



Pracovní list z webináře: UMĚNÍ ČÍST ENERGII V PROSTORU

Vítejte na této fascinující cestě k objevení vaší **superschopnosti** číst energii v prostoru. Tento pracovní list vás provede klíčovými body webináře a pomůže ujasnit si **myšlenky, uvědomění a prožitky**.

1. Vaše volání

Co vás přivedlo k tomuto tématu? Jaké bylo vaše volání se tématem “superschopnosti” zabývat?

2. Rozpoznání vaší “superschopnosti”

Vzpomeňte si na situace, kdy jste možná využila svou schopnost vnímat energii, aniž byste si to plně uvědomovala.

a) Vstup do místnosti

Popsala byste někdy svůj pocit po vstupu do místnosti plné lidí? Jak?

b) Změna nálady ve skupině

Všimla jste si někdy, že se vaše nálada změnila po připojení ke skupině lidí? Popište situaci:

c) Intuitivní vnímání emocí druhých

Vzpomeňte si na situaci, kdy jste cítila, že emoce člověka neodpovídají jeho vnějšímu projevu:

d) Nevysvětlitelná přitažlivost/odpor k místům nebo lidem

Zažila jste někdy silný pocit, že si chcete (nebo nechcete) sednout na určité místo či vedle určitého člověka, aniž byste věděli proč?

d) Jiné prožitky? Jiné situace? Na co si vzpomínáte?

3. Dětské vzpomínky a vnímání

a) Rozpor mezi slovy a pocity

Vzpomeňte si na situaci z dětství, kdy vám bylo řečeno něco, co se neshodovalo s tím, co jste cítila:

b) Nevyřčené rodinné tajemství

Měla jste někdy pocit, že ve vaší rodině existuje nějaké nevyřčené tajemství nebo chybějící článek? Popište:

c) Nějaké další uvědomění z dětství, kdy jste vnímala něco “víc” nebo jinak?

4. Kdy jste přestala využívat svou superschopnost?

Zamyslete se nad možnými důvody, proč jste mohla potlačit svou schopnost vnímat energie:

- Pocit, že nemáte pravdu, když vám okolí tvrdilo opak
- Ochrana před bolestivými zkušenostmi
- Snaha zapadnout do společnosti, která tuto schopnost neuznává
- Obětování se pro druhé a ztráta kontaktu se sebou
- Jiný důvod

****Který z těchto důvodů (nebo jiný) nejvíce rezonuje s vaší zkušeností? Proč?***

5. Důsledky potlačení energetického vnímání

Označte oblasti, ve kterých jste možná pocítli důsledky potlačení své schopnosti vnímat energii:

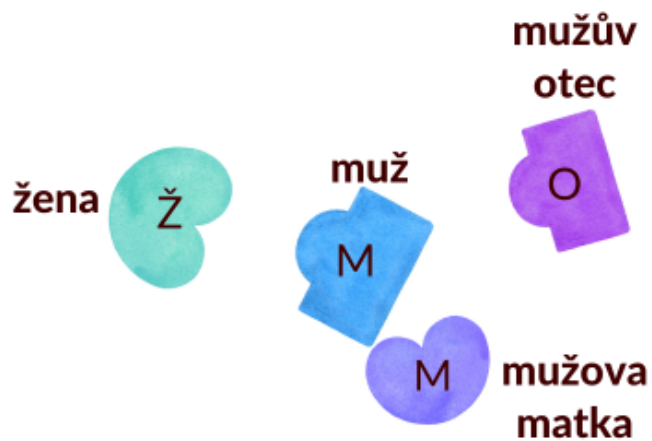
- ☐ Nespokojené vztahy
- ☐ Zdravotní problémy
- ☐ Pocit umenšování se nebo přizpůsobování
- ☐ Nízká sebehodnota
- ☐ Investice energie do neuspokojivých situací
- ☐ Obviňování se za maličkosti
- ☐ Upřednostňování potřeb druhých před vlastními
- ☐ Něco jiného - doplňte co

****Popište konkrétní situaci, kdy se některý z těchto důsledků projevil ve vašem životě:****

6. Praktické cvičení - Vnímání energie v prostoru

Postup z webináře - střídavě si stoupáte na místo ženy a muže ve dvou situacích:

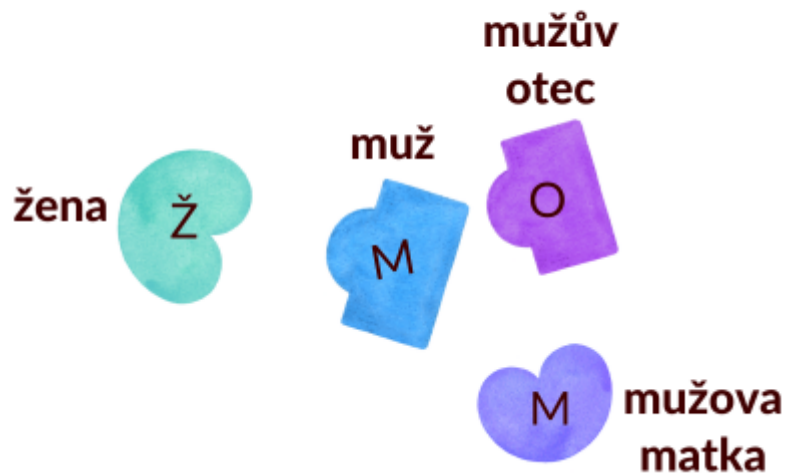
1. Muž je v zóně matky



a) Jste žena ve vztahu s mužem v zóně matky
Jaké pocity, vjemy nebo myšlenky se vám objevily?

b) Jste muž stojící v zóně matky
Co jste vnímala z této pozice?

2. Muž je v zóně otce



c) Jste žena ve vztahu muže v zóně otce
Jaký byl rozdíl oproti první pozici?

d) Jste muž stojící v zóně otce
Popište své vjemy z této pozice:

Reflexe praxe se symboly

- Jak se lišily vaše prožitky v různých pozicích?
- Překvapilo vás něco na vašem vnímání?
- Připomnělo vám cvičení nějakou konkrétní situaci z vašeho života?

7. Porozumění dynamice vztahů

Na základě svého prožitku a zkušenosti z praxe, jak byste popsala:

a) Vliv pozice muže (blíže k matce/otci) na partnerský vztah:

b) Rozdíl v energetickém toku, když je muž blíže otci vs. matce:

8. Aplikace do reálného života

Zamyslete se nad situací ve vašem životě, kde byste mohla aplikovat princip energetického vnímání a změny pozic:

- Partnerský vztah
- Vztahy s příbuznými
- Vztahy s dětma
- Pracovní prostředí
- Jiná oblast

****Popište situaci a jak byste mohla využít poznatky z webináře.****

9. Závěrečná reflexe

- a) Co pro vás bylo největším objevem na tomto webinaru pokud jste nějaký měla?

- b) Jak plánujete dále rozvíjet svou schopnost vnímat energie v prostoru?

- c) Jaký první krok uděláte, abyste začlenila tuto "superschopnost" do svého každodenního života?

Dodatečné poznámky a postřehy

Využijte tento prostor pro jakékoli další myšlenky, otázky nebo uvědomění, která se vám objevila během webinaru nebo práce s tímto pracovním listem: