

OTÁZKY PRO DENISU AI

pro různé situace v Tvém životě



- * KDYŽ HLEDÁŠ HLUBŠÍ POROZUMĚNÍ VE VZTAZÍCH*
- * KDYŽ TOUŽÍŠ PO HLUBŠÍM SPOJENÍ S VLASTNÍ SEXUALITOU*
- * KDYŽ CHCEŠ POSÍLIT LÁSKU K SOBĚ*
- * KDYŽ HLEDÁŠ SVÉ ŽIVOTNÍ POSLÁNÍ A SNÍŠ O NAPLNĚNÉM ŽIVOTĚ*



KDYŽ HLEDÁŠ HLUBŠÍ POROZUMĚNÍ VE VZTAZÍCH



- **Všimáš si, že ve vztahu opakuješ stejné vzorce?** Zeptej se: "Cítím, že ve vztahu opakuji stejné vzorce jako moji rodiče. Jak mohu tento cyklus přerušit a vytvořit nový, zdravější způsob vztahování?"
- **Když se partner uzavírá před intimními rozhovory:** "Můj partner se uzavírá, když se snažím mluvit o hlubších tématech. Jak mohu vytvořit bezpečný prostor pro intimní sdílení, aniž bych vytvářel/a tlak?"
- **Pro nalezení rovnováhy v dávání a přijímání:** "Zdá se mi, že ve vztahu dávám mnohem víc než přijímám. Jak najít rovnováhu, která bude fungovat pro nás oba?"
- **Když cítíš, že ztrácíš sebe ve vztahu:** "Zjišťuji, že potlačuji části sebe, abych udržel/a harmonii ve vztahu. Jak mohu být autentičtější, aniž bych narušil/a to dobré, co máme?"

KDYŽ TOUŽÍŠ PO HLUBŠÍM SPOJENÍ S VLASTNÍ SEXUALITOU



- **Pro uvolnění bloků v těle:** *"Cítím ve svém těle blok, která mi brání plně se otevřít během intimacy. Jak mohu postupně rozpouštět tato omezení a dovolit si být více přítomný/á?"*
- **Pro propojení spirituality a sexuality:** *"Vnímám, že moje sexualita je úzce propojena s mým duchovním životem. Jak mohu prohloubit tento rozměr své zkušenosti?"*
- **Když toužíš po obnově intimní jiskry:** *"Náš intimní život s partnerem se stal předvídatelným. Jak můžeme znovu probudit zvědavost, hravost a vzrušení?"*
- **Pro hlubší propojení s tělem během intimacy:** *"Všímám si, že má mysl je během intimacy často přítomna jen částečně. Jak se mohu hlouběji spojit se svými tělesnými prožitky?"*

KDYŽ CHCEŠ POSÍLIT LÁSKU K SOBĚ



- **Pro kultivaci vnitřní laskavosti:** *"Uvědomuji si, že jsem k sobě mnohem přísnější než k ostatním. Jak mohu kultivovat stejnou laskavost k sobě, jakou nabízím svým blízkým?"*
- **Když hledáš stabilnější zdroj sebehodnoty:** *"Všímám si, že mé sebevědomí je velmi závislé na vnějším ocenění. Jak mohu najít stabilnější zdroj sebehodnoty uvnitř sebe?"*
- **Pro přijetí stínových stránek:** *"Jak mohu integrovat své stínové stránky a nechtěné emoce do celistvějšího a autentičtějšího obrazu sebe sama?"*
- **Když potřebuješ najít rovnováhu mezi péčí o sebe a o druhé:** *"Cítím, že mám tendenci obětovat své potřeby pro potřeby druhých. Jak mohu najít rovnováhu mezi péčí o druhé a péčí o sebe?"*

KDYŽ HLEDÁŠ SVÉ ŽIVOTNÍ POSLÁNÍ A SNÍŠ O NAPLNĚNÉM ŽIVOTĚ



- **Pro rozpoznání autentického volání duše:** "Cítím v sobě touhu po něčem větším, ale nejsem si jistý/á, co to přesně je. Jak mohu lépe naslouchat volání své duše?"
- **Když čelíš strachu z naplnění svého potenciálu:** "Vnímám, že mám skrytý potenciál, který jsem ještě plně nevyjádřil/a. Jak mohu překonat strach, který mi brání v jeho naplnění?"
- **Pro vytvoření prostoru pro sny v každodenním životě:** "Všímám si, že často odkládám své sny na 'někdy později'. Jak mohu vytvořit více prostoru pro to, co skutečně miluji?"
- **Když přehodnocuješ svou životní vizi:** "Cítím, že moje představa úspěchu se změnila a už mě nenaplňují stejné věci jako dříve. Jak mohu přehodnotit svou vizi naplněného života?"