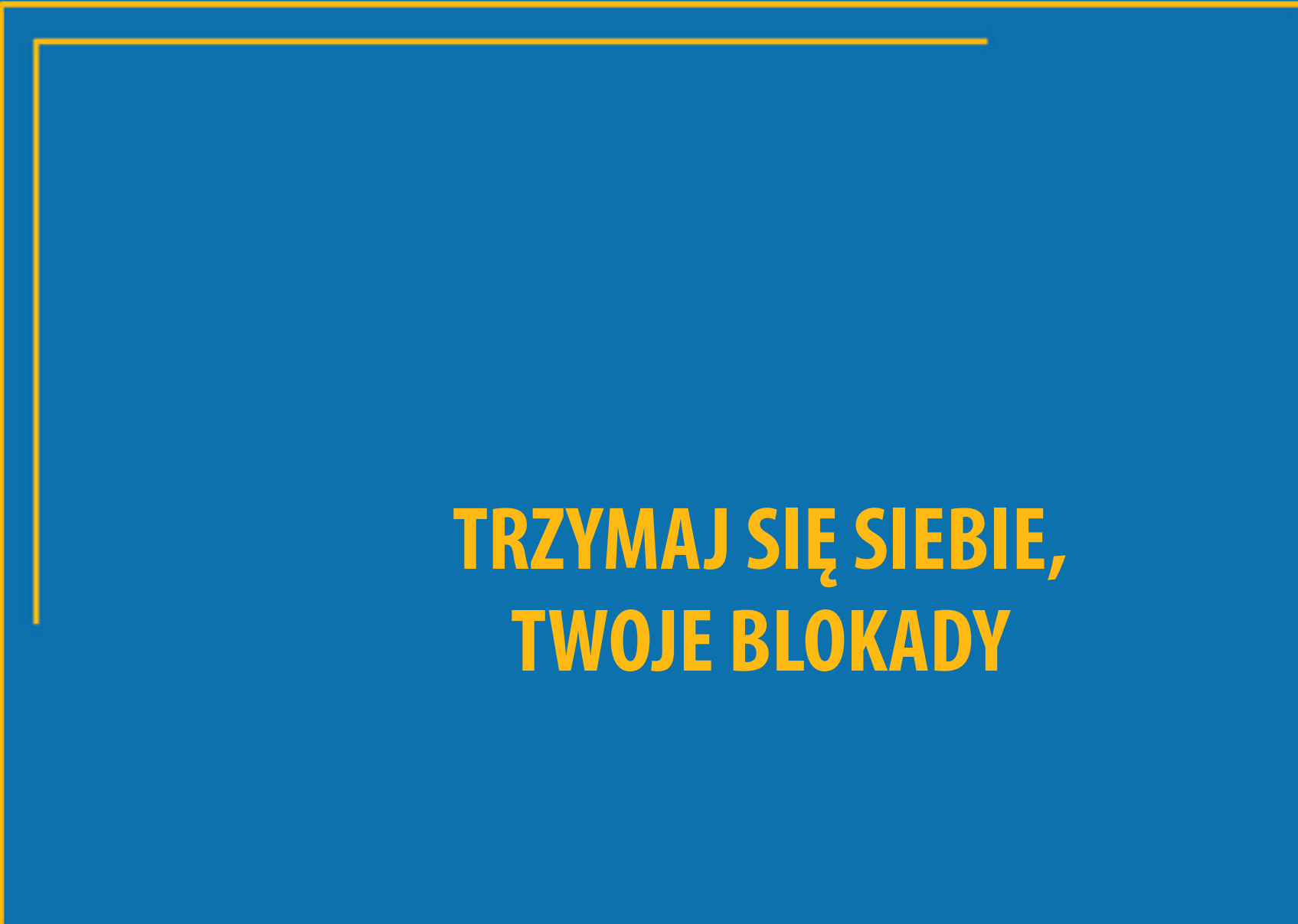


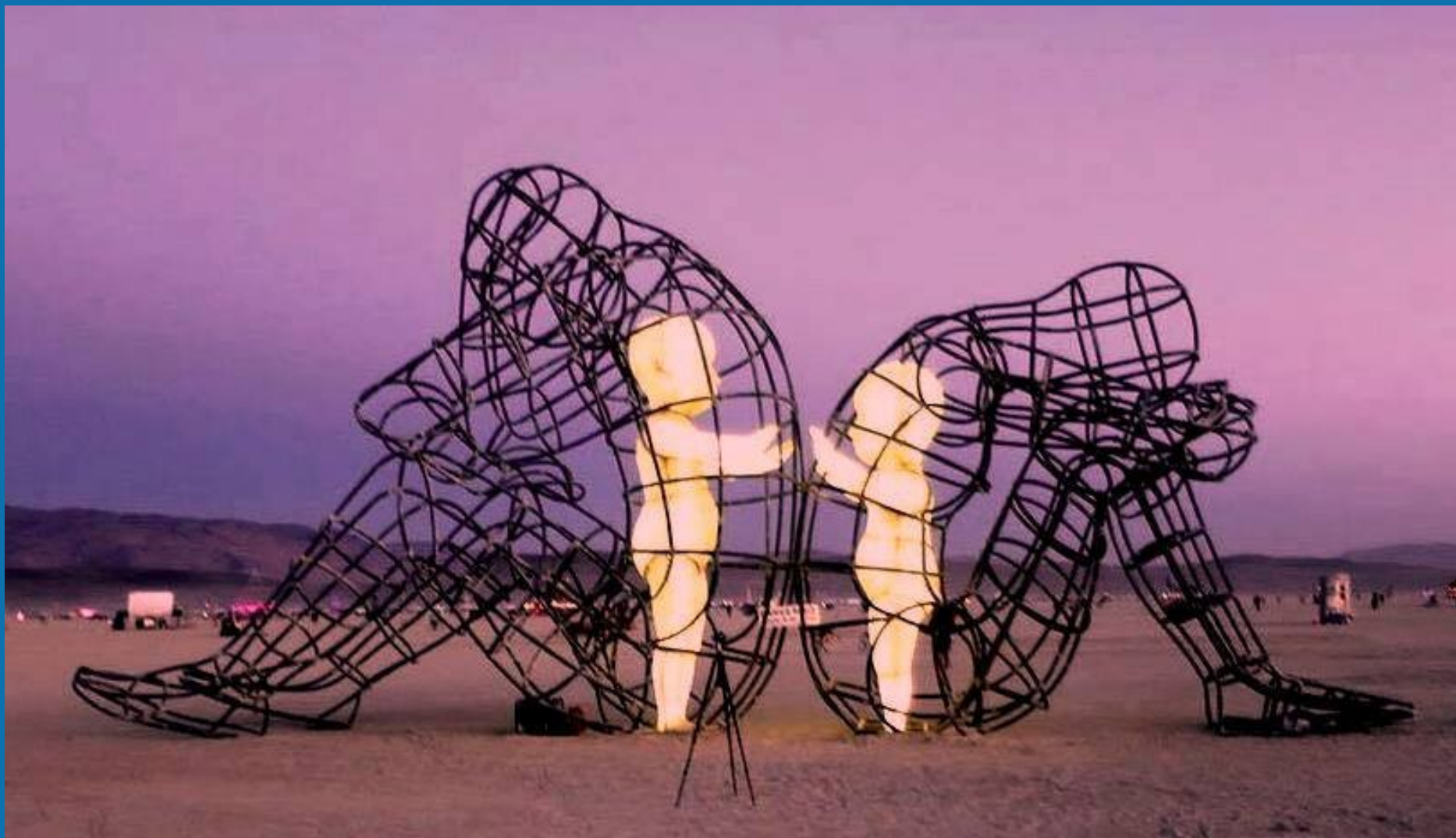
The image features a solid blue background. In the top-left corner, there are two thin, yellow lines that form a partial frame. One line is horizontal and extends towards the right, while the other is vertical and extends downwards. They meet at a right angle.

**TRZYMAJ SIĘ SIEBIE,
TWOJE BLOKADY**

Trzymaj się siebie

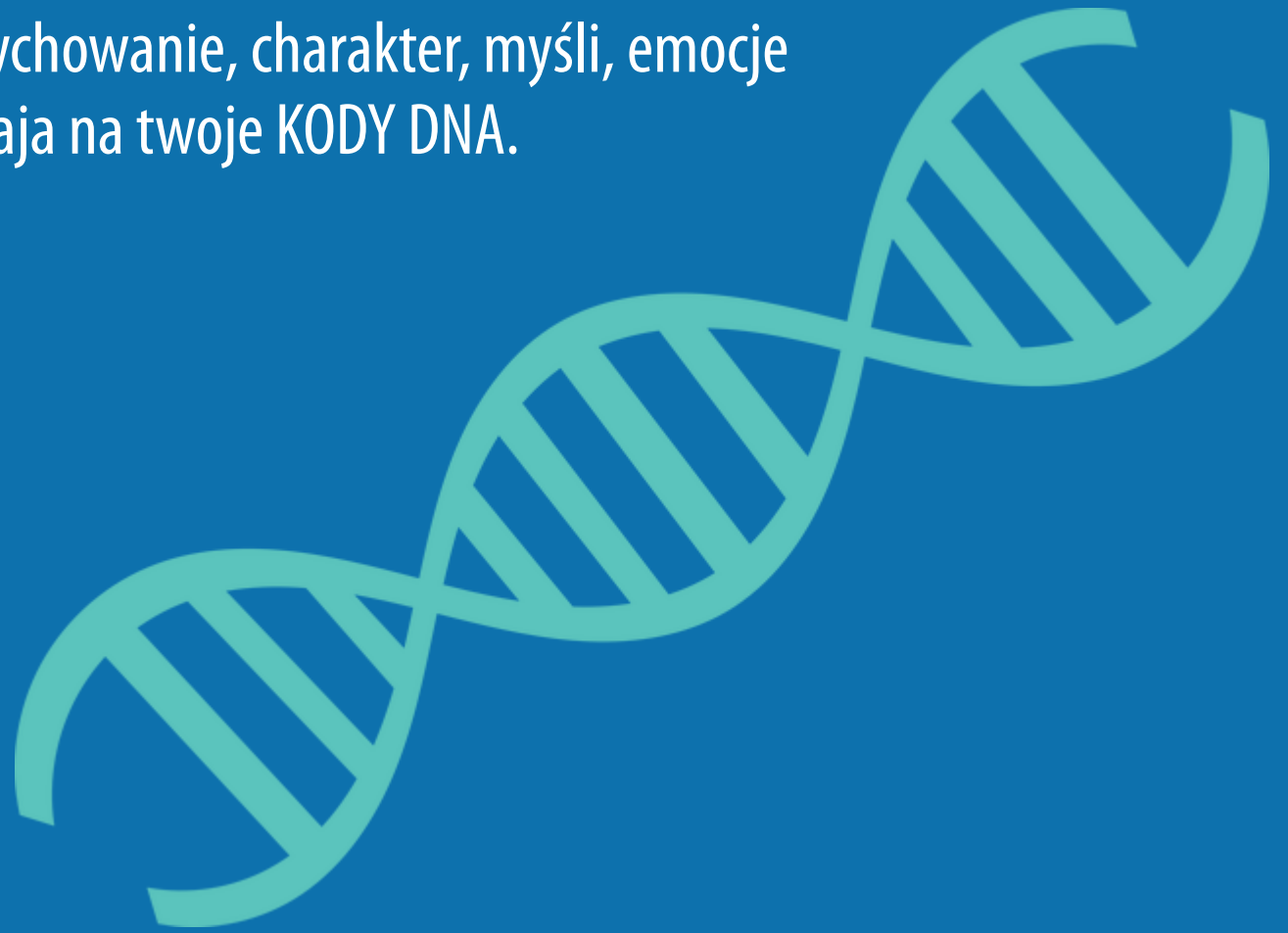
- Dlaczego nadal nie masz tego na co zasługujesz ?
KOD DNA TWOJEJ BLOKADY
- Czym są KODY UCIECZKI I WALKI
- Skąd się biorą emocjonalne nawyki ucieczki i walki ?
- Jak się odzwierciedlają w moim życiu?
- Skutecznie zmień blokady na KODY DOBORBYTU

To od ciebie zależy twój sposób myślenia



DNA TWOJEGO DOBROBYTU

- Odzwierciedlasz wszystko w swoim życiu.
- Twoje filtry percepcji tworzą Twój świat.
- Przekonania, wychowanie, charakter, myśli, emocje tworzą i wpływają na twoje KODY DNA.

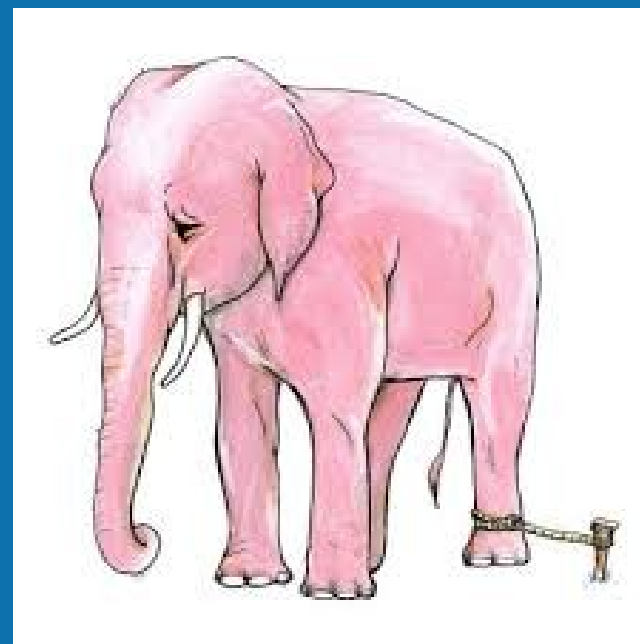


Nawyki emocjonalne – uciekaj i walcz

Skąd się biorą nawyki ucieczki i walki ?

Czym się manifestują?

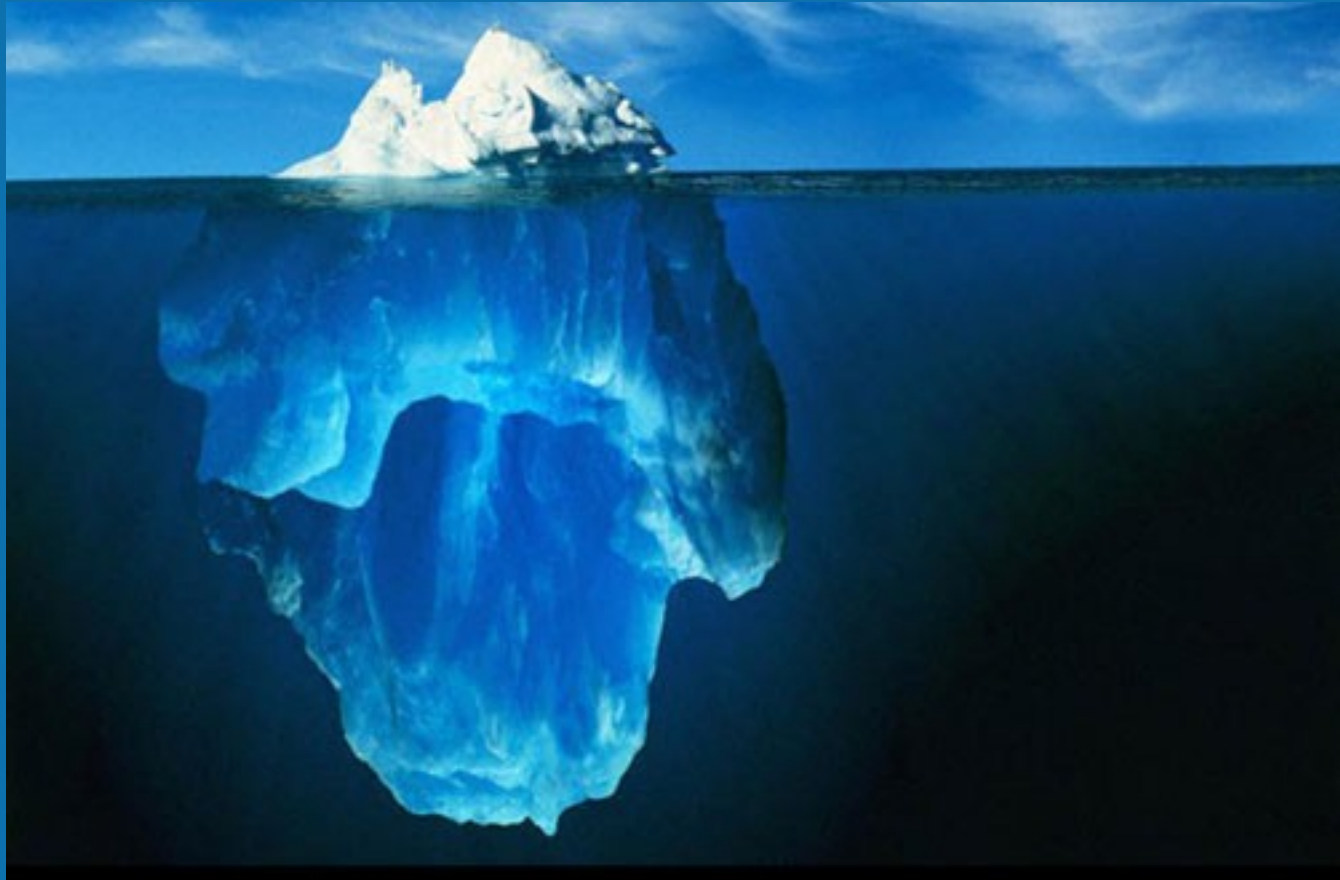
Co ci odbiera radość życia?



Skąd Twoje Kody blokad

Większość programów spowodowana jest kluczowymi programami:

- odrzucenia,
- niskie poczucie wartości
- brak poczucia bezpieczeństwa



W sensie dosłownym - wychodzisz

- Wychodzisz z pokoju, uciekasz ze związku, z pracy.
- Wycofujesz się z rozmowy. Wycofujesz się ze swojego ciała.
- Porzucasz siebie lub innych. Masz poczucie dezorientacji, jesteś zdemotywowany i apatyczny. Możesz nawet mieć stany utraty pamięci.



Rozpraszasz się, popadasz w ołędpienie

- Popadasz w nałogi. Uzależniasz się od alkoholu, nikotyny, seksu, gier, hazardu, zakupów, ćwiczeń, telewizji, pracy, facebooka, ciągłego poszukiwanie technik samorozwoju – tak, tak- to też ucieczka....
- Popadasz w 'rozbuchane' życie towarzyskie.
- Zamartwiasz się wszystkim dookoła.
- Angażujesz się w niezwykle sytuacje, które opanowują twój umysł i stanowią wymówkę dla unikania uczuć.



**Wmawiasz sobie, że lubisz samo poświęcenie,
w którym, jak sądzisz, musisz żyć**

Co więcej, aby czuć kontrolę, możesz nawet wmawiać innym, że celowo wybrałeś lub stworzyłeś takie a nie inne warunki.

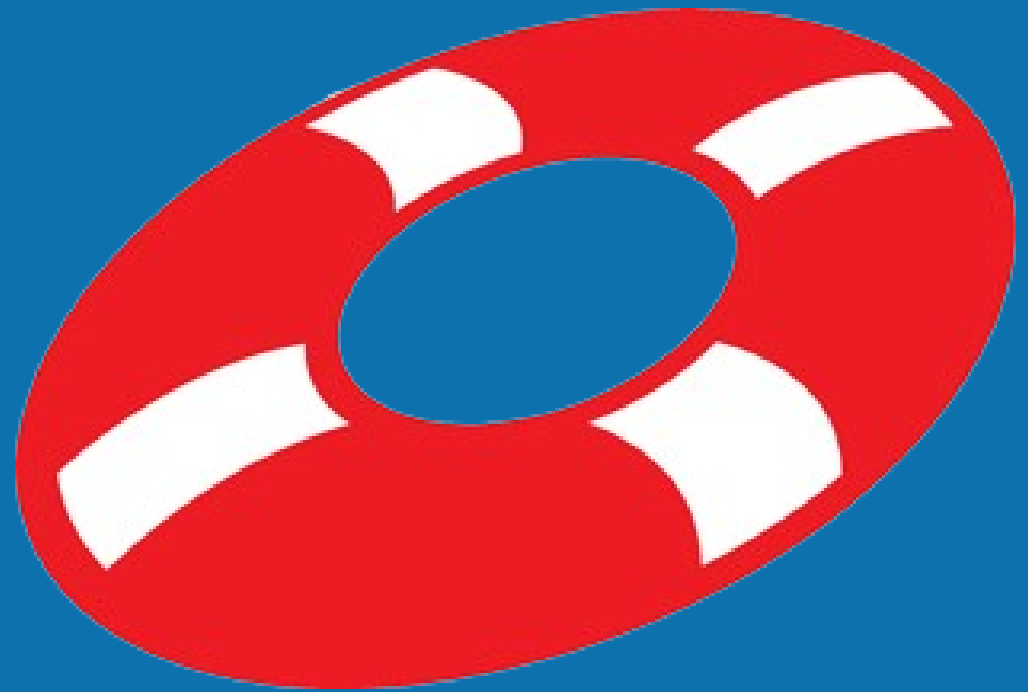
- Czujesz się bezradną ofiarą.
- Czujesz, jakbyś nie miał granic, poczucia swojego ja, preferencji lub wolności, i stopniowo ogarnia Cię wyczerpanie i paraliż.
- Narzekasz, wynajdujesz wymówki, uważasz się za pechowca.
- Często popadasz w zły nastrój.
- Ciągłe wikłasz się w te same negatywne cykle.
- Ogarnia cię niepokój i miewasz ataki paniki, które z czasem osłabiają twoje zdrowie fizyczne.

- Projektujesz winę, złość, wściekłość, nienawiść, agresję, na zewnątrz, na innych ludzi, kiedy nie chcesz czegoś czuć.
- Atakujesz tych, którzy w jakiś sposób zagrażają sposobowi funkcjonowania Twojej rzeczywistości. – np. z góry polemizujesz i udowadniasz swoje racje.
- Stajesz się ekspertem od rozwiązywania problemów.
- Naprawiasz wszystko, co ci przeszkadza, żeby dostosować świat do swoich preferencji.
- Naprawiasz ludzi dookoła, nieproszony o to.

**Zaczynasz działać jak ratownik, wybawca, albo uzdrowiciel,
projektując twoje pojmowanie tego, jak szczęśliwi i zdrowi
powinni być inni, na ich proces rozwoju.**

Próbujesz kontrolować i wpływać na innych.

- Poprzez swój urok.
- Uwodzenie.
- Fałszywą skromność.
- Oszustwo.
- Negocjowanie.
- Manipulacje.
- Przemoc.

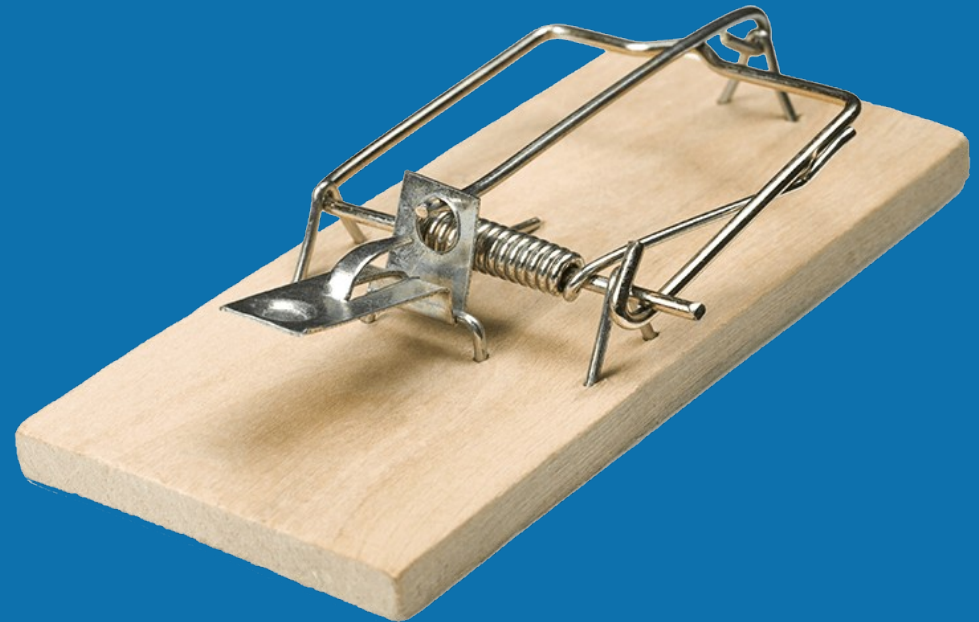


Starasz się dowiedzieć więcej i zrobić więcej.

- Zachłannie czytasz.
- Nadmiernie bierzesz udział w seminariach i warsztatach.
- Pracujesz do późna.
- Zgłaszasz się na ochotnika do ponadprogramowych projektów.

Wpadasz w pułapkę konfliktu i przeciwnieństw, których nie da się pogodzić.

- Kłócisz się.
- Krytykujesz.
- Walczysz.
- Chcesz odrzucić lub ukarać innych. Jesteś chory.
- Czujesz ból, jesteś obojętny.
- Wkładasz się w relacje pełne przemocy.



Musisz, koniecznie, zająć się chorym krewnym

- Musisz zająć się wieloma sprawami, bo nikt za ciebie tego nie załatwi.
- Z małych spraw czynisz wielkie i 'rozkminiasz' każdy szczegół, pieczołowicie się nimi zajmując.
- Stajesz się uparty i oporny, stoicki i nieporuszony.
- Nie chcesz się zmieniać, słuchać, ani brać udziału w czymś.



Żyjesz w innych rzeczywistościach niż twoja własna

- Idealizujesz inne miejsca i czasy.
- Idealizujesz przeszłość lub przyszłość.
- Idealizujesz sławne osoby, może nawet żyjesz ich życiem.
- Jesteś ślepo i bezkrytycznie zapatrzony w osoby sławne, nauczycieli, idee.

- Idealizujesz istoty niematerialne, poprzednie wcielenia, tak, że przysłaniają ci twoje tu i teraz.
- Okazujesz swoiste przewrażliwienie na punkcie wywołanie niezadowolenia w osobach, które idealizujesz.
- Tworzysz relacje oparte na współ uzależnieniu, gdzie żyjesz życiem drugiej osoby, zlewasz się z nią, czując się potem zdominowanym i uzależnionym, bez własnego życia.

Ćwiczenie zamieniamy na kod dobrobytu

A teraz - do przodu- od razu 2 kartki

- Jak wygląda życie wolne
nawyków ucieczki lub
walki .

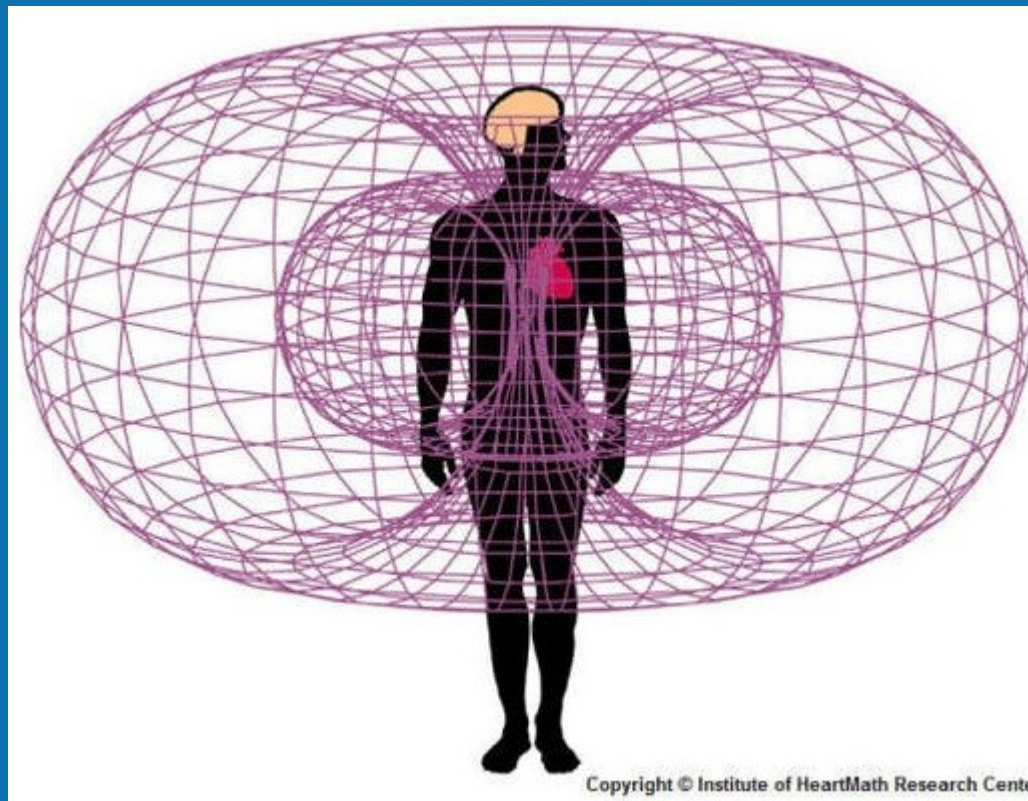
- Opisz uczucia , kiedy
stosujesz uciekasz lub
walczysz.

- Opisz, jak wygląda Twoje
życie z ucieczką lub walką?



Transformuj

Wejdź w przestrzeń serca



**DZIĘKUJĘ ZA OBECNOŚĆ,
KONIECZNIE BĄDŹ NA KOLEJNYCH!**

ŻYCZĘ WIELKICH ZMIAN ;)