dr Karen Parker

KWANTOWA TRANSFORMACJA Z HUMAN DESIGN

Jak twoje przekonania kształtują energię, stres i siłę oraz jak świadomie to zmienić



Więcej o książce na stronie wydawcy

STUDIO ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Książkę możesz kupić w sklepie

Talizman.pl
SKLEP EZOTERYCZNY

STUDIO ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

KWANTOWA TRANSFORMACJA Z HUMAN DESIGN

dr Karen Parker

KWANTOWA TRANSFORMACJA Z HUMAN DESIGN

Jak twoje przekonania kształtują energię, stres i siłę oraz jak świadomie to zmienić



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Redakcja: Irena Kloskowska
Skład: Krzysztof Remiszewski
Projekt okładki: Krzysztof Remiszewski
Tłumaczenie: Agnieszka Rolka-Piotrowska
Grafika na okładce wygenerowana za pomocą AI

Wydanie I
Białystok 2027
ISBN 978-83-8446-086-3

Tytuł oryginału: *Quantum Wellness: Healing Your Mind, Body, and Spirit with Human Design*

Copyright © 2025 by Dr. Karen Parker
Quantum Wellness
Healing Your Mind, Body, and Spirit with Human Design

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2026
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. Niniejsza publikacja, w całości ani w żadnej części, nie może być wykorzystywana do trenowania, testowania, rozwijania ani doskonalenia systemów sztucznej inteligencji, modeli językowych, algorytmów uczenia maszynowego ani innych zautomatyzowanych systemów przetwarzania danych bez uprzedniej pisemnej zgody właściciela praw autorskich.

Treści zawarte w tej publikacji mają charakter wyłącznie informacyjny oraz edukacyjny. Nie stanowią one porady medycznej, diagnozy ani rekomendacji terapeutycznej i nie mogą zastępować konsultacji z lekarzem specjalistą. Autor i Wydawca informują, że opisane w książce metody mogą mieć charakter alternatywny i w rozumieniu przepisów o prawach pacjenta mogą nie posiadać powszechnego potwierdzenia naukowego. Autor i Wydawca stanowczo odradzają rezygnację z leczenia zgodnego z aktualną wiedzą medyczną na rzecz treści opisanych w tej publikacji. Autor i Wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za skutki zdrowotne wynikające z samodzielnego stosowania prezentowanych treści bez nadzoru medycznego.

Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
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 – **talizman.pl** – detal
strona wydawnictwa: **studioastro.pl**
Więcej informacji znajdziesz na portalu **psychotronika.pl**

PRINTED IN POLAND

Spis treści

Wprowadzenie 9

ROZDZIAŁ PIERWSZY. Mechanika kwantowa tego, jak tworzymy 15
ROZDZIAŁ DRUGI. Twoje ciało i twoja historia ORAZ pisanie na nowo swojej opowieści 25
ROZDZIAŁ TRZECI. Wprowadzenie do Human Design 37
ROZDZIAŁ CZWARTY. Typ – główny bohater twojej historii 49
ROZDZIAŁ PIĄTY. Autorytet – kompas twojego bohatera 97
ROZDZIAŁ SZÓSTY. Profil – cechy twojego głównego bohatera 113
ROZDZIAŁ SIÓDMY. Centra – „święta wada" twojego głównego bohatera . . . 137
ROZDZIAŁ ÓSMY. Planety i Bramy 187
ROZDZIAŁ DZIEWIĄTY. Pisanie na nowo swojej historii 325

Słowniczek 331
Dodatek: Intencjonalne opowiadanie historii – proces Storylab 335
Krótkie przewodniki 344

Wprowadzenie

Kiedy zaczniemy postrzegać ciało jako kluczowy element w pętli sprzężenia zwrotnego informacji, które mogą w sposób metaforyczny ujawnić podstawową przyczynę bólu i choroby, będziemy mogli wykorzystać siłę celowego opowiadania historii, aby ocenić i ostatecznie przekształcić ciało, zwiększając optymalny dobrostan i dobre samopoczucie.

Przez lata uczyłam treści zawartych w programie, który nazwałam Prosperity Bootcamp, kurs, który stworzyłam, aby pomóc ludziom nauczyć się, jak uzyskać lepsze poczucie kontroli nad procesem manifestacji w życiu. Prowadziłam te zajęcia głównie dla siebie, ponieważ w owym czasie zmagałam się z własną umiejętnością manifestowania i pomyślałam, że jeśli nauczę tego procesu innych, to sama zanurzę się w tej wiedzy i będę mogła również zobaczyć oczekiwane rezultaty.

Prosperity Bootcamp, swoisty obóz szkoleniowy mający na celu nauczenie się, jak osiągać dobrobyt, pełen był uczestników, którzy z wielką gorliwością podążali za koncepcją „twoje myśli kreują twoją rzeczywistość", lecz uzyskiwali bardzo mizerne rezultaty. Osobiście również osiągałam zmienne efekty związane z manifestowaniem, mimo że konsekwentnie wizualizowałam i afirmowałam. Chociaż z całych sił starałam się wykorzystać mój umysł, by stawić czoła wyzwaniom finansowym i problemom w związkach, w moim przypadku nie dawało to dobrych wyników.

W tamtym czasie byłam samotną matką pracującą na pełny etat, samotnie wychowującą czwórkę dzieci i jednocześnie walczącą o rozwój swojej firmy, aby zapewnić środki niezbędne do utrzymania całej rodziny. Moje życie miłosne było żałosne. Miałam mnóstwo relacji odzwierciedlających mój brak własnej wartości. W ciągu dnia zostawało mi bardzo mało czasu i energii dla siebie i własnej samoodnowy. Żyłam w trybie przetrwania, próbując utrzymać się na powierzchni.

Pewnego dnia wyczułam w piersi guzka. Byłam tak przerażona, że przez kilka miesięcy to ignorowałam, aż w końcu nie mogłam już dłużej zaprzeczać istnieniu tego problemu. Jako pielęgniarka i uzdrowicielka posługująca się energią leczniczą wiedziałam, że mogłabym wizualizować zdrowie i potencjalnie poprawić sytuację. Codziennie afirmowałam całkowite i pełne zdrowie, mając nadzieję, że guz zniknie. Tak się nie stało. W końcu, obawiając się, że moje dzieci stracą matkę, znalazłam w sobie odwagę, by pójść do lekarza i zmierzyć się z rzeczywistością, jaką była diagnoza nowotworu.

Wiadomość o tym, że mam raka piersi, utrzymywałam w sekrecie przed wszystkimi. Przez operację przeszłam samotnie, stoicko i samodzielnie. Pomimo bólu, strachu i choroby, nadal dbałam o rodzinę i skupiałam się na pracy. Nie miałam przyjaciół. Nie chciałam obciążać rodziców, którzy już tak wiele dla mnie zrobili. Nie chciałam rozmawiać o mojej chorobie z klientami ani w Internecie, ponieważ czułam, że mój rak jest wyrazem porażki. Moje ciało wyraźnie dawało mi do zrozumienia, że nie mam kontroli nad swoim myśleniem, a co za tym idzie, nad tym, co manifestuję.

Po operacji zapisano mi tamoksyfen (terapię hormonalną), aby zapobiec nawrotowi. Takmoksyfen sprawił, że mój nastrój i spojrzenie na życie stały się wyjątkowo ponure. Codziennie zmagałam się z głęboką depresją, częstym skutkiem ubocznym tamoksyfenu. Pogłębiło to moje poczucie poniesienia ogromnej duchowej porażki.

Gwałtownie spadła jakość mojego życia, ponieważ stres związany z opieką nad dziećmi – fizyczną, emocjonalną, finansową – coraz bardziej odbijał się na moim umyśle, ciele i duchu. Nie mogłam pojąć, jak, jako nauczycielka metafizyki, wieloletnia praktykująca medytację i osoba, której dom obwieszony był afirmacjami, mogłam – w tak nadzwyczajny sposób – ponieść porażkę w manifestowaniu doskonałego zdrowia. (Do licha, w tamtym momencie, zadowoliłabym się manifestacją przejawiającą się w choćby odrobinę lepszym samopoczuciu!).

Byłam u kresu sił, gdy pewnego dnia, podczas medytacji, głos w mojej głowie powiedział: „Karen, jakbyś traktowała siebie, gdybyś była swoją klientką?". To pytanie mnie zmroziło. Zrozumiałam, że gdybym była moją klientką, poradziłabym sobie, bym zaczęła postrzegać swoje doświadczenie jako metaforę własnego życia. Skoro moje życie było jakąś historią, a ciało dostarczało mi istotnych informacji na temat mojej historii, to co ono próbowało mi powiedzieć?

Usiadłam w ciszy, kontemplując, głęboko świadoma tego, że moje ciało krzyczy, chcąc być wysłuchane. Słuchałam uważnie, analizując sygnały, jakie wysyłało mi moje ciało, i wtedy uświadomiłam sobie, że piersi są metaforą troski. Rak, który pojawił się w mojej piersi, skrywał historię mojego ciała i życia, które domagały się troski o siebie i odpoczynku. Potrzebowałam pomocy, odżywienia duchowego, wsparcia i otwartości na miłość, troskę i większą równowagę w życiu.

Uświadomiłam sobie, że dążąc do tego, by być wszystkim, czym powinnam być dla mojej rodziny i mojej firmy, w połączeniu z obawą, że jeśli nie dam rady, to zawiodę wszystkich wkoło, zaniedbałam samą siebie.

To zaniedbanie sprawiło, że moje ciało zaczęło krzyczeć i błagać mnie, żebym przestała i zajęła się sobą.

Pierwszym krokiem było dla mnie zakończenie zażywania tamoksyfenu. (*Była to niezwykle osobista decyzja i jeśli borykasz się z podobnymi problemami, skonsultuj się ze swoim lekarzem, zanim podejmiesz podobną decyzję). Musiałam na nowo nawiązać kontakt z moją naturalną energią emocjonalną, aby się skalibrować i rozpocząć proces tworzenia lepszej historii własnego życia.

Do swojego codziennego życia powoli dodawałam coraz więcej samoopieki i troski o siebie. To była niebywale stroma krzywa uczenia się, ponieważ odkryłam, jak silnie zostałam uwarunkowana przez męczeństwo. Odzyskałam dawne wspomnienia pochwał za to, że rezygnowałam z własnych pragnień i potrzeb na rzecz innych. Uświadomiłam sobie, że zinternalizowałam historie kobiet z mojej rodziny, które chwaliły się swoim poświęceniem, co czyniło z nich święte, oddające wszystko dla swoich bliskich, bez względu na cenę ich zdrowia i dobrego samopoczucia. Dotyczyło to również historii mojej babci, która zaakceptowała niewierność dziadka i była chwalona za swoją cierpliwość i dobroć.

W końcu zrozumiałam, że sama mogę tworzyć swoje życie tak, jak chcę i że w poświęcaniu siebie nie ma żadnych zasług. W rzeczywistości odkryłam, że mogę zrobić więcej dla wszystkich, w tym dla siebie, kiedy najpierw zadbam o siebie. Ciężko pracowałam na to, aby zmienić naszą rodzinną historię, tak żeby moje dzieci dorastały z matką, która zrozumiała, jak budować zdrową harmonię w swoim życiu i stała się wzorem dbania o siebie.

Wróciły mi siły. Zaczęłam współpracować ze swoim ciałem, aby zbudować zdrowie. Uważnie słuchałam własnego ciała i odpoczywałam aktywnie i z ochotą, co było zupełnie nowym sposobem życia!

Oczywiście najważniejszy był dla mnie powrót do zdrowia, lecz nauczyłam się również czegoś kluczowego dla procesu manifestacji, co może być dopasowane do ciebie. Możesz mieć same dobre myśli, jakie tylko zechcesz, jednak nie zmaterializują się one, jeśli twoja wewnętrzna historia będzie sprzeczna z tym, co usiłujesz zamanifestować. Aby naprawdę stworzyć to, czego pragniesz, musisz opowiedzieć historię o tym, kim jesteś i jaki jesteś, odpowiadającą temu, jak bardzo ufasz i wierzysz, że jesteś godzien otrzymać to, czego naprawdę pragniesz.

Moje ciało nauczyło mnie cenienia siebie wystarczająco mocno, aby o siebie zadbać. Musiałam uwierzyć, że zasługuję na odpoczynek, wsparcie i opiekę, aby na nowo napisać historię wszystkich moich dotychczasowych doświadczeń. Zrozumiałam, że nic poza mną nie może mnie zdewaluować: ani mój były mąż, ani moje

pochodzenie, ani nawet moje finanse! Zrozumiałam, że skoro chciałam mieć więcej pieniędzy, lepsze zdrowie, więcej wolnego czasu i możliwość prawdziwego bycia z moimi dziećmi, musiałam mieć ukrytą historię, która to wszystko wykluczała. Kiedy zinternalizowałam to, co zrozumiałam, zaczęłam uzdrawiać swoją historię, a życie, które kreowałam, radykalnie się zmieniło.

Jesteśmy tak trenowani, aby patrzeć na ciało jak na maszynę, którą można uzdrowić, posługując się gotowymi formułkami. Często traktujemy ból jako przyczynę, a nie objaw czegoś. Kiedy ból ustępuje, przestajemy szukać jego pierwotnej przyczyny, przez co organizm staje się podatny na cykliczne doświadczanie bólu i chorób lub przewlekłych schorzeń.

Jednak nasze ciała ulegają wpływom, są zmienne i podatne na działanie wielu czynników, takich jak stres, wiek, pora roku, środowisko, dieta, poziom aktywności, pochodzenie przodków i wiele innych. Chociaż często możemy do pewnego stopnia przewidzieć, jak organizm zareaguje na leczenie, każdy organizm i każdy określony czas jest dla ciała niepowtarzalny, podobnie to, jak zareaguje on na życie, a nawet na chorobę. Stworzenie optymalnego dobrostanu ciała zależy od bardzo wielu czynników. Moje doświadczenie z rakiem piersi nauczyło mnie, że postrzeganie ciała jako odbicia naszej wewnętrznej historii oferuje cenny wgląd w to, jak leczyć swoje wnętrze i to, co na zewnątrz. Skupiając się na wielu czynnikach, które wywołują choroby i stres w ciele, w tym na naszej osobistej historii, możemy pomóc ludziom wykorzystać kryzys zdrowotny jako katalizator do budowania witalności fizycznej i szansę na stworzenie bardziej wartościowego i satysfakcjonującego życia.

Dwadzieścia pięć lat temu, kiedy zostałam pielęgniarką, niewiele osób zagłębiało się we wpływ emocji, narracji osobistej (łącznie z traumą pokoleniową) i przekonań na ból i choroby ciała. W ciągu kilku ostatnich dekad, dzięki pionierskiej pracy lekarzy, takich jak Rachel Yehuda, doktor nauk humanistycznych, neurobiolog z Mount Sinai School of Medicine, psychiatra Bessel van der Kolk, doktor nauk medycznych (autor książki *Strach ucieleśniony*) oraz uznany ekspert i mówca poruszający tematy zdrowia psychicznego Gabor Maté, doktor nauk medycznych, obserwujemy obecnie związki między historiami osobistymi i zbiorowymi a zdrowiem ciała.

Nasze emocjonalne dziedzictwo często jest ukryte, zakodowane we wszystkim, od ekspresji genów po język potoczny, i odgrywa o wiele większą rolę w naszym zdrowiu emocjonalnym i fizycznym, niż kiedykolwiek wcześniej sądzono. Kiedy zaczynamy postrzegać ciało jako kluczowy element w pętli sprzężenia zwrotnego informacji, która metaforycznie ujawnia pierwotną przyczynę bólu i chorób, możemy wykorzystać moc celowego opowiadania historii, by ocenić i ostatecznie przekształcić ciało oraz osiągnąć optymalne samopoczucie i dobrostan.

Ta książka stanowi wprowadzenie do korzystania z Kwantowego Human Design®, systemu oceny osobowości opartego na astrologii, chińskim I Ching, hinduskim systemie czakr i judaistycznej kabale, jako narzędzia terapeutycznego, które może pomóc ci dotrzeć do źródła metafor w twojej osobistej historii, powstrzymujących cię od realizacji twojego dynamicznego potencjału i stworzenia życia zakorzenionego w dobrostanie. Jeśli dopiero zaczynasz przygodę z Human Design i chcesz dowiedzieć się więcej, zapoznaj się z moją książką *Understanding Human Design*. Jeśli znasz Human Design i chcesz dowiedzieć się czegoś więcej o jego ewolucji, Kwantowym Human Design, zapoznaj się z moją książką *The Encyclopedia of Quantum Human Design*.

Ta książka jest zarówno zeszytem ćwiczeń służącym do osobistego odkrywania, jak i wprowadzeniem do zintegrowanego podejścia do stosowania Kwantowego Human Design jako narzędzia oceny i sposobu pomagającego przejąć kontrolę nad własną historią, aby stworzyć większy fizyczny, emocjonalny i duchowy dobrostan w swoim życiu.

Istnieje korelacja między historiami, które opowiadamy światu (i sobie) o tym, kim jesteśmy, a tym, czego doświadczamy w życiu. Z tej książki dowiesz się o fizyce kwantowej i fizjologii kreatywności oraz o tym, jak twoja osobista historia wpływa na to, co tworzysz – nawet w swoim ciele. Zgłębiając swoją osobistą opowieść i jej wpływ na twoje zdrowie i samopoczucie, zyskasz cenny wgląd w to, w jaki sposób twoje ciało przekazuje ci cenne informacje, które pomogą w osiągnięciu optymalnego dobrostanu.

Każdy rozdział tej książki zawiera ćwiczenia i działania mające pomóc w zintegrowaniu informacji zawartych w danym rozdziale. Najwięcej korzyści odniesiesz z tej książki, jeśli wykonasz wszystkie ćwiczenia. Podaruj sobie czas i przestrzeń, aby zadbać o siebie, wykonując te ćwiczenia. Zasługujesz na to, żeby dbać o siebie i swoje dobre samopoczucie.

Każdy rozdział kończy się krótkim podsumowaniem najważniejszych pojęć niezbędnych do zrozumienia treści kolejnych rozdziałów. Ponieważ każdy rozdział bazuje na poprzednim i przedstawia nowe idee, poświęć chwilę i przemyśl to, czego się już dowiedziałeś, aby łatwiej przyswoić nowe informacje zawarte w kolejnym rozdziale.

Ostatni rozdział książki zawiera listę osobistej inwentaryzacji, która pomoże ci odkryć lęki, niepokoje i ograniczenia zapisane w twoim ciele, które zostały ci przekazane i powtórzone w twojej osobistej opowieści. Korzystając ze swojego wykresu Kwantowego Human Design, odkryjesz systematyczne podejście do zrozumienia i ostatecznie napisania na nowo historii, którą opowiadasz światu o tym, kim jesteś i jaki jesteś. Do wykonania tych ćwiczeń będziesz potrzebować swojego wykresu Kwantowego Human Design. Swój osobisty wykres

Kwantowego Human Design możesz nieodpłatnie pobrać na stronie humandesignchart.com.

(Nawet jeśli posiadasz swój wykres Human Design, będziesz potrzebować takiego wykresu, który wykorzystuje język Kwantowego Human Design).

Wszystko, czego dowiesz się z tej książki, dotyczy historii i korelacji między twoją historią a dobrostanem. Celem tej książki jest optymalizacja dobrego samopoczucia i zbadania tych korelacji. Skorzystaj z tych informacji, aby poprawić swój dobrostan. Informacje te nie zastępują profesjonalnej diagnozy ani opieki.

Przede wszystkim bądź dla siebie łagodny i nie osądzaj siebie. Jesteś tu z konkretnego powodu. Jesteś w podróży mającej na celu rozwój i ekspansję. Wszystko, co wydarzyło się w twoim życiu, doprowadziło cię do tego miejsca. Celebruj świętość swojej podróży i przyznaj, że naprawdę daleko zaszedłeś!

ROZDZIAŁ PIERWSZY

Mechanika kwantowa tego, jak tworzymy

Cała rzeczywistość jest opowieścią,
która została zamanifestowana.

W świecie, w którym czasami czujesz, że tracisz kontrolę, naturalne jest, że próbujesz znaleźć sens i poczucie kontroli nad tym, co się z tobą dzieje, również nad tym, co dzieje się z twoim ciałem i zdrowiem. W ostatnich latach duchowa praktyka manifestowania stała się częścią popularnego żargonu i praktyki. Może próbowałeś manifestować przy pomocy wizualizacji, mapy marzeń czy nawet afirmacji, by stworzyć coś, czego pragniesz.

Manifestowanie jest praktyką intencjonalnego sprawiania, że pragnienia czy cele staną się rzeczywistością, poprzez wykorzystanie skoncentrowanej myśli, przekonania, emocji i odpowiedniego działania. Podczas gdy stało się ono popularne, dzięki takim ruchom jak prawo przyciągania i książkom, jak *Sekret*, korzenie manifestowania sięgają głęboko, czerpiąc z różnych tradycji kulturowych i duchowych. Starożytne filozofie, takie jak hermetyzm, mistycyzm Wschodu i mądrość rdzennych mieszkańców głoszą ideę, że nasze myśli i energia kształtują naszą rzeczywistość. Współcześnie manifestacja łączy zasady metafizyczne z neuronauką i psychologią, podkreślając, że to, na czym konsekwentnie się skupiamy – zwłaszcza w kontekście przekonań i rezonansu emocjonalnego – może wpływać na rezultaty w naszym życiu. W samej swojej istocie manifestowanie jest współtworzeniem wraz ze wszechświatem poprzez dostrojenie się do częstotliwości tego, czego pragniemy doświadczyć.

W kulturze popularnej manifestowanie często sprowadzane jest do przekonania, że myśli tworzą rzeczywistość. Innymi słowy, jeśli o czymś myślisz, to sprawisz, że to się pojawi. Im lepiej potrafisz kontrolować swoje myśli, tym jesteś lepszy w manifestowaniu. Chociaż myśli niewątpliwie są częścią procesu twórczego, większość osób, które próbują manifestować coś poprzez samo *myślenie*, czuje się sfrustrowana.

Problem z tak ogromnym uproszczeniem idei, że nasze myśli tworzą naszą rzeczywistość, polega na tym, że nie bierze ono pod uwagę faktu, iż nasza osobista opowieść wpływa na to, co i jak myślimy. Na przykład, jeżeli twoja osobista historia obejmuje przekonanie: *Nie zasługuję na to, aby być szczęśliwym*, to twoje myśli będą odzwierciedlały tę opowieść, wpływając na to, co manifestujesz – albo czego nie manifestujesz – w swoim życiu.

Jeśli chcesz mieć wpływ na to, co tworzysz i czego doświadczasz w życiu, musisz mieć zdrową historię, zanim zaczniesz korzystać z procesu manifestacji.

Składowe równania manifestowania

Aby manifestować, musisz zrozumieć różne składowe procesu manifestowania. Proces manifestowania nie polega wyłącznie na odpowiednim nastawieniu się i myśleniu, jest to potężny proces psychologiczny. Aby naprawdę przejąć kontrolę nad tym procesem, musisz nie tylko zmienić swój sposób myślenia, żyć bardziej autentycznie i odzyskać suwerenność nad swoją osobistą historią, lecz musisz też dosłownie zmienić swoje ciało i wypracować praktykę, która pozwoli ci pozostać w zgodzie z twoją naturalną mocą twórczą.

Zaczniemy od przeanalizowania elementów składających się na równanie manifestacji, a następnie nauczymy się, jak połączyć te wszystkie elementy, aby stworzyć formułę pielęgnowania dobrostanu i rozwoju, bez względu na to, co się dzieje.

Określając wszystkie te różnorodne części równania manifestowania, pamiętaj proszę, że większość z nich nie istnieje na planie materialnym. Uczysz się, jak zostać biegłym magiem energii i odzyskujesz moc przekształcania tej energii w formę.

1. Pole kwantowe nieskończonego potencjału

Dokładnie w tej chwili, kiedy to czytasz, znajdujesz się pośrodku pola informacyjnego zawierającego wszystkie potencjały dla każdej rzeczywistości. To jeszcze nie jest zamanifestowane. To pole jest czystym potencjałem i zawiera energetyczne elementy składowe, z których składa się każda sytuacja, okazja, rzecz, o jakiej możesz marzyć, i o wiele więcej. Twój ludzki mózg potrafi sobie wyobrazić jedynie znikomą część potencjałów dostępnych w kosmosie.

To pole informacyjne pełne jest cząstek kwantowych poruszających się z prędkością światła (fotony), a nawet szybciej niż z prędkością światła (tachiony). Cząstka kwantowa jest najmniejszym elementem budulcowym materii, a kiedy wiele z nich się połączy, tworzą świat fizyczny, który widzimy i którego dotykamy.

Kiedy fizycy kwantowi po raz pierwszy próbowali objaśnić i zmierzyć cząstki kwantowe, odkryli wkrótce, że mogą mierzyć albo ruch cząstki, albo jej położenie, ale nigdy obie te rzeczy jednocześnie. Gdy tylko naukowiec poczynił założenie, gdzie może znajdować się cząstka kwantowa, cząstka ta przestawała się poruszać i wchodziła w jej oczekiwaną materialną formę. Innymi słowy, cząstka zachowywała się tak, jak oczekiwano.

Poruszające się cząstki kwantowe reprezentują potencjał. W rzeczywistości nie zamanifestowały się one jeszcze na planie materialnym. Cząstki kwantowe, które się „ulokowały", przestają się poruszać i pojawiają się na płaszczyźnie materialnej.

Nasze znaczenie (oczekiwanie) w stosunku do potencjałów determinuje, jak zaprzestają one ruchu i manifestują się na płaszczyźnie materialnej. Znaczenia, jakie przypisujesz potencjałom swojego życia, są determinowane przez drugą część równania manifestacji, przez twoje pole uwarunkowań.

2. Twoje pole uwarunkowań

Otacza cię pole informacji zawierające całą historię tego, kim jesteś i wszystko, co ci się kiedykolwiek przydarzyło. To pole informacyjne zawiera wszystkie twoje przeszłe doświadczenia, emocje i przekonania powiązane z tymi doświadczeniami. Obejmuje ono również wspomnienia zapisane w twoim ciele, w tym wspomnienia twoich przodków.

Wyobraź sobie, że właśnie masz zabrać głos na ustawieniu grupowym, lecz czujesz ścisk w gardle, a serce zaczyna ci bić jak szalone. Wahasz się – nie z powodu tego, co dzieje się teraz, ale dlatego, że gdzieś w twoim polu warunkowania istnieje stare wspomnienie wyśmiewania się z ciebie w szkole, gdy byłeś dzieckiem, przekonanie, że twój głos się nie liczy, a nawet niewypowiedziane lęki przekazywane z pokolenia na pokolenie, gdy przodkowie byli karani za to, że się odezwali. Te wszystkie niewidzialne warstwy informacji – przechowywane w twoim ciele i energii – kształtują twoje reakcje. Tak działa pole warunkujące.

Twój Kwantowy Human Design - twój unikalny odcisk energetyczny – również stanowi część tego pola uwarunkowań.

Życie w polu informacji, które zawiera w sobie nieskończony potencjał, dla większości ludzi jest przytłaczające i nie do zniesienia. Masz dosłownie nieograniczone pole wyborów związanych z tym, co możesz wykreować w swoim życiu. Twoje ludzkie ciało i umysł nie są w stanie przetworzyć takiej ilości informacji, dlatego zostają przeciążone.

Twoje pole uwarunkowań zasadniczo działa jak filtr. Pomaga ci *wybrać*, które możliwości chcesz wyciągnąć z pola kwantowego i zmaterializować w swoim życiu.

Twoje pole warunkujące jest programowaniem tego, co tworzysz i czego doświadczasz w życiu. Osobista opowieść, historia, którą opowiadasz sobie i światu o tym, kim jesteś, jest utkana z twojego pola uwarunkowań. Ta historia nadaje ton i kierunek twojemu życiu i ma ogromny wpływ na to, co i jak zamanifestujesz.

Aby wprowadzić zmianę, najpierw musisz zacząć od zmieniania swoich historii, które utrzymujesz w polu uwarunkowań. Musisz przemyśleć i napisać na nowo swoją starą opowieść i wydarzenia z przeszłości oraz odzyskać suwerenność nad wydarzeniami, które doprowadziły do twojej obecnej historii.

Na początku, gdy zaczynasz zmieniać swoją historię, jesteś bardzo bezbronny i wrażliwy. Zniszczyłeś swoją starą historię. Nie możesz już wrócić do tego, co było dawniej, nawet jeśli to bardzo kuszące. Często zdarza się, że w miarę jak nasza nowa historia nabiera siły, czujemy się, jakbyśmy znajdowali się w pewnego rodzaju próżni, zawieszeni pomiędzy swoją starą a nową historią.

Czasem, gdy tkwisz w pustce, stare artefakty twoich poprzednich historii znowu się pojawiają: wraca dawny chłopak; dostajesz nieoczekiwany rachunek; spotykasz się ze starymi przyjaciółmi i zaczynasz wątpić w nowy kierunek, który chcesz obrać w życiu.

Łatwo jest zmienić swoją historię i rozpocząć proces wewnętrznego odwarunkowywania, lecz kiedy wychodzisz do świata, natychmiast zostajesz ponownie uwarunkowany. Gdy ludzie próbują odwarunkować się w dokładnie tym samym środowisku, w którym doświadczyli warunkowania, stanowi to prawdziwe wyzwanie. Można się poczuć, jakby ktoś nas testował. To jest czas, kiedy wiele osób się poddaje i przestaje próbować stworzyć coś nowego.

Zmiana historii oznacza, że musisz zmienić swój umysł, swoje myślenie i wzorce zapisane w ciele. Musisz również zmienić nawyki, które wykształciłeś w odpowiedzi na swoją starą historię.

3. Ciało subtelne

Ciało subtelne to twoja aura, naturalne pole energetyczne otaczające ciało. To pole energetyczne jest szablonem, który podtrzymuje strukturę energetyczną tego, czego doświadczasz teraz w swoim życiu.

Takie metody uzdrawiania jak Reiki i Healing Touch w połączeniu z olejkami eterycznymi i esencjami kwiatowymi stosowanymi w homeopatii, działają na tym subtelnym poziomie.

Osoba obdarzona dobrą intuicją, medycznie empatyczna lub medium może „spojrzeć" na twoje subtelne pole energetyczne i „zobaczyć", czy byłeś chory lub czy wkrótce zachorujesz, ponieważ dostrzega zmiany w twoim ciele subtelnym. Może nawet dostrzec, czy w twoim życiu pojawia się bratnia dusza lub pieniądze,

ponieważ zmiany w twojej fizycznej rzeczywistości zachodzą najpierw w ciele subtelnym.

Ciało subtelne jest często pomijanym elementem równania kreacji. Pracując także na poziomie ciała subtelnego, przyspieszasz i wzmacniasz proces kreacji.

Chociaż wewnętrzna przemiana może być natychmiastowa, czasami ciało potrzebuje czasu, aby nadążyć za zmianami, zwłaszcza jeśli jakieś części twojej starej historii zawierały elementy, które pielęgnowałeś, aby się chronić i czuć się bezpiecznie. Wzmocnienie wprowadzanych zmian poprzez dodawanie subtelnych terapii cielesnych, takich jak esencje kwiatowe i częstotliwości dźwięków, może wzmocnić twoją nową historię. Praca z ciałem subtelnym i energetyczne „podrasowanie" go jest jak coś w rodzaju bandaża, który stabilizuje zmiany wewnętrzne do momentu, aż ciało i życie nie zamanifestują tych zmian.

4. Twoja fizyczna rzeczywistość

Ostatnią składową procesu manifestacji jest doświadczenie w końcu swoich kreatywnych zamiarów i zmiany swojej historii na płaszczyźnie materialnej. Jak dowiesz się z kolejnej sekcji, twoja rzeczywistość fizyczna jest częścią eleganckiej pętli sprzężenia zwrotnego, które odzwierciedla zmiany, jakie wprowadziłeś w swoim tworzeniu historii i polu energetycznym. Im bardziej się odwarunkowujesz, odzyskujesz kontrolę nad swoją historią i uczysz się regulować ciało subtelne, tym bardziej twoja rzeczywistość fizyczna będzie taka, jak ją sobie wyobrażałeś. Im lepiej sobie poradzisz z tym procesem, tym skuteczniej nauczysz się być w zgodzie nie tylko z tworzeniem tego, czego chcesz, ale także z wpływaniem na moment, w którym to, czego chcesz, się pojawi!

Twoja rzeczywistość fizyczna podlega wpływom, jest nieskończona i nigdy nie jest ustalona raz na zawsze. Jedną z najważniejszych rzeczy, które musisz zrobić, aby stać się w pełni aktywnym twórcą, jest uświadomienie sobie, że cała rzeczywistość to historia, która została zamanifestowana. Jeśli nie podoba ci się to, co widzisz wokół siebie, nie jest to ustalone ani niezmienne. Masz moc wyboru, jak będziesz doświadczać swojego świata.

Jak to działa

Teraz, gdy znasz już części składowe tego równania kreatywnego, połączmy je wszystkie razem, abyś mógł zacząć pracować nad nimi, żeby świadomie stworzyć to, czego chcesz od życia.

Zacznijmy od prostego ćwiczenia. Będzie ci potrzebny papier i długopis.

1. Pomyśl o słowie *pieniądze*.
2. Zapisz każdą myśl lub odczucie, jakich doświadczasz, kiedy myślisz słowo *pieniądze*.
3. Kiedy skończysz, połóż rękę na sercu, weź długi i głęboki oddech i skup się ponownie na tej książce.



Oto, co się wydarzyło po wykonaniu tego ćwiczenia.

Gdy myślisz o słowie *pieniądze*, twój mózg produkuje burzę fotonów (światło). Fotony przemieszczają się przez połączenia nerwowe w mózgu, sprawiając, że produkuje on substancje chemiczne zwane neuroprzekaźnikami.

(Gratulacje! Jesteś tak potężny, że dosłownie przekształciłeś światło w materię!).

Neuroprzekaźniki biegną przez całe ciało, wywołując reakcję emocjonalną. Reakcja emocjonalna, którą stworzyłeś, odpowiada twojemu zaprogramowaniu emocjonalnemu, twojemu uwarunkowaniu, temu wszystkiemu, co nabudowało się wokół twojej historii dotyczącej pieniędzy.

Powiedzmy na przykład, że odczuwasz lęk zawsze, kiedy masz pieniądze, źle nimi zarządzasz i tracisz je wszystkie. Za każdym razem, gdy myślisz o pieniądzach, ta część twojej historii związanej z pieniędzmi zostaje aktywowana, a twoje ciało reaguje, wytwarzając neuroprzekaźniki, które stymulują emocje pasujące do tej historii.

Energia emocjonalna niesie częstotliwość, która jest zmienna i zależy od tego, jakie emocje są wytwarzane. Wysoka częstotliwość energii emocjonalnej kalibruje umysł i ciało w stan koherencji. Ta spójność pojawia się, gdy serce, umysł i emocje są w harmonii i współdziałają. W stanie spójności doświadczasz spokoju, dobrego samopoczucia i większej kreatywności.

Energia emocjonalna o niskiej częstotliwości, łącznie ze stresem, lękiem, niepokojem czy rozpaczą, sprawia, że ciało popada w stan niespójności. Myśli i emocje wyzwalają niskiej klasy reakcję walki lub ucieczki. Twoje ciało i umysł przygotowują się do ucieczki lub podjęcia działań obronnych, a mózg wyłącza

wszystkie naturalne, kreatywne reakcje powodując, że reagujesz bardziej reaktywnie, zamiast być świadomym i rozważnym.

Oprócz tych reakcji emocjonalnych, myśli programują umysł, by w świecie zewnętrznym szukał dowodu pasującego do historii, którą sobie opowiadasz. Jesteś bombardowany tysiącami bitów informacji na sekundę, a twój mózg, który przepięknie rozwinął się tak, by być skupionym i uważnym, jest w stanie przetworzyć jedynie około 120 bitów informacji na sekundę.

Aby uniknąć przeładowania informacjami, mózg zaprogramowany jest do sortowania wszystkich danych, którymi jesteś bombardowany. Przetwarza jedynie te bity informacji, które są dla ciebie istotne. Twój mózg posiada system zwany siatkowatym układem aktywującym (RAS), który programuje, które dane mają dla ciebie znaczenie. Historia, którą opowiadasz o sobie i swoim życiu, programuje RAS, aby zwracał uwagę na informacje przetwarzane przez twój mózg, dzięki czemu dostrzegasz „dowód" swojej historii w świecie zewnętrznym. Umacnia to oczekiwaną „prawdę" twojej historii, sprawiając, że potencjalnie utkniesz w starych historiach, co wcale nie pomoże ci w stworzeniu tego, czego pragniesz i na co zasługujesz.

Dlatego właśnie historia, którą o sobie opowiadasz, łącznie ze sposobem, w jaki interpretujesz swój wykres Kwantowego Human Design, jest absolutnie niezbędną częścią tego, co i jak tworzysz. Twoja historia, łącznie ze znaczeniami, jakie nadajesz swojemu Kwantowemu Human Design, to po prostu filtr, przez który widzisz potencjały, tworzysz oczekiwania (powodujące, że te potencjały manifestują się na płaszczyźnie materialnej) i interpretujesz je poprzez wstępne zaprogramowanie RAS w umyśle, dzięki czemu twoja zewnętrzna rzeczywistość zdaje się odzwierciedlać twój świat wewnętrzny.

Aby zmienić swoją rzeczywistość, musisz odzyskać suwerenność nad swoją osobistą historią i światem wewnętrznym. Jeżeli to ty jesteś źródłem doświadczania rzeczywistości swojego życia, to najpierw musisz wiedzieć, kim jesteś. Gdy jesteś nieszczęśliwy z powodu rzeczywistości, której doświadczasz, możesz ją zmienić. Możesz to zrobić, zmieniając historię, którą opowiadasz o tym, kim jesteś.

Z pozostałej części książki dowiesz się, jak wykorzystać Kwantowy Human Design jako narzędzie do opowiadania, które ma pomóc ci zbadać wszystkie elementy twojej historii, tak byś mógł świadomie i celowo tworzyć historię według własnego wyboru – prawdziwą historię tego, kim naprawdę jesteś. Dowiesz się, jak wykorzystać moc opowiadania historii i dogłębnie zrozumieć swoją energetyczną, wyjątkową naturę, aby odzyskać kontrolę nad tym, kim chcesz być na świecie, dzięki czemu będziesz mógł zacząć kreować to, co wybierasz dla siebie, w tym optymalne zdrowie i dobre samopoczucie.

Podsumowanie

1. Twoja historia kształtuje twoje postrzeganie świata.
2. Jeśli chcesz zmienić swoje życie, musisz zacząć od zmiany znaczeń i historii, jakie masz na jego temat.
3. Nasz świat fizyczny, w tym nasze ciała, są manifestacjami potencjałów kwantowych. Ciało może dawać kluczowe spostrzeżenia, sygnały i wskazówki dotyczące tego, która część twojej osobistej historii wymaga zmiany, aby stworzyć to, czego pragniesz w życiu.
4. Twoje ciało pokazuje ci części historii, które wymagają zmiany, aby pomóc ci osiągnąć głębszy stan dobrego samopoczucia.

Przygotowywanie swojej historii

To ćwiczenie polega na uświadomieniu sobie historii, które obecnie opowiadasz sobie w kluczowych obszarach swojego życia – nie ma na celu ich oceniania czy naprawiania. Po prostu je obserwuj – ponieważ świadomość to punkt wyjścia do zmiany.

Podejdź do tego z ciekawością, współczuciem i miłością do siebie. Nie jesteś zepsuty. Po prostu poznajesz energetyczny schemat, zgodnie z którym żyjesz.

Poniższe pytania pomogą ci w rozpoznaniu historii, które opowiadasz sobie na każdy temat, skąd się wzięły i jakie uczucia w tobie wywołują. Zapisz swoje odpowiedzi w dzienniku.

Pieniądze

- Jaką historię opowiadasz sobie o swojej zdolności do zarabiania, oszczędzania i zarządzania pieniędzmi.
- Czy uważasz, że pieniądze płyną do ciebie łatwo, czy raczej trudno je zdobyć?
- Czy w dzieciństwie pieniądze były dla ciebie źródłem stresu, kontroli czy niedostatku?

Zdrowie fizyczne i dobre samopoczucie

- Co sądzisz o swoim ciele i jego zdolności do samoleczenia i rozwoju?
- Czy postrzegasz swoje ciało jako coś, z czym trzeba walczyć, co trzeba kontrolować, czy kochać?
- Czy istnieją odziedziczone przekonania na temat starzenia się, choroby lub urody, które kształtują sposób, w jaki dbasz o siebie?

Związki

- Jaką historię opowiadasz o tym, czy zasługujesz na miłość, wsparcie lub więź?
- Czy wierzysz w to, że ludzie będą dla ciebie wsparciem, czy też wierzysz, że wszystko musisz robić sam?
- Jakie powtarzające się wzorce zauważasz i skąd mogą się one brać?

Kariera i spełnienie twórcze

- Czy wierzysz, że można odnieść sukces, robiąc to, co się kocha?
- Czy mówisz sobie, że „jest już za późno", „nie jesteś wystarczająco dobry" albo że „nadal się przygotowujesz"?
- Jakie otrzymywałeś w dzieciństwie komunikaty dotyczące pracy, sukcesu lub kreatywności?

Połączenie duchowe

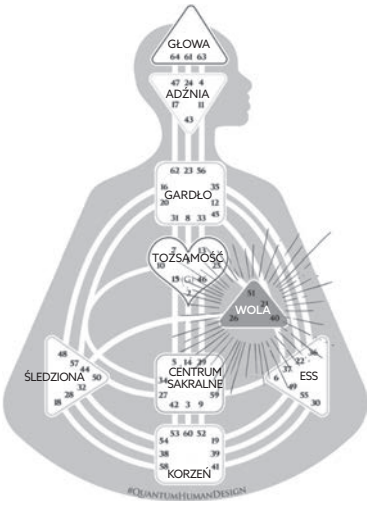
- Jaką historię opowiadasz o swojej zdolności łączenia się z boskością, wszechświatem czy intuicją?
- Czy ufasz swojemu wewnętrznemu głosowi, czy też go kwestionujesz?
- Czy nauczono cię bać się duchowości, odrzucać ją lub ukrywać?

Przypomnienie: Na razie nie martw się o zmienianie tych historii. Chodzi tylko o to, żeby je naświetlić. To, co widzisz wyraźnie, możesz z całą mocą uzdrowić.

Kiedy będziesz gotowy, możesz zacząć je pisać na nowo – na *własnych* warunkach.

Centrum Zasobów (Woli)

Biologia	Układ sercowo-naczyniowy, żołądek, grasica, pęcherzyk żółciowy, serce
Potencjalne choroby	Choroby serca, problemy z trawieniem, problemy z pęcherzykiem żółciowym, anemia, zakrzepy krwi, problemy żylne, problemy żołądkowe, wrzody, choroby autoimmunologiczne
Czakra	Serca
Klucze Odporności	Poczucie własnej wartości, witalność, Poczucie mocy
Kwantowe wyrażanie siebie	Bycie w zgodzie ze zrównoważonym rozwojem, wspólnotą, prawdą i wartościami



Centrum Zasobów (Centrum Woli) to mniejszy trójkąt znajdujący się tuż po prawej stronie Centrum Aktywacji (Centrum G) (romb pośrodku).

Większość ludzi (około siedem ósmych populacji) będzie miała to centrum otwarte.

Centrum Zasobów (Centrum Woli) to miejsce, w którym doświadczamy fizycznej manifestacji energii w postaci formy. Innymi słowy, jest to bardzo materialne centrum energetyczne. Tutaj mamy energię skierowaną na pieniądze, ego i siłę woli.

Jednym ze sposobów zrozumienia tych energii i ich wzajemnego oddziaływania jest koncepcja wytrwałości. Wygląda ona następująco: aby stale wytwarzać zasoby i dobra materialne, musimy mieć dostęp do zrównoważonej energii.

Ażeby mieć zrównoważoną energię, musimy odpoczywać. Aby odpocząć, musimy uwierzyć, że nasz wkład w świat jest tak cenny, że zasługujemy na odpoczynek, żeby go podtrzymać. Każde zakłócenie tego cyklu sprawia, że działamy, wykorzystując na siłę energię, której nam brakuje, i potencjalnie się wypalamy.

Chcę podkreślić coś, co dotyczy reszty Centrum Zasobów (Centrum Woli): działa ono cyklicznie. Możemy zatem manifestować się na płaszczyźnie fizycznej, ale nie będziemy mieli energii, aby kontynuować manifestację, jeśli nie będziemy regularnie zatrzymywać się i uzupełniać zasobów. Oznacza to robienie przerw i wykorzystywanie tego czasu na czysty relaks i odpoczynek.

Co ciekawe, w tym centrum obecny jest również mistycyzm, który pomaga nam lepiej zrozumieć ego. Z natury każdy z nas ma zróżnicowane ego (czyli ludzkie ja), a zróżnicowanie mówi: „Jestem częścią układanki i muszę dobrze wykonywać to, co do mnie należy, aby jak najlepiej służyć dobru ogółu".

Dlatego powinniśmy podporządkować nasze ego i wykorzystać to, co w nas wyjątkowe jako fundament służby na rzecz dobra innych.

Może to oznaczać wspieranie ludzi finansowo i materialnie, a także przy pomocy innych zasobów, takich jak nauczanie czy dostęp do czystej wody i powietrza. Kiedy podporządkowujemy energie Centrum Zasobów (pieniądze, wartościowe rzeczy, ego i osobistą siłę woli) czemuś większemu niż my sami, pozwalamy energii Źródła prowadzić nas we właściwym kierunku.

Integralność

Centrum Zasobów powiązane jest również z integralnością, uczciwością i funkcjami immunologicznymi. Uczciwość i integralność niekoniecznie są wyłącznie tym, czym się wydają. Nie chodzi tylko o moralność i robienie tego, co słuszne. Według słownikowej definicji może to również oznaczać stan bycia całością i niepodzielnością.

Kiedy doświadczamy „naruszenia" naszej integralności, zagraża to naszemu poczuciu własnej wartości i temu, co jest dla nas cenne.

Istnieje pięć rodzajów integralności:

Fizyczna	Integralność fizyczna ma miejsce, gdy odczuwamy dobrostan fizyczny.
Zasobów	Integralność zasobów ma miejsce, gdy wykorzystujemy je, aby zachować zrównoważony rozwój na świecie.
Tożsamości	Integralność tożsamości to życie w zgodzie ze swoim autentycznym ja.
Moralności	Integralność moralna oznacza, że podejmujesz właściwe działania, które są nie tylko dobre dla ciebie, ale także przynoszą korzyści ogółowi społeczeństwa.
Energetyczna	Integralność energetyczna oznacza, że masz energię, by dotrzymywać swoich zobowiązań i obietnic.

Fizyczne objawy niskiej integralności:

- Uczucie zmęczenia i wyczerpania przez większość czasu;
- Obniżona odporność;
- Częste bóle głowy, pleców, mięśni;
- Zmiany apetytu, nawyków związanych ze snem.

Emocjonalne objawy niskiej integralności:

- Wątpienie w siebie i poczucie porażki;
- Poczucie bezradności, uwięzienia, niepowodzenia;

- Utrata motywacji;
- Cyniczne i negatywne nastawienie;
- Zmniejszona satysfakcja i niskie poczucie spełnienia;
- Prokrastynacja, opór;
- Unikanie;
- Sięganie po jedzenie, narkotyki lub alkohol (albo inne uzależnienia) w celu radzenia sobie;
- Zadowalanie się przeciętnością.

Społeczne objawy niskiej integralności:

- Wyobcowanie i poczucie osamotnienia na świecie;
- Izolowanie się od innych;
- Wyładowywanie frustracji na innych;
- Nieobecność w pracy (albo spóźnianie się).

Jeśli masz problemy z integralnością, często sposobem na ponowne dostrojenie się jest optymalizacja konfiguracji Centrum Zasobów.

Zdefiniowane Centrum Zasobów

Masz zdolność tworzenia trwałej i zrównoważonej wartości oraz wykorzystywania siły swojej woli do zwiększania bazy wartości i zasobów innych. Aby to zrobić, musisz w pełni wykorzystać swoje zasoby, żeby pomóc innym uzyskać dostęp do większej ilości energii, czasu, informacji i dóbr materialnych.

Jeśli masz zdefiniowane Centrum Zasobów (Centrum Woli), jesteś jednym z nielicznych, którzy mają stały dostęp do siły woli i dlatego musisz nauczyć się utrzymywać swoją energię na stałym poziomie, zachowując regularne cykle odpoczynku i regeneracji. Wypalisz się, jeśli będziesz się zbytnio forsować bez regularnego uzupełniania energii zapasów przez odpoczynek.

Oznacza to, że aby mądrze wykorzystać tę energię, musisz wsłuchać się w swoją potrzebę zagwarantowania sobie cykli odpoczynku, by utrzymać ją na zrównoważonym poziomie. Ponieważ masz dostęp do siły woli, być może zdarza ci się zwalczać potrzebę zrobienia sobie przerwy. A jeśli będziesz to robić często, wypalisz się i potencjalnie zaburzysz swój układ odpornościowy lub trawienny.

Pierwszą rzeczą, o którą zawsze pytam osoby ze zdefiniowanym Centrum Zasobów, jest to, czy wystarczająco dużo odpoczywają. I ważne jest, aby pamiętać, że ten odpoczynek musi być naprawdę intensywny; nie chodzi o relaks w hamaku, słuchanie poradników w formie audiobooków ani o analizowanie w myślach swoich finansów.

Jesteś stworzony do odpoczynku i naprawdę musisz odpoczywać. A jeśli nie odpoczywasz wystarczająco dobrze, zastanów się, dlaczego. Aby naprawdę odpocząć, musisz uwierzyć, że na to zasługujesz.

Jesteś tu również po to, żeby wspierać innych. Możesz to robić poprzez nauczanie, dzielenie się zasobami lub udostępnianie ich, dzielenie się swoim doświadczeniem lub punktem widzenia. Twoje towarzystwo może być naprawdę przyjemne dla ludzi z otwartym Centrum Zasobów.

Jesteś tu po to, by przenieść rzeczy na płaszczyznę materialną. To z pewnością może przełożyć się na pieniądze, ale może też oznaczać tworzenie innych wartościowych zasobów. Możesz być bardzo przywiązany do dóbr materialnych i dbać o to, co posiadasz (a nawet je kochać!).

Dla wielu osób podążających ścieżką duchową, taka relacja z energią skupioną wokół ego, pieniędzy i rzeczy materialnych, może wydawać się niekomfortowa. Drogą do tego jest uświadomienie sobie, że jesteś tutaj, aby poddać swój unikalny, ludzki wyraz potrzebie służenia innym. Chodzi o wykorzystanie swojego życia i zasobów, żeby wspierać innych.

Wyzwanie

Zdefiniowane Centrum Zasobów niesie również energię, na którą ludzie często projektują swoje oczekiwania. W szczególności możesz zauważyć, że ludzie oczekują, że zatroszczysz się o nich finansowo, emocjonalnie, materialnie lub w inny sposób. Optymalizując tę energię w swoim wykresie, możesz jej użyć, aby pomóc innym osiągnąć wyższy poziom integralności.

Ważne jest, by jasno komunikować swoje oczekiwania wobec innych ludzi, aby mieć pewność, że w tych relacjach dbasz także o siebie.

Możesz też zauważyć, że masz tendencję do używania zaimka *ja*. To element Centrum Zasobów, który jest związany z ego; jesteś stworzony do mówienia o sobie! Nie chodzi tu o egoizm; chodzi raczej o mówienie z perspektywy twojego osobistego ego, aby służyć innym.

Wymaga to słuchania i podporządkowania się.

Podpowiedź dotycząca historii o świętej wadzie

Czego musi się nauczyć twój główny bohater, aby móc docenić swoją wiedzę, czas, energię i doświadczenie, jako cenne zasoby, którymi warto się dzielić z innymi?

Rozważania

- Czy cenisz siebie?
- Czy ufasz Źródłu?
- Czy wymuszasz na sobie działanie z pełną mocą, zamiast czekać na właściwe dostrojenie się?
- Jak mierzysz swoją wartość?

Afirmacja

Jestem wpływową siłą, która ma moc i zdolność do transformacji globalnego miernika wartości. W pełni ucieleśniając swoją wartość i podejmując odpowiednie działania, aby regenerować się i czerpać z niej zasoby w sposób trwały i zrównoważony, tworzę pole sił integralności, które motywuje innych do życia w zgodzie z ich własną wyjątkową i istotną rolą na świecie. Wykorzystuję swoje zasoby, aby pomnażać zasoby innych.

Otwarte Centrum Zasobów

Historia twojego życia to nauka definiowania wartości na twoich własnych zasadach i nauka tworzenia w przepływie, a nie wtedy, kiedy wymuszasz działanie.

Jeśli masz otwarte Centrum Zasobów (Centrum Woli), jesteś tutaj, aby dowiedzieć się, co jest naprawdę wartościowe w życiu. I odkryjesz, że wcale nie chodzi o rzeczy materialne!

Wyzwanie

Najważniejszym motywem otwartego Centrum Zasobów jest kwestionowanie własnej wartości. W tej części wykresu ulokowane jest poczucie własnej wartości, więc może pojawić się potrzeba udowodnienia tego, że jest się kimś wartościowym. Możesz odczuwać przerażenie, myśląc, że jesteś osobą bezwartościową lub czując, że nie jesteś doceniany w bliskim związku albo innej sferze życia.

Możesz również zauważyć, że nie doceniasz swojego wkładu w coś, a nawet całej swojej pracy. To częste zjawisko w branży usługowej, gdzie ludzie nie doceniają swoich usług i nie pobierają opłat odpowiadających temu, ile naprawdę warta jest ich praca.

Możesz też zauważyć, że masz skłonność do lekceważenia swojej potrzeby odpoczynku. Żyjemy w społeczeństwie, które jest opętane potrzebą ciężkiej pracy w celu osiągania lepszych wyników (mimo że większość z nas nie ma tak silnej woli, by temu sprostać!).

Możemy utknąć w przekonaniu, że jeśli tylko będziemy nieustannie pracować, w końcu udowodnimy, jak jesteśmy dobrzy, silni, zdolni, inteligentni lub w inny sposób wartościowi. Prawda jest jednak taka, że każdy z nas jest z natury wartościowy i godny. A kiedy wychodzimy w życiu z takiego punktu widzenia, rozpoznajemy swoją potrzebę odpoczynku i cenimy się na tyle, by z niego skorzystać. Gdy to robimy, stajemy się bardziej zdolni do zaoferowania swojej wartości innym.

Jesteś tak cenny, że musisz o siebie dbać, by móc wykonać lepszą pracę w zakresie rozwoju, wzrostu i pomaganiu światu w ewolucji. Zasługujesz na konto oszczędnościowe, pobieranie adekwatnych opłat za swoje usługi i na odbudowywanie swojej energii, ponieważ gdy to robisz, stajesz się wspanialszą wersją siebie.

Podpowiedź dotycząca historii o świętej wadzie

Czego musi nauczyć się twój główny bohater, aby zrozumieć i zaakceptować własną wartość?

Rozważania

- Czy znasz swoją wartość?
- Czy ufasz Źródłu?
- Czy żyjesz w zgodzie ze swoimi wartościami?

Afirmacja

Definiuję wartość i to, co jest naprawdę cenne na moich własnych zasadach. Sam decyduję o tym, co jest wartościowe i buduję życie, które jest odbiciem moich wartości. W swoim życiu ufam Źródłu i nurtowi odczuwania wystarczalności. Wiem, że odgrywam wyjątkową, istotną i niezastąpioną rolę w boskim planie. Podążam własną właściwą ścieżką, aby wypełnić to odpowiednie miejsce, i wierzę, że otrzymam wszystko, czego potrzebuję wtedy, gdy będę w potrzebie.

STUDIO ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl

Pełny opis

Polecamy:





Dr Karen Parker – autorka międzynarodowych bestsellerów. Jako twórczyni innowacyjnego systemu Kwantowego Human Design (Quantum Human Design) opiera swoje metody na twardych dowodach naukowych z zakresu neuronauki, badając bezpośredni związek między osobistymi doświadczeniami a odpowiedzią immunologiczną organizmu.

A gdyby dobrostan nie polegał na „naprawianiu" siebie, lecz na zrozumieniu, jak zaprojektowana jest twoja energia?

To praktyczny i intuicyjny przewodnik po ścieżce uzdrawiania, który bada głębokie połączenie między ciałem, energią, emocjami i duchem. Łącząc system Human Design ze świadomością energetyczną i holistycznym podejściem, dr Karen Curry Parker pomaga odkryć, jak wewnętrzne wzorce wpływają na twoje zdrowie, wybory, relacje oraz poczucie życiowego celu.

Zamiast szukać kolejnego uniwersalnego planu naprawczego, dowiedz się, jak:

- **Odczytać swój unikalny schemat energetyczny** i zacząć działać w zgodzie ze sobą, a nie przeciwko sobie.
- **Zidentyfikować blokady energetyczne** i odzyskać kontakt z wewnętrzną mądrością.
- **Przywrócić równowagę** od wewnątrz, dbając o harmonijny przepływ energii.

Ta książka to zaproszenie do świata, w którym uzdrawianie nie jest procesem oddzielnym od tego, kim jesteś. To powrót do zaufania własnej energii i życia w pełnym wyrównaniu z własnym potencjałem.

Uzdrawianie to powrót do twojej prawdziwej natury

Więcej o książce na stronie wydawcy

STUDIO ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Książkę możesz kupić w sklepie

Talizman.pl
SKLEP EZOTERYCZNY