

Sonia Choquette

Przewodnik po sztuce życia

Jak dostroić się do siebie i świata,
by osiągnąć wewnętrzny spokój
i równowagę

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)


STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

 **Talizman.pl**
SKLEP ZE SZCZĘŚCIEM


STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Przewodnik
po sztuce
życia

Sonia Choquette
**Przewodnik
po sztuce
życia**

Jak dostroić się do siebie i świata,
by osiągnąć wewnętrzny spokój
i równowagę




STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Paweł Uklejski
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński
TŁUMACZENIE: Iwona Szopa

Wydanie I
Białystok 2025
ISBN 978-83-8301-825-6

Tytuł oryginału: *Read Life Accurately: Recognize and Respond to Whats Really Happening*

READ LIFE ACCURATELY

Copyright © 2025 by Sonia Choquette
Originally published in 2025 by Hay House LLC

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2024
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

SPIS TREŚCI

<i>Wprowadzenie</i>	7
Część I: Dlaczego czytanie życia odmieni twoje życie?	19
Rozdział 1: Czym jest „czytanie życia”?	21
Rozdział 2: Jak dobrze radzisz sobie z czytaniem życia?	31
Rozdział 3: Zaprojektowani, by czytać życie	37
Rozdział 4: Dlaczego warto czytać życie?	51
Rozdział 5: Zaprzestanie walki ze swoimi wewnętrzными zmysłami	65
Rozdział 6: Jak nie należy czytać życia	73
Rozdział 7: Dalsze błędne odczytywanie życia	89
Rozdział 8: Przestać ignorować to, co się czyta	101
Część II: Od A do Z – przewodnik po czytaniu życia	111
Rozdział 9: Pięć podstawowych elementów czytania życia	113
Rozdział 10: Właściwe odczytywanie samego siebie	129
Rozdział 11: Techniki właściwego odczytywania samego siebie	141
Rozdział 12: Właściwe odczytywanie innych ludzi	153
Rozdział 13: Techniki właściwego odczytywania innych ludzi	169
Rozdział 14: Właściwe odczytywanie swojego celu	185
Rozdział 15: Właściwe odczytywanie swojego miejsca	213
Rozdział 16: Czytanie życia i jego przepływ	245
<i>O Autorce</i>	269

WPROWADZENIE

Nazywam się Sonia Choquette i odkąd pamiętam, jestem intuicyjną czytelniczką życia. Jestem w stanie dostrzec znacznie więcej, niż widać na pierwszy rzut oka – znacznie więcej, niż można zaobserwować w otaczającym mnie świecie fizycznym, znacznie więcej, niż ujawnia przeszłość i znacznie więcej, niż wiadomo o przyszłości. Innymi słowy używam wszystkich swoich zmysłów – zarówno tych zewnętrznych, jak i wewnętrznych – aby zrozumieć naturę energii oraz to, co faktycznie dzieje się w nas i wokół nas.

Często słyszałam pytania, kiedy po raz pierwszy zdałam sobie sprawę z tego daru, czy też kiedy rozwinęłam tę dziwną zdolność, która pozwala mi widzieć życie w sposób, w jaki inni nie są w stanie. Prawda jest taka, że nie pamiętam, kiedy zacząłem czytać życie. Po prostu zawsze taka byłam! I nie byłam jedyną osobą w mojej rodzinie, która potrafiła to robić. Byłam jednym z siedmiorga dzieci urodzonych przez artystyczną, szalenie intuicyjną rumuńską matkę i uziemionego, stabilnego, konsekwentnego, niezawodnego ojca. Czytanie życia było drogą mojej rodziny. Oczekiwano od nas, że będziemy patrzeć poza powierzchnię rzeczy, zwracać uwagę na energię i wibracje wokół nas, dostrajać się do niewidocznej, niewypowiedzianej, nieświadomej, ukrytej strony życia i docierać do prawdy leżącej u podstaw różnych sytuacji i okoliczności.

Nigdy nie było takiego momentu, w którym nie byłabym w stanie odczytać życia. Nie było też okoliczności, w których moje rodzeństwo nie potrafiłoby tego zrobić. Ku mojemu zaskoczeniu, kiedy zaczęłam chodzić do szkoły, około szóstego czy siódmego roku życia, zdałam sobie sprawę, że wszystko, co było dla mnie oczywiste, nie było wcale takie przejrzyste dla innych. To było

tak, jakbyśmy żyli w dwóch różnych wszechświatach i postrzegali siebie nawzajem jako dziwaczne stworzenia.

W przeciwieństwie do kolegów i koleżanek ze swojej klasy potrafiłam z łatwością odczytywać naszych nauczycieli. Wiedziałam, kiedy byli w złym nastroju. Wiedziałam też, że często nie ma to nic wspólnego z tym, co dzieje się obecnie w klasie. Gdy wchodzili do sali, wiedziałam już, czy tego dnia będziemy mieli test czy nie, czy będą zabawni i dostępcy, czy raczej zdystansowani i zrzędlivi. Dostosowywałam się, by być przygotowana na to, co nadejdzie.

W mojej rodzinie czytanie było głównym sposobem na życie. Naszą ulubioną grą było angażowanie się w żartobliwą rywalizację o to, kto potrafi lepiej czytać życie – było tak, do momentu gdy telefony komórkowe, komputery i inne technologiczne rozpraszacze zrujnowały nam tę zabawę. Żyliśmy w świecie bez żadnych filtrów. W każdą niedzielę moi rodzice pakowali całą naszą siódemkę do samochodu i wyruszyliśmy na piknik w góry, gdzie dorastałam w Kolorado. Jazda była długa, więc moi rodzice (a zwłaszcza moja mama) zapewniali nam rozrywkę, prosząc nas o określenie, jakiego koloru samochód przejedzie na następnym czerwonym świetle lub minie nas z naprzeciwka, albo kto znajdzie najlepsze miejsce do zaparkowania samochodu na nasz piknik. Skanowaliśmy otoczenie energetycznie i wibracyjnie, zwracając uwagę na znaki i sygnały wokół, wypatrując wskazówek. To była niekończąca się zabawa, a dzięki temu, że bawiliśmy się w ten sposób, wszyscy staliśmy się biegli w czytaniu życia, czyli określaniu, co tak *naprawdę się* dzieje.

ODBIERANIE ZNAKÓW I ZGODNE Z NIMI DZIAŁANIE

Podczas gdy czytanie życia było całkiem wciągającą rozrywką, zastanawiałam się, jak mogą funkcjonować ludzie, którzy tego

nie robią. Jak można kroczyć po tym świecie, nie dostrajając się do otaczającej nas energii? Jak możesz być bezpieczny, jeśli ignorujesz energię i sygnały, które wysyłają do ciebie inni? A gdybyś nie reagował lub – co jeszcze bardziej niewyobrażalne – nie odbierał tych wyraźnych sygnałów czy znaków lub nie wyczuwał energii innych ludzi ani przepływu życia wokół siebie? Jak mógłbyś doświadczyć jakiegokolwiek połączenia lub znaleźć właściwy kierunek? To byłoby jak chodzenie po dżungli w nocy bez latarki lub bez jakiegokolwiek ochrony. Innymi słowy – byłoby to niebezpieczne. Podążanie za wewnętrznymi wskazówkami jest tak samo ważne jak słuchanie swoich zewnętrznych zmysłów. Nie można polegać tylko na jednym kanale.

Czytanie życia było na początku swego rodzaju grą, zabawą. Z czasem zdałam sobie sprawę, jak ważne było to dla mojego bezpieczeństwa, gdy wracałam ze szkoły do domu. Było około szesnastej, kiedy nagle poczułam jakąś złowieszczą energię w pobliżu. To był prawdopodobnie pierwszy raz, kiedy musiałam świadomie zdecydować, czy wziąć pod uwagę niepokojącą energię, którą odczytywałam, czy ją zignorować, ponieważ musiałam wrócić do domu, a kierunek, w którym zmierzałam, był drogą najszybszą. Robiło się ciemno, a ja byłam sama. Moja standardowa trasa nagle nie wydawała się bezpieczna i nie wiedziałam, co robić.

Pod presją, po raz pierwszy w życiu, zignorowałam swoje odczucia i postąpiłam wbrew temu, co wyraźnie ostrzegęło mnie przed kontynuowaniem drogi. Wywołało to ogromną wewnętrzną walkę. Czułam się rozdarta, jakbym zdradzała samą siebie, więc byłam przygotowana na najgorsze. Szłam dalej, skanując otaczający mnie świat. Nic nie wskazywało na kłopoty, ale gdy skręciłam w ulicę prowadzącą do mojego domu, wyskoczył z niej rozjuszony pies – naprawdę się go wystraszyłam. Zapędził mnie w róg i rzucił się na mnie za każdym razem, gdy robiłam krok,

by uciec. Byłam sparaliżowana i przerażona, krzyczałam o pomoc na całe gardło, ale nie było nikogo, kto mógłby mi pomóc.

Właśnie dlatego nie powinnam była tego robić. Dlaczego nie zwróciłam uwagi na swoje odczucia? Stałam tak w bezruchu, aż w pewnym momencie obok przejechał mężczyzna i dostrzegł, co się dzieje. Zaparkował samochód, wysiadł i przegonił psa, a nie było to wcale łatwe. Ta sytuacja z psem ewidentnie wymknęła się spod kontroli!

Mężczyzna wziął mnie do swojego samochodu i zawiózł do domu – kolejne ryzyko, na które się narażałam! To była ogromna lekcja życia. Postanowiłam, że już nigdy więcej nie zignoruję tego, co czuję lub co odczytuję w polu energetycznym.

GDZIE ZAPROWADZIŁA MNIE MOJA ŚCIEŻKA

Czytanie stało się codziennym doświadczeniem dla mojego roduństwa oraz dla mnie, a ponieważ byłam ambitna, chciałam być w tym najlepsza i wkrótce mi się to udało. Dzięki swoim odczytom zyskałam popularność, więc ludzie z sąsiedztwa zaczęli do mnie podchodzić, chcąc wiedzieć, czy mogłabym dla nich czytać. Na początku było to zabawne, ale wkrótce zdałam sobie sprawę, że nie jest to wcale tak komiczne, jak myślałam. Było to bardziej mylące niż cokolwiek innego.

Zdawałam sobie sprawę, jak wielu ludzi było nieszczęśliwych – nie żyli w sposób, który im służył, nie dokonywali także wyborów, które ich wspierały. Pamiętam swoje pierwsze doświadczenie, miałam wtedy dwanaście lat. Mój sąsiad, Rick, opowiedział o mnie swojej szefowej, która od razu zażyczyła sobie odczytu. Pochlebiało mi to, więc się zgodziłam. Pojawili się razem jeszcze tego samego wieczoru. Była to elegancka kobieta w średnim wieku,

z długimi czerwonymi paznokciami i czarnymi zaczesanymi do góry włosami, w ciemnobrązowej tweedowej garsonce. Nie tracąc czasu, zapytała o pewnego mężczyznę, którym była zainteresowana. Spróbowałam, choć byłam trochę zakłopotana w związku z tym, co dokładnie chciała wiedzieć.

Podczas odczytu jej energia była niespokojna, natarczywa i skonfliktowana, czego wcześniej nie doświadczyłam. To, co mówiła i co robiła, wyraźnie do siebie nie pasowało i jej nie wspierało. Pytała mnie, czy mężczyzna, którym się interesowała, ją kocha. Nie potrafiłam odpowiedzieć, ponieważ czułam się tak, jakbym była zmuszana do powiedzenia „tak”, podczas gdy w rzeczywistości czułam, że odpowiedź brzmi „nie”. Tak naprawdę mężczyzna, o którym mowa, w ogóle nie wydawał się nią przejmować, ale bałam się jej to przekazać. Ciągle naciskała: „Proszę mi powiedzieć, co pani widzi. Czy on mnie kocha? Czy to człowiek, któremu mogę zaufać?”.

Im dłużej zastanawiałam się nad jej pytaniami, tym bardziej czułam, że nie można jej ufać. *To ona* nie była szczerą. To z jej powodu nie czułam się komfortowo i nie bardzo wiedziałam, jak wybrnąć z tej sytuacji. Ponieważ byłam przytłoczona, mogłam tylko powiedzieć: „Najlepiej, jak wróci pani do domu. Mężczyzna, o którego pani pyta, nie jest dla pani odpowiednią osobą. Proszę wrócić do domu”.

To było najlepsze, co mogłam wówczas zrobić. Kobieta zirytowała się i nagle wyszła. Wkrótce po tym Rick wrócił i poinformował mnie, że mój odczyt ją zdenerwował i że mężczyzna, którym była zainteresowana, nie był jej mężem. Myśl o romansowaniu lub byciu niewiernym osobie, z którą jest się w związku małżeńskim, nie przyszła mi do głowy, więc nic dziwnego, że było to tak dezorientujące.

To, co wydarzyło się potem, było dla mnie szokiem. Rick pojawił się u mnie dwa dni później i powiedział, że kiedy kazałam jego szefowej iść do domu, ona mnie nie posłuchała. Zamiast tego

poszła do swojego przyjaciela, a kiedy z nim była, jedno z jej dzieci próbowało zrobić obiad i przypadkowo podpaliło dom. Zostało poważnie ranne.

Ta wiadomość była tak niepokojąca, że postanowiłam wówczas, że nie będę już tylko rozrywką dla innych. Musiałam trochę lepiej zrozumieć swoje zdolności i samo życie. Dlaczego byłam w stanie czytać życie, podczas gdy inni ludzie tego nie potrafili, i dlaczego to, co odczytywałam, tak często było przygnębiające? Co dokładnie byłam w stanie zrobić?

Wkrótce potem rozpoczęłam praktykę u duchowego nauczyciela i medium Charliego Goodmana, który był teozofem z Anglii. Wiedział, jak czytać życie z niewiarygodną umiejętnością. Kiedy trzymał różne przedmioty w dłoniach, potrafił wyczuć, skąd pochodzą i do kogo należą. Kiedy przykładał listy do czoła, był w stanie wyczuć, kto je napisał, czego dotyczyły i skąd pochodziły te informacje. Mógł zamknąć oczy i zobaczyć aury wokół ludzi, co pomagało mu dostroić się do ich zdrowia. Potrafił wejść w stan medytacji i odczytywać energię ludzi – zarówno bliskich, jak i zupełnie obcych – a także uzyskać wgląd w ich różne sprawy, zobowiązania zawodowe; ich życie w ogóle. Był moim pierwszym nauczycielem i mnie również nauczył tych umiejętności.

Kilka lat później rozpoczęłam drugą praktykę u mistrza metafizyki, dr. Trentona Tully'ego, który zaznajomił mnie z pewnym uniwersalnym prawem. Dowiedziałam się od niego, że to nasze myśli tworzą nasze życie – nie tylko odczytujemy to, co do nas dociera, ale to my inicjujemy większość energii, której doświadczamy, a także napotykaemy moc innych. W ciągu następnych kilku lat, z pomocą różnych nauczycieli, pojęłam, jak „obudzić” i wyostrzyć wszystkie swoje zmysły – zarówno te zewnętrzne, jak i wewnętrzne – po czym używać ich do rozpoznawania, co dzieje się wokół nas, a także w nas samych. Co najważniejsze, nauczyłam się również,

że jesteśmy czymś więcej niż istotami fizycznymi – jesteśmy istotami duchowymi, które odbywają fizyczną, ludzką podróż, aby stworzyć takie życie, jakiego pragniemy.

Podczas tych praktyk dowiedziałam się, że nawet nasza skóra może odbierać energię, a nasze uszy mają zdolność słyszenia wibracji wykraczających daleko poza dźwięk – ważne jest, aby być otwartym na wszelkie informacje, które do nas docierają, nie tylko poprzez nasze oczy, uszy, nos, skórę czy język. Na szczęście dorastałam ze świadomością, że mamy więcej niż pięć zmysłów, więc z łatwością zaakceptowałam fakt, że jest ich co najmniej sześć. Zrozumiałam, że nasz szósty zmysł to grupa wewnętrznych zmysłów znanych jako jasnowidzenie (wewnętrzne widzenie), jasnosłyszenie (słyszenie wibracji), jasnoodczuwanie (wyczuwanie wibracji) i jasnopoznawanie (bezpośrednie wewnętrzne poznanie). Nasz szósty zmysł obejmuje te subtelne zmysły wewnętrzne, które działają wraz z naszymi zmysłami zewnętrznymi, aby prowadzić nas w życiu. Pomagają nam one w szczególności pozostać wiernym własnemu autentycznemu ja, doprowadzając do wyborów, które nadają sens, poczucie więzi, bezpieczeństwa i ochrony – to wszystko, czego nasze pięć zewnętrznych zmysłów zazwyczaj nie jest w stanie zapewnić.

Za naszymi wewnętrznymi zmysłami stoi nasz boski duch. Zmysły w naszych jelitach chronią nas i dostosowują do naszych priorytetów na poziomie duszy. Świadomość w naszych sercach prowadzi nas do zgodności z naszą naturą, podnosi na duchu, wspiera kreatywność i zdolność do bycia prawdziwym sobą.

WYJŚĆ ŻYCIU NAPRZECIW TAKIM, JAKIM SIĘ JEST

Podczas tych dwóch praktyk kierunek mojej życiowej ścieżki zaczął się coraz bardziej klarować. Po kilku latach wykonywania

odczytów dla ludzi wiedziałam już, że jestem stworzona do czegoś więcej niż tylko do tego. Byłam tu, żeby nauczyć innych, jak robić to dla własnego dobra. Tak właśnie narodził się mój życiowy cel i poświęcenie temu kolejnych pięćdziesięciu lat.

Pamiętam, kiedy zaczynałam uczyć ludzi odczytywać swoje życie. Było we mnie mnóstwo naiwności! Nigdy nie prowadziłam formalnych zajęć, ale byłam bardzo zaangażowana we wzmacnianie tych, którzy mnie o to prosili. Wśród moich pierwszych „uczniów” była kobieta o imieniu Alice, która przychodziła na odczyty co sześć miesięcy przez ostatnie dwa lata; był również jej starszy brat, Fred, kierowca ciężarówki z Kansas, przyjeżdżający do Denver raz na dwa tygodnie, a także jego lokalna kochanka, Annette (której wciąż nie potrafiłam „rozgryźć”). Spotykaliśmy się co dwa tygodnie przez kilka miesięcy i w tym czasie nauczyłam ich wszystkiego, co sama umiałam: jak wejść w głąb siebie, jak zwracać większą uwagę na otaczający nas świat, jak utrzymywać wyostrzone zmysły i świadomość oraz jak dostrajać się do tego, co odczuwamy wewnątrz i zewnątrz. I udało się! Zanim się rozeszliśmy, podzieliłam się również z nimi uniwersalnymi prawami, z którymi się zapoznałam, zachęcając ich do wykorzystania swoich nowo odkrytych umiejętności do stworzenia życia, jakiego pragnęli.

Było to tak ekscytujące doświadczenie dla nas wszystkich, że jeszcze przed ukończeniem szesnastego roku życia zdecydowałam, że to jest to, co powinnam robić w życiu. Tak zrodziło się moje prawdziwe powołanie.

Moja podróż była wielkim testem odporności, znacznie trudniejszym od tego, czego się spodziewałam. Nie zostałam bowiem przyjęta tak jak przez swoich pierwszych „uczniów”, otwartych na dostrojenie się i naukę czytania życia. Zamiast tego spotkałam się ze sceptycyzmem, nieufnością, irracjonalnym strachem,

odrzuconiem i przesądami – wszystko to bowiem otacza nasz całkowicie naturalny, wewnętrzny system naprowadzania. Zaskoczyło mnie to i frustrowało. Mimo to moja niezachwiana wiara w cel napędzała mnie do działania. Jak ktokolwiek mógł się rozwijać, gdy połowa jego systemu naprowadzania tkwiła w ciemności? Musiałam wytrwać.

Podróżowałam po świecie, prowadziłam zajęcia, napisałam wiele książek i kontynuowałam swoją misję pomimo dużego oporu i braku zainteresowania. Tak było do czasu wybuchu pandemii COVID-19. Nagle świat stanął w obliczu wirusa, który stanowił zagrożenie dla całego naszego życia, a żaden zewnętrzny autorytet nie był w stanie powiedzieć nam (ani nawet nie wiedział), co robić. Podczas gdy naukowcy starali się zrozumieć tę niespodziewaną bestię, pojawiło się tak wiele przeciwstawnych opinii na temat ochrony nas samych, że spowodowało to więcej chaosu niż przyniosło uspokojenia.

Nic dziwnego, że jedną ze zbiorowych reakcji na to pandemicum było niemal natychmiastowe przebudzenie milionów naszych od dawna uspiomych czy też kwestionowanych wewnętrznych zmysłów, ponieważ stały się one nagle tak bardzo potrzebne. Nastawienie opinii publicznej uległo zmianie. Spotkałam się ze znacznie mniejszą liczbą odrzucenia, wyśmiewania i nietolerancyjnych uśmieszków, do których zdążyłam się już przyzwyczać. Zamiast tego ludzie szukali mnie, zadając pytania o to, jak mogą wyostrzyć swoje nagle odkryte wewnętrzne zmysły tak szybko, jak to możliwe. Reakcja na moją pracę zmieniła się z „Nie wierzę w *woo-woo!*” na „Jak mogę sprawić, by moje zmysły *woo-woo* działały lepiej już *teraz?*”.

Ta zmiana w zbiorowym podejściu do naszych intuicyjnych zmysłów była oznaką wielkiej przemiany. I dlatego napisałam tę książkę. W przeciwieństwie do moich poprzednich prac,

które miały na celu przede wszystkim przekonanie niepewnych czytelników o istnieniu wewnętrznych zmysłów i ich znaczeniu, książka ta zagłębia się bezpośrednio w praktykę wyostrzania naszych zmysłów wewnętrznych i zewnętrznych oraz wykorzystania ich w życiu już teraz. Publikacja ta jest spełnieniem celu, który przyświecał mi przez ponad pięć dekad: pomóc ludziom zrozumieć oraz szybko zaangażować wszystkie ich zmysły tak, by czerpali korzyści z większego poczucia bezpieczeństwa, nieograniczonych możliwości, redukcji stresu i niepokoju, zwiększonej kreatywności, większej obfitości i wewnętrznego spokoju.

To więcej niż książka. To praktyczny przewodnik, jak uwolnić swój całkowity potencjał, jak prowadzić życie pełne jasności i celu. Można to osiągnąć tylko wówczas, gdy właściwie odczytujemy życie. Dzieje się tak, ponieważ osoba czytająca życie to ktoś, kto używa swoich zewnętrznych i wewnętrznych zmysłów, lewej i prawej półkuli mózgu, głowy, serca i ducha, aby zidentyfikować i zareagować na to, co *naprawdę* dzieje się w życiu – a przynajmniej dobry czytający robi to wszystko. Ale chodzi o coś więcej niż tylko o zrozumienie swojej intuicji.

Od ponad pięćdziesięciu lat uczę ludzi czytać życie, a mimo to wielu wciąż zмага się z podążaniem za wskazówkami przy podejmowaniu decyzji. Chociaż wiedzą, że mają sześć zmysłów i otrzymują wewnętrzne wskazówki, nie mają pewności i wahają się, bojąc się użyć tego, do czego się dostroili, a to ich powstrzymuje.

Czytanie życia to coś więcej niż tylko studiowanie otaczającego nas świata czy aktywowanie wewnętrznych zmysłów – to *zaufanie* swoim zmysłom i działanie na podstawie tych subtelnych, ale trafnych spostrzeżeń bez wahania i pytań. Ludzie, którzy czytają życie, nie skupiają się wyłącznie na sferze „duchowej”. Nie są to tylko uzdrowiciele Reiki czy medium tego świata. Ludzie różnych zawodów i z odmiennych środowisk czytają życie każdego dnia.

Wprowadzenie

Czytanie życia nie jest niczym dziwnym ani niezwykłym, nie jest to też umiejętność zarezerwowana wyłącznie dla osób szczególnie uzdolnionych czy utalentowanych. Jest to świadomość dostępna dla każdego, kto chce poświęcić uwagę, być obecnym i uznać, że to, czego doświadczasz energetycznie, jest wiarygodną informacją, która poprowadzi cię i wzmocni.

Mam nadzieję, że wykorzystasz historie i narzędzia zawarte w tej książce w swoim życiu już teraz i rozbudzisz w sobie umiejętność trafnego odczytywania życia. Dzięki tym stronom nauczysz się wyostrzać i wykorzystywać wszystkie swoje zmysły – wewnętrzne i zewnętrzne – oraz w pełni angażować potężnego ducha, którym jesteś. Angażując wszystkie zmysły i wykorzystując swoją boską naturę, w naturalny sposób będziesz podążać w kierunku swojego prawdziwego celu; będziesz również podejmować najlepsze możliwe decyzje, a przez to kreować swe życie na takie, jakiego pragniesz!

Rozdział 3



ZAPROJEKTOWANI, BY CZYTAĆ ŻYCIE

Ogólna dychotomia dotycząca postaw wobec naszej zdolności do odczytywania życia jest sama w sobie kwestią niezwykle ciekawą. Ludzie na przestrzeni dziejów dzielili się na dwa obozy. Pierwsza grupa składa się z osób, które uznają cię za wariata, jeśli powiesz im, że intuicyjnie czytasz życie. Byłam nazywana „dziwną”, „wo-o-woo”, „wackadoo” czy też „ekscentryczką”; byłam wyśmiewana, odrzucana i traktowana protekcyjnie przez analityczne umysły lewej półkuli mózgu tak wiele razy, że teraz jestem już na to odporna. Zaprzeczają naszym wewnętrznym zmysłom, są one ignorowane.

Druga grupa często idzie za daleko w przeciwną stronę, stawiając osoby czytające na piedestale, co jest równie niepokojące. Niektórzy ludzie darzą mnie tak wielkim szacunkiem, że jest to aż denerwujące. Uważają oni, że czytanie życia ma magiczną, niezemską jakość i są pod ogromnym wrażeniem całego procesu. Nie rozumieją, że czytanie życia jest umiejętnością naturalną, którą możemy aktywować, jeżeli tylko będziemy obecni, połączymy

się z naszym sercem, wyciszmy nasz umysł i skupimy się na tym, co kochamy i na czym nam zależy. Dla tej grupy osoba czytająca jest magiczną istotą, która może sprawić, że życie potoczy się po jej myśli. Ten obóz generalnie nie chce, aby ktoś interpretował ich życie – oni oczekują jego naprawienia. Podczas gdy większy wgląd w życie osób czytających pozwala na lepsze radzenie sobie z problemami (co jest przecież głównym powodem, dla którego warto odczytywać życie), tacy superfani osób czytających naiwnie wierzą, że człowiek taki może i naprawi ich życie w jakiś sposób lub zagwarantuje im możliwy wynik – wystarczy o to poprosić. To jednak tak nie działa. Osoby czytające mogą być coachami, przewodnikami, doradcami, nauczycielami, mogą wyjaśniać pewne kwestie i jest to niezwykle cenne, ale nie mogą niczego naprawić za kogoś innego. Każdy z nas musi zrobić to samodzielnie. Dlatego tak ważne jest, aby nauczyć się dobrze odbierać życie, aby uzyskać niezbędny wgląd, aby móc naprawić swój byt, jeśli wymaga on poprawy. Z drugiej strony, aby utrzymać się na ścieżce prowadzącej do najlepszej wersji własnego życia.

W rzeczywistości gotowość niektórych ludzi do oddania swojej władzy osobom czytającym życie, które chętnie wykorzystują tę naiwność, jest powodem, dla którego odczyty mają ogólnie wątpliwą reputację. Niestety są ludzie bez skrupułów, którzy to robią. Nie są to jednak osoby prawdziwie skanujące. To oszuści, którzy manipulują i uciekają. Oddawanie swojej mocy komukolwiek z jakiegokolwiek powodu jest okropnym pomysłem, ponieważ, pomijając fakt, że nikt nie może wykonać za ciebie pracy nad rozwojem twojej duszy, wszyscy jesteśmy odpowiedzialni za nasze własne życie, a nasz rozwój jest częścią naszego celu.

W każdym razie nadszedł czas, aby odejść od skrajnych i naiwnych sposobów myślenia. Spróbujmy zrozumieć nasze wrodzone zdolności intuicyjne i to, jak działa odczytywanie życia – dzięki

temu będziemy lepiej poinformowani, silni, w pełni świadomi. Ten proces rozpoczyna się od poznania uniwersalnych praw wszechświata. Zasadniczo odnoszą się one do tego, że jesteśmy tutaj, aby nauczyć się, jak tworzyć życie pełne sensu, więzi i celu; mówią one o tym, że mamy wspaniałe wewnętrzne i zewnętrzne zdolności, które pomogą nam odnieść sukces – to nasze analityczne umysły, nasze fizyczne zmysły, nasze subtelne zmysły wewnętrzne i nasz boski duch, nasza wolna wola i moc wyboru.

Nasze wewnętrzne i zewnętrzne zmysły informują nas o naszych decyzjach, a nasza wolna wola wciela je w życie. Jeśli wolną wolą kieruje duch i autentyczne „ja”, nasze życie toczy się gładko. Kiedy jednak prym wiedzie ego, nie jest już tak dobrze. Najważniejszym czynnikiem w odczytywaniu życia jest rozeznanie, która część cię prowadzi – ego czy duch. To determinuje wynik bardziej niż jakakolwiek inna rzecz.

NASZA NATURALNA ZDOLNOŚĆ DO CZYTANIA

Czytamy życie przez cały czas – zwłaszcza gdy czujemy się zagrożeni – ale nie zawsze zdajemy sobie z tego sprawę. Pewnego dnia rozmawiałam z klientem, młodym mężczyzną, który spontanicznie mi wyznał: „Zamierzam zerwać ze swoją dziewczyną, ponieważ potrafię odczytać jej intencje, a one nie są dobre. Mimo jej zapewnień, że mnie kocha, każdą cząstką siebie wiem, że ona mnie zdradza. Spotyka się z innymi mężczyznami i jest ze mną tylko dla wygody”.

Odczytywał jej myśli dość dokładnie i wzmacniał się, ufając temu, co wyczuł na tyle, by podjąć odpowiednie działania. Choć odczytanie jej intencji było bolesne, był gotowy podjąć trudną decyzję o zerwaniu, ponieważ zaprzeczanie prawdzie groziło

dalszymi stratami emocjonalnymi oraz potencjalnymi stratami finansowymi. Byłam pod wrażeniem tego, jak wyraźnie czytał w myślach swojej dziewczyny i ufał temu, co czuł bez żadnych wątpliwości, jakby to była najbardziej naturalna rzecz na świecie. Tak właśnie było.

Ludzie czytają życie na wiele sposobów. Na przykład detektywi interpretują miejsca zbrodni. Kiedy wkraczają na miejsce zdarzenia (o co również zostałam kiedyś poproszona), często mają niewiele informacji. Używają więc wszystkich swoich zmysłów, aby odkryć dowody i dowiedzieć się, co się stało. Umiejętność odczytywania miejsca zbrodni jest cechą wyróżniającą dobrego detektywa.

A co z lekarzem, który czyta swojego pacjenta? Odnoszę się tutaj do tych wszystkich wyjątkowych medyków, którzy patrzą poza kartę choroby na łóżku w szpitalu lub w swoim gabinecie i widzą przed sobą ducha cierpiącego w ciele, lecząc całą istotę, a nie tylko powłokę.

Nasze umiejętności czytania wykraczają poza ludzi, obejmując także różne miejsca i środowiska. Pracowałam kiedyś z klientką, która od miesięcy szukała domu. Pewnego dnia zadzwoniła i podekscytowana stwierdziła: „W końcu znalazłam. Po tak wielu nieudanych próbach i niewypałach weszłam dziś do tego domu; jego energia okazała się dla mnie idealna. Zanim przekroczyłam próg, już wiedziałam, że to jest mój nowy dom”. Wszyscy naturalnie odczytujemy miejsca, ponieważ one – podobnie jak ludzie – pochłaniają i zatrzymują energię, i są dużą częścią naszego życia. Czasami energia, którą wyczuwamy, pochodzi od ludzi, którzy obecnie zajmują to miejsce; czasami jest to energia ludzi, którzy to miejsce stworzyli lub mieszkali tam w niedawnej, a nawet odległej przeszłości. Może to być również kombinacja wszystkich tych rzeczy. Zdaję sobie sprawę, że czytam miejsca, gdziekolwiek się udam; nie zostanę też długo w żadnym z nich, jeśli nie czuję się

tam dobrze. Dotyczy to zwłaszcza pokoi hotelowych. Nie mam problemu z zadzwonieniem do recepcji i poproszeniem o nowy pokój, jeśli nie podoba mi się „klimat” tego, do którego trafiłam. Obsługa hotelowa musi być chyba do tego przyzwyczajona, ponieważ rzadko sprzeciwia się mojej prośbie i szybko dostaję nowy pokój, jeśli tylko taka jest moja wola.

Nasza naturalna tendencja do odczytywania życia jest jeszcze bardziej widoczna w naszych potocznych wyrażeniach. Mam klientkę, prawniczkę, która podczas omawiania swoich spraw swobodnie używa wyrażenia „potrafię odczytać napis na ścianie”, sugerując, że jest dla niej oczywiste, dokąd zmierza każda sprawa, zanim ława przysięgłych podejmie decyzję. Odczytuje również, dokąd ludzie się kierują. Niedawno spotkała się ze swoim szefem i bez słowa wiedziała, że wkrótce odejdzie. Trzy dni później nagle zrezygnował z pracy.

Mam również klientkę, która pracuje w branży farmaceutycznej, a konkretnie w sprzedaży. Twierdzi ona z pełnym przekonaniem, że podczas rozmów sprzedażowych potrafi czytać między wierszami. Od razu wie, czy ma do czynienia z klientem, który naprawdę chce robić z nią interesy, czy z kimś, kto chce łapówki, czym ona absolutnie nie jest zainteresowana. Od razu to wie – nawet widzi to w otrzymywanych e-mailach”.

Skoro mowa o wyrażeniach, przypominam sobie publiczne komentarze na temat niedawnych wyborów politycznych w Stanach Zjednoczonych. Kiedy jeden z kandydatów miał ogromną przewagę, ale druga kandydatka odmówiła wycofania się, na platformie X (wcześniej znanej jako Twitter) pojawiło się mnóstwo komentarzy typu: „Czy ona nie potrafi czytać z sali i nie wie, że nadszedł czas, aby zrezygnować!”. Tysiące osób wypowiedziało się na temat jej zasiedzenia się, ale nikt nie powiedział, co to znaczy „czytać pokój”.

ĆWICZENIE SWOJEJ INDYWIDUALNOŚCI POPRAZ CZYTANIE ŻYCIA

Czytanie życia to coś więcej niż tylko dostrzeżenie subtelnych wskazówek i wykorzystywanie różnych podpowiedzi. To umiejętność zwracania uwagi na szczegóły, bazowania na swojej inteligencji emocjonalnej, właściwego rozeznania i rozróżniania; to swoista wrażliwość na energię i wibracje oraz zdolność gromadzenia tych informacji w celu podejmowania decyzji i kierowania swoimi działaniami. Jest to intencjonalny wybór, aby żyć w sposób świadomy, korzystając ze swojej mocy. Czytanie życia wykracza daleko poza życie na powierzchni, życie dla aprobaty innych ludzi czy życie w ramach status quo. To akt upodmiotowionej suwerenności i indywidualności, który mówi: „Ufam temu, kim jestem, temu, co wiem oraz temu, co czuję, widzę i wyczuwam; jestem w pełni zaangażowany w dokonywanie wyborów na podstawie wszystkich tych informacji”.

Postaraj się przywołać w pamięci znane sobie osoby publiczne, które dokładnie odczytały swoje życie i w rezultacie stworzyły coś niesamowitego dla siebie i innych. Na przykład Oprah*. Trafnie odczytała życie, pomimo ogromnego zniechęcenia i sprzeciwu ze strony innych, którzy wmawiali jej, że jej marzenia, ambicje i intencje są śmieszne. Ignorując to, Oprah od początku wiedziała, kim jest. Ufała swoim wewnętrznym zmysłom, swojemu wewnętrznemu głosowi, niezachwianie podążała za znakami na swojej ścieżce, które ostatecznie doprowadziły ją do celu. Tak stała się jedną z najbardziej wpływowych osób na świecie,

* Oprah Gail Winfrey – amerykańska prezenterka oraz producentka telewizyjna i aktorka, miliarderka. Autorka i prowadząca talk-show *The Oprah Winfrey Show*, zaliczane do najbardziej znanych i liczących się audycji telewizyjnych w USA. Właścicielka firmy medialnej *Harpo Productions* i marki żywieniowej O! That's Good (przyp. tłum.).

pomimo swojego pochodzenia! Wszystko w jej życiu sprzysięgło się przeciwko niej. W wieku czternastu lat zaszła w ciążę, została porzucona, zgwałcona, była torturowana i nierozumiana, ale to nie powstrzymało jej przed podążaniem za swoim duchem, aby osiągnąć cele, które pomogły jej, a także milionom innych, zaznać lepszego życia.

Albo na przykład Steve Jobs* – dokładnie odczytał świat, kiedy stworzył iPhone'a. Dostrzegł naszą potrzebę komunikacji, ale także intuicyjnie rozpoznał pragnienie szybkiego dostępu do komputerów na długo przed innymi i połączył te dwie rzeczy. Wszyscy myśleli, że to szaleństwo. Zniechęcany przez otoczenie, ignorował wszystkich niedowiarków i szedł naprzód, ufając swojej wizji. W rezultacie stworzył niesamowity produkt, który zmienił świat. Do dziś iPhone jest uważany za króla wszystkich urządzeń komunikacyjnych.

Można przytoczyć o wiele więcej przykładów ludzi, którzy działali, bazując na swojej zdolności do dokładnego odczytywania życia. W rzeczywistości każdy, kto odniósł znaczący sukces w jakiegokolwiek dziedzinie, najprawdopodobniej swoje powodzenie przypisuje – przynajmniej częściowo – decyzji o zaufaniu temu, co podpowiadały mu wewnętrzne zmysły. Nadszedł czas, aby zastanowić się nad własną naturalną zdolnością do czytania życia. Przypomnij sobie, gdzie i kiedy udało ci się trafnie odczytać życie. W jaki sposób zadziało to na twoją korzyść? Przyzwyczajaliśmy się do podkreślania tego, z czym się zmagaliśmy lub sytuacji, kiedy ponieśliśmy porażkę. Zazwyczaj skupiamy się na tym, że nie udało nam się dojść do wyznaczonego celu lub w jakiś

* Steven Paul Jobs (ur. 24 lutego 1955 w San Francisco, zm. 5 października 2011 r. w Palo Alto) – jeden z trzech założycieli, były prezes i przewodniczący rady dyrektorów Apple Inc. (przyp. tłum.).

sposób zawaliliśmy. Odwróćmy jednak na chwilę ten scenariusz. Kiedy odniosłeś sukces? Kiedy czytanie życia ci się przysłużyło?

W tym miejscu warto na chwilę się zatrzymać i zastanowić nad własnymi osiągnięciami w umiejętności odczytywania. Mam nadzieję, że do tej pory zdałeś już sobie sprawę, że czytanie życia nie jest tak niewiarygodne i dziwne, jak mogłoby się to na pierwszy rzut oka wydawać. Nie jest czymś nie z tego świata. Być może używałeś już wszystkich swoich zmysłów i odczytujesz życie, a to wszystko pięknie ze sobą współgra.

Czy zdarzyło ci się podążać za swoim duchem pomimo braku wsparcia czy zrozumienia ze strony otaczających cię ludzi? Zastanów się nad tym, zarówno w skali makro, jak i mikro. Być może wybrałeś inną ścieżkę niż tę, do której zachęcali cię rodzice, i jesteś dzisiaj szczęśliwy, że tak właśnie się stało.

Mam klienta, który ożenił się poza swoim środowiskiem religijnym i wbrew oczekiwaniom rodziny. Jego najbliżsi byli wściekli, nie rozumieli, jak on może w ogóle coś takiego zrobić; uważali, że w ten sposób zdradza ich wspólne tradycje i że to nie ma prawa się udać. Mężczyzna ten pochodził z kultury indyjskiej, w której aranżowane małżeństwa są nadal uważane za najlepszą, jeśli nie jedyną, drogę. Mimo to poślubił kobietę, która nie miała pojęcia o jego kulturze i pochodzeniu, a jego rodzina myślała, że postradał zmysły. Para jest małżeństwem od dwudziestu pięciu lat, wytrzymując presję i osądy ze strony rodziny. W dwudziestą piątą rocznicę jego rodzina w końcu przyznała, że ich związek jest naprawdę udany. Ludzie ci byli szczęśliwi, mieli wspaniałe dzieci i z powodzeniem połączyli wszystkie piękne rzeczy, które ich kultury miały do zaoferowania. Wszystko dlatego że on dobrze odczytał swoją żonę, wiedział, że jest „tą jedyną” i postawił wszystko na jedną kartę pomimo sprzeciwu ze strony najbliższych, którego się spodziewał.

Jesteśmy najszczęśliwsi, gdy wewnętrznie odczuwamy, czujemy, wiemy i robimy to, co jest dla nas właściwe. Najlepsze rezultaty odnosimy, gdy nie zwracamy się do świata zewnętrznego i innych osób w naszym życiu o pozwolenie na życie tak, jak chcemy, ani nie przyzwalamy innym na powstrzymanie nas przed zaufaniem do własnej wewnętrznej wiedzy, a także podążaniem za nią. Choć kierowanie się wewnętrzną prawdą ma na nas ogromny wpływ, swoją pewność siebie budujemy małymi krokami.

Możesz zacząć od zabrania głosu i stwierdzenia: „Wiesz co? Nie ufam tej osobie, mimo że oskarżasz mnie o osądzanie”. Koniec końców okazuje się, że ta osoba rzeczywiście nie jest godna zaufania. Albo: „Skręcę tutaj i poszukam miejsca parkingowego, mimo że upierasz się, że go tu nie znajdę”, a miejsce pojawia się akurat wtedy, gdy to robisz. Albo: „Czuję, że nie powinnam dziś pić, mimo że uważasz, że nie umiem się bawić”, a kilka dni później odkrywasz, że jesteś w ciąży. Mój nauczyciel, Charlie, podsumował to, mówiąc: „Czytanie życia to wyczuwanie i wykonywanie małych rzeczy, które robią wielką różnicę”. Patrząc wstecz, widzę, że to prawda.

Obecnie jedną z moich klientek jest kobieta, która niedawno wybrała się w podróż do Meksyku. Mieszka w Nowym Jorku, ale zapragnęła słońca i trochę czasu dla siebie. Jej ojciec, z którym jest bardzo blisko, był przerażony tym wyborem, albowiem uważał, że Meksyk to najbardziej niebezpieczny kraj na świecie, że na pewno coś złego ją tam spotka, zabronił więc jej tam jechać.

Moja klientka, 33-letnia kobieta, delikatnie odparła: „Tato, przykro mi, że czujesz się tak niekomfortowo, ale ja i tak pojedę. Wiem, że nic mi nie będzie”. Pomimo jego sprzeciwu spędziła jedno z najpiękniejszych i najspokojniejszych wakacji w swoim życiu, bez żadnych dramatów. Teraz jej rodzice wybierają się w to samo miejsce na następne wakacje!

Rozdział 13



TECHNIKI WŁAŚCIWEGO ODCZYTYWANIA INNYCH LUDZI

Tak jak nauczyłeś się bardziej szczegółowych wskazówek i technik dokładnego odczytywania samego siebie, tak istnieją pewne niezawodne metody, do których zawsze możesz się odwołać, aby właściwie odczytać innych ludzi – zwłaszcza gdy jesteś zdezorientowany lub doświadczasz jakiegoś konfliktu interpersonalnego. Pamiętaj, że im więcej będziesz ćwiczyć te techniki w rzeczywistych sytuacjach, tym łatwiej będzie ci przekształcić je w nawyki!

CO JEST GRANE?

Jedną z moich ulubionych technik dokładnego odczytywania innych jest to, co nazywam odczytem „Co jest grane?”. Odczyt ten przenosi cię do twojej przestrzeni do oddychania. Kiedy już się tam znajdziesz, przywołaj na myśl kogoś, o kim chciałbyś dowiedzieć

się czegoś więcej, kogoś, kogo chciałbyś lepiej zrozumieć i z kim chciałbyś się komunikować energetycznie („serce do serca”).

Aby wejść do swojej świętej przestrzeni, skorzystaj z techniki, którą opisałam już wcześniej. Postaraj się znaleźć ciche, spokojne miejsce, w którym nikt nie będzie ci przeszkadzał przez co najmniej dwadzieścia minut. Najpierw zwróć uwagę na szczegóły w pomieszczeniu. Wróć do chwili obecnej, z powrotem do ciała, z powrotem do terażniejszości.

Wykonaj powolny wdech nosem, a następnie wydech, przyciągając brzuch do kręgosłupa. Poczuj, jak oczyszczasz przestrzeń; wyobraź sobie to wszystko, czego się tak kurczowo trzymasz – w tym z góry przyjęte idee, projekcje i założenia. Nazywam to „opróżnianiem śmietnika”. Kontynuuj wdechy, a wraz z każdym wydechem przyciągaj brzuch do kręgosłupa i wyobraź sobie, że zdmuchujesz świecę. Uwolnij wszystko – niech towarzyszy ci tylko intencja przebywania w pustym, otwartym stanie umysłu. Połóż ręce na kolanach, wyprostuj plecy i zamknij oczy. Zrób to dwa lub trzy razy, oddychaj od stóp, otwórz szeroko szczękę i głośno westchnij. AHHHH! To westchnienie przenosi nas do przestrzeni serca, gdzie znajduje się nasz duch.

Następnie wyobraź sobie światło lub iskrę swojego ducha rozchodzącą się od środka serca na zewnątrz, powyżej i poniżej serca, z przodu i z tyłu, po obu stronach ciała. Wyobraź sobie, że światło rozciąga się na odległość około metra poza krawędzie twojego ciała we wszystkich sześciu kierunkach, tworząc energetyczną, świętą i czystą przestrzeń do oddychania. Teraz wyobraź sobie, że osoba, z którą chcesz się spotkać, siedzi naprzeciwko ciebie, wewnątrz tej czystej, świętej przestrzeni. Połącz energię między swoim sercem a sercem tej osoby. Poczuj jej serce – nie jej osobowość, nie jej ciało, ale energię, która daje jej sercu moc bycia, która jest jej autentyczną jaźnią i otwiera na nią twoje autentyczne „ja”.

Po nawiązaniu połączenia od serca do serca udaj się do swojej wyobraźni i powiedz, że pragniesz autentycznej, serdecznej rozmowy z duchem tej osoby, podczas której dowiesz się, kim ona tak naprawdę jest, co ją motywuje, jak najlepiej odnosić się do siebie nawzajem itp.

Używając wyobraźni, zadaj po cichu dowolne pytanie. Możesz na przykład powiedzieć: „Jestem tutaj, aby dowiedzieć się czegoś o twoim duchu. Jestem tutaj, aby lepiej cię zrozumieć, tak byśmy mogli nawiązać dobrą relację”. Postaraj się wyczuć, czy jej duch na to się zgadza, a następnie rozpocznij tę wewnętrzną rozmowę. Wyobraź sobie na przykład, że rozmawiasz ze swoim partnerem lub partnerką, z którą nie dogadujesz się najlepiej. Pierwsze pytanie, jakie możesz zadać w swojej wyobraźni, trzymając energię tej osoby w swoim sercu, brzmi: „Czego w tobie nie rozumiem, a co jest dla mnie ważne?”.

Następnie usiądź i słuchaj. Pozwól swojej wyobraźni stać się portalem, przez który przechodzi odczytywana energia. Zapytaj: „Co o tobie powinienem wiedzieć? Jakiej wiedzy mi brakuje?”. Twój umysł może natychmiast chcieć wskoczyć i wymyślić odpowiedź, ale jeśli będziesz oddychał i położysz rękę na sercu, wewnętrzne zmysły go zastąpią i ujawnią to, co chcesz wiedzieć. Nie martw się, czy te odpowiedzi są dobre czy złe; są to po prostu cenne wskazówki do rozważenia. Przygotuj się na zaskoczenie. W przypadku inspirującego pisania sugerowałam, aby pisać nieprzerwanie przez co najmniej piętnaście minut, zanim oderwie się długopis od papieru, tutaj natomiast – w przypadku tego konkretnego odczytu – proponuję, aby mówić na głos przez trzy minuty – po prostu wypowiedz to, co przychodzi ci do głowy, nie zwracając uwagi na to, czy to w ogóle ma sens.

Możesz na przykład powiedzieć: „Czuję, że jesteś zmęczony. Wyczuwam, że potrzebujesz więcej czasu w samotności.

Wyczuwam, że jesteś niezadowolony ze swojego ciała fizycznego. Wyczuwam, że jesteś znudzony, a nasze rozmowy nie pobudzają twojej wyobraźni”.

Kluczem do pomyślnego wykonania odczytu „Co jest grane” jest gotowość do spontanicznego powtarzania tego, co otrzymujesz, bez edytowania lub cenzurowania czegokolwiek, nawet tych fragmentów, które mogą nie być pochlebne dla twojego ego lub sprawić, że poczujesz się niekomfortowo. Jedna z moich kursantek przeprowadziła tego typu odczyt, bo chciała dowiedzieć się czegoś więcej na temat swojego związku. Nie spodobało się jej jednak to, co otrzymała. „Podczas odczytu mój partner powiedział mi, że nie jestem już dla niego atrakcyjna, co mnie zdenerwowało i rozgniewało, ale potem odetchnęłam i zapytałam: „Cóż, a co jest dla ciebie atrakcyjne?”. Od razu pomyślałam, że chodzi mu o to, że powinnam być szczuplejsza, mieć duże piersi i długie włosy czy coś w tym stylu. Zamiast tego, w moim odczycie on stwierdził: „Atrakcyjne dla mnie jest bycie miłym, komplementowanie, bycie przyjaznym, zabawnym”. I to była dla mnie prawdziwa wiadomość. Ani przez chwilę nie pomyślałam, że to, co było dla niego nieatrakcyjne, to moje złe nastawienie i ogólna negatywność. Miał rację i nie winałam go za to. Byłam przygnębiona, ale nie zdawałam sobie sprawy, że bycie szczęśliwszą wersją siebie przy nim jest tak ważne”.

Jak widać, odczyt „Co jest grane?” może ujawnić całkiem sporo. Inna klientka użyła tej metody w związku ze swoją 16-letnią córką, z którą ciągle się kłóciła. Weszła do swojej świętej przestrzeni, wprowadziła energię szesnastolatki, nawiązała połączenie na poziomie serc i zapytała jej ducha: Czego w tobie nie dostrzegam? Co tak naprawdę chcesz, żebym wiedziała, byśmy mogły się dogadać?”.

Natychmiast otrzymała odpowiedź, którą wypowiedziała na głos: „Nie ufasz mi, ponieważ sama nie jesteś godna zaufania.

Oskarżasz mnie, że nie mówię prawdy, bo sama jej nie przekazujesz”. To zszokowało moją klientkę, ale powiedziała: „Jej duch miał rację. Nie mówię prawdy. W rzeczywistości mam romans, a moja córka to wyczuwa, mimo że tak naprawdę nie widziała żadnych zewnętrznych dowodów. Moja córka intuicyjnie wie, że nie chcę być w moim małżeństwie. Moja córka zauważa moje niespójności i to, że nadmiernie ją kontrolowałam, ponieważ nie poradziłam sobie z własnym poczuciem winy i nie przyznałam się do tego”.

To było brutalne przebudzenie! Po tym odczycie moja klientka przestała „czepiać się” córki i zaczęła przyglądać się własnym niedokończonym sprawom i kłamliwej naturze. Właściwe odczytywanie innych wymaga, aby samemu być uczciwym, ponieważ tylko w ten sposób można trafnie odebrać drugiego człowieka – wchodząc w odczyt z samoświadomego, uczciwego kanału.

„CZEGO ODE MNIE POTRZEBUJESZ?”

Kolejna technika dokładnego odczytywania innych polega na wejściu w swoją świętą przestrzeń i zadaniu pytania: „Czego ode mnie potrzebujesz, czego ci nie daję lub czego mi brakuje? Może to coś, z czego być może nawet twój świadomy umysł nie zdaje sobie sprawy, a co, gdybyśmy oboje wiedzieli, przyczyniłoby się do poprawy twojego życia?”.

Jedna z moich klientek wykorzystała to w rozmowie ze swoim szefem, ponieważ zaobserwowała zmianę w jego zachowaniu. Nagle z wyluzowanego faceta stał się gwałtowny i niecierpliw, a ona nie wiedziała dlaczego. Podczas czytania otrzymała jasną informację, że firma ma zostać sprzedana, a jej szef obawia się, że straci pracę. Nigdy o tym nie wspomniał i nie było żadnych

zewnątrznych oznak, że tak się stanie. Następnego dnia weszła do jego biura ze słowami: „Możemy porozmawiać? Mam wrażenie, że coś jest na rzeczy i czuję, że ma to na ciebie negatywny wpływ. Czy jest coś, co mogę zrobić, by cię wesprzeć, czy jest coś, o czym chciałbyś ze mną porozmawiać?”.

Ku jej zaskoczeniu, otwarcie przyznał: „Krążą plotki o sprzedaży firmy, a ja niewiele na ten temat wiem. Nie chcę cię niepokoić, ale wyczuwam, że jest w tym coś więcej niż tylko plotki, więc być może oboje będziemy musieli się z tym zmierzyć i podjąć jakieś kroki co do planów na przyszłość, jeśli okaże się to prawdą”.

To skierowało ich z powrotem na właściwą drogę. Oboje opuścili firmę i kilka miesięcy później założyli własną małą firmę konsultingową.

Podczas tego rodzaju odczytów można zrobić wiele kroków naprzód. Kiedy nie szukasz po prostu swojego ego, które opowie ci historię, a chcesz autentycznie łączyć się z ludźmi, możliwe jest połączenie serca z sercem, duszy z duszą i energetyczne otrzymywanie informacji o tym, co naprawdę się dzieje i czego potrzebuje ten drugi człowiek.

Może to brzmieć jak science-fiction, ale naprawdę telepatycznie wpływamy na siebie nawzajem – możemy celowo łączyć się z tym kanałem i powinniśmy to robić.

BEZPIECZNE POŁĄCZENIE

Pewnego razu przyszedł do mnie młody mężczyzna i wyznał: „Jestem zdesperowany, tak bardzo chciałbym poznać ludzi, którzy dzielają moje zainteresowanie komunikacją na głębszym poziomie, którzy są obdarzeni intuicją, robią odczyty i nie będą mnie osądzać. Pracuję z grupą ludzi, którzy są tak nieświadomi,

defensywni i osądzający, że zaatakowaliby mnie bezlitośnie, gdyby tylko dowiedzieli się o moich intuicyjnych zainteresowaniach”.

Zachęciłam go, aby przyszedł na moje warsztaty, a kiedy się pojawił, ku jego zaskoczeniu, były tam dwie osoby, z którymi pracował! Na początku był zakłopotany, podobnie jak oni. Ale z czasem stali się świetnymi przyjaciółmi – musieli tylko otrząsnąć się z szoku związanego z koniecznością ponownego dostosowania swojego postrzegania siebie nawzajem.

Nauka dokładnego odczytywania innych wymaga wysiłku, cierpliwości, czasu, praktyki, zwolnienia tempa, zachowania spokoju i nie zakładania, że w jakimkolwiek stopniu zna się drugą osobę. Możemy również rozpoznać i potwierdzić (powinniśmy rozpoznać i potwierdzić), jeśli nie czujemy się bezpiecznie i komfortowo w czyjejś obecności. Być może nie jest to dopasowanie wibracyjne, a energia tej drugiej osoby nie jest wspierająca; jeśli tak jest, przyznaj, co się dzieje. Zaufaj swojej intuicji, jeśli ktoś ci coś mówi i masz wrażenie, że nie mówi prawdy. Powstrzymaj się jednak od wymyślania historii *dlaczego* tak jest. Przestań. Po prostu pozwól na to! Niech tak będzie! W przeciwnym razie wkroczysz na terytorium zamieszania i projekcji, czym wszystko skomplikujesz. Nie kombinuj.

Pewnego razu kobieta wyznała mi: „Poszłam na randkę z facetem. Zasywał mnie czułymi słówkami. Był taki przyjazny i pozytywny, ale wszystko we mnie mówiło: „Przestań!” i stałam się czujna. Czy powinnam uciec i to zakończyć? Był taki miły!”.

Odparłam: „Nie powiem pani, czy to zakończyć czy nie, ale nie ignorowałbym pani chęci ucieczki. Zaufałabym temu, bez względu na to, jakie są jego intencje, dobre czy złe. Została pani zalana jego energią i nie czuła się pani bezpiecznie. Więc nie ignorowałbym tego odczytu”.

Być może reagujesz gwałtownie na klienta, szefa lub przyjaciela. Nawet jeśli nie możesz im tego powiedzieć, przyznaj to chociaż

przed samym sobą. Nawiąż kontakt ze swoim ciałem i sprawdź to. Jeśli czujesz coś niepokojącego w jelitach, sercu lub klatce piersiowej, uwierz w to, potwierdź i zaufaj przeczuciu. Następnie podejmij odpowiednie działania.

Jeśli czujesz się wystarczająco bezpiecznie i okoliczności są takie, że uważasz, że byłoby to produktywne, możesz o tym porozmawiać. Możesz na przykład powiedzieć: „Nie wiem dlaczego, ale to po prostu do mnie nie przemawia, nie wydaje się to prawdziwe. To nie rezonuje. Nie jestem pewny dlaczego”. Warto jednak wykazać się finezją i nie nazywać od razu kogoś kłamcą.

Inna klientka była w związku. Zaczęła czuć, że coś jest nie tak z wibracjami jej chłopaka i zapytała go o to. „Miałam wrażenie, że nie jest sobą, a to, co mi powiedział, nie było prawdą. Coś się działo. Ilekroć pytałam go: „Czy wszystko w porządku?”, odpowiadał: „Nic mi nie jest” i stawał się bardzo defensywny, co było dla mnie sygnałem, że nie mówi prawdy. Coś ukrywał”.

Zrobiła odczyt „Co jest grane?” i zobaczyła, że jej partner powrócił do nałogu, do narkotyków. Przez cały czas, gdy byli razem, był czysty, ale ostatnio wymknęło mu się to spod kontroli. Teraz zrozumiała jego dziwne zachowanie. Następnym razem, gdy wrócił do domu, powiedziała: „Po prostu czuję, że coś jest nie tak. Zachowujesz się inaczej, jak wtedy, gdy brałeś narkotyki. Bierzesz? Po prostu się zastanawiam”.

Nie była zła, agresywna ani konfrontacyjna; była bardzo uziemiona i klarowna w swoim przekazie. Zaskoczyło go jej czyste serce i jasne intencje. Ponieważ jej serce było otwarte, a jej energia wydawała mu się bezpieczna, przyznał: „Potknąłem się. Potrzebuję pomocy”. Pomogła mu wrócić na właściwe tory. Ponieważ przysłała do niego z czystym, otwartym, uziemionym sercem, które obiektywnie wskazywało na to, co się dzieje, rozbroiło to jego obronę; dzięki temu mógł być z nią szczery.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Sonia Choquette jest cenioną na całym świecie nauczycielką duchową i jasnowiedzącą przewodniczką. Autorka międzynarodowych bestsellerów, co dało jej członkostwo w gronie autorów *New York Timesa*. Stworzyła również liczne programy audio i talie kart.

Ta publikacja zawiera najważniejsze praktyki Autorki, które wykorzystała w swojej podróży do osiągnięcia wewnętrznego spokoju. Odkryj tajemnicę życia w harmonii i miłości.

Dzięki tej książce wzniesiesz się na wyższy poziom świadomości, ucząc się odczytywać energię życiową z otaczającej cię rzeczywistości. Poznasz sprawdzone techniki medytacyjne i wizualizacyjne, które pomogą ci osiągnąć spokój umysłu oraz wzmocnią intuicję. Co więcej, oczyścisz swoje czakry w celu poprawy przepływu pozytywnej energii w twoim ciele, co przełoży się na lepsze samopoczucie i zdrowie. Ponadto, nauczysz się dostrzegać i wykorzystywać szanse dane ci przez los, które pozwolą ci osiągnąć wymarzony sukces, zdefiniować cele w życiu, a także nawiązać wartościowe relacje.

Sztuka czytania życia – twoja droga do wewnętrznego spokoju i duchowego przebudzenia

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro



Talizman.pl
SKLEP ZE SZCZĘŚCIEM