nie czuję w sobie zdecydowanego 'tak', przyjmuję, że oznacza to nie lub nie w tym momencie.*

*Jeśli coś nie sprawia, że w danym momencie się ekscytuję i wyrrywam do działania, nie czekam aż coś się zmieni. Przyjmuję, że to nie była właściwa rzecz dla mnie.*

CENTRA NIEZDEFINIOWANE

# TWOJE POTENCJAŁY MĄDROŚCI

Twoje niezdefiniowane centra to największe źródła eksploracji, lekcji życiowych i obszarów rozwojowych.

To miejsca, przez które wpada do Ciebie energia z otoczenia, którą możesz doświadczać na różne sposoby. Spotykając na swojej drodze osoby, które w

Twoich białych centrach, posiadają definicję, chłonisz ich energię i wzmacniasz. Dopóki

nie uświadomisz sobie, że to są Twoje okna na świat, możesz być tam podatna na uwarunkowania. Kiedy

jednak przestaniesz się utożsamiać z tym, co przez nie wpada, a nauczysz się doświadczać, zamienisz je

w swoje potencjały mądrości.

# INSPIRACJA I PRESJA MENTALNA

*Jesteś zaprojektowana, by czerpać inspirację  
od innych ludzi i otaczającego Cię świata.*

Jesteś zaprojektowana, by znajdować inspirację wszędzie i w wielu rzeczach. Masz możliwość chłonięcia wszelkiego rodzaju inspiracji ze świata, które pojawiają się w Twojej głowie, w najbardziej niespodziewanych momentach i porach i wybieranie z nich tych, które są właściwe dla działań zgodnych z Tobą.

Kiedy wykorzystujesz swoją otwartość jako dar, jesteś stale zainspirowana i potrafisz skupiać się na rzeczach, które są dla Ciebie wartościowe i właściwe, wykorzystując je jako pozytywną stymulację w swoich działaniach.

Twoim zadaniem jest uwolnienie presji, by realizować wszelkie inspiracje, które przychodzą Ci do głowy, przekuwać wszystkie pomysły na działania lub próbować odpowiadać na pytania, które pojawiają się w Twojej głowie lub do których popychają Cię inni. Wykorzystuj presję mentalną jako pozytywną stymulację, by odkrywać nowe przestrzenie, zdobywać wiedzę lub działać, ale bez przytłoczenia lub zagubienia w niekończącym się przyptywie inspiracji.

W swojej mądrości, potrafisz oceniać, które pomysły są warte rozmyślenia, a które powodują tylko zamieszanie. Nie każda inspiracja, która do Ciebie przychodzi, jest warta inwestowania w nią swojej energii. Używaj swojego Autorytetu, by wiedzieć, które z nich są warte podążania za nimi i zgłębiania.

Czerpiesz radość z zagadek i tajemnic życia, ale nie czujesz presji, by je wszystkie rozwiązać i nie zatracasz się w swojej głowie, by znaleźć odpowiedzi. Ufasz, że przyjdą one w odpowiednim momencie.

Twoja otwartość na odbieranie inspiracji od innych, pozwala Ci na przeglądanie licznych pomysłów, ich efektywną ocenę i wyłapywanie cennych dla siebie wartości, które możesz wykorzystać w praktyczny i efektywny sposób w swoich działaniach.

Dzięki swojej otwartej Głowie potrafisz uprościć czyjś skomplikowany tok myślenia i przetłumaczyć go na bardziej przystępny język.

Twoja otwarta głowa to dar zgłębiania tajemnic życia, ludzkiej świadomości i nieskończone, intelektualne możliwości stymulacji w zakresie różnych obszarów.

Osiągając mądrość w swojej otwartej Głowie, jesteś w stanie rozumieć kto i co jest dla Ciebie prawdziwie inspirujące oraz które inspiracje podjąć, a które jedynie obserwować jak przepływają przez Twoją głowę.

Twoim sekretem do utrzymania zdrowia psychicznego jest nie uleganie mentalnej presji i pozostawanie niezależnym obserwatorem tego, co dzieje się i przepływa przez Twoją głowę.

Każda myśl, którą chcesz poddać rozmyślaniu lub przenieść w życie, wymaga przepuszczenia przez Twój wewnętrzny filtr Autorytetu.

## ROZPOZNAJ NISKĄ EKSPRESJĘ

*Nie pozwól, by natłok inspiracji  
i presji mentalnej Cię przygniótł.*

W związku z tym, że masz wielką otwartość na inspirację z zewnątrz, możesz łatwo zbaczać ze swojej ścieżki, czując w sobie presję, by przenieść każdy pomysł, który się w Tobie pojawia w działanie, zamiast przepuścić go przez filtr swojego Autorytetu, by wiedzieć czy inwestować w niego swoją energię.

Kiedy skupiasz się na rozmyślaniu o rzeczach, które nie mają znaczenia, możesz czuć w sobie zamieszanie, przytłoczenie myślami, pomysłami i inspiracjami, bezproduktywność i brak wiedzy na czym powinnaś się skupić.

Możesz być zagubiona w pytaniach innych ludzi, zmartwieniach, wątpliwościach lub pomysłach i inspiracjach, które pojawiają się w Twojej głowie. Co więcej, możesz usiłować rozwiązać te rozterki i problemy, myśląc, że są Twoje.

Stale przepływający przez Twoją głowę strumień myśli i pytań może odciągnąć Cię od prawidłowego systemu decyzyjnego. Możesz podejmować decyzje z pozycji wątpliwości, zagubienia lub chęci zrozumienia dlaczego.

Im bardziej próbujesz wyjść z zamieszania i natłoku myśli, próbując znaleźć odpowiednia inspirację lub odpowiedzi na pojawiające się pytania, tym większy czujesz niepokój. Zamiast rozwiązania przychodzi jeszcze większa umysłowa presja, chaos i błędzenie.



Możesz wpaść w błędne koło próbowania różnych rzeczy, które przychodzą Ci do głowy, widząc w każdej z nich potencjał.

Możesz wpaść w pułapkę spędzania czasu na rozwiązywaniu dylematów życia innych osób, które przyjąłeś za swoje.

### **ROZPOZNAJ DIALOG UMYSŁU NIE-JA**

*„Jestem przytłoczona moimi myślami, ciągłymi inspiracjami i pomysłami i nie wiem, co jest ważne i na czym powinnam się skupić. Muszę znaleźć odpowiedzi na wszystkie moje pytania. Gdzie mogę znaleźć odpowiedzi? Do kogo mogę się udać, by pomógł mi rozwiązać moje znaki zapytania? Muszę to zrozumieć i odnaleźć sens. Czuję niepokój, gdy nie znam odpowiedzi. O czym powinnam myśleć? Czy powinnam się tym zainteresować? Muszę znaleźć coś inspirującego. To wygląda na coś interesującego. Ten pomysł wygląda obiecująco, by wdrożyć go w życie i w końcu znaleźć kierunek.”*

## ODSŁOŃ SWÓJ POTENCJAŁ

*Stań się obserwatorem swoich myśli i inspiracji i wyłapuj te, które mają wartość.*

Naucz się inspirować i wybierać w połączeniu ze swoim Autorytetem, które pomysły są warte rozmyślenia, a które nie. To, że pomysł pojawił się w Twojej głowie, nie oznacza, że wymaga podążania za nim lub realizacji. Nawet jeśli jest atrakcyjny i obiecujący, niekoniecznie jest zgodny z Twoją ścieżką.

Zwracaj uwagę na to, co sprawia, że jesteś zainspirowana, skupiona i wyrównana w sobie, a co powoduje w Tobie zamieszanie, rozproszenie i umysłową gonitwę.

Sporządź sobie listę inspiracji, pomysłów i rzeczy, które czujesz, że są zgodne z Tobą i które powodują w Tobie przyływ energii i radości. Zweryfikuj ją ze swoim Autorytetem. Trzymaj się swojej listy, by nie zboczyć z toru. Choć zawsze daj sobie elastyczność i bądź uważna na ewentualne zmiany i sygnały w sobie, które mogą pojawić się w czasie, zamiast podążać po trupach do celu.

Poproś o pomoc innych, by pomogli Ci skupić swoją energię we właściwych kierunkach i identyfikować Twoje priorytety. Pamiętaj tylko, by każdą zewnętrzną sugestię przepuścić przez filtr własnego Autorytetu, a nie wdrażać coś, bo ktoś tak powiedział.

Zwróć uwagę na czym spędzasz dużą część swojego czasu. Czy stymulujesz się rzeczami, które mają dla Ciebie wartość i znaczenie, czy błędzisz wśród rzeczy, które nie mają znaczenia?

Medytacja może być pomocna, by oczyścić głowę i spojrzeć na swoje pomysły bez uczucia presji. Dobrą praktyką pomagającą uwolnić się od nadmiernej stymulacji i wyodrębnić inspiracje, które są dla Ciebie właściwe, może być spędzenie czasu w samotności, przebywanie na łonie natury czy wygospodarowanie czasu bez internetu czy telefonu.

Jeśli jednak potrzebujesz dodatkowej inspiracji lub pomysłów, wybierz się do ludzi, czy po prostu, by mieć prywatność w miejscu publicznym, by złapać nowe spojrzenia i stymulacje, ale wybieraj z nich te wartościowe dla siebie w połączeniu z Twoim Autorytetem.

## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy czuję jakbym zawsze była pod presją, by odpowiedzieć na pytania innych ludzi?

Czy często zdarza mi się wdrażać w życie pomysły i inspiracje, które pojawiają się w mojej głowie?

Czy łapię się na tym, że rozmyślam o rzeczach, które nie mają znaczenia?

Czy zdarza mi się myśleć o rzeczach, na które nie mam wpływu lub których nie mogę już zmienić?

Czy staram się znaleźć inspirację lub pomysł, co mogłabym robić w życiu?

## MADROŚĆ I POTENCJAŁ

- otwartość na nowe inspiracje, pomysły i spostrzeżenia
- możliwość eksploracji niezliczonej ilości perspektyw
- stymulacja, by poznać odpowiedzi, ale bez uczucia przytłoczenia
- zbieranie wielu inspiracji w jedną praktyczną i uproszczoną formę
- wycofanie się, gdy pojawiają się wątpliwości, zamęt lub chaos w głowie

## NISKA EKSPRESJA

- zagubienie w mentalnym monologu, myślotoki
- rozproszenie uwagi i problem ze skupieniem w jednym kierunku
- myślenie o rzeczach, które nie mają znaczenia
- przytłoczenie i niepokój związany z choasem w głowie
- silna presja, by znaleźć odpowiedzi na pytania
- podejmowanie decyzji z poziomu głowy

## AFIRMACJA

*Czuję się głęboko zainspirowana przez cały czas, ale wybieram to, co dla mnie właściwe.*

*Podążam zgodnie z moją Strategią i Autorytetem, by wiedzieć jakie podjąć działanie.*

*Pytania, które pojawiają się w mojej głowie pochodzą od innych. Nie muszę odpowiadać na nie wszystkie. Wybieram tylko na te, które mnie inspirują i wnoszą wartość.*

*Gdy tylko czuję się przytłoczona moimi myślami, wycofuję się i udaję w miejsce, gdzie mogę być sama i wolna od stymulacji, by wypuścić umysłową presję, którą wchłonęłam z otoczenia.*

*Uwalniam potrzebę myślenia o rzeczach, które nie mają dla mnie znaczenia. To ja wybieram, o czym będę rozmyślać.*

# KONCEPCJE I FORMUŁOWANIE

*Jesteś zaprojektowana do myślenia  
i patrzenia na rzeczy z różnych perspektyw.*

Jesteś zaprojektowana, by myśleć na wiele różnych sposobów i patrzeć na tematy z różnych perspektyw. Twój umysł jest bardzo elastyczny i otwarty. Masz w sobie wielki potencjał intelektu, który nie jest sztywny, tylko podąża za różnymi tokami myślenia, wyłapując to, co ważne i łącząc to z innymi spojrzeniami.

Kiedy wykorzystujesz swoją otwartość jako dar, potrafisz patrzeć na problem z kilku stron i wyciągać nieszablonowe wnioski i wartościowe spostrzeżenia, które nie są dostrzegalne przez innych.

Masz potencjał osiągnięcia wielkiej mądrości na temat różnych koncepcji, z którymi spotykasz się w życiu. Potrafisz widzieć szerszy obraz i zauważać połączenia, między potencjalnie niepowiązanymi dziedzinami lub tematami.

Masz umiejętność przetwarzania i rozumienia informacji na wiele różnych sposobów. Dla kogoś coś może wydawać się białe, ale Ty widzisz całą paletę kolorów i odcieni. Twój sposób myślenia nie jest stały. Jeden koncept może być obejrzany przez Ciebie z różnych stron i stanowisk oraz przetworzony na wiele różnych sposobów. Masz dostępne niekończące się możliwości intelektualne.

W swojej mądrości, potrafisz rozpoznać wartościowe koncepcje, nad którymi warto się zastanowić. Potrafisz ocenić i wybrać te idee, spostrzeżenia i opinie, które są przydatne, praktyczne lub warte rozważenia i podzielenia się z innymi.

Nie starasz się być konsekwentna w swoim sposobie myślenia, nie próbujesz prezentować siebie jako mądrą i posiadającą stałe stanowiska w jakichś sprawach i odpowiedzi na wszystko. Swój płynny i elastyczny umysł, traktujesz jako dar i dzielisz się tym nieszablonowym podejściem do rzeczy z innymi.

Potrafisz wyciągać esencję z wielu kierunków myślenia i skompilować tę wiedzę w jeden, sensowny przekaz, który będzie prosty i zrozumiały dla innych osób.

Twoim sekretem do utrzymania zdrowia psychicznego jest nie uleganie presji, by myśleć w określony sposób, trzymać się klucza, posiadać stałe opinie i odpowiadać na wszystkie pytania.

Czerpiesz radość z eksploracji wielu koncepcji, sposobów myślenia i patrzenia na świat. Obserwujesz je i wyłapujesz to, co jest dla Ciebie wartościowe, resztę puszczając bez uczucia niepokoju, że powinnaś zająć się i skupić na wszystkim.

Potrafisz rozwiązywać problemy innych ludzi, bo masz umiejętność spojrzenia na problem z innej perspektywy, a czasem wielu stron. Nie patrzysz na drzewo z jednego miejsca, ale potrafisz je obejść i spojrzeć na cały las.

Nie próbujesz znaleźć rozwiązań osobistych problemów za pomocą umysłu. Do tego służy Twoja Strategia i Autorytet.

Potrafisz podchwytować myśli i pomysły innych osób, zanim jeszcze ktoś wypowie je na głos. Potrafisz czytać ludziom w myślach.

## ROZPOZNAJ NISKĄ EKSPRESJĘ

*Nie trzymaj się jednej koncepcji i opinii,  
by czuć się pewnie i stabilnie.*

W związku z tym, że masz wielką otwartość na wiele sposobów myślenia, możesz czuć się zaniepokojona swoją ciągłą niepewnością i niekonsekwencją myśli, opinii i sposobu patrzenia na świat. Możesz próbować przyjąć i trzymać się jednego toku myślenia, by mieć coś stałego, na czym możesz polegać.

Kiedy myślisz, że Twój nieszablonowy i płynny sposób myślenia jest czymś nieodpowiednim, możesz podejmować działania, dzięki którym starasz się przekonać innych lub siebie samą, że jesteś mądra lub pewna tego, co mówisz i wiesz.

Możesz przyjmować adaptacyjną strategię bycia konsekwentną w działaniach i sposobie myślenia, by uniknąć upokorzenia. Popełnianie błędów i ujawnianie tego może być dla Ciebie trudne, dlatego możesz trzymać się swojej wersji, nawet gdy wiesz, że nie była właściwa.

Potrzeba bycia konsekwentną i pokazania, że jesteś mądra i rozsądna, może prowadzić do usztywnienia przekonań i trzymania się koncepcji, które Ci nie służą. Próby udawania pewności, mogą prowadzić do podejmowania decyzji z poziomu głowy i doświadczania życia zbudowanego na głębokich uwarunkowaniach.

Możesz czuć się przytłoczona koncepcjami, które się w Tobie pojawiają i nie wiedzieć na czym powinnaś się skupić.

Stale pojawiające się koncepcje, pomysły mogą być przekuwane na obiecujące strategię na życie, które mogą odciągać Cię od prawidłowego systemu decyzyjnego. Możesz wpaść w błędne koło wdrażania w życie różnych rzeczy, które przychodzą Ci do głowy, widząc w każdej z nich potencjał i czując presję, by coś z tym zrobić.

Im bardziej zanurzasz się w każdą koncepcję, która pojawia się w Twojej głowie, tym większy niepokój czujesz, nie wiedząc czym powinnaś się zająć, co zrobić i jak działać. Przyjmujesz jeden kierunek i trzymasz się go konsekwentnie, by jakoś uwolnić się od chaosu.

Czujesz niepokój, że nie możesz znaleźć odpowiedzi i zaprowadzić porządku w swoim życiu. Przyjmujesz jedno rozwiązanie, bo masz wrażenie, że w innym przypadku stale będziesz błędzić.

## ROZPOZNAJ DIALOG UMYSŁU NIE-JA

*„Muszę pozbyć się tego chaosu. Co mam zrobić ze swoim życiem? Muszę uporządkować moje życie. Muszę wymyślić jakąś strategię na życie. Gdzie jest mój kolejny krok? Ta niepewność budzi we mnie niepokój. Muszę to rozgryźć. Muszę urzeczywistnić ten pomysł w moim życiu. Lepiej będę trzymać się tej strategii, żeby nikt nie zarzucił mi, że nie wiem dokąd zmierzam. Muszę działać rozsądnie i logicznie. Będę trzymać się jednej opinii, to nikt mi nic nie zarzuci. Nie będę wyrażać mojej prawdziwej opinii, bo ktoś ją podważy. Muszę mieć coś na poparcie swojej opinii. Muszę być gotowa na ewentualną dyskusję. Muszę to zapamiętać, aby pokazać, że jestem mądra lub pewna.”*

## ODSŁOŃ SWÓJ POTENCJAŁ

*Pozwól sobie na zmienność i korzystaj z nieograniczonych możliwości kontemplacji.*

Masz w sobie dar przeglądania wielu informacji, idei, koncepcji i patrzenia na nie z różnych perspektyw i sposobów zrozumienia. Ale to dar przeglądania, a nie przyjmowania ich do swojego życia. Uwolnij przekonanie, że masz się na coś zdecydować i trzymać się tego, co przyjęłaś lub sobie założyłaś. Pozwól temu przepływać i wyłapuj to, co jest dla Ciebie wartościowe i łącz to z innymi rzeczami.

Uwolnij się od presji, by zawsze znać odpowiedzi. Naucz się mówić: „Nie pamiętam. Nie wiem. Pozwól, że wrócę do Ciebie, muszę sprawdzić moje notatki, żeby się upewnić.” lub po prostu „Nie wiem.” i to jest w porządku. Nie musisz zawsze wiedzieć.

Gdy trafiłaś na coś ważnego lub wartego uwagi i nie chcesz o tym zapomnieć, zapisz to sobie. Karta i długopis lub notatnik w telefonie to Twoi najlepsi przyjaciele. Rzeczy mogą uciekać z Twojej głowy, tak szybko jak się pojawiły. Ale zanim do tego usiądziesz i to wykorzystasz, przepuść to przez filtr swojego Autorytetu.

Zamiast starać się trzymać jednego nurtu i toku myślenia, pozwól sobie na swój naturalny obiektywizm i patrzenie na rzeczy z różnych stron. Poprzez łączenie wielu spojrzeń i sposobów myślenia, możesz znajdować jasność w czasem zawitych i skomplikowanych conceptach i teoriach.

Uwolnij konieczność bycia stałą w sposobie w jaki myślisz i przetwarzasz informacje i zaakceptuj swoją zmienność. Pozwól sobie na czerpanie radości z tej podróży przez ludzkie umysły i sposoby w jaki patrzą ja świat.

Pozwól sobie być skarbnicą wiedzy dla innych. Masz dar do przesiewania niezliczonej liczby ludzkich przemyśleń, wchodzenia w wiele różnych wątków i sposobów patrzenia na świat. Nie zamykaj się w pudełku, bo obawiasz się, że ktoś zarzuci Ci niespójność. Przekuj to w Twój atut i potencjał wielkiej mądrości. Bo właśnie tak jest.

Inteligencja nie przejawia się jako stałe stanowisko, niezmiennie zdania i opinie, tylko jako akceptacja i zrozumienie swojej natury.



## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy zmagam się z poczuciem braku pewności w swoich wypowiedziach i opiniach?

Czy staram się przekonać wszystkich i sama siebie, że jestem pewna tego, co mówię i robię?

Czy staram się myśleć logicznie i racjonalnie?

Czy staram się podejmować rozsądne decyzje, oparte na analizie i intensywnych przemyśleniach?

Czy trzymam się jednej, przyjętej opinii i stanowiska, by nikt nie zarzucił mi niespójności?

Czy zatrzymuje dla siebie pomysły, które pojawiają się w mojej głowie i staram się wdrażać je w życie?

### MADROŚĆ I POTENCJAŁ

- otwarty i elastyczny umysł, potrafiący patrzeć na zagadnienia z różnych perspektyw
- zdolność do wyciągania esencji ze skomplikowanych koncepcji i tworzenie bardziej uproszczonych przekazów
- umiejętność łączenia różnych dziedzin w jedną, spójną i logiczną całość
- możliwość eksploracji wielu pomysłów, koncepcji, formuł i przemyśleń, bez skupiania się na nich

### NISKA EKSPRESJA

- udowadnianie pewności i trzymanie się jednej koncepcji, formuły lub opinii
- zagłębianie się w rzeczy, które nie mają znaczenia
- staranie się, by wyglądać na pewną swoich opinii, koncepcji, spojrzenia na świat czy kierunku
- presja do logicznego i ustrukturyzowanego myślenia -
- obawa przed brakiem akceptacji w społeczeństwie opartym na rozsądku i mentalnych decyzjach

## **AFIRMACJA**

*Moje spojrzenie na świat jest płynne i elastyczne.*

*Doceniam mój dar patrzenia na rzeczy z wielu perspektyw i  
dostrzegania esencji i niuansów w rzeczach, których nie  
dostrzegają inni.*

*Wypowiadam swoje zdanie czy stanowisko, kiedy czuję, że to  
właściwy moment i że chciałabym się tym podzielić.  
Pozwalam sobie na zmienność, a także brak opinii.*

*Uwalniam się od bycia konsekwentną w swoich wypowiedziach i  
opiniach. Jeśli w danym momencie widzę sprawę inaczej, dzielę  
się swoim nowym spojrzeniem.*

*Moje spojrzenie na świat stale ewoluuje. Lubię zadawać pytania i  
jestem ciekawa wielu rzeczy, które mnie przyciągają, by  
wyciągnąć z nich wartość i nową perspektywę.*

# KOMUNIKACJA I DZIAŁANIE

*Właściwe słowa, wypowiedziane w odpowiednim momencie, mają największą moc.*

Masz w sobie dar mówienia różnymi głosami i swobodę ekspresji na różne sposoby. To daje Ci szeroką gamę i elastyczność wyrażania siebie.

W swojej mądrości potrafisz docenić prawdziwą wartość i potęgę słów. Rozumiesz, że prawdziwą moc mają te, które wypływają wprost z Ciebie, a nie są kontrolowane z poziomu głowy. To jest prawdziwa ekspresja Twojej unikalności i sposób do prowadzenia efektywnej i wartościowej komunikacji z innymi.

Wiesz, że każde słowo i działanie ma swoje miejsce i czas. Potrafisz cierpliwie czekać w ciszy, bo wiesz, że gdy przyjdzie właściwy moment, zostaniesz do tego zaproszona i będziesz mogła powiedzieć lub zadziałać z prawdziwą mocą, która w Tobie drzemie.

Nie zastanawiasz się, co powinnaś powiedzieć lub zrobić i nie próbujesz układać sobie formułek lub planów w głowie, bo wiesz, że prawdziwy autorytet zewnętrzny wypływa z Ciebie naturalnie, gdy pozwalasz słowom i działaniom płynąć, gdy nadejdzie ich moment.

Potrafisz rozpoznawać, kto mówi i działa autentycznie, a kto nie. Wiesz, czy ktoś mówi wprost z siebie, czy jego wypowiedź jest kontrolowana z poziomu głowy. Potrafisz też wyczuwać fałsz na odległość.

Nie martwisz się, że nie będziesz potrafiła wyrazić siebie lub przekazać czegoś w sposób zrozumiały dla innych. Ufasz, że gdy przyjdzie właściwy moment, będziesz miała wszystkie potrzebne narzędzia, by wyrażać się pewnie, śmiało i zrozumiale, mając uwagę innych.

Nie starasz się być konsekwentna w swoim sposobie wyrażania siebie, bo wiesz, że Twoim darem jest mówienie i ekspresja na wiele różnych sposobów.

Masz w sobie umiejętność wycucia, kiedy jest właściwy moment, by coś powiedzieć, by było to usłyszane i miało największe przełożenie.

Jesteś wolna od presji, by zawsze wtrącić swoje trzy grosze. Potrafisz słuchać innych i cierpliwie czekasz, aż sami zapytają o Twoje spostrzeżenia, zdanie czy opinię. Ludzie doceniają Twoją umiejętność słuchania i zwrotnie dają Ci więcej uwagi, gdy Ty mówisz.

Masz łatwość mówienia w innych językach lub zdolność udawania czyjegoś sposobu mówienia. Masz też w sobie potencjał dobrego mówcy, czy talent do wokalu.

Kiedy wykorzystujesz swoją otwartość jako dar, masz umiejętność mówienia z niesamowitą czystością, klarownością i poezją, która nie jest dostępna dla innych.

Wiesz, że jesteś warta bycia zauważoną i usłyszaną. Szanujesz to, że nie jesteś dla wszystkich i że osoby, które są gotowe na to, by usłyszeć to, co masz do powiedzenia, poproszą Cię o głos.

## ROZPOZNAJ NISKĄ EKSPRESJĘ

*Nie staraj się przyciągnąć uwagi, mówiąc i robiąc zbyt dużo. Efekt będzie przeciwny.*

Możesz mieć wrażenie, że nikt Cię nie zauważa i nie słucha, dlatego starasz się przyciągnąć uwagę poprzez mówienie, działanie i bycie w centrum zainteresowania, mając pewność, że nie zostaniesz pominięta. Możesz podejmować działania, które zapewnią Ci uwagę innych, dzięki czemu czujesz się zauważona i bezpieczna.

Gdy chcesz wydostać się z niekomfortowego uczucia, że nikt nie zapyta Cię o zdanie lub nie poprosi o głos, możesz doświadczać wymykających się spod kontroli słów i działań, które mogą budzić w Tobie niepokój. Czasem możesz powiedzieć coś nie na miejscu, co może prowadzić do nieporozumień, dyskomfortu czy zakłopotania.

Możesz czuć się sfrustrowana, gdy nie możesz się skutecznie wyrazić: 'Nie mogę znaleźć właściwych słów'. Możesz próbować układać sobie formułki w głowie, co powiesz. Ale ostatecznie nie będziesz w stanie powiedzieć tego, co sobie zaplanowałaś. Co może obniżyć Twoje poczucie własnej wartości, pewności i wiary w siebie.

Gdy starasz się ująć ciśnieniu, które tworzy się wokół Twojego Gardła, możesz wtrącać i przerywać swojemu rozmówcy, a nawet prowadzić do istnego monologu.

Możesz nie tylko zastanawiać się jak przyciągnąć uwagę, ale także rozmyślać kim możesz się stać, co robić w życiu, by zostać zauważona i by ludzie Cię słuchali. Próba zrozumienia tego i wdrażania w życie, prowadzi do podejmowania nieodpowiednich decyzji.

Możesz marnować bardzo dużo energii na podróże umysłowe, tworząc strategie dotyczące życia, działań i tego, co powiedzieć.

Twoje starania o uwagę zazwyczaj prowadzą do odwrotnego efektu. Twoje słowa i działania są ignorowane, niedostrzegane przez innych, a czasem mogą prowadzić do odrzucenia lub wykluczenia.

Cisza jest dla Ciebie istną torturą, gdy jesteś wśród ludzi. Nie potrafisz w niej być. Czujesz się niekomfortowo, dlatego starasz się ją przerwać, mówiąc lub robiąc cokolwiek.

Ludzie potrafią wyczuwać, gdy ktoś ma presję, by zwrócić na siebie uwagę i może ich to zniechęcać do poświęcenia Ci jej. Ważność Twoich przekazów będzie uznana przez nich jako mała, jak zbędne reklamy, które wyświetlają się wszędzie, a nikt ich nie chce.

### **ROZPOZNAJ DIALOG UMYSŁU NIE-JA**

*„Nikt mnie nie słucha. Czy ktoś mnie zauważa? Jak mogę zwrócić na siebie uwagę? Powiem to, żebym została zauważona. Ludzie myślą, że nie mam nic do powiedzenia. Jeśli rozpocznę tę rozmowę, zwrócę na siebie uwagę. Cisza sprawia, że czuję się niekomfortowo, muszę coś powiedzieć, cokolwiek. Co mam powiedzieć lub zrobić? Powinnam coś zamanifestować. Co mam zamanifestować? Kim będę w życiu? Jak mogę zostać dostrzeżona? Nie wiem jak wyrazić siebie. Co mam zrobić, by nie być lekceważona? Jeśli coś zainicjuję, zdobędę uwagę, na którą zasługuję. Uwaga jest tym, co jest dla mnie najważniejsze i muszę stale starać się ją utrzymać.”*

## ODSŁOŃ SWÓJ POTENCJAŁ

*Mów mniej, słuchaj więcej. Czekaj na odpowiedni moment, by zabrać głos lub działać.*

Ucz się zaznawać spokoju i komfortu w ciszy. Czekanie na odpowiedni moment do wyrażenia siebie, pomaga Ci działać zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem i uczyć się właściwego wyczucia czasu i przepływu energii odnośnie jakichkolwiek działań.

Porzuć próby kontroli tego, co mówisz i robisz. Manifestowanie słów i czynów we właściwym momencie, jest kluczem do uniknięcia oporu. Dzięki temu nie tylko zaczynasz działać w zgodzie ze sobą, ale stajesz się też szanowanym i wartościowym autorytetem zewnętrznym dla innych.

Ćwicz odpowiednie wyczucie czasu i zobacz, jak różni się odbiór przekazu, który jest wyrażony w odpowiednim momencie i sytuacji. Czasem powiedzenie jednego zdania, ale w idealnej chwili, może wniesć więcej niż tysiąc słów. Mistrz Joda jest tego idealnym przykładem.

Przyjmij ciszę jako swój naturalny stan, który przerywasz tylko, gdy ktoś zwraca się do Ciebie o podjęcie głosu lub działania i jest to dla Ciebie właściwe zgodnie z Twoim Autorytetem. To jak mistrz, który siedzi pogrążony w medytacji, do którego ludzie przychodzą sami, by podzielić się z nimi swoją wielką mądrością.

Naucz się oswajać i nie ulegać ciśnieniu, które tworzy się wokół Twojego Gardła i popycha Cię, by mówić. Przyglądaj się mu i postaraj się zrelaksować, nie reagując. Zobaczysz, że samo z czasem zniknie.

Możesz zrobić sobie eksperyment i zobaczyć, jak Twoja aura komunikuje się za Ciebie, przyciągając do Ciebie ludzi, którzy poproszą Cię o głos. Udaj się na spotkanie ze znajomymi i przez 10-15 minut rozmowy, nie odzywaj się. Zobaczysz, że w pewnym momencie ktoś zwróci się do Ciebie i poprosi, byś coś się podzieliła.

Nie próbuj przyciągać uwagi mówieniem i robieniem dużo, więcej i jeszcze więcej. Wtedy starasz się przykuć uwagę ludzi, konkurując z innymi, potencjalnie wartościowymi rzeczami, jak reklamy na Time Square. Uwaga, uwadze nie równa. Gdy czekasz, aż ktoś poprosi Cię o głos, cała uwaga jest skierowana na Ciebie. Wtedy jest Twój prawdziwy moment.

# ZAPYTAJ SIEBIE

Czy staram się przyciągnąć uwagę innych?

Czy cisza sprawia, że czuję się niekomfortowo, gdy jestem wśród ludzi?

Czy gdy z kimś rozmawiam, moje wypowiedzi zazwyczaj dominują rozmowę?

Czy to ja jestem zazwyczaj tą, która rozpoczyna rozmowę lub przerywa innym?

Czy często nie słucham, gdy ktoś do mnie mówi, bo już układam sobie w głowie plan, co powiedzieć dalej?

## MADROŚĆ I POTENCJAŁ

- zdolność mówienia różnymi głosami i ekspresjami
- uczucie spokoju i komfortu w ciszy
- mądrość, że zawsze jest odpowiedni czas, by coś się zadziało i będziesz o wiedziała, gdy on nadejdzie
- zaufanie, że w odpowiednim momencie zawsze pojawią się odpowiednie słowa
- umiejętność wyrażenia siebie z łatwością, gdy nadchodzi czas
- szacunek do słów i świadomość ich mocy

## NISKA EKSPRESJA

- próby przyciągnięcia uwagi na różne sposoby
- mówienie za dużo, bez składu i głębszego sensu
- mówienie rzeczy, które są nie na miejscu
- obawa przed byciem niezaważoną, zlekceważoną, pominiętą
- dyskomfort podczas milczenia
- formułowanie wypowiedzi w głowie
- i zawód związany z nieumiejętnością ich późniejszego wyrażenia

## **AFIRMACJA**

*Uwalniam się od robienia rzeczy, by zwrócić na siebie uwagę.  
Zostanę poproszona o głos lub działanie w odpowiednim  
momencie.*

*Szanuję moje słowa i zachowuję je dla tych, którzy są otwarci na  
ich usłyszenie i poznanie tego, co mam do powiedzenia.*

*Czekam, by być poproszona o głos lub czuję się zainspirowana,  
żeby się czymś podzielić.*

*Uwalniam potrzebę kontroli nad tym, co chcę powiedzieć.  
Ufam, że właściwe słowa wypłyną ze mnie, gdy nadejdzie  
właściwy czas i okoliczności.*

*Mam dar mówienia właściwych rzeczy, we właściwy sposób i we  
właściwym momencie. Wiem, że dopiero wtedy nabierają  
prawdziwej mocy.*

*Czuję się komfortowo w ciszy i nie próbuję jej wypełnić  
czymkolwiek.*



## EMOCJE I DUCH

*Jesteś zaprojektowana, by dostrzegać piękno głębi emocji, uczuć i ducha.*

Masz możliwość doświadczania całego spektrum obfitości i przyjemności z czystego życia: namiętności, pasji, romansu, emocji, muzyki, jedzenia. Ale by to wszystko było pięknymi przeżyciami, musisz wchodzić w nie z pozycji świadka, obserwatora, a nie utożsamiać się ze uczuciami, pragnieniami i potrzebami.

Potrafisz rozróżniać kto jest dla Ciebie zdrowo emocjonalny, a kto nie i wiesz kiedy warto konfrontować się z czyjąś prawdą, przekonaniami lub potrzebami, a kiedy należy odpuścić i odejść.

Masz potencjał do osiągnięcia dużej świadomości odnośnie lęków emocjonalnych i nerwowości, która może prowadzić do podejmowania impulsywnych i często niewłaściwych decyzji.

Kiedy wykorzystujesz swoją otwartość jako dar, dostrzegasz jak emocje zmieniają nasz sposób patrzenia na świat, spojrzenie i perspektywę, zakrzywiając obraz jak pryzmat. Raz wszystko wygląda różowo, a raz w czarno-białych barwach. Jasność wyłania się, gdy złączymy razem wszystkie te obrazy i wtedy można dostrzec prawdę.

Potrafisz odsunąć się od emocji, by nie miały one wpływu na Twoje postrzeganie świata i podejmowanie decyzji. W swoim procesie decyzyjnym zawsze polegasz na własnej Strategii i Autorytecie i ich unikalnej mechanice działania. Jeśli pojawiające się w Tobie emocje, zakłócają odbiór właściwych sygnałów z Twojego ciała, wybierasz się do własnej przestrzeni, by pobyć sama i dostroić się do siebie.

Masz w sobie wielką empatię i zrozumienie na ludzkie uczucia, pragnienia i potrzeby. Potrafisz pozostać w spokoju i wyrównaniu, nawet, gdy ktoś jest pod wpływem silnych emocji. Gdy nie czujesz się komfortowo, opuszczasz miejsca, przestrzenie i ludzi, bez odreagowywania i obwiniania, pozwalając sobie wypuścić wchłonięty ładunek emocjonalny, a drugiej stronie ochłonać.

Nie bierzesz personalnie cudzych nastrojów, stanów emocjonalnych, bądź słów i zachowań, które padły w ich wyniku. Rozumiesz, że te osoby nie są temu winne i działają z poziomu nieświadomości.

Potrafisz być świadkiem emocji, które się w Tobie pojawiają. Nie nurkujesz w emocje, tylko uważnie im się przyglądasz z dystansu, poprawnie identyfikując i uwalniając. Pozwalasz, żeby przepływały przez Ciebie i zdobywasz wielką mądrość poprzez ich doświadczanie na różne sposoby.

Masz w sobie świadomość fali emocji i jej potęgi w zakrzywianiu rzeczywistości. Starasz się dzielić tą świadomością z innymi, pomagając im odpuszczać szkodliwe dla nich i otoczenia wzorce, przynosząc im ulgę i ukojenie i pokazując, że nie muszą być ofiarami swoich własnych emocji.

Uwalniasz się od ludzi i miejsc, które nie są zdrowe emocjonalnie i które mogą mieć na Ciebie zły wpływ.

Nie dajesz się sprowokować i nie bierzesz personalnie słów innych ludzi, myśląc, że są skierowane w Twoją stronę i że mają na celu Cię zranić, skrytykować i umniejszyć Tobie. Potrafisz dostrzegać, że jest to zniekształcenie przekazu lub spojrzenia, przez Twoje lub cudze emocje.

Potrafisz wyczuć i ocenić sytuację emocjonalną w pomieszczeniu i przewidzieć nadchodzącą burzę, poprzez narastającą nerwowość.

## ROZPOZNAJ NISKĄ EKSPRESJĘ

*Nie działaj w przyptywach emocji i nie pozwól,  
by emocje przejęły nad Tobą kontrolę.*

Decyzje, które będziesz podejmować spontanicznie, wzniesiona na fali emocji wchłoniętej z otoczenia, mogą mieć dla Ciebie wysoką cenę. Może prowadzić do inicjowania rzeczy, wyboru niewłaściwych kierunków i działań, ale także wywoływać towarzyszące im toksyczne emocje: żal, poczucie winy, wstyd oraz pozostawiać Cię z ciężarem, którego z natury nie potrafisz dźwignąć

W związku z tym, że chłonisz i wzmocniasz emocje z otoczenia, tworzy się w Tobie silnie zniekształcona fala emocjonalna, która może prowadzić do różnych niepoprawnych zachowań, w tym manipulacji, agresji czy unikania prawdy i konfrontacji.

Nie rozumiejąc skąd biorą się w Tobie emocje i jak sobie z nimi radzić, możesz próbować je leczyć - czy to przez leki, czy terapie. Jednak wiele terapii bazuje na próbach znalezienia przyczyn stanów emocjonalnych i uzasadnień. Takie zabiegi prowadzą często do jeszcze większego utożsamienia się z cudzymi emocjami. A one po prostu nie są Twoje! Wystarczy je uwolnić.

Przez natłok emocji, które przez Ciebie przepływają i zmienność swoich nastrojów, możesz czuć zamęt i myśleć, że coś jest z Tobą nie tak, że jesteś słaba lub nie masz charakteru. Możesz uważać się za osobę silnie emocjonalną i czuć w sobie nieadekwatność i nieumiejętność radzenia sobie ze sobą.

Możesz rezonować ze stanami emocjonalnymi innych osób, które mogą Cię doprowadzić do silnej depresji, która może stać się długotrwałym problemem, jeśli utożsamisz się z tymi emocjami.

Ze względu na to, że wzmacniasz emocje, które wpadają do Ciebie z otoczenia, poprzez ich nasilenie wewnątrz, możesz wchodzić w konfrontacje, które będą dla Ciebie bolesne i mogą mieć konsekwencje nie tylko emocjonalne, ale też psychiczne i zdrowotne. Nie jesteś zaprojektowana do doświadczania intensywnych stanów emocjonalnych.

Możesz warunkować i dopasowywać swoje zachowania do nastroju drugiej osoby, której nie chcesz zdenerować, zasmucić lub zranić, często rezygnując z siebie, będąc zależna i układając się pod nastrój drugiej strony lub unikając prawdy. Starasz się robić dobrą minę do złej gry.

Potrafisz wejść w bezpodstawny konflikt z innymi ludźmi, operując na emocjach, które przyjąłeś z otoczenia i przyjmując je jako swoje, pozwalając na zakrzywienie swojego punktu widzenia i tracąc trzeźwość i klarowność umysłu.

## ROZPOZNAJ DIALOG UMYSŁU NIE-JA

*„Nie chcę tam iść, bo boję się konfrontacji. Nie mogę tego powiedzieć, ponieważ może to zdenerwować tę osobę. Nie chcę ranić niczych uczuć. Powinnam milczeć. Lepiej ugryźć się w język. Powiem to w ten sposób, aby złagodzić cios. Lepiej ukryje moje uczucia. Będę się uśmiechać i będę miła, to wszyscy będą myśleć, że jest w porządku. Nie chcę nikogo denerwować. Chcę uniknąć konfrontacji. Nie ma sensu tam iść, bo mogę zostać odrzucona i rozczarowana. Obawiam się, że to się nie uda, więc po co się męczyć. To nie jest tego warte. Boję się powiedzieć prawdę, bo nie chcę być zraniona. Musi być jakaś przyczyna mojego stanu. Muszę wejść głębiej w te emocje, żeby zrozumieć. ”*

## ODSŁOŃ SWÓJ POTENCJAŁ

*Obserwuj, identyfikuj, doświadczaj i uwalniaj.  
Daj przestrzeń emocjom i bądź ich świadkiem.*

Naucz się obserwować emocje, które się w Tobie pojawiają. Identyfikuj, które są Twoje i związane z konkretnymi sytuacjami w życiu, a które pojawiają się znikąd i nie mają żadnego poparcia i uzasadnienia, co świadczy, że wchłonęłaś je z otoczenia.

Nie próbuj uzasadniać swoich stanów emocjonalnych, bo to oznacza, że zaczynasz się z nimi utożsamiać. Zauważ je, zidentyfikuj i uwolnij, bez wchodzenia i zagłębiania się w nie.

Nie próbuj robić dobrej miny do złej gry. Nie podporządkowuj się czyimś nastrojom i nie próbuj robić rzeczy, tylko dlatego, że nie chcesz kogoś zasmucić lub zdenerować. Jeśli czujesz, że sytuacja wymaga wyklarowania, powiedzenia prawdy lub konfrontacji, nie powstrzymuj się. Oceń tylko czy jest sens i słuszność, zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem i wejdź w nią bez ładunku emocjonalnego.

Gdy czasem czujesz, że wzbierają w Tobie emocje, zauważ to i jeśli nie potrafisz się od nich odsunąć, oddal się od sytuacji, miejsca czy osoby. Idź do innego pokoju, wyjdź na spacer, pozwól, by nagromadzona z otoczenia energia z Ciebie wyszła.

Nie działaj spontanicznie, impulsywnie i w przyływach emocji, zarówno w momencie ekscytacji, jak i z pozycji niskiego nastroju. Masz swój unikalny tryb podejmowania decyzji i jeśli nie potrafisz wsłuchać się w niego pod natłokiem emocji, oddal się od miejsca, sytuacji lub osoby, która może wywoływać ten stan.

Nie pływaj na fali, gdy ktoś podejmuje decyzje w momencie ekscytacji. Postaraj się też uświadomić tej drugiej osobie, żeby dała sobie czas i że jej spojrzenie jest zakrzywione. Jeśli żyje na fali emocji i to jest jej Autorytet przypomnij jej, że klarowność wymaga czasu.

Uświadom sobie, że emocje nie są Tobą. Ty tylko ich doświadczasz, więc nie pozwalaj, by one kierowały Tobą i Twoim życiem. Kiedy zaczynasz je obserwować, rozumiesz różnicę i dlatego wcześniej emocje wydawały Ci się problemem i największą trudnością w życiu.

Dbaj o to, by każdego dnia spędzić czas w samotności i oczyścić się ze wszystkich nagromadzonych z otoczenia emocji.

## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy próbuję znaleźć uzasadnienie na mój każdy stan emocjonalny - deszcz, jesień, poniedziałek itd.?

Czy odreagowuję moje emocje na innych?

Czy zdarza mi się odpuścić zrobienie i powiedzenie czegoś, żeby uniknąć konfrontacji lub jakiejś sytuacji?

Czy biorę do siebie emocjonalne wyrzuty i słowa drugiej osoby?

Czy gdy czuję się emocjonalnie zaatakowana, reaguję w ten sam sposób?

Czy zdarza mi się podejmować decyzje w przyptywie emocji, a później ich żałować?

### MADROŚĆ I POTENCJAŁ

- bycie świadkiem emocji i docenianie ich piękna
- poprawne identyfikowanie swoich stanów emocjonalnych i tych wchłoniętych z otoczenia
- rozpoznawanie środowisk zdrowych emocjonalnie
- bycie sobą niezależnie od okoliczności
- brak nerwowości i obaw przy wyrażaniu prawdy lub konfrontacji z innymi
- wyznaczanie zdrowych granic  
głęboka empatia i zrozumienie uczuć i emocji ludzi

### NISKA EKSPRESJA

- wpadanie w ekstremalne stany emocjonalne
- przytłoczenie emocjami lub depresja  
działanie impulsywne w przyptywach emocji
- zamykanie się w sobie i unikanie intymności
- robienie dobrej miny do złej gry
- zadowalanie innych i  
dopasowywanie zachowań do cudzych nastrojów
- próby uzasadnienia swoich stanów emocjonalnych

## AFIRMACJA

*Mam dar doświadczania całej obfitości i piękna życia i korzystam z niego będąc przebudzonym świadkiem, a nie zanurzonym uczestnikiem.*

*Zwracam uwagę na źródło moich emocji i pozwalam innym na doświadczanie swoich uczuć, nie czyniąc ich moimi własnymi doświadczeniami.*

*Jestem bardzo wrażliwa i ufam moim odczuciom na temat ludzi i miejsc. Wybieram te, które są dla mnie zdrowe.*

*Opuszczam miejsca i ludzi, gdy czuję, że emocje są dla mnie zbyt intensywne.*

*Rozumiem, że jestem emocjonalną sceną, a nie chłonną gąbką.*

*Mówię prawdę otwarcie i szczerze. Wiem, że dzięki temu wzmacniam siebie i kreuję moją rzeczywistość dokładnie tak, jak chcę.*

CENTRA ZDEFINIOWANE

# TWOJE STAŁE ELEMENTY NATURY

Twoje zdefiniowane centra to stały element Twojej natury. To niezmiennie rzeczy, na których możesz polegać i zasadniczo nie ulegasz tam zewnętrznym wpływom. Z tych ośrodków wysyłana jest spójna energia, która jest wyczuwana i rozpoznawana przez innych ludzi. To Twoja unikalna i zupełnie wyjątkowa natura, gdzie posiadasz własną wiedzę. W tych obszarach potrafisz działać szybko, zdecydowanie i na swój wyjątkowy sposób. To potencjał, którym dzielisz się z innymi i jakość. Twoja ekspresja jest wchłaniana i wzmacniana przez innych, więc to w jaki sposób się w nich poruszasz, ma wpływ na Twoje otoczenie.



# MIŁOŚĆ, TOŻSAMOŚĆ I KIERUNEK

*Jesteś zaprojektowana, by mieć w sobie głęboką miłość do siebie i poczucie własnego kierunku.*

Wiem kim jestem i dokąd zmierzam - to Twoje hasło. Masz stałą, wiarygodną tożsamość, zdolność kochania siebie i innych, bez poczucia zależności i poczucie własnego kierunku i misji w życiu.

Środowisko, w którym przebywasz jest dla Ciebie bardzo ważne. Jeśli nie jesteś we właściwym miejscu, nie masz możliwości, by prawidłowo wzrastać, rozwijać się i odsłaniać swój potencjał. Związki, relacje czy kariera nie będą poprawne, jeśli jesteś w złym miejscu – nawet jeśli jesteś z właściwymi ludźmi. Rzeczy po prostu nie wyjdą. Podążanie za swoją Strategią i Autorytetem jest kluczem do prawidłowego rozwoju Twojego życia, a nie szukanie kierunku czy miłości.

Masz wbudowany swój własny system naprowadzania, który zawsze zaprowadzi Cię dokładnie tam, gdzie znajdziesz wszystko, czego Ci potrzeba. Zaufaj mu i daj się prowadzić. Porzucając wdrażanie strategii z poziomu głowy, by zdobyć rzeczy, których pragniesz, w końcu dajesz szansę, by naturalnie do Ciebie przyszły.

Dzięki swojemu ugruntowanemu poczuciu własnego Ja, masz zdolność pomagania ludziom do znajdowania ich kierunku, a także pocieszania tych, którzy są zaniepokojeni tym, dokąd zmierza ludzkość. Ale pamiętaj, by nie próbować ukierunkować innych na siłę, tylko wtedy, gdy są na to otwarci i Cię do tego zaproszą.

Zawsze wybieraj siebie. Nie ulegaj niezdrowym oczekiwaniom innych i nie pozwól na odrzucenie swojego kierunku i zatracenie siebie. W ten sposób, przestajesz otaczać siebie miłością, poświęcając się dla kogoś innego, co może powodować utratę wartości, pewności i wiary w siebie, zagubienie, depresję czy dotkliwą utratę czegoś w życiu. Możesz usiłować zakleić tę pustkę w świecie materialnym, ale będziesz tylko ją powiększać. Twoją naturą jest być sobą i podążać zgodnie z tym, co czujesz w swoim wnętrzu.

Możesz czasem próbować narzucać komuś swój kierunek. Ale pamiętaj, że to co dobre dla Ciebie, niekoniecznie sprawdzi się u innych. Każdy z nas jest inny i ma własną ścieżkę.

Masz zdolność wyraźnego widzenia, kiedy nadszedł czas, aby podążać własną ścieżką i pozwolić innym podążać w swoją stronę. To może uwolnić Cię od cierpienia, które wynika z prób utrzymania lub zmiany rzeczy, nad którymi nie masz kontroli i nie możesz zmienić.

Bądź uważna na motyw: 'Po trupach do celu. Nic mnie nie zatrzyma'. Pamiętaj, że wokół Ciebie są ludzie, którzy chcą być włączeni w Twoje życie. Bądź też wyrozumiała i świadoma, że nie każdy będzie wiedział, kim jest i dokąd zmierza i to jest w porządku

## AFIRMACJA

*Jestem, jaka jestem i ufam, że właściwe osoby mnie taką akceptują i kochają. Wyrażam siebie poprzez wszystko, co robię. Celebрую moją unikalność i zachęcam innych, by także byli sobą.*

## **SIŁA WOLI I POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI**

*Masz w sobie siłę woli, z którą możesz przenosić góry, ale później potrzebujesz przerwy.*

Masz w sobie stale dostępną siłę woli, która pozwala Ci robić wielkie rzeczy od ręki, a na cuda potrzebujesz chwili czasu. Twoje dążenie do celu i poczucie własnej wartości jest imponujące. Choć czasem możesz je zawyżać i mieć zbyt wysokie mniemanie o sobie.

Masz w sobie zdolność odważnego sięgania po swoje, przejmowania kontroli nad sytuacją i wymagasz zarówno odpowiedniej zapłaty za to, co robisz i czasem specjalnych warunków działania, które pozwalają Ci na niezależność i należyty odpoczynek.

Masz smykałkę do biznesu i potrafisz wypracować sobie odpowiednie miejsce, w którym czujesz się dobrze i masz to, czego pragniesz. Cenisz siebie i swoją wartość. Masz potencjał, by osiągnąć wiele na planie materialnym, nie mając w to dużego wkładu.

Lubisz mieć kontrolę nad własnym życiem i zasobami. To dotyczy tego, co posiadasz, gdzie i jak mieszkasz czy gdzie pracujesz. Twoje naturalne talenty lidera i trzymania ręki na pulsie, potrafią zapewnić Ci dobrą pozycję w społeczeństwie i życie bez przyziemnych zmartwień. Ale pamiętaj, by ta kontrola nie objęła innych ludzi i tego, co robisz w życiu czy jak podejmujesz decyzje.

Potrzebujesz ćwiczenia swojej siły woli, poprzez regularne tworzenie i dotrzymywanie obietnic. Oczywiście zgodnych z Twoją Strategią i Autorytetem. Poprzez dotrzymywane obietnice, nabierasz u innych zaufania i naturalnie wzmacniasz swoje poczucie własnej wartości.

Gdy składasz obietnice i podejmujesz się działań, które nie są zgodne z Twoją Strategią i Autorytetem, możesz działać z pozycji udowodnienia swojej wartości, przepychać i forsować rzeczy, próbując dopiąć to, co sobie założyłaś, czując opór i robiąc to kosztem siebie. Tylko działając zgodnie ze swoim wewnętrznym przewodnictwem, wykorzystujesz swoją siłę woli w sposób zdrowy i masz łatwość w osiągnięciu celu, bez zastoju i wahań.

Serce działa w trybie praca - odpoczynek. To jest konieczne dla zachowania zdrowego serca. Zadbaj o to, by robić sobie regularne przerwy na regenerację od pracy, dni wolne i regularne wakacje.

Zdrowa ekspresja Twojego ego jest ważna, bo wzmacnia Ciebie. Potrzebujesz udowodniać, co jest dla Ciebie ważne i realizować się w tym, co jest dla Ciebie właściwe.

Swoją siłę woli wykorzystujesz do zapewnienia dobrobytu rodzinie, wsparcia bliskich Ci osób czy nawet społeczności. Ale lubisz być zwrotnie doceniana i nagradzana za swój wkład.

Nieefektywność może Cię drażnić. Możesz mieć problem z delegowaniem obowiązków i próbować wszystko robić sama, dążąc bezwzględnie do celu, a to może być odbierane jako arogancja. Branie wszystkiego na siebie, może spowodować długotrwałe działanie, które przeciąży Twój mięsień sercowy.

Bądź wyrozumiała dla innych, którzy nie mają stałej silnej woli. Nie napędzaj, nie krytykuj, ani nie stawiaj wobec nich oczekiwań.

Jeśli nie żyjesz zgodnie ze sobą, możesz doświadczać niskiego poczucia własnej wartości, próbować udowodnić swoją wartość poprzez nadmierne działania, robienie rzeczy, by pokazać, że jesteś godny i podejmować decyzje z poziomu głowy. Możesz też mieć problem z wycenianiem siebie, swojego czasu, usług i tego, co oferujesz. Brak poczucia silnej wartości możesz rekompensować przez plan materialny - pracę, pieniądze, status, kompetencje itd.

## AFIRMACJA

*Balans między pracą, a odpoczynkiem jest bardzo ważny.  
Skladam obietnice w połączeniu ze sobą i dotrzymuję ich bez  
najmniejszego problemu. Jestem wyrozumiała dla innych i  
doceniam ich wartość.*

## ENERGIA ŻYCIOWA I PŁODNOŚĆ

*Niesiesz w sobie potężną energię, która wymaga lokowania we właściwe rzeczy.*

Masz w sobie ogromne źródło mocy i potężną energię, która odnawia się w Tobie każdego dnia i która musi być ulokowana we właściwe rzeczy. Jesteś zaprojektowana, by pracować wytrwale i twórczo, zradzając i tworząc imponujące rzeczy.

Masz w sobie prawdziwą siłę witalną, która aż rwie się do działania. Możesz czuć w sobie niepokój, niezdolność usiedzenia w miejscu lub potrzebę bycia w ciągłym ruchu. Ale nie chodzi o to, byś robiła, byle robić, tylko odnalazła te rzeczy, w których możesz się realizować, nadać im własny wyraz, ekspresję i mieć z tego głęboką satysfakcję.

Energia życiowa działa w odpowiedzi. Zawsze wymaga, by coś do niej przyszło i 'złożyło' formalne lub nieformalne zapytanie: 'Czy jesteś gotowa zainwestować się w to działanie, relację czy cokolwiek innego?'. Jeśli odpowiedź brzmi twierdząco i aż wrywa się ku temu, oznacza to, że jest dostępna pełna moc sakralna. Jeśli odpowiedź jest mało entuzjastyczna lub energia wydaje się cofać, aktywność nie będzie wspierana i podtrzymywana i może prowadzić do nadszarpnięcia i degradacji systemu.

Nie jesteś niezniszczalna. Też możesz doprowadzić się do wypalenia, gdy będziesz lokować swoją energię niewłaściwie.

Masz w sobie stale dostępną energię, ale to nie oznacza, że możesz z nią robić cokolwiek zechcesz i na co wpadnie Twoja głowa. Nie inicjuj, czekaj na odpowiedź. Nie próbuj zaimplementować swojego życia i przeznaczenia. Nie pozwalaj namówić się innym do zrobienia czego, jeśli czujesz, że Cię to nie ekscytuje i nie chcesz tego robić. Nie daj zrobić z siebie robotnika, który pracuje nad czymś, czego nie lubi.

Odpowiedź jest procesem mechanicznym. Nie jest żadnym osądem słuszności, racjonalnym ani świadomym głosem. Nie ważne, co myśli Twoja głowa, to Twój Sakral wskazuje na, co masz energię, a na co nie.

Naturą Twojej siły sakralnej jest wytrwanie w drodze do celu opanowania jakiejś umiejętności, osiągnięcia kompetencji lub zakończenia projektu. Ta energia niesie Cię sama, ale musisz wchodzić we właściwe rzeczy i pozwolić wszystkiemu płynąć w swoim tempie. Kiedy pojawia się frustracja, przeszkody i opór to znak, że albo weszłaś w coś niezgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem, albo stawiasz sobie oczekiwania z poziomu głowy.

Twoja siła życiowa wymaga odpowiedniego ukierunkowania, byś jak najefektywniej wykorzystała jej potencjał. Wchodź uważnie w zaangażowania, działania i relacje, podążając za swoją Strategią i Autorytetem. Wsparcie Projektorów może być nieocenione, żebyś zmaksymalizowała swoje wyniki, ucząc się właściwie zarządzać swoją energią i wykorzystywać wszystkie dostępne w sobie dary i talenty.

Bądź wyrozumiała dla innych, którzy nie mają stale dostępnej energii siły życiowej i nie są w stanie działać w takim tempie i trybie jak Ty. Każdy powinien działać zgodnie ze swoją własną energią.

### **AFIRMACJA**

*Wszystko, co muszę zrobić to odpowiedzieć światu. Wiem, że odpowiednie możliwości pojawią się we właściwym momencie.*

*Szanuję swoje odpowiedzi. Wiem, że jestem wewnętrznie kierowana, by zawsze być we właściwym miejscu i właściwym czasie.*

## INTUICJA I PRZETRWANIE

*Dostrój się do swojego ciała, bo ono wie jak zapewnić Ci zdrowie i dobre samopoczucie.*

Masz w sobie głęboką intuicję i instykt, które mogą dać Ci niezawodne poczucie bezpieczeństwa i wartościowe wskazówki z chwili na chwilę, co jest dla Ciebie dobre, a co nie.

Intuicyjna świadomość operuje poprzez sygnały o ładunku obojętnym, które doświadczane są jako lęki. To znaczy, że nie każde ostrzeżenie z Centrum Śledziony jest informacją o nadchodzącym niebezpieczeństwie, a bardziej pobudzeniem do uważności i właściwego zidentyfikowania sygnału. Weryfikacja ze swoją Strategią i Autorytetem zawsze daje Ci klarowność, co powinnaś zrobić.

Nie każdy lęk oznacza bezpośrednie zagrożenie zdrowia lub życia. Dzisiejsze lęki Śledziony przekształciły się z tych o przetrwanie w lęki adaptacyjne i społeczne. Jej sygnały mogą oznaczać, że w Twoim otoczeniu pojawiło się coś, co nie pasuje do Twojej natury albo że nie zmierzasz we właściwym kierunku. Lęki mają być chwilowymi alertami, a nie permanentnym stanem.

Jesteś zaprojektowana do działania zgodnie ze swoim intuicyjnym przeczuciem odnośnie czegoś lub kogoś i wewnętrzną wiedzą, czy coś jest dla Ciebie zdrowe, czy nie. Ale jeśli nie jest to Twój Autorytet, to zawsze jest to tylko informacja wspierająca.

Możesz przyciągać do siebie ludzi, którzy czują się w Twoim towarzystwie ożywieni, zdrowsi i pełni witalności. Ale tak samo, gdy Ty nie dbasz o swoje zdrowie, możesz przekazywać innym swój zły stan zdrowia i złe samopoczucie.

Twoja intuicyjna mądrość, mówi, co jest dla Ciebie dobre i pozwala Ci zachować zdrowie i dobre samopoczucie.

Głos z tego ośrodka jest bardzo cichy i nigdy się nie powtarza, dlatego wymaga silnego dostrojenia do ciała, by wyłapać te subtelne przekazy. Może to być szept, wewnątrz wiedza, odczucie, przeczucie, doznanie na poziomie zmysłów, rezonans dźwiękowy, smak, czy zapach.

Twój instynkt zawsze mówi prawdę w danej chwili i to, co chwilę temu było niewłaściwe, za chwilę może być już zgodne z Tobą. Liczy się uważność w danym momencie i wykorzystywanie tych informacji.

Twój kontakt ze swoimi instynktami i wewnętrzną świadomością może wymagać przywrócenia, gdyż może być tłumiony przez umysł. Brak uważności na te subtelne sygnały może narazić Cię na ryzyko i zły stan zdrowia czy samopoczucia.

W związku ze swoim silnym układem odpornościowym, który radzi sobie z wieloma rzeczami, bez Twojej świadomości, możesz mieć tendencję do traktowania swojego zdrowia jako oczywistość. Czasem może zorientować się, że jesteś chora, gdy jest już dość poważnie. Nie ignoruj, gdy ktoś z otoczenia mówi Ci, że nie wyglądasz dobrze. Ty możesz czuć się wyśmianie, ale w głębi Twoje ciało będzie walczyć z chorobą. Ważne też, byś poczekała do pełnego wyzdrowienia, zanim powrócisz do codziennych aktywności.

### **AFIRMACJA**

*Słucham swojego ciała i ufam swojej intuicji. Wiem, że jej sygnały są dla mnie ważną informacją, która może zapewnić mi zdrowie i dobre samopoczucie. Nie lekceważę swojego zdrowia i wykonuję okresowe badania, by mieć pewność, że wszystko jest w porządku.*



# **PRESJA I ADRENALINA**

*Jesteś zaprojektowana, by płynąć przez życie na stymulujących pulsach ciśnienia.*

Masz w sobie system, który wytwarza presję, która pozwala Ci kroczyć przez życie. To powtarzalne, cykliczne lub pulsacyjne wyrzuty adrenaliny, które pozwalają Ci działać, rozwijać się i dopinać rzeczy.

Masz uniklany sposób radzenia sobie z presją i działaniem na adrenalinie. Potrafisz będąc w środku oku cyklonu, odnaleźć spokój, skupienie i iść w zadanym kierunku, uśmiechając się do siebie.

Adrenalina jest dla Ciebie jak turbo doładowanie. Lubisz rozkładać żagle przy mocnych podmuchach wiatru i korzystać z tego, by w dobrym tempie, bez zastojów i wahań, dobić do właściwego portu. Potrafisz działać pewnie i szybko, bez utraty równowagi.

Możesz czuć w sobie silną presję do działania i mieć trudność z usiedzeniem w miejscu. Presja inicjowania, rozpoczynania nowych rzeczy, osiągnięć, odnalezienia sensu życia lub jego zmiany, zaspokojenia podstawowych potrzeb czy doświadczania rzeczy, mogą prowadzić do inicjowania strategii z poziomu głowy i odejście od swojej uniklanej Strategii i Autorytet.

Jest różnica między zdrowym ciśnieniem, a niezdrową presją, która może powodować stres, który także dla Ciebie będzie szkodliwy. Pamiętaj, że stres jest jednym z cichych zabójców, który atakuje nadnercza i układ hormonalny, często poza Twoją świadomością. Stres jest reakcją organizmu na wiele potencjalnie mało znaczących sytuacji, które nie są zgodne z naszą mechaniką.

Potrafisz stymulować ludzi i dmuchać w ich żagle, by także mogli skorzystać z wiatru i sprawiać, że rzeczy się dzieją. Pamiętaj tylko, że tak samo jak jesteś w stanie tworzyć w nich zdrowe ciśnienie, podobnie możesz wytwarzać szkodliwy stres, gdy z takiej pozycji działasz.

Kiedy inicjujesz i nie działasz zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem, napotykasz w życiu na przeszkody, trudności i opór, które wywołują w Twoim ciele niezdrowy stres, który jest szkodliwy dla Twojego zdrowia. Możesz odreagowywać ten stres i frustrację na innych, stawiając im nadmierne oczekiwania.

Każdy z nas ma swoje ograniczenia. Nie jesteśmy zaprojektowani do działania ponad nasze siły albo forsowania rzeczy siłą, idąc ślepo ku celom, które sobie postawiliśmy. Czasem, gdy trafiasz na przeszkody i trudności warto zadać sobie pytanie, czy to nie jakiś sygnał, że może działasz niezgodnie ze sobą i próbujesz zrobić coś, co nie jest dla Ciebie właściwe? A może to znak, żeby zwolnić i dać temu naturalny przepływ.

Wszystko w życiu dzieje się w swoim czasie. Każda z rzeczy dzieje się dokładnie wtedy, kiedy ma się zadziać. Jesteśmy częścią natury i tak jak w niej, wszystko ma swój sens i porządek. Nie da się przypieszyć rzeczy, a takie zabiegi kończą się zazwyczaj ze szkodą dla Ciebie.

Presja nie jest dostępna zawsze. Jest czas na działanie i jest czas na odpoczynek. Zachowanie balansu w życiu jest najważniejsze.

### **AFIRMACJA**

*Szanuję swoją mechanikę i czekam na właściwy znak, by ruszyć do działania i wykorzystuję zastrzyk adrenaliny, by działać z imponującą prędkością. Gdy przyptyw paliwa się kończy, odpuszczam i odpoczywam. Wiem, że wszystko ma swój czas i moje życie zostało zaplanowane, bym mogła je doświadczać w pełnym zdrowiu, a nie forsując siebie.*

PROFIL OSOBOWY

# JAK WCHODZISZ W INTERAKCJĘ ZE ŚWIATEM

Profil osobowy jest Twoim kostiumem na scenie życia i jak manifestujesz swój cel. Mówi o tym w jaki sposób wchodzisz w interakcję ze światem i jak dzielisz się swoją unikalnością. Pierwszy element Twojego profilu jest tym, w jaki Ty postrzegasz siebie i jesteś go świadoma, a drugi, w jaki sposób widzą Cię inni, ale niekoniecznie Ty jesteś w stanie dostrzec to w sobie. Ale mimo wszystko obie jakości są w Tobie i tworzą Twoją pełną osobowość.

## WYTRWAŁY EKSPLOATOR

*Jesteś zaprojektowana, by osiągać perfekcję,  
poprzez testowanie i doświadczanie na sobie.*

Jesteś zaprojektowana, by eksperymentować, działać kreatywnie i doświadczać wielu rzeczy, wykrywając te, które działają, a które nie.

Masz umiejętność dochodzenia do perfekcji, ponieważ naturalnie widzisz, co wymaga poprawy i poprzez swój proces testowania, potrafisz odnaleźć rozwiązanie, które sprawdzi się najlepiej.

W życiu nie ma błędów, są tylko doświadczenia. Wszystko, co próbowałaś i co może wydawać Ci się negatywne, jest tak naprawdę kluczowym krokiem do udoskonalania rzeczy, procesów i zachowań. Niepowodzenia stają się lekcjami, które umożliwiają wzrost.

Jesteś bardzo wartościowym autorytetem zewnętrznym dla innych. Kiedy ktoś potrzebuje porady, wie, że Ty będziesz znać odpowiedź. Często mówisz: 'Byłam tam, robiłam to, to działa, a to nie działa'. Próbowałaś tak wielu rzeczy, że jesteś w stanie doradzić w wielu kwestiach, by pomóc komuś uniknąć błędzenia.

Im jesteś starsza, tym Twój autorytet wzrasta, bo rośnie ilość Twoich życiowych eksperymentów. Także z wiekiem, ilość i intensywność Twoich eksperymentów się zmniejsza. Będziesz miała coraz większą głębię i będziesz mogła poruszać się w życiu mądrze. Zawsze będziesz chciała odkryć coś nowego, ale będziesz już miała większą świadomość.

Często rzeczy mogą Ci się nie udawać za pierwszym razem, ale to dlatego, że naturalnie wpadasz na obszary, które nie działają, by z nich skorzystać poprzez wartościową lekcję, którą możesz zamienić następnie w mądrość na przyszłość lub by podzielić się z innymi.

Jako jedyna jesteś zaprojektowana tak, by bez problemu przetrwać każde doświadczenie, nieważne jak wymagające lub trudne jest. Masz w sobie wielką elastyczność i wytrwałość. Jak nikt inny, potrafisz szybko podnieść się z kolan, otrząpać kolana i iść dalej eksplorować życie. Oczywiście, gdy działasz zgodnie ze swoją Startegią i Autorytetem. Wtedy masz pełną ochronę, że wyjdiesz z doświadczeń bez uszczerbku i gwarancję, że wyciągniesz z nich wartość.

## PROFIL OSOBOWY - POTENCJAŁ

---

Proces prób i błędów pozwala Ci osiągnąć mistrzostwo. Nikt nie ma takiego potencjału, by wykryć najdrobniejsze niespójności i poprzez proces empiryczny wytaczać ścieżkę do perfekcji.

Spokój przychodzi w Tobie, kiedy przestajesz traktować swój proces doświadczalny i wydarzenia, które są jego rezultatem, personalnie. To są działania, które są wynikiem Twojej mechaniki, która pozwala Ci stać się mistrzem i ekspertem, zarówno na płaszczyźnie zawodowej, jak relacyjnej i osobistej.

Nawet, gdy ktoś mówi Tobie, że czegoś nie warto robić lub gdzieś iść, Ty i tak pójdziesz tam, bo musisz przekonać się na własnej skórze. Nie podporządkowujesz się cudzym opiniom, ponieważ potrzebujesz doświadczyć tego sama, by zobaczyć faktycznie jak jest.

Twoje eksperymenty wnoszą postęp, innowację i zmiany. Potrafisz poruszyć rzeczy, które są zastane i nie działają, dając im świeżość, możliwość rozwoju i wzrostu.

Różnorodność i zmienność środowiska jest tym, co może zagwarantować Ci stałe bycie w swojej naturze. W przypadku kariery ważna jest możliwość tworzenia wciąż nowych kontaktów, byś mogła nawiązywać je i zrywać, bez opuszczania miejsca pracy. Podobnie w odniesieniu do relacji, nie chodzi o to, by ciągle zmieniać partnerów. Jeśli znajdziesz właściwą relację, ważne byś miała własną przestrzeń i rytm, by wciąż ją zrywać i nawiązywać, choćby poprzez wyjście do pracy i powrót do domu.

## ROZPOZNAJ NISKĄ EKSPRESJĘ

*Traktowanie niepowodzeń, jako osobistych porażek, odbiera Ci radość z eksploracji życia.*

Gdy bierzesz swoje niepowodzenia personalnie, możesz być bardzo pesymistycznie nastawiona do życia, sądząc, że wiatr dmucha Ci w oczy i zawsze masz pod górkę, a także do siebie samej, sądząc, że coś jest z Tobą nie tak. Może to prowadzić do niechęci, a nawet nienawiści do siebie, bo gdy coś nie wychodzi, starasz się być lepsza, ale i tak zawsze coś się nie udaje.

Bazując na własnych doświadczeniach, a czasem na tym, co usłyszałaś od innych ludzi, możesz uważać się za nieudolną i zadawać sobie pytania 'Czy kiedykolwiek coś w życiu mi się uda? Czy kiedykolwiek uda mi się coś zrobić dobrze?'. Możesz utracić wiarę w siebie, swoje możliwości i życie.

Możesz próbować udowodnić swoją wartość poprzez robienie wielu rzeczy, podejmując decyzje z poziomu głowy.

Możesz powstrzymywać się od działania i robienia tego, co byś chciała, obawiając się kolejnych nieudanych prób i porażki. Wolisz zostać w swojej strefie komfortu, nie narażając się na ryzyko.

Możesz mieć za sobą wiele bolesnych, trudnych, a nawet traumatycznych przeżyć, które pozostawiły na Tobie wyraźne rysy. Niestety zazwyczaj wynika to z tego, że wchodziłaś w doświadczenia niezgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem. Wtedy nie jesteś chroniona i wydarzenia mogą być dla Ciebie szczególnie dotkliwe.

Możesz odczuwać nieadekwatność, będąc kwestionowana przez innych. Bycie zapalnikiem zmian może być stresujące dla Ciebie, bo będziesz spotykać się z oporem otoczenia, które siedzi w swojej bezpiecznej strefie komfortu i nie jest często gotowe na zmiany.

'Człowiek porażka' to Twoja plakietka, jeśli nie dostrzegasz jak wielką wartość czerpiesz z Twoich doświadczeń. Gdy trzymasz swoje przeżycia dla siebie i traktujesz je osobiście, zaczyna kiełkować w Tobie niechęć do życia. U Ciebie nie ma czegoś takiego jak porażka, jest tylko odkrycie. Gdy zaczynasz tak na to patrzeć i dzielisz się z innymi, którzy dostrzegają w tym wielką wartość, zaczynasz odkrywać swój prawdziwy potencjał.

Możesz być bardzo niechętna do nawiązywania relacji, gdyż wiele z nich kończy się zerwaniem znajomości. Możesz czuć się samotna i izolować się od innych, bo nie chcesz narazić się na rozczarowania. Ale musisz zrozumieć, że masz dar zauważania, co nie działa, szybciej niż ktokolwiek inny i dlatego często wiąże się to z nawiązaniem i rozwiązywaniem więzi. Nie spiesz się z zaangażowaniem. Pozwala to uniknąć rozczarowania Tobie, jak i nie pozwala zranić innych.

Możesz trwać w dysfunkcyjnych relacjach, widząc, że coś nie działa, ale łudząc się, że coś się zmieni, albo myśląc, że przesadzasz lub brać winę na siebie za to, że coś nie działa. Tak robisz z siebie męczennika, cierpiąc i pozostając w rzeczach, które nie funkcjonują poprawnie.

Gdy nie rozumiesz swojej natury, jesteś podatna na krytykę i osądy innych ludzi, którzy nie są świadomi tego, jak różnorodni jesteśmy i patrzą na świat przez uwarunkowaną perspektywę. Często takie przekonania pochodzą z dzieciństwa, gdzie mogłaś być krytykowana przez rodziców, opiekunów czy nauczycieli. W życiu chodzi o Ciebie, a nie o innych. Jeśli Ty potrafisz dostrzec potencjał w swojej naturze, ewentualne komentarze innych zupełnie Cię nie ruszają.

Nie próbuj się przygotowywać na wszelkie możliwości i okoliczności, by coś nie poszło 'nie tak'. Nie ma znaczenia ile wiesz lub ile spędziłaś czasu na rozpoznaniu czy przygotowaniu się, i tak coś może pójść zupełnie inaczej. Twoje doświadczenia są elementem Twojej krzywej uczenia się.

## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy jestem nastawiona do życia pesymistycznie, bo wydaje mi się, że ciągle coś mi się nie udaje?

Czy powstrzymuję się od działania, bo obawiam się, że coś pójdzie nie tak?

Czy działam zachowawczo i pozostaje w strefie komfortu, bo boję się porażki?

Czy traktuję moje niepowodzenia jako błędy i obwiniam się za taki przebieg wydarzeń?

Czy tracę wiarę w siebie i często poddaję, gdy coś nie udaje mi się za pierwszym razem?

Czy kieruję się opiniami i wskazówkami innych, zamiast sama czegoś doświadczyć i wyrobić sobie własne zdanie?

Czy powstrzymuje się przed dzieleniem się moimi doświadczeniami, bo nie chcę, by ktokolwiek pomyślał, że jestem nieudolna?

Czy biorę moje doświadczenia osobiście i gdy coś się nie udaje, myślę, że to ze mną jest coś nie tak?

Czy mam tendencję do szukania winnych, gdy coś w moim życiu idzie nie tak, jakbym chciała?

Czy stawiam sobie oczekiwania i jestem rozczarowana, gdy nie są takie, jak je widziałam?

Czy trzymam się rzeczy, które nie działają, mając nadzieję, że coś się zmieni?

### **AFIRMACJA**

*Odnajduję wartość w każdym doświadczeniu. Nawet jeśli coś wydaje mi się niepowodzeniem, z czasem dostrzegam jak ważną lekcję było to dla mnie.*

*Proces prób i błędów jest najszybszym i najskuteczniejszym sposobem na rozwój i wzrost. Jest on wartościowy zarówno dla mnie, jak i innych ludzi, dlatego dzielę się tym otwarcie.*

*Największa mądrość przychodzi do mnie, gdy pozwalam sobie spróbować tyle rzeczy, ile mogę i wyciągać z nich naukę i refleksję.*

*Moje doświadczenia są transformujące dla mnie i innych ludzi. Dzięki mojej pomocy, możemy wciąż się doskonalić i kierować ku lepszej przyszłości.*

*Rzucam światło na to, co nie działa i pokazuję światu nowe, lepsze sposoby na ich realizację.*

*Wiem, że moje niepowodzenia nie świadczą o mnie. Są mechanicznym procesem mojego dokonań i wzrostu.*



## REWOLUCYJNY WYBAWCA

*Jesteś zaprojektowana, by pomagać innym i głosić śmiało poglądy, które zmieniają świat.*

Jesteś potężną siłą zmian i Twoje działania mogą wносить ewolucję i transformację na większą skalę.

Jesteś jak generał, który wkracza, gdy standardowe lub dotychczasowe rozwiązania zawiodły i oferujesz praktyczne, ale nieszablonowe rozwiązania.

Często jesteś uważana przez innych za ostatnią deskę ratunku. Twoja aura zaprasza i przyciąga do Ciebie ludzi w potrzebie lub w kryzysie, nie ważne czy są Twoimi znajomymi, czy zupełnie obcymi osobami. Czasem Twoje jedno słowo, jedno zdanie, jest w stanie rozwiązać ich problemy, z którymi nie mogli uporać się od dłuższego czasu.

Masz dar rozwiązywania problemów, uzdrawiania ludzi i wyrównywania ich na ich własnej ścieżce, ale niekoniecznie robisz to świadomie i z zamierzeniem. Większość rzeczy wychodzi z Ciebie naturalnie i mimowolnie i dopiero później okazuje się, jak wielkie znaczenie dla drugiej osoby miało to, co powiedziałaś lub zrobiłaś.

Ludzie przyklejają Ci etykietkę uwodzicielskiej wybawicielki, ponieważ czują, że możesz mieć dla nich wskazówkę, która pomoże im zakończyć ich zmagania. Ale to nie oznacza, że zawsze ją masz i że zawsze powinnaś odpowiadać na ich wezwania.

Twoja natura jest uwodzicielska i przyciąga zainteresowanie ludzi. To daje Ci nieograniczony potencjał wpływu, wdrażania zmian i uzewnętrzenia swoich darów i talentów. Potrafisz uwodzić swoją osobowością, pomysłami, nawet seksualnością.

Gdy trafiasz znajdujesz się we właściwym miejscu, czasie i z właściwymi ludźmi, Twoje działania wzmacniają i transformują ludzi na głębokim poziomie. Czasem Twój jeden, potencjalnie mały i nic nie znaczący ruch, bądź słowo, może odpalić kaskadę kolejnych zdarzeń, które mogą mieć skutki o zasięgu globalnym. Twoja natura i działania są bardziej wpływowe i przyszłościowe, niż możesz sobie zdawać sprawę.

## PROFIL OSOBOWY - POTENCJAŁ

---

Masz bardzo tajemniczą naturę. Wielu ludzi może nie wiedzieć, kim naprawdę jesteś. Nie chodzi o to, że to przed innymi ukrywasz, ale ludzie widzą w Tobie zazwyczaj własne odbicie lub to, co chcą widzieć. Ważne, żebyś Ty wiedziała kim jesteś i nie ulegała zewnętrznym projekcjom.

Pole projekcji, które tworzą ludzie wokół Ciebie, może tworzyć zakłócenia, dlatego ważna jest dla Ciebie otwarta, jasna i szczerza komunikacja. Czasem będziesz musiała powtórzyć pewne rzeczy wiele razy, bo ludzie nie zawsze przyjmą to, co mówisz, mając rozbieżność z tym, co potencjalnie w Tobie widzą.

Twoja reputacja jest zależna od sukcesu lub porażki rozwiązań, które dostarczasz innym. A Twoja reputacja jest wszystkim, byś miała możliwość spełnienia siebie i zrealizowania swojej misji. Dbaj o to, by działać zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem i wiedzieć, kiedy odpowiadać na wezwania innych, a kiedy nie ulegać błędnym projekcjom i oczekiwaniom innych.

W relacjach lubisz uwodzić i być uwodzona. Choć z drugiej strony nie lubisz pokazywać prawdziwego Ja, bo boisz się zranienia. By dotrzeć do Twojego wnętrza i odkryć Ciebie naprawdę, trzeba trochę czasu i gimnastyki. Nie lubisz rzucać swoich kart na stół, tylko trzymasz je blisko siebie, czekając na odpowiednią osobę i moment. Często dozujesz wszystko, ujawniając się stopniowo. Jesteś wrażliwa, ostrożna i szukasz najwyższego wyrazu miłości.

## ROZPOZNAJ NISKĄ EKSPRESJĘ

*Gdy nie wiesz kim jesteś, pozwalasz innym stworzyć swój zakrzywiony wizerunek.*

Jeśli ulegasz oczekiwaniom innych ludzi, którzy nie są dla Ciebie właściwi, gdy nie masz sprawdzonego rozwiązania lub gdy coś, co projektują, nie jest prawdą, narażasz swoją reputację, która jest dla Ciebie bardzo ważna, by móc wносить zmianę i mieć w życiu możliwość wykorzystania swojego pełnego potencjału.

Gdy ulegasz polu projekcji, jakie ludzie tworzą wokół Ciebie, możesz próbować dostarczać im rzeczy, które nie są właściwe, sprawdzone i nie zadziałają tak, jak inni to sobie wyobrażają. Możesz być później obciążona poczuciem winy, przez ludzi, którzy nie dostali, tego co zakładali, a także sama osłabiać swoją wiarę w siebie i swoje możliwości.

Odbicie lustrzane, które tworzysz dla innych ludzi, może utrudniać im zobaczenie kim jesteś naprawdę. To jak Ciebie widzą, jest zazwyczaj projekcją ich świadomości i tego, co mają dostrzec, nad czym pracować, by uzdrowić siebie. Czasem możesz się znaleźć w niewłaściwym miejscu i czasie, z niewłaściwymi ludźmi, tworząc odbicie, które nie do końca jest prawdziwe lub przyjemne dla drugiej strony. Ale ostatecznie to Ty możesz przez to cierpieć.

Możesz być podejrzliwa, a nawet wpadać w paranoję, gdy ludzie widzą w Tobie rzeczy, których tak naprawdę nie ma lub mają wobec Ciebie oczekiwania, których nie jesteś w stanie spełnić.

Gdy traktujesz swoją uwodzicielską naturę osobiście, możesz narazić się na wiele zawodów. Naturalnie przyciągasz do siebie ludzi, którzy mierzą się z problemami. Dostarczając im wskazówkę, sprawiasz, że ich kryzys przemija, a oni znikają. Ludzie przychodzą i odchodzą. Możesz czuć się dotknięta i nie rozumieć, dlaczego jesteś ignorowana do czasu, aż pojawi się następny kryzys. Pamiętaj, że nie jesteś na każde zawołanie i nie musisz być zawsze dostępna i mieć gotowe rozwiązanie, gdy tylko komuś sypią się sprawy lub życie.

Gdy nie masz solidnie zbudowanego poczucia własnej wartości i tego kim jesteś i co jesteś w stanie zrobić dla innych, możesz przyjmować komplementy i pochwały lub odwrotnie krytykę i osady, wierząc w rzeczy, które są dalekie od prawdy. Najgorsze jednak, gdy zaczynasz działać i kreować rzeczywistość z pozycji zakrzywionego obrazu.

Możesz popaść w syndrom zbawiciela, czując przymus pomocy innym, poświęcając własne potrzeby, pragnienia i aspiracje.

Jeśli raz nadszarpniesz swoją reputację, może się ona ciągnąć za Tobą przez długi czas, przysparzając Ci trudności, problemów i nieporozumień, a nawet odbierając możliwość wzrostu i rozwoju.

Tak samo jak potrafisz wnosić zmiany, które mogą rozchodzić się kaskadowo, tak, gdy nadszarpniesz swoją reputację, wychodząc z niesprawdzonym rozwiązaniem, do niewłaściwych ludzi lub ulegając ich projekcjom lub oczekiwaniom, wieść o tym będzie rozchodzić się wirusowo. Może to mieć przykre skutki dla Twojego życia osobistego, relacyjnego, jak i zawodowego.

Czasem możesz wpaść w pułapkę swojej natury uwodzicielki i zapomnieć o zasadach lub innych aspektach związku. Jeśli raz pozwolisz sobie przypiąć etykietkę flirciary, kusicielki lub femme fatale, możesz długo mierzyć się z takimi projekcjami wokół Ciebie, nawet gdy jesteś w stałej relacji. A jeśli nie, może to utrudniać zbudowanie poważnego, stałego związku.

Możesz używać swojego uroku dla osobistych korzyści i tym samym ranić inne osoby. To niestety może się później na Tobie odbić lub wrócić jak bumerang.

## ZAPYTAJ SIEBIE

Czy wiem kim jestem i co mogę zaoferować innym?

Czy ulegam oczekiwaniom innych ludzi i staram się pomóc im ponad wszystko?

Czy stawiam innych ponad siebie i jestem dla nich dostępna zawsze, kiedy mnie potrzebują?

Czy opinie i osądy innych nadszarpną moje poczucie własnej wartości i są dla mnie dotkliwe, bo biorę to, co mówią o mnie osobiście?

Czy czuję się samotna, chociaż gram flirciarę lub ludzie uważają mnie za uwodzicielkę, bo boję się dopuścić kogoś do siebie, obawiając się zranienia?

Czy staram się prostować fakty i mity, które ludzie tworzą wokół mnie? (Jeśli tak, pamiętaj, że nie musisz tego robić, bo będziesz tylko niepotrzebnie tracić nerwy i energię. To, co mówią ludzie, nie stanowi Ciebie i ważne, że Ty to wiesz.)

Czy czuję się prześladowana tym, co ludzie o mnie mówią?

Czy staram się pomagać innym, bo ufam, że oni też mi pomogą, gdy będę tego potrzebowała, jednak zazwyczaj ich nie ma lub nie są w stanie mi pomóc tak jak ja im?

Czy wykorzystuję mój dar uwodzenia, by ugrać coś na swoją korzyść, nie myśląc o konsekwencjach?

Czy są miejsca, w których spaliłam za sobą mosty i zła sława ciągnie się za mną od tamtego czasu?

### AFIRMACJA

*Ufam swojej wyjątkowej perspektywie i darowi podchodzenia do rzeczy w nowy i inny sposób.*

*Mam ogromną moc wpływania na innych. Uwodzę ich nowymi pomysłami i inspiracjami, które mogą wnieść zmianę. Używam mojego wpływu dla większego dobra.*

*Dbam o to, by wchodzić w relacje i działanie zgodnie z moją Strategią i Autorytetem, by dbać o moją reputację.*

*Rozumiem, że odpowiednie dla mnie sytuacje i relacje to te, w których czuję się sobą, a nie próbuje być kimś innym i spełniać cudze oczekiwania i projekcje.*

*Zdaję sobie sprawę, że inni nie zawsze widzą mnie taką, jaką jestem naprawdę. Staram się być klarowna i jasna w mojej komunikacji.*

DEFINICJA I INTEGRACJA

# JAK PRZYSWAJASZ I PRZETWARZASZ INFORMACJE

Nasze ciało nieprzerwanie odbiera całą masę informacji na różnych płaszczyznach, które następnie musi przetworzysz, zasymilować i zintegrować, żebyś mogła osiągnąć głębokie zrozumienie. Definicja to stałe elementy Twojej natury, które wymagają wymiennej komunikacji, by działać jako jedno.

Konstrukcja Twojej definicji pokazuje jaka jest dynamika Twojej wewnętrznej integracji energii.

# INTEGRACJA SPÓJNA

## DEFINICJA POJEDYNCZA

*Jesteś z natury niezależna, masz poczucie całości i szybko przetwarzasz informacje.*

Procesy przetwarzania tego, co wpada do Ciebie ze świata zewnętrznego, dzieją się u Ciebie relatywnie szybko i w sposób nieprzerwany.

Jesteś stworzona do działania niezależnie i jesteś samowystarczalna, ponieważ przyswajasz i przetwarzasz informacje samodzielnie. Nie potrzebujesz udziału innych ludzi lub zewnętrznych energii do wewnętrznej integracji, tak jak w przypadku obiegów rozdzielonych.

Masz w sobie spójne i niezawodne poczucie całości, bez potrzeby, by ktoś „Cię dopełnił”.

Elementy najbardziej podatne na uwarunkowania w Twoim projekcie to niezdefiniowane centra.

## ZWRÓĆ UWAGĘ NA...

*Swoją niecierpliwość i zdolność do impulsywnego działania.*

Twoja samowystarczalność i brak potrzeby drugiej osoby do integracji i prawidłowego przetwarzania informacji, może prowadzić do niezdrowej samodzielności, izolacji i robienia wszystkiego w pojedynkę. Jesteśmy tu po to, by ze sobą współpracować i wzajemnie się uzupełniać, rozwijać i stymulować.

Gdy w relacji lub związku pojawia się jakaś trudność lub przeszkoda, możesz być skłonna do szybkiego porzucania i odchodzenia, zamiast otworzyć się na wspólną pracę i znalezienie rozwiązań.

Zwróć uwagę, że osoby w Twoim otoczeniu mogą mieć inny tryb integracji, przyswajania i przetwarzania informacji i ich procesy wymagają więcej czasu. Bądź cierpliwa i wyrozumiała dla innych. Nie wszyscy działają tak szybko jak Ty.

## DEFINICJA I INTEGRACJA

---

Szybkość przetwarzania informacji nie daje Ci przyzwolenia na szybkie działanie, bądź wyrażanie tego, co się w Tobie pojawiło. Te aspekty zależne są od Twojej Strategii i Autorytetu i zawsze działaj zgodnie z ich zasadami.

To, że nie czujesz w sobie potrzeby 'dopełnienia' przez kogoś, nie oznacza, że kontakt z innymi jest dla Ciebie zbędny. Twoje niezdefiniowane centra są największym potencjałem mądrości, poprzez doświadczanie tego, co przez nie wpada od innych ludzi. Musisz być tylko uważna, na to, co się pojawia i poprawnie to identyfikować, by wiedzieć skąd pochodzą informacje i właściwie je przetwarzać.

Niektóre procesy i tak wymagają swojego czasu, byś mogła osiągnąć zrozumienie i dojść do momentu 'aha'. Nie przyspieszaj ich. Pozwól im zadziać się w swoim naturalnym tempie.



KANAŁY

# NATURALNE TALENTY

Kanały to elementy Twojej natury, które są Twoimi szczególnymi darami, którymi jesteś tu, by dzielić się ze światem. Sposób ich ekspresji jest zależny od Twojej unikalnej natury. Możesz poznać ich mechanikę i działanie, ale by dowiedzieć się jak to dokładnie będzie wyglądało w Twoim życiu, musisz tego doświadczyć. Prawidłowa ekspresja Twoich wrodzonych darów uwalnia się, gdy zaczynasz podążać za swoją Strategią i Autorytetem.

# KANAŁ EKSPLORACJI

*Masz dar inspirowowania swoimi niezależnymi działaniami i podążaniem za własnymi przekonaniem.*

Masz w sobie głęboką miłość do siebie i dążysz do autentycznego wyrażania siebie i swoich osobistych zachowań, które są ekspresją Ciebie, jako zindywidualizowana i unikalna jednostka.

Masz wewnętrzne zaufanie do siebie i podążasz za własnymi przekonaniem, nie ulegając wpływom zewnętrznym. Masz w sobie siłę, by przy nich wytrwać i je bronić. Zawsze robisz to, co jest zgodne z Tobą, bo wiesz, że jest to wyraz miłości i szacunku do siebie samej.

Jesteś tutaj po to, by podążać za tym, co czujesz w głębi siebie, niezależnie od tego, jak to jest inne, oryginalne czy nietypowe. Twoja Strategia i Autorytet wskazuje Ci, jak robić to w zdrowy sposób, z szacunkiem do innych i bez poczucia winy.

Żyjąc autentycznie zgodnie ze sobą, pokazujesz innym jakie korzyści płyną z otoczenia się miłością i akceptacją, a także śmiałego kroczenia za tym, co nam w duszy gra, niezależnie od tego, co mówią społeczne schematy i przekonania. Jesteś uparta i kierujesz się samoakceptacją, a nie poklaskiem i aprobatą innych. Wzmacniasz ludzi do odważnego stawiania w sobie i eksploracji życia po swojemu.

Twoja indywidualna ścieżka i zachowania przyciągają uwagę. Czasem nie musi być pozytywnie wyrażona na zewnątrz, ale dlatego, że może wynikać z zazdrosnego szeptu pod nosem: 'Podziwiam Cię za bycie prawdziwą sobą'. Nie wszyscy są gotowi na indywidualność i wyjście ze swojej strefy komfortu. Niezależnie od reakcji ludzi, zawsze niesie ona jakość i potencjał transformacji. Zawsze zasiewasz ziarenko, które może zacząć kiełkować z czasem. Dlatego nie przejmuj się i idź za swoim głosem.

Masz naturalny dar wnoszenia w świat prawdziwej miłości do siebie, niezależności i samoświadomości. Pokazujesz jak żyć zgodnie ze swoją unikalną naturą i stawiać siebie na pierwszym miejscu, by stanowić niezależną i różnorodną część tego świata, niezależnie od przekonań społecznych, oporu środowiska lub prób ingerencji osób z Twojego otoczenia. Nie jest to ignorancja czy egoizm, tylko skierowanie siebie w stronę wyższych wartości w sobie.

## DEFINICJA - KANAŁY

---

Jesteś przykładem indywidualnej jednostki, pozostającej wciąż elementem całości. Inspirujesz ludzi do bycia sobą i pokazujesz, że tylko poprzez różnicowanie się i pozostawaniu wiernym swoim wewnętrznym wartościom, możemy iść w kierunku lepszego. Jesteśmy tu, by ze sobą współpracować, wymieniać się swoimi wyjątkowymi darami, talentami i tym, jak widzimy świat, a nie by być tacy sami, robić te same rzeczy i patrzeć na wszystko w ten sam sposób.

Przyszłaś na świat, by go eksplorować, zgodnie ze swoją ścieżką i zadaną misją. Jesteś otwarta na odkrywanie doświadczeń, ludzi, projektów, kultur, lądów itd. Masz w sobie głęboką chęć do poznawania różnorodności świata.

Masz głębokie zaufanie do siebie i swojej ścieżki. Gdy podążasz zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem, działasz pewnie i zawsze słuchasz siebie, bez żadnych wątpliwości. Dzięki temu wciąż poznajesz i doskonalisz siebie.

Masz w sobie wielką wewnętrzną moc, którą starasz się wykorzystywać kreatywnie w działaniach. Jednak ta energia musi być skierowana na rzeczy zgodne z Tobą i dla Ciebie. Altruizm nie jest Twoją historią. Nawet jeśli czujesz w sobie wielkie pokłady energii, ma być ona kierowana zgodnie z tym, co daje Tobie radość i przyjemność. W ten sposób dajesz największą wartość światu i innym ludziom, choć oni mogą czasem tego nie rozumieć.

Masz w sobie dużą naturalność i autentyczność, która przejawia się w wolności myśli, przekonań, sposobu działania, niezależności i całkowitym braku potrzeby zewnętrznej oceny. Nie potrzebujesz podbudowania z zewnątrz, bo gdy działasz w wyrównaniu ze swoją naturą, sama się wzmacniasz.

## ROZPOZNAJ NISKĄ ESKPRESJĘ

*Niezdrowy egoizm i przekonanie o wyższości  
i ważności własnych przekonań.*

Gdy nie żyjesz zgodnie ze sobą, możesz być egoistyczna i zdeterminowana do działania po swojemu, nie zważając na okoliczności i innych ludzi. 'Będę taka, czy Ci się to podoba, czy nie' może być jasnym sygnałem, że nie działasz z pozycji prawdziwego Ja.

Możesz kierować swoją potężną energię na działania na rzecz innych lub wykonywać pracę, która nie jest zgodna z Tobą lub taką, która nie daje Ci satysfakcji. Wtedy zamiast mocy, zaczynasz używać siły, by przepychać rzeczy i sprawiać, by się zadziały. Twoja energia jest po to, byś mogła wyrażać swoją wyjątkowość, żyć zgodnie ze sobą i działać zgodnie ze swoimi przekonaniami. Wtedy dzięki swojemu rozpaleniu wnosisz innych i inspirujesz ich do otwarcia się na siebie. To jest o wiele większa wartość, niż rozpraszanie swojej energii na wiele kierunków, by uszczęśliwić innych, bez własnej satysfakcji.

Gdy działasz niezgodnie ze swoją naturą, Twój zdrowy egoizm przeradza się w niezdrowy, gdzie zaczynasz zachowywać swoje przekonania, czasem zakrzywione przez umysł nie-ja, za wszelką cenę i kosztem innych. Narzucasz innym swoje prawdy i jesteś przekonana, że tylko one są właściwe i uniwersalne dla wszystkich. Pojawia się pycha, narcyzm i niezdrowe przekonanie o własnej ważności i wyższości.

Gdy działasz według ogólnie przyjętych zasad lub określonych przez innych, ulegając schematom, manipulacjom i działając bez własnej satysfakcji, możesz odchodzić od siebie i tracić zaufanie do siebie i życia. Rezygnacja z siebie jest zawsze bolesna i tworzy wewnętrzną pustkę, której nie da się niczym zakleić. Możesz próbować zapełnić ją na różne sposoby, ale bez skutku. Życie może raz po raz prowokować Cię na różne sposoby, byś stworzyła się z powrotem na siebie.

Możesz utracić miłość i szacunek, a zacząć siebie nienawidzić i obudzić wewnętrznego krytyka, sędziego i ofiarę. Gdy tłumisz w sobie własne wewnętrzne przekonania, na rzecz ogólnie przyjętych norm, tracisz kontakt ze sobą i swoimi wyższymi wartościami. Twoje silne poczucie własnej wartości, zamienia się w słabą wolę, niską samoocenę i osobę wysoce zależną od opinii innych ludzi.

## KANAŁ EKSPLORACJI - DZIAŁANIE NIEZGODNE

---

Gdy żyjesz w opozycji odbierasz sobie możliwość prawdziwej eksploracji życia, jako indywidualna jednostka, podążając za społecznymi schematami i przekonaniami, obawiając się stanąć w swojej sile i wytyczać własną ścieżkę. Twoje życie staje się przewidywalne i nudne. Nie masz dostępu do jego pełni, możliwości eksploracji i odkrywania nieznanego, co naturalnie Cię odżywia.

Lęk przed brakiem akceptacji, odrzuceniem lub wystawieniem się na ocenę innych ludzi może hamować ekspresję Twojej indywidualności. Wyróżnienie się z tłumu i zerwanie ze społecznie lub rodzinie przyjętymi zasadami może nie być łatwe na początku, możesz być nawet nazwana egoistką. Ale gdy Twoje zachowanie jest szczere i nie narusza przestrzeni innych, z czasem Twoja zmiana i wybranie siebie, zaczniesz transformować także Twoje otoczenie. Ludzie obawiają się inności i atakują ją, bo projektują na to swoje własne lęki. Nie bierz tego personalnie i idź śmiało słuchając siebie. To Ty przeżywasz swoje życie, a nie inni.

Twoje samodzielne działanie nie jest wyrazem braku umiejętności społecznych. Twoja energia jest do wykorzystania dla Ciebie i czerpiesz dużą satysfakcję z własnego procesu. Możesz mieć trudność w pracy w zespole. Twoja silna indywidualność prowadzi Cię własnymi ścieżkami i świetnie sprawdzasz się w roli przykładu lub lidera, inspirującego innych. Taka jest Twoja rola.

## KANAŁ DOSKONAŁEJ FORMY

*Masz dar wzmacniania i doskonalenia poprzez intuicyjną klarowność i zachowanie siebie.*

Masz w sobie mechanizm prawdziwej sztuki przetrwania. Masz naturalnie zdolności do zachowań, kierowanych intuicyjną świadomością, opartych na kochaniu i docenianiu siebie. Ważne jest dla Ciebie dobre czucie się we własnej skórze.

Wiesz, że najpierw musisz zadbać o siebie i czuć się dobrze fizycznie, by móc wspierać innych. Masz w sobie zdrowy egoizm, który pozwala zatroszczyć się o siebie oraz stawiać swoje zdrowie i dobre samopoczucie na pierwszym miejscu. Twoje zachowania są przykładem dla innych, jak właściwie dbać o siebie i żyć pełnią życia.

Masz wyjątkowy dar akustyczny. Rozumiesz prawie bez słów, a nawet więcej niż słowa. Potrafisz skupić się bardziej na tonie i dźwiękach wypowiedzianych słów, niż na ich sensie. Dlatego fałsz, naginanie prawdy lub brak autentyczności przy Tobie nie przejdzie. Trzymasz się daleko od osób, w towarzystwie których zapala się czerwona lampka i sygnał ostrzegawczy.

Wyróżniasz się wyjątkową zdolnością do przetrwania w niemal każdych warunkach. Nie ukierunkowujesz się na wyżyny materialne, bo masz silne poczucie, że najważniejsze jest zdrowie i działanie zgodnie ze sobą. Zawsze masz wszystko, co jest Ci potrzebne do życia i niczego Ci nie brakuje. Potrafisz cieszyć się z tego, że jesteś i doceniasz bardziej życie w dobrej kondycji i środowisku niż to, co posiadasz.

Masz umiejętność wykrywania niesprawnych rzeczy w otoczeniu i niebezpieczeństwa. Inspirujesz innych swoim talentem do wydostawania się z kłopotów i trudnych sytuacji. Potrafisz wyjść z wielu sytuacji obronną ręką, gdy słuchasz swojej intuicji.

Swoją intuicyjną świadomością potrafisz ocenić wszystkie aspekty potencjalnej przygody, w którą zamierzasz się zaangażować. Twoja wrodzona inteligencja ciała naturalnie wie, co jest dla Ciebie zdrowe, a co nie i informuje Cię o tym z wyprzedzeniem. Cała sztuka polega na tym, żebyś to usłyszał i temu zaufał. Głos Twojej intuicji jest bardzo cichy i nigdy się nie powtarza, dlatego wymaga mocnego połączenia ze swoim ciałem.

## DEFINICJA - KANAŁY

---

Potrafisz połączyć ludzi w imię wyższych wartości i dbania o wzajemny komfort, zdrowie i witalność. Nie klasyfikujesz ludzi pod kątem tego, co robią, jak się zachowują lub kim są. Masz w sobie wielką tolerancję, o ile nikt nie próbuje w niezdrowy sposób wpływać na innych lub na środowisko.

To dar architektów, projektantów wnętrz czy mody i ludzi, którzy zajmują się projektowaniem środowisk, które będą pozwalały celebrować naszą formę i zapewniać właściwe warunki do cieszenia się z życia. Potrafisz wykorzystać swoje intuicyjne wglądy, by stworzyć środowisko zdrowe dla wszystkich. Celebrowasz też piękno, doskonałe kształty i wszelkie ekspresje perfekcyjnej formy.

Wyróżniasz się dużym optymizmem i chęcią życia w pełni. Żyjesz według własnych zasad i przekonań i nie narzucasz ich nikomu. Idziesz własną drogą, biorąc pod uwagę własne zdrowie i dobre samopoczucie i nie czekasz na aprobatę innych. Możesz mieć dużą świadomość swojej ścieżki życiowej i potrafisz wzmacniać innych do odkrycia i spełnienia swojej własnej.

Cokolwiek robisz starasz się to wznieść do rangi sztuki, ponieważ dążysz do doskonałej formy. Jesteś perfekcjonistką i wykorzystując swoją przenikliwą świadomość i intuicję, jesteś w stanie dochodzić do doskonałości. To daje Ci niesamowite zdolności w czymkolwiek, czym się zajmujesz. Twój talent musi być jednak najpierw rozpoznany, żebyś mogła go wykorzystać i zaoferować światu.

# ROZPOZNAJ NISKĄ ESKPRESJĘ

*Prowadzenie swojego ciała i życia do  
destrukcji, lekceważąc głos intuicji.*

Gdy działasz w opozycji do swojej natury, Twoje zdolności twórcze i umiejętności do doskonalenia formy, mogą przekształcić się w całkowite przeciwieństwo i stać się dla Ciebie destrukcyjne.

Jeśli nie polegasz na swojej intuicji i ignorujesz jej głos, możesz stanąć w obliczu walki o przetrwanie, a nawet życie. Może pojawić się lęk o przyszłość i niepewność dotycząca tego, co powinnaś zrobić i w jakim kierunku się udać. To może prowadzić do tworzenia strategii z poziomu głowy, które nie będą dla Ciebie właściwe. Tylko działanie zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem i poleganie na swoich intuicyjnych przeczuciach, może zapewnić Ci zdrowie, dobre samopoczucie i działanie bez obawy o jutro.

Gdy obrócisz mechanikę tego kanału na płaszczyznę osobistą, możesz czuć się niedoskonała i niewystarczająco dobra. Sygnały z Twojego ciała wskazują Ci drogę do osiągnięcia perfekcji i doskonalenia formy w tym, co robisz i jak się zachowujesz, by zapewnić Ci jak najlepszy komfort we własnej skórze, zdrowie i dobre samopoczucie. Ty sama w sobie jesteś perfekcyjna. Twoja Śledziona pomaga Ci tylko jak najlepiej wyrazić tę perfekcję poprzez ciało i życie.

Gdy działasz niezgodnie ze swoją naturą, Twój zdrowy egoizm przeradza się w niezdrowy i ognisty temperament w stosunku do innych osób. Potrafisz narzucać innym swoje zachowania lub iść za swoją prawdą za wszelką cenę i kosztem innych, byle Tobie było dobrze.

Brak miłości i zaufania do siebie i życia, może prowadzić do spadku poczucia własnej wartości i stania się szarą myszką. W ten sposób stajesz się niewidoczna, zależna od innych, pozwalająca sobą manipulować i podążająca za społecznymi schematami i przekonaniami. Gdy obawiasz się zaufać sobie, stanąć w swojej sile i wytyczać własną ścieżkę, narażasz się nie tylko na niespełnienie, ale także utratę zdrowia.

Możesz dać się sparaliżować lękiem i obawom o przyszłość, rezygnując z własnej ścieżki, a wybierając to, co ogólnie przyjęte i sprawdzone. W ten sposób tłumisz swój potencjał mutacyjny, co może powodować zaburzenia psychosomatyczne.



## KANAŁ DOSKONAŁEJ FORMY - DZIAŁANIE NIEZGODNE

---

Jeśli nie jesteś rozpoznany i nie możesz zmienić czegoś, co wyczuwasz, że odbiera innym możliwość pełnego życia, możesz brać to personalnie i czuć się rozgoryczony lub podejmować działania z poziomu głowy, by zmienić to za wszelką cenę. Masz w sobie silną potrzebę, by udoskonalać rzeczy, ale musisz czekać na swój właściwy moment. Nie musisz walczyć o uwagę. Kiedy będziesz żył zgodnie ze sobą, Twój talent zostanie dostrzeżony.

To, że masz w sobie talent do tańca na krawędzi i wychodzenia z różnych sytuacji obronną ręką, nie oznacza, że masz podejmować głupie ryzyko i uważać się za nieśmiertelną. Twoja intuicja czuwa nad Twoim zdrowiem, ale Twoje życie nie ma być ślizganiem się, by jakoś przetrwać, tylko wykorzystywaniem sygnałów z ciała, jako wsparcia w swoim kroczeniu zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem. To zmienia całkowicie ekspresję Twojego życia.

Gdy obracasz tą energię w swoją stronę, możesz dostrzegać w sobie wiele niedoskonałości, nie czuć się dobrze we własnej skórze i nie odnaleźć swojej ścieżki. Wszystko to może brać się z ignorowania głosu swojej intuicji, która naturalnie podpowiada Ci i wskazuje drogę do doskonałej ekspresji życia w tej formie.

# KANAŁ MOCY

*Jesteś przykładem definicji człowieka jako, zindywidualizowanej i świadomej jednostki.*

Jesteś prawdziwym archetypem człowieka indywidualnego z potencjałem wielkości i mocy do wprowadzania zmian. Masz wrodzoną potęgę połączoną z intuicją, co sprawia, że działasz szybko, zdecydowanie i niezwykle trafnie.

Twoja energia wzmacnia Twoje naturalne, intuicyjne zdolności do przetrwania i ostrzega przed możliwym niebezpieczeństwem poprzez impulsy i sygnały, które odbiera i komunikuje ciało. Słuchanie odpowiedzi z Centrum Sakralnego i intuicji daje Ci wyjątkowe umiejętności do efektywnego działania z pełnym zachowaniem zdrowia i dobrego samopoczucia.

Jesteś szczególnie wrażliwa akustycznie. Słyszysz wibracje i pasma, które nie są dostępne dla innych ludzi. Twoja Śledzona skanuje Twoje otoczenie na poziomie dźwięków, by wykryć coś, co może nie być dla Ciebie właściwe. Jeśli kogoś słuchasz, nie kieruj się tylko słowami. Swoją uwagę skupiaj na tym, co odbierasz i czujesz poprzez głębokie zmysły, dźwięki, tony, by poznać prawdę w tym, co ktoś mówi, kim jest i jakie ma zamiary.

Jesteś bardzo niezależna i polegasz w pełni na sobie. Nie jesteś zainteresowana radami i wskazówkami innych, bo wiesz, że jedynym właściwym przewodnikiem w życiu jest Twojego ciała. Tak samo Ty nie narzucasz nikomu swojej opinii, stanowiska i nie próbujesz nikogo zmieniać, ani pod kątem zachowania, ani działania.

Słuchając swojej intuicji i odpowiedzi z Centrum Sakralnego jesteś w stanie przejść przez życie bezpiecznie i angażować swoją energię w rzeczy właściwe i zdrowe dla Ciebie. Masz możliwość osiągnięcia wielkich rzeczy przy małym, ale trafionym w punkt nakładzie. Potrafisz odpowiednio kierunkować i inwestować swoją energię, by osiągnąć niesamowity rezultat.

Nie rozpraszasz swojej energii na prawo i lewo. Potrafisz być skupiona i kierować swoją energię we właściwym kierunku. W nagłych wypadkach, które wymagają interwencji, potrafisz przejąć inicjatywę zachowując zimną krew, podczas gdy inni będą biegać w panice i hysterii. Nikt nie załatwi spraw lepiej niż Ty w czasie kryzysu, bo dokładnie wiesz, gdzie uderzyć i co zrobić.

## DEFINICJA - KANAŁY

---

Masz moc podnoszenia innych, którzy czują się bezsilni i nie wiedzą co robić. Wykorzystujesz to także w stosunku do firm, instytucji czy w innych sytuacjach. Jesteś trochę jak superbohater. Masz w sobie moc, która tylko czeka na sygnał od Śledziona, że to jest ten moment, by ruszyć. Opowiada 'Mhm' i dokładniesz wiesz jak działać. Potrafisz postawić na nogi rzeczy, które dla innych są już na straconej pozycji. Ale Ty dokładniesz wiesz co zrobić i ocalić rzeczy i ludzi swoimi instynktownymi i pewnymi ruchami.

Masz niesamowite zdolności i energię, poszukiwane przez innych. Będziesz naturalnie przyciągać ludzi do siebie. Wzrost dobrego samopoczucia przy Tobie, może być dla innych niesamowitym doznaniem. Ale pamiętaj, żeby nie rozdawać swojej mocy na prawo i lewo. Twoja moc ujawnia się wtedy, kiedy stawiasz siebie na pierwszym miejscu i dbasz o doświadczanie życia jako żywa, indywidualna istota. Poprzez zachowanie swojej witalności, gwarantujesz sobie przetrwanie i masz możliwość inspirowania i wzmacniania innych.

Masz w sobie wyjątkowy dar i pełen pakiet do życia jak zindywidualizowana, świadoma jednostka, która może inspirować innych swoim poddaniem się formie, pozwalając ciału prowadzić Cię przez życie w pełnym zdrowiu, spełnieniu i satysfakcji. To decyzje z poziomu Twojego ciała zapewniają Ci spokojne, pewne i pełne niesamowitych doświadczeń życie w pełni.

## ROZPOZNAJ NISKĄ ESKPRESJĘ

*Używanie siły, zamiast mocy do forsowania rzeczy, by zapewnić sobie przetrwanie.*

To, co uważasz za dobre dla siebie z poziomu głowy, nie ochroni Cię nigdy tak, jak to, gdy będziesz podążać za swoimi intuicyjnymi sygnałami i przekazami, dotyczącymi miejsc, ludzi czy projektów. Jeśli nie słuchasz świadomości śledziona możesz nie tylko lokować swoją energię w niewłaściwe rzeczy, ale także szkodzić swojemu zdrowiu.

Jeśli żyjesz w opozycji do swojej natury to zamiast bycia przykładem silnego, niezależnego człowieka, jesteś osobą słabą, niepewną i nieufną w stosunku do siebie i do życia. Twoja moc uwalnia się, gdy działasz zgodnie ze swoim responsywnym trybem życia, czekając na odpowiedź z Centrum Sakralnego i honorując zarówno swój wewnętrzny Autorytet, jak i sygnały z Centrum Śledziona. Masz w sobie pakiet przetrwania, ale jeśli z niego nie korzystasz, możesz zacząć walczyć o przetrwanie i żyć na powierzchni prawdziwego życia.

Kiedy odchodzisz od swojej Strategii i Autorytetu i pozwalasz włączyć monolog innych centrów świadomości, między innymi emocji i głowy, możesz być zarzucona głośnym strumieniem różnych informacji i głosów. W takiej sytuacji łatwo jest utracić kontakt ze swoją intuicją, która podpowiada, prowadzi i ratuje Cię przed wieloma problemami, zapewniając prawidłowe życie i reagowanie.

Gdy nie jesteś uważna i nie pozwalasz sobie na bycie tu i teraz, tracisz całą masę wartościowych informacji, które docierają do Twojego ciała i mogą być pomocne w uniknięciu niepowodzeń, niewłaściwych ścieżek i ludzi. Kiedy żyjesz w swojej głowie i polegasz tylko na jej logicznych analizach, operujesz na bardzo skąpej ilości danych, zdobytych w swoim życiu. Jest to bez porównania z potencjałem, które oferuje Twoje ciało, działające na wielu płaszczyznach, których nie widzie, nie czuje i do których nie ma dostępu głowa.

Tak samo jak możesz wnosić ludzi i sprawiać, że czują się lepiej w Twoim towarzystwie, tak, gdy nie żyjesz zgodnie ze sobą, możesz ciągnąć innych w dół. Jesteś archetypem człowieka i przetrwania, ale gdy nie honorujesz swojego projektu, stajesz się destrukcyjnym nosicielem i przekaźnikiem chorób i dysfunkcji. Kondycja Twojego zdrowia ma wpływ na innych. Jeśli nie żyjesz w trybie responsywnym, uszkodzasz swój układ odpornościowy i taką energię emitujesz w kierunku innych.

## KANAŁ MOCY - DZIAŁANIE NIEZGODNE

---

Gdy nie działasz w odpowiedzi, możesz mieć w sobie mnóstwo lęków odnośnie przyszłości i przekazywać decyzyjność swojej głowie i jej strategiom, obiecującym Ci zapewnienie stabilnego jutra.

Masz w sobie potencjał długiego życia w pełnym zdrowiu, ale gdy nie żyjesz zgodnie ze sobą, może się ono skończyć o wiele wcześniej. Twój układ odpornościowy będzie walczył o przetrwanie do ostatniego momentu, ale może Ci to odbierać możliwość doświadczania pełni życia, bo energia będzie kierowana na utrzymanie Cię przy życiu i przetrwanie.

Twoja nadmierna niezależność i przekonanie o słuszności własnych działań, może przekształcić się w niekontrolowane, autorytarne zachowanie i narzucanie innym swojego sposobu działania. Pragnienie utrzymania własnego punktu widzenia może stać się źródłem nieporozumień, konfliktów i oporu.

Melancholia jest naturalnym elementem Twojej natury. To czas kreatywny, w którym dobrze jest się wycofać i pobyć w sobie, robić to, na co masz ochotę. Pozwól sobie w niej być i nie próbuj się wydostać, podejmując decyzje z poziomu głowy. Muzyka jest tym, co może pomóc Ci się ukoić.

# KANAŁ Poddania

*Masz dar przedsiębiorcy, dzięki któremu wspierasz innych, transmitujesz i transformujesz rzeczy.*

Masz wrodzony dar instynktownego rozpoznawania ludzi i ich potrzeb, dopasowując do nich skrojone na miarę produkty, usługi, miejsca pracy czy nawet ideologie. W zamian za tą pracę żądasz tego, co jest słuszne dla Ciebie.

Masz dar kreatywnego sprzedawcy, który potrafi odpowiednio zaprezentować coś innym ludziom, by Ci chcieli to kupić. Masz w sobie dar przekonywania i silną intuicję, które sprzedają same, nie ważne co jest przedmiotem transakcji. Potrafisz tak zaprezentować produkt, że odbiorcy będą wierzyć, że marzyli o tym zakupie i nawet nie przyjdzie im na myśl, że produkt nie jest im w ogóle potrzebny.

Potrafisz zapewnić pomysłem, produktom czy ideom transmisję w głąb społeczeństwa. Masz dużą skuteczność dotarcia i potrafisz inaczej niż inni, przedstawiać informacje otaczającemu światu.

Masz zdolności komunikacyjne i dążysz do ulepszenia świata. Nie sprzedajesz bubla w ładnym opakowaniu. Naprawdę wierzysz, że to, co przynosisz światu, może coś zmienić. Jesteś twórczą istotą, mistrzem pozytywnej manipulacji i czarującym postaćem w jednym, napędzana niesamowitą siłą woli i dążeniem do bycia najlepszą.

Jesteś niewiarygodnym wojownikiem, który zrobi wszystko, żeby sprzedać to, co uważa za właściwe. To jest twórcza energia, która pozwala Ci działać bardzo skutecznie w biznesie.

Masz dar manipulacji, ale w dobrej wierze i z korzyścią nie tylko dla siebie, ale dla dobra większości. Dzięki Tobie rozwija się gospodarka, z której mogą korzystać wszyscy. Robisz rzeczy nie tylko z korzyścią dla siebie, ale tak, by każdy został doceniony. Potrafisz zapewnić wsparcie i zasoby swojemu plemieniu i wszystkim, którzy są wokół Ciebie i Cię wspierają.

Nie jesteś stworzona do ośmiogodzinnego trybu pracy. Potrafisz zrobić o wiele więcej i osiągnąć lepsze rezultaty, w krótkim czasie, niż inni. W swojej pracy potrzebujesz dużo swobody, niezależności i możliwości dopasowania własnego harmonogramu i trybu działania.

## DEFINICJA - KANAŁY

---

To dar nie tylko sprzedawcy czy osoby pracującej w marketingu, prowadzącej swój własny biznes, ale także branży reżyserskiej czy produkcyjnej. Choć tak naprawdę ta jakość może mieć swoją ekspresję na wielu płaszczyznach i w wielu gałęziach działalności.

Twoje działania nastawione są na skuteczność, a niekoniecznie na estetykę czy aspekt artystyczny. Dla Ciebie liczy się efektywność i to czy dane zabiegi działają czy nie. Wymaga to poddania się ego, które mówi: 'Potrzebuję docenienia mojej pracy, produktu czy sztuki'. To nie jest dla Ciebie. Ładne jest ładne, ale nie zawsze użytkowe i skuteczne. Stawiasz na funkcjonalność, bo wiesz, że tylko tak przekonasz ludzi, by wydali swoje pieniądze lub zastąpili stare rzeczy czymś nowym.

Jesteś świetnym doradcą odnośnie sprzedaży. Potrafisz dostrzec to, co ma potencjał i wesprzeć innych w dystrybucji tego, co oferują. Intuicyjnie wiesz na co zwrócić uwagę, jak pokazać produkt i jak go wycenić, by inni byli nim zainteresowani.

Masz dużą elastyczność i potrafisz dopasować swoje przekazy i komunikaty do zmiennego rynku i różnych grup odbiorców. To cenne umiejętności zarówno pod kątem przedsiębiorczym, biznesowym, ale także, by sprzedać swoje wartości, spojrzenie na świat czy własną ekspresję i osobę. Jesteś w stanie zaszcześcić w ludziach coś wyjątkowego i jeszcze mieć z tego zysk.

Nie jesteś wcale nastawiony na wielkie pieniądze, bo sam proces sprzedaży daje Ci mnóstwo radości. To jest Twoja natura. Ktoś może powiedzieć, że jesteś interesowny, ale nie ma w tym nic takiego, jeśli stawiasz na pierwszym miejscu przyjemność z działania, a nie skupiasz się na gromadzeniu pieniędzy.

Potrafisz szczerze przyznawać się do swoich życiowych porażek i znosić je z godnością. Porażki często są dla Ciebie motywacją i natchnieniem do zmiany kierunku lub sposobu działania.

## ROZPOZNAJ NISKĄ ESKPRESJĘ

*Nieuczciwe zagrywki i manipulacje w celu osiągnięcia założonego celu.*

Możesz mieć skłonności do przesady i zbytnej manipulacji, gdy dążysz do sprzedaży i wzbogacenia się ponad wszystko. Zbytne ukierunkowanie na plan materialny może być niezdrowe i prowadzić do nieczystych zagrań i oszustwa.

Możesz wykorzystywać swój dar perswazji do celów manipulacyjnych, sterowania ludźmi i wykorzystywania w celu osiągnięcia jakiejś własnej korzyści.

Możesz mieć zbyt wysokie mniemanie o sobie i zakrzywiony wizerunek siebie, które wykraczają daleko poza rozsądek i stan rzeczywisty. To może prowadzić do ciągłego niezadowolenia z tego, co masz i co dostajesz oraz chciwość. A w rezultacie do coraz większej i cięższej pracy, nie dbając o zachowanie balansu między działaniem, a odpoczynkiem.

Możesz być tak ukierunkowana na sukces i założony cel, że tracisz całkowicie świadomość i umiejętność trzeźwego patrzenia na świat. Przestajesz liczyć się z opiniami innych ludzi, tłumisz wszelkie próby udzielenia rady czy pomocy, a nawet potrafisz być agresywna, gdy ktoś zwraca Ci uwagę w dobrej wierze.

Gdy nie działasz zgodnie ze sobą możesz nie potrafić nic nikomu sprzedać. Jeśli sama nie wierzysz w siebie, swoje zdolności i produkt, Twój odbiorcy od razu to wyczują. Nie ważne co będziesz im mówić i pokazywać, Twoja postawa lub kreacja będzie mówić więcej niż słowa w przekazie. Tak samo jak możesz być świetnym sprzedawcą, tak w niskiej ekspresji Twoje zdolności przedsiębiorcze mogą być na niskim poziomie.

Jeśli nie masz możliwości kreatywnego działania w biznesie lub nie otrzymujesz właściwej zapłaty za swój wkład, tracisz poczucie własnej wartości. Twój prawdziwy dar ujawnia się, gdy masz pole do popisu i Twoje działania są wysoko nagradzane. Im większa nagroda, tym Twoja kreatywność i zaangażowanie jest większe.

Jeśli oczekujesz docenienia i poklepania po plecach: 'Dobra robota', możesz chodzić rozczarowana i zgorzkniała. Jeśli jesteś rozpoznana i masz możliwość spełniania się w sprzedaży, Twoja skuteczność transmisji jest najwyższym wyznacznikiem dobrze wykonanej roboty.



## KANAŁ PODDANIA - DZIAŁANIE NIEZGODNE

---

Możesz myśleć, że pieniądze, status czy pozycja świadczą o Twojej wartości. Może to prowadzić do nadmiernego bogacenia się, obnoszenia z pieniędzmi i uczucia wyższości lub niższości wobec innych, którzy mają więcej lub mniej. Ciągłe porównywanie się z innymi może doprowadzić albo do obniżenia Twojego poczucia własnej wartości lub uczucia wyższości nad innymi. To może także prowadzić do podejmowania działań z poziomu głowy.

Jeśli traktujesz skuteczność swojej sprzedaży personalnie, Twoja samoocena może stać się zależna od tego, jakie są wyniki Twojej pracy.

Chęć osiągnięcia sukcesu w biznesie może prowadzić do podejmowania decyzji z pozycji głowy i wybierania kierunków, które są nastawione na zdobycie zasobów, przede wszystkim pieniędzy i wykonywanie pracy, która nie daje ci radości, a daje tylko możliwość wzbogacenia się lub zapewnienia sobie przetrwania.

Jeśli nie osiągasz skuteczności w swoich działaniach sprzedażowych lub ktoś nie jest zainteresowany Twoim zakupem, może budzić się w Tobie złość lub nawet agresję.

## KANAŁ OCHRONY

*Jesteś zaprojektowana, by wspierać swoją opieką i przekazywać tradycyjne wartości.*

Masz w sobie altruistyczną troskę o innych i mocno ugruntowane tradycyjne wartości. To inaczej energia dobrej matki - intuicyjna, automatyczna i opiekuńcza. Twoja obecność naturalnie zbudza zaufanie u innych, którzy czują się przy Tobie spokojni, zaopiekowani i chronieni.

Opieka może przyjmować różne formy, od troski o najmłodszych, starszych i chorych, przez obronę wartości, praw ludzkich, ziemi, zwierząt, aż po bycie sumieniem zbiorowości. Masz w sobie instynktowną reakcję na pielęgnowanie, ochronę i opiekę.

Jesteś świadoma, że by zapewnić opiekę innym, najpierw musisz zadbać o siebie. Tylko, gdy Ty jesteś silna i zdrowa, możesz zaopiekować się innymi. To jak instrukcja w samolocie: 'Najpierw załóż maskę tlenową sobie, a potem dziecku'. To zdrowy egoizm, dzięki któremu nie stanie się tak, że Twoje potrzeby będą drugorzędne i doprowadzisz do zaniedbania lub wypalenia siebie.

Możesz propagować wśród ludzi zasady zdrowego stylu życia, czegokolwiek dotyczą. Zachęcasz do zmiany nawyków na zdrowe, bardziej poprawne, by każdy opiekował się sobą w należyty sposób.

Masz w sobie silną potrzebę sprawiedliwości i równości. Kiedy dostrzegasz, że ktoś jest pokrzywdzony, nie jesteś w stanie przejść obojętnie. Stajesz w obronie nieletnich, słabszych lub potrzebujących. Stajesz też w obronie najbliższych, nawet jeśli czasem ich zachowania nie są do końca właściwe lub moralne. Jesteś jak lwia mama, która zawsze będzie ochraniać swoich.

To dar, który często występuje u osób, które zajmują się opieką medyczną, niań, terapeutów, nauczycieli, przewodników, ale nie tylko. Aspekt opieki może wnieść jakość w każdy zawód, na przykład sprzedawcy, który zapewnia wyjątkowe podejście do klienta.

Możliwość pomocy i patrzeć jak Twój wkład zmienia innych ludzi, przynosi Ci dużą satysfakcję. W swoim plemieniu, wobec bliskich Ci osób lub tam, gdzie czujesz, że jest to dla Ciebie właściwe, robisz to bezinteresownie. W innym przypadku obowiązują konkretne zasady.

## DEFINICJA - KANAŁY

---

Jesteś tu po to, by strzec lub kwestionować wartości, prawo, struktury, które dbają o dobre samopoczucie społeczności. Masz w sobie potrzebę edukowania, propagowania i przekazywania zasad, które mogą zapewnić wszystkim ład, porządek i jedność. Dbasz o jak najlepszą jakość relacji i więzi oraz życia we wspólnocie.

Masz w sobie głęboką empatię i moc współczucia. Sama Twoja obecność jest w stanie podnieść ludzi, bo czują się wzmocnieni Twoją energią. Czują się silniejsi i bardziej żywi. Wyróżniasz się wielkim sercem, wyjątkową uczciwością i szacunkiem do innych ludzi.

W relacji jesteś wyrozumiałą i wrażliwą partnerką oraz kochającą, troskliwą i odpowiedzialną mamą. Buziaki na dobranoc, bajki i opowiadania przed snem, niedzielny rodzinny obiad, własnoręcznie robiony tort na urodziny, wspólne odrabianie lekcji - to wszystko daje Ci radość i satysfakcję.

Pielęgnujesz tradycje i dbasz o zachowanie ciągłości mądrości pokoleń. Możesz tworzyć kroniki, zbierać pamiątki rodzinne lub cokolwiek co pozwoli utrzymać pamięć i wartości, które można przekazać następnym.

Potrafisz brać odpowiedzialność za własne życie, a nie pozostawać podatna na wpływy zewnętrzne i żyć w roli ofiary. Wiesz, że jesteś kreatorem swojego życia i działasz świadomie.

Podchodzisz mądrze do swojego daru i oferujesz swoją opiekę ludziom, którzy są dla Ciebie właściwi, weryfikując to z Twoją Strategią i Autorytetem. Nie starasz się wspierać wszystkich potrzebujących, bo wiesz, że musisz odnaleźć w tym balans. Oferowanie innym pomocy ma Ci dawać satysfakcję, a nie być czymś na co poświęcasz sama siebie, swoje życie, zdrowie, pasję i wszystko, co chciałabyś robić w życiu w innych jego aspektach.

# ROZPOZNAJ NISKĄ ESKPRESJĘ

*Branie na siebie zbyt dużej odpowiedzialności  
za innych i zbyt wielu obowiązków.*

Możesz mieć tendencję do brania zbyt dużej odpowiedzialności za wszystko i wszystkich, zapominając, zaniedbując i prowadząc do utraty samej siebie. To może odbić się na Twoim zdrowiu, samopoczuciu i poczuciu spełnienia. Może się pojawić frustracja, złość czy depresja i nieznośny ciężar odpowiedzialności, z którego nie wiesz, jak się wydostać.

Gdy zaczynasz otaczać innych ludzi nadmierną opieką, możesz wyrzec się swoich zainteresowań, robienia tego, co sprawia Ci radość i co kochasz. Życie składa się z wielu aspektów i trzeba znaleźć balans i przestrzeń na realizację siebie. Jeśli czujesz, że coś chciałabyś robić, ale nie możesz, bo musisz zająć się rodziną, robisz z siebie nieszczęśliwego niewolnika. Nawet jeśli będziesz ukrywać to na zewnątrz, Twoja frustracja będzie odczuwana na poziomie niewerbalnym.

Rezygnując z pełni życia, przekazujesz taką jakość innym i następnym pokoleniom. Jesteś wzorcem, który będzie automatycznie naśladowany. Więc jeśli Ty czujesz się w głębi nieszczęśliwa, bo poświęciłaś swoje pasje dla innych, sprawisz, że Twoje dzieci mogą w przyszłości powielać ten schemat. Jeśli Ty tego nie uzdrowisz, one będą musiały się z tym mierzyć.

Możesz otoczyć opieką osoby, które na to nie zasługują lub nie doceniają Twojego wkładu. Tak samo jak Ty wspierasz innych, potrzebujesz wsparcia zwrotnego. Każda decyzja czy to odnośnie relacji, projektu czy zadania wymaga weryfikacji z Twoją Strategią i Autorytetem.

Gdy nie żyjesz zgodnie ze swoją naturą, możesz stać się zupełnym przeciwieństwem czułej matki, a stać się bezwzględnym, wymagającym i surowym rodzicem.

Możesz stać się egocentryczna i interesowna, być otwarta na czynienie dobra i wsparcie tylko, gdy widzisz w tym jakiś osobisty sens lub korzyść. Na początku Twoje zamiary mogą być odebrane jako szczerze, ale później może się okazać, że oczekujesz czegoś więcej niż tylko 'dziękuję'. Ludzie mogą się od Ciebie odwracać i unikać kontaktu, co może rodzić frustrację.

## KANAŁ OCHRONY - DZIAŁANIE NIEZGODNE

---

Możesz mieć sztywne przekonania i własne wartości, które starasz się narzucić innym. Brak otwartości na odmienność poglądów, zachowań czy zasad, może prowadzić do braku akceptacji, odrzucenia, krytyki lub pogardy.

Twoja chęć pomocy innym może prowadzić do 'rozdawania' siebie na prawo i lewo. Wiele osób może naturalnie przychodzić do Ciebie i prosić o wsparcie, a Ty nie potrafisz powiedzieć nie. Masz silne uczucie odpowiedzialności i przekonanie, że to właśnie Ty musisz ich ocalić i ochronić. Początkowo może Ci się wydawać, że wszystko jest w porządku i że masz z tego satysfakcję, aż w końcu zaczynasz zdawać sobie sprawę, że coś jest nie tak, gdy nie możesz już ciągnąć wszystkiego, co wzięłaś na swoje barki.

Twoja energia altruizmu i chęć pomocy innym może utrudniać Ci wycofanie się ze wsparcia, które początkowo zaoferowałaś. To może osłabiać Twoją samoocenę, więc ważne byś wchodziła w relacje i zaangażowania zgodnie ze swoją Startegią i Autorytetem. Ale gdy coś jest dla Ciebie toksyczne, uwalniaj to. Pamiętaj, że nie da się nalewać z pustego dzbanka.

Możesz obawiać się brania odpowiedzialności za swoje życie, rzeczy i osoby, co spowoduje wycofanie się z życia i realizacji siebie.

## KANAŁ ZMAGAŃ

*Jesteś zaprojektowana, by inspirować swoją walką,  
by odnaleźć sens oraz znaczenie życia i istnienia.*

Stale szukasz celu wartego rzucenia rękawicy, by odryć głębię życia, cel i prawdziwe znaczenie istnienia. Zmagania są Twoim sposobem na życie. Twoje walki o odkrycie sensu życia, tak naprawdę nadają jemu znaczenie, a jednocześnie inspirują innych do kroczenia w kierunku swoich ideałów, marzeń i głębokich, wewnętrznych przekonań.

Masz determinację, by iść w życiu własną drogą, nawet naprzeciw największym przeciwnościom, by po drodze odkrywać sens tego wszystkiego. Nie ma dla Ciebie nic bardziej satysfakcjonującego i zdrowego, niż parcie pod prąd, ryzykując czasem wyjście ze strefy pozornego komfortu, walcząc o sprawy, które są dla Ciebie ważne.

Twoje zmagania przyciągają uwagę innych i pobudzają ich do wyjścia z ich własnej strefy komfortu, by walczyć o sens swojego życia i swoją unikalność. Niesiesz w sobie wielki potencjał zmiany o szerszym zasięgu, choć jesteś skupiona na własnym procesie. Przekonujesz ludzi poprzez własny przykład, że warto walczyć o siebie i swoje życie i stajesz się ich motywacją i wzorem do naśladowania.

Masz w sobie instynktowną świadomość, kiedy walka jest konieczna lub warta świeczki, a kiedy może mieć charakter destrukcyjny. Wybierasz te, które są dla Ciebie zdrowe i które niosą ze sobą obietnicę wartościowego rezultatu, chociaż nie zawsze wiesz jaki będzie. Nie chodzi o stawianie sobie oczekiwań, tylko podejmowanie zmagania, gdzie czujesz, że jest to dla Ciebie słuszne, zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem.

Pokazujesz na swoim przykładzie, że w życiu chodzi o więcej niż tylko przetrwanie i przyziemne życie. Twoje zmagania mają na celu dokopanie się do najwyższego potencjału, który jest w nas i znalezienie sposobu na jego uwolnienie. Nie ma dla Ciebie rzeczy niemożliwych - to tylko kwestia czasu.

To jeden z kanałów głuchoty, ponieważ zawsze idziesz i robisz rzeczy po swojemu, nie słuchając rad czy wskazówek innych ludzi. Nie dostrzegasz przeszkód, które mogą widzieć inni, bo jeśli działasz zgodnie ze sobą, wiesz, że wytrwasz, nie ważne z czym przyjdzie Ci się zmierzyć.

## DEFINICJA - KANAŁY

---

Masz bardzo silną osobowość z nastawieniem bojowym do walki o swoje przekonania, łamanie starych paradygmatów i społecznych schematów. Intuicyjnie dostrzegasz rzeczy, które nie działają poprawnie i nie zgadzają się z tym, co czujesz. Jesteś uparta, nieugięta i dążysz do odsłonięcia prawdy.

Nie zawsze jesteś w trybie walki. Masz okresy, gdy schodzisz z warty i pozwalasz sobie na wycofanie. To często okresy melancholii, które są dla Ciebie bardzo kreatywnym czasem. Potrafisz zaakceptować swoje różne stany i nie próbujesz łapać za broń, gdy nie jesteś w nastroju, bo wiesz, że nie będą one poprawne ani owocne.

Twoje osobiste zamgania są ostatecznie dla większego dobra. Jesteś elementem mutacji i ewolucji. Naturalnie spotykasz się z oporem lub przeszkodami, by znaleźć rozwiązanie jak je efektywnie pokonać. Dążysz do indywidualizacji i odsłonięcia pełnego potencjału, który jest w Tobie.

To dar trenerów, terapeutów czy motywatorów, którzy dzielą się historiami swoich zmagień życiowych i pomagają ludziom w przemianie i znalezieniu prawdziwej wartości w życiu.

# ROZPOZNAJ NISKĄ ESKPRESJĘ

*Zmagania o przetrwanie i brak poczucia głębszego sensu i znaczenia swojego życia.*

Jeśli działasz wbrew swoim naturalnym cechom walki o swoje prawdy, krocysz po utartych i bezpiecznych ścieżkach. Zaczynasz przyjmować społeczne przekonania i stanowiska innych ludzi, tłumiąc swoją indywidualność i potencjał mutacyjny, który jest w Tobie. Może to powodować zaburzenia psychosomatyczne i problemy zdrowotne.

Możesz być uzależniona od adrenaliny i starać się doświadczać coraz nowych i bardziej ekstremalnych doznań. To prowadzi do podejmowania decyzji z poziomu głowy i wchodzenia w relacje, zaangażowania czy praktyki, które nie są dla Ciebie poprawne ani zdrowe. Czasem mogą zakończyć się dramatycznie. Możesz mieć tendencję do przekraczania dopuszczalnych granic, czy to odnośnie wytrzymałości i możliwości ciała, zasad moralnych czy taktu, które nigdy by się nie zdarzyły, gdybyś działała zgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem.

Możesz dać się prokować innym ludziom lub reagować bojowiczko na słowa 'Nie da się tego zrobić' swoim 'To ja Wam pokażę!'. Naciska to na potrzebe udowodnienia własnej wartości i może prowadzić do nadmiernych osiągnięć, dążenia po trupach do celu i robienia rzeczy wbrew swojej naturze i bez uważności na kondycję ciała.

Gdy bierzesz personalnie różnicę poglądów, przekonań i opinii, możesz izolować się od ludzi i tworzyć barykady, które sprawiają, że masz wrażenie, że jesteś pozostawiona sama sobie ze wszystkim i samotna w walce z całym światem.

Gdy działasz w opozycji do swojej natury, możesz zmagać się o zwykłe przetrwanie. Możesz mieć wrażenie, że Twoje życie jest ciągłymi staraniami i walkami o wszystko i zdobycie celu zawsze kosztuje Cię wiele nerwów i wysiłku. Tak dzieje się kiedy podejmujesz decyzje z poziomu głowy i starasz się je przeforsować mimo oporu.

Twoja bojownicza natura może być stale włączona i gotowa do walki, co może być niekomfortowe i nieprzyjemne dla innych, którzy czują się wyzywani na pojedynki.



## KANAŁ ZMAGAŃ - DZIAŁANIE NIEZGODNE

---

Możesz odczuwać brak sensu swojego życia i lęk, że nie uda Ci się go odnaleźć, ciągle tworząc strategię na poziomie umysłu, wymyślać wizje i kierunki, które mogłyby pomóc Ci odkryć jego znaczenie. Niestety niedoczekanie. Tylko podążanie zgodnie z twoją Strategią i Autorytetem może zakończyć tę gonitwę i wieczne zmagania.

Możesz być uparta, nieugięta i nieskora do jakichkolwiek kompromisów, co może utrudniać Ci nawiązywanie więzi z ludźmi czy zbudowanie związku. Twój silny charakter może też tworzyć poczucie wyższości lub konkurencji w relacjach. Możesz uważać, że nikt Ci nie dorównuje i nie ma nikogo godnego, z kim mogłabyś być lub spędzić czas.

Jeśli wchodzisz w walki i zmagania niezgodnie ze swoją Strategią i Autorytetem, możesz skończyć zgorzkniała lub zestresowana, nie mogąc czegoś zmienić i poprawnie przeżyć konfrontacji. Nie będzie też ona niosła dla Ciebie żadnej znaczącej wartości.

Ilość nagromadzonej w Tobie energii i chęć do walki, która się wytwarza, może budzić w Tobie agresję i chęć uwolnienia tej presji. Regularne ćwiczenia lub ruch fizyczny pomogą Ci uwolnić ciśnienie, a jednocześnie pomaga zachować czysty i klarowny wgląd w intuicję, poprzez oczyszczanie Śledziony.

# **ŻYCZĘ CI UDANEJ ŻYCIOWEJ PODRÓŻY**

Jesteś perfekcyjna taka, jaka jesteś. Wszystko od  
zawsze jest już w Tobie. Pozwól sobie tylko to  
uwolnić. Wejdź w najważniejszą podróż swojego życia  
i zanurz się we własnym eksperymencie.

# CZYM JEST HUMAN DESIGN?

Human Design otworzył przed nami możliwość poznania tego w jaki sposób zostaliśmy zaprojektowani i daje wskazówki jak wydobyć z siebie unikalność, która jest w nas zapisana. Dał nam możliwość zgłębienia mechaniki naszego ciała, naszej płaszczyzny psychicznej, emocjonalnej i energetycznej, żebyśmy mogli poznać potencjał, który się w nas kryje, ale też dostrzec rzeczy, które zakłócają naszą ścieżkę do ujawnienia tego w naszym życiu. Większość z nas żyje daleko od swojej natury i nigdy nie doświadcza co to znaczy, żyć SWOIM życiem. Human Design daje nam narzędzia, by wejść w swój największy życiowy eksperyment i odkryć swoją unikalność. A dzięki temu zmienić każdą płaszczyznę swojego życia - karierę zawodową, związki, relacje, interakcję ze światem.

W życiu chodzi o Ciebie. O to toczy się prawdziwa gra. To jest Twoja historia życia. Więc zadbaj o to, żeby naprawdę była TWOJA.

# CZYM JEST BLUEPRINT?

Blueprint to plan projektu, który wyjaśnia jak działać, odkryć siebie i osiągnąć to, co może być osiągnięte na podstawie tego, co jest w Tobie zapisane. W każdym z nas kryje się wielki potencjał, ale wiemy jak go aktywować. Nikt nie powiedział nam jak to zrobić i żyjemy tak, jak wydaje nam się, że powinniśmy, jak musimy, jak trzeba. Aj! Jak to jest dalekie od tego, co jest dla nas dostępne. I jak bardzo oddala nas od doświadczenia tego w naszym życiu i bycia prawdziwym sobą.

W tym opracowaniu znajdziesz kluczowe obszary swojego unikalnego projektu, które pozwolą Ci poznać zarówno to, co jest Twoim potencjałem, jak i dostrzec swoje cienie, gdzie nie żyjesz w zgodzie ze sobą. Dzięki temu rozpoczniesz najważniejszą podróż swojego życia. Podróż do siebie.

# JAKA JEST MOJA ROLA?

Chciałabym, żebyś dostrzegła jak perfekcyjną istotą jesteś, uwierzyła w siebie, zaufała i pokochała. Jak wielu ludzi na świecie nie lubi siebie, ale tylko dlatego, że nie wie kim jest naprawdę. Kiedy zaczynasz poznawać siebie, otwiera się przed Tobą nowy świat. TWÓJ świat. Zaczynasz rozumieć, że nie ma na świecie drugiego człowieka, który ma do zaoferowania światu tego, co Ty. Nie musisz o nic walczyć. Miejsce dla Ciebie jest tu od zawsze.

Chciałabym, żebyś poznała zarówno świadome, jak i nieświadome aspekty swojej natury. Dowiedziała się jaki wpływ masz na ludzi wokół siebie i na swoje środowisko oraz jakie oni mogą mieć na Ciebie. Chciałabym nauczyć Cię identyfikować to, co jest Twoje, a to, co nie należy do Ciebie, żebyś mogła żyć w wyrównaniu z prawdziwą Sobą.

# JAKA SKONSTRUOWANE JEST NARZĘDZIE?

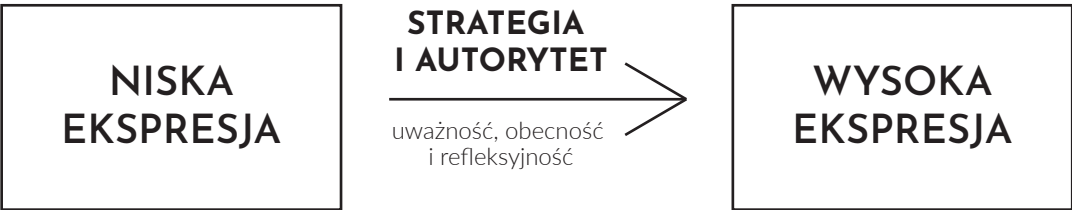
Moim celem było dostarczenie Ci zarówno wiedzy, jak i narzędzi, które pomogą Ci rozpoznać niską ekspresję swoich genów i zamienić ją w potencjał, który się w Tobie kryje.

Tak naprawdę wszystko, czego potrzebujesz do uwolnienia najwyższego potencjału, to wdrożenie w życie Strategii i Autorytetu. Każdy pozostały element Twojego projektu zostaje uwolniony, kiedy zaczynasz podejmować decyzje jako prawdziwa TY. Ale dzięki pozostałym informacjom będziesz mogła w łatwy sposób identyfikować obszary, w których nie działasz zgodnie ze Sobą i pokażą Ci miejsce, do którego docelowo zmierzasz.

Pamiętaj, że świadomość przychodzi po czasie. Żeby zrozumieć coś prawdziwie, trzeba tego doświadczyć. Więc nie próbuj zrozumieć wszystkiego z poziomu głowy, bo może to czasem tworzyć zamieszanie i kotwiczyć Cię na rzeczach, które nie są prawdą. Daj sobie czas na eksplorację i eksperymentowanie.

Pamiętaj, że system operuje na słowach kluczach i opracowanie ma zadanie Cię wzmocnić. Jest w nim dużo przykładów możliwych ekspresji mechanizmu, ale u każdego ta ekspresja może być inna. Nie traktuj tego sztywno, nie zamykaj się w słowach i formie. Naucz się obserwować i przebudzać świadomość we wszystkim co robisz, co mówisz i co myślisz.

Human Design opisuje mechanikę genów, ale jej wyraz zależny jest od unikalnego charakteru Twojego JA. Pozwól więc sobie doświadczyć i osiągnąć zrozumienie poprzez bycie świadkiem.



*Proces zmiany ekspresji genów*

Do zmiany ekspresji genów i uwolnienia pełnego potencjału, który jest w Tobie zapisany, potrzebne jest wdrożenie Strategii i Autorytetu. Wszystkie pozostałe elementy Twojej uniklanej natury odsłonią się z czasem, gdy będziesz działać zgodnie z tą mechaniką. Do ujawnienia najwyższego potencjału potrzebny jest czas, który jest związany z procesem dekonieczowania, czyli odinstalowywania uwarunkowań i pogramów, które wchłonełaś w swoim życiu. Ale z każdym dniem jesteś bliżej prawdziwej Siebie. Sam proces jest niesamowitą podróżą i odkrywaniem Siebie na nowo.

**DZIAŁANIE NIEZGODNE  
Z TWOIM PROJEKTEM**  
NISKA EKSPRESJA

- Trudności, przeszkody i opór w życiu
- Stworzona tożsamość, nadana identyfikacja
- Zhomogenizowane, zakrzywione spojrzenie na świat
- Podejmowanie decyzji z poziomu głowy
- Fałszywy, wyuczony autorytet zewnętrzny
- Uczucie frustracji, złości, zgorzknienia lub rozczarowania -
- Ciągłe poszukiwanie odpowiedzi i kierunków
- Brak sympatii, samokrytyka, nienawiść

**DZIAŁANIE ZGODNE  
Z TWOIM PROJEKTEM**  
WYSOKA EKSPRESJA

- Łatwy, naturalny przepływ życia
- Wyrażanie swojej unikalności i autentyczności
- Unikalna perspektywa i spojrzenie na świat
- Podejmowanie decyzji z pozycji wewnętrznego autorytetu
- Stanowienie autorytetu zewnętrznego dla innych
- Uczucie satysfakcji, spokoju, sukcesu lub zaskoczenia
- Spełnienie i głębokie połączenie ze sobą
- Prawdziwa miłość własna

# JAKA WESPRZEĆ SWÓJ PROCES?

Wiedza, którą znajdziesz w tym opracowaniu może pomóc Ci odmienić Twoje życie, ale będzie zupełnie bezwartościowa, gdy nie wdrożysz jej w swój życiowy eksperyment.

Nie masz w nic wierzyć, niczego się uczyć, przepracować, rozumieć z poziomu głowy. Masz tego doświadczyć i osiągnąć świadomość! Pamiętaj, że jest to proces i wymaga czasu, byś zrozumiała, jak działa ta mechanika, a także byś oczyściła swoje ciało z błędnych przekonań, uwarunkowań i trybów działania. W Twojej podróży najważniejsze są trzy elementy:

## UWAŻNOŚĆ

Uważność pozwala na świadomość w chwili obecnej w sposób bezstronny, z pozycji świadka i obserwatora. Na zauważanie wszystkiego co dzieje się zarówno w Tobie: myśli, odczuć, przeczuć, doznań zmysłowych na różnych poziomach, mechanizmów, przekonań, jak i tego co dzieje się poza Tobą. Uważność pozwala na zauważanie rzeczy, których możesz normalnie nie dostrzec, nie mając wystarczającej OBECNOŚCI.

## OBECNOŚĆ

Obecność to dotarcie do sfery wewnętrznego bezruchu, ciszy, związanej z samym Istnieniem i bycia tu i teraz. Większość z nas poprzez utożsamienie się ze swoim umysłem, powoduje, że całe życie przenosi się do głowy. Podążamy od przeszłości do przyszłości, będąc w świecie ciągłych wątpliwości, lęków, obaw, zamętu, przekonań, nigdy nie będąc w terażniejszości. Tak też tworzy się uczucie pozornej odrębności. Obecność pozwala Ci na doświadczenie prawdziwego życia. A dzięki temu możesz dostrzegać to, co dzieje się wewnątrz i dookoła Ciebie. Masz UWAŻNOŚĆ i REFLEKSYJNOŚĆ.

## REFLEKSYJNOŚĆ

Refleksyjność jest zdolnością do bycia zarówno obserwatorem, jak i obserwującym. Bycie świadkiem swoich własnych działań, jak i wewnętrznych głosów, pozwala na wyciągnięcie wniosków i wiedzy empirycznej, którą można zamienić na mądrość. Jest to mechanizm osiągania świadomości, który jest między innymi wynikiem pracy umysłu. Trzeba tylko zrozumieć, że są to procesy, które dzieją się w swoim naturalnym tempie. Naciskanie, przyspieszanie i próby 'zrozumienia' tworzą zazwyczaj tylko jeszcze większy zamęt.

# A CO DALEJ?

Mam nadzieję, że ten materiał będzie dla Ciebie przewodnikiem podczas Twojego procesu transformacji. Wracaj do niego, kiedy tylko będziesz czuła potrzebę. Zobaczysz jak z czasem będzie pojawiało się coraz większe zrozumienie.

Blueprint ma na celu przedstawienie Ci najważniejszych aspektów Twojej natury i niezbędną wiedzę i narzędzia do odstąpienia Twojego prawdziwego JA. Jednak suma pojedynczych elementów nigdy nie jest równa polu kwantowemu, które tworzy się przy ich połączeniu i złożonej analizie. Dlatego jeśli z czasem będziesz czuła, że chcesz zanurkować głębiej lub zrozumieć więcej, dzięki rozbudowanej interpretacji - zapraszam Cię na indywidualne spotkanie, na którym możemy skupić się na złączeniu wszystkiego w całość i wejściu w kolejne warstwy programu genetycznego.

System Human Design ma ogromny potencjał, niezwykłą precyzję i wiele warstw do zgłębienia. Matryca Human Design ma w sumie 69 120 unikalnych punktów wartości. Więc jest wiele do odkrycia.

*To dla mnie zaszczyt móc przekazać Ci tę wiedzę.*

*Alexandra*

MANIFESTUJĄCY GENERATOR 4/6

ALEXANDRACZERWINSKA.PL

IG: ALEXANDRA.CZERWINSKA