

Členská sekce

MOUDROST TĚLA PŘINÁŠÍ

SETKÁNÍ S VAŠÍM HUMAN DESIGNEM

je prostor jen a jen pro vás. Pro váš rozvoj a prožitek vaší jedinečnosti.

Úvodní informace

Než se pustíme do samotného seznamování, dovoluňte nám přinést pár vstupních informací. Informací, které vám vytvoří otevřené pole pro vaše vlastní zkoumání. Podpora pro vaše osobní experimentování a objevování svého energetického nastavení.



Osobní mapa a její postupné otevírání

V tomto videu se dotýkáme možnosti, jak se svou vlastní mapou spolupracovat. Jak ji nechat na sebe promlouvat. Jak postupně objevovat její další vrstvy a souvislosti. Doporučujeme mít u sebe k tomuto videu svůj [pdf dokument](#), který jste v rámci Setkání obdrželi.



HUMAN DESIGN

NAJDETE SI TO SVÉ

V tomto prostoru není cílem vás zahltit, ale přinést teoretické informace, které vás mohou zavést k dalším uvědoměním a aha momentům. Přivzvěte svou Human design mapu a prozkoumejte to, co je vám blízké. Knihovna videí vede k základům Human designu v obecnosti. Dovolte si prozkoumávat svůj energetický typ, svou autoritu i další aspekty, které vás aktuálně zajímají.

Naše aura a její strategie

Základ našeho vlastního energetického fungování. Poznejme náš energetický typ, naši auru, která mnoho věcí dokáže zajistit za nás.

Poznejme také svoji strategii, jak jí tím životem v naší přirozenosti. Prožijeme naši autoritu, všimněme si naší strategie v praxi. To vše využijeme v náš prospěch.



Autorita a hlas vnitřní pravdy

Každý z nás máme svůj vnitřní hlas pravdy v nás. Je to jedno z našich energetických center, včetně dráhy, která jej definuje. Toto centrum sbírá všechny informace ze zbylých center. Díky tomu nás dokáže nejlépe vést našim životem. Díky tomu dokáže kvalitně rozhodovat a informovat nás kudy ano a kudy ne.



Definice a energetická stabilita

Prozkoumejme a poznejme svoji energetickou stabilitu, tedy naši definici. Jsou to místa v nás, o která se můžeme opírat, na která se můžeme spolehnout. Mají svůj konkrétní a jedinečný projev, kterému když dokážeme naslouchat, mnoho se vyjasní. Definice je jasná a nediskutuje se námi jako naše mysl, která chce důkazy.

Definice = dary a talenty, které nám patří, které z nás září.



Otevřenost, nestabilita i moudrost

Otevřenost v nás je, tedy energie našeho okolí do nás prostupuje. Jak jí využíváme? Jak nás ovlivňuje? Jak nás (ne)podporuje? Jak se k ní vztáhnout? A jak jí využít pro sebe kvalitně?

Jedno je jisté otevřenost přináší proměnlivost a tedy energetickou nestabilitu. Budme pozorovatelé, kam nás proměnlivost vede. Do prožitku naší signatury, tedy našeho pravého já = manifestorského klidu, projektorského úspěchu, generátorského uspokojení či reflektorského radostného překvapení? Nebo do prožitku našeho nepravého já = manifestorského vzteku, projektorské zahořklosti, generátorské frustrace či reflektorského zklamání?



Mapa human designu

Mapa našeho energetického nastavení. Mapa na nás energeticky září, provází nás na cestě prožitku naší vlastní přirozenosti. Mapa skrývá v sobě mnoho informací, mechaniky i vibrací v podobě slov. Slova skrze mapu přinesená nás ladí a skrze náš prožitek získávají konkrétnější podobu.



Energetická centra

9 energetických center, která máme všichni. Každé centrum má svou energii a témata, která v našem životě zpracovává. Každé centrum je také propojeno s konkrétními orgány či soustavami v našem hmotném těle. Každý z nás jsme jedinečnou kombinací definice a otevřenosti na úrovni center, drah i bran.



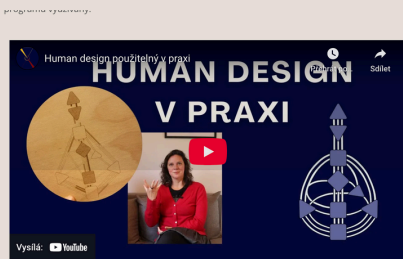
Podmíněnosti

Energetické zatíženosti, které nás mohou vést do prožitku nepravého já: vzteku, zahořklosti, frustrace a zklamání. Jak vznikají podmíněnosti a jak se jich můžeme zabavovat?

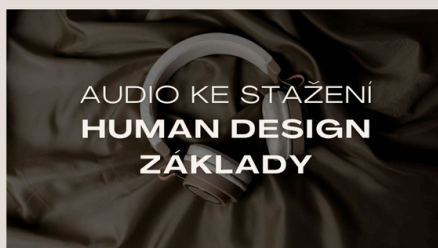


Spektrum prožitku

Prožitek nás a naší energie se může proměňovat. Díky sebezpoznaní a využití poznatků Human designu v naší osobní praxi se můžeme dostat do bodu, kdy z nás nepromlouvá čistě naše nepravé já.



STÁHNĚTE SI



POHYBOVÁ PRAXE

Pohybová praxe neodmyslitelně patří k poznání svého human designu. Váš prožitek v těle je a bude vždy zcela jedinečný. Dopřejte si tuto jedinečnou zkušenost, která se skrývá ve vašem těle. Ať už spolu s námi ve cvičeních níže, tak i během vašich dní a v běžných denních aktivitách.

Cvičení pro rozprostření pozornosti v těle

Toto cvičení je připraveno přímo pro setkání s vaším human designem, jeho část si zacvičíme i při samotném setkání a dále můžete cvičit kdykoli, kdy chcete přicházející informace vnímat celým tělem.

Ať už se vracíte k poslechu záznamu ze setkání, díváte se na přednášku nebo posloucháte zajímavý podcast, toto cvičení pomůže vnímat nejen klíčové informace ale také energii, která je zde uložena.



Jak začít své tělo vnímat

Krátké video vedoucí do prožitku života naplno. Jak se vnímat nejen z pohledu vnějšího, ale zevnitř.



Z mysli do těla

Máte pocit, že vaše mysl jede naplno. Možná je těžké vnímat vaši autoritu, váš dech, vaše tělo jako celek, protože mysl strhává pozornost k ní.

Dopřejte horním centru trochu klidu a vydejte se do těla a skrze něj do větší celistvosti.

Očištění se z vnějších vlivů

Točíte se v energii, která není vaše? Přejete si uvolnit energii druhých a naplno vnímat sebe?

Toto cvičení vede k uvolnění energie druhých, názorů, myšlenek, tlaku a všeho, co můžete vnímat jako ne vaše.



DOPLNĚNÍ

Setkání s Vaším human designem je zde pro vás jako jedinečné setkání. To bychom rády doplnily střípky dalších informací, z kterých můžete dále čerpat a rozvíjet se.

UVOLNĚNÍ

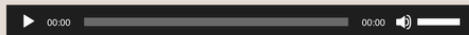
Stejně jako je důležitá aktivita v našem životě, stejně tak (ne-li u některých z nás více) je důležité uvolnění. Vědomé uvolnění těla. Při uvolnění dochází v našem těle k regeneraci, obnově buněk a orgánů, načerpání nových sil a na energetické úrovni při uvolnění se mohou uvolnit energetické zátěže a současně může do našeho života přijít nové. Tedy ne vždy musíme vše zařídít, ale můžeme se také uvolnit do plynutí života. Aby tak do našeho života mohly plynout dary, které pro nás má okolní svět.

Uvolnění může být krátké. Zavření očí na 2 dechy, popuštění ramen od uší, nebo uvolnění napětí obličje přes den. Pro větší uvolnění můžete využít vedené relaxace, jednu krátkou najdete i zde.

Vydejte se na cestu poznání svého uvolnění, cest a způsobů, které vás vedou do zklidnění a odpočinku.



Nahrávka



Energetická cesta za našim energetickým typem

V rámci prvního modulu Poznání vznikla sada 11 silných energetických cest, které nás vedou do poznání různých míst v nás. Do poznání fungování naší energie, podmíněností a tak podobně.

Zde můžete prožít, klidně i opakovaně, energetickou cestu, která vás zavede do prožitku vašeho energetického typu. Stačí si vytvořit kvalitní časoprostor, kdy vás vaše hmotná realita nebude rušit.

Posaďte se nebo si lehněte a nechte se unášet touto nahrávkou. Dovolte si prožít úplně uvolnění. Prostoupit do prostoru neutrality ve vás a poté nechat vyobrazit vše, co je vám dnes k tématu vašeho energetického typu k dispozici.

Psaní divoké myslí

Snadná technika pro zvědomění si, jak dané téma ve vás pracuje, kde všude se propojuje, jak živě aktuálně je.

Co budete potřebovat:

- čistý papír
- tužku
- slovo nebo větu, která vás zaujala/aktivovala
- časomíru pro odměření 7 minut
- otevřenou mysl, která je ochotná zdivočet
- pozornost k sobě otočenou

Pak už jen stačí se vydat na dobrodružnou cestu objevení, co vše se vám k tomuto tématu pojí. Více informací najdete ve videu.

#bezcentury #bezkontroly #bezladuaskladu #bezlogiky #zdivoceni



Celým tělem

Možná máte téma, s kterým přicházíte na setkání. Nebo výzvu ve svém dni. Možná něco, co se vám v životě opakuje a vy byste chtěli vědět více. Sedněte si, lehněte nebo se vydejte na procházku. Přivzte téma, o kterém chcete vědět více. Toto téma postupně nechte projít svým tělem. Od hlavy, přes krk, hrudník, obě horní končetiny, břicho, pánev a obě dolní končetiny. Nechte své tělo popracovat si, sdílet vám, co zde leží. Často nad problémy dumáme v naší mysli, točíme myšlenky, ale moc nového nepřichází. Nechte, aby energie celého svého těla, daleko větší objem síly a darů pomohl v rozpoznání toho, co zde máte před sebou. Udělejte si kolečko svým tělem, vnímejte jeho jednotlivými částmi a vše zajímavé si poznamenejte.

Stejný postup můžete také provést tak, že téma postupně pošlete skrze jednotlivá energetická centra. Můžete si k ruce vzít svou Human design mapu a postupně posílat téma z jednoho centra do dalšího. Setrvejte déle v oblasti své autority.

