

Channeling – informacje organizacyjne

Forma: indywidualna sesja online

Czas trwania: 60 minut

Platforma: Google Meet

Aby maksymalnie wykorzystać sesję mentoringu 1:1, ważne jest odpowiednie przygotowanie. Poniżej znajdziesz kroki, które pomogą Ci się przygotować i zapewnić, że sesja będzie dla Ciebie jak najbardziej owocna.

Jak przygotować się do channelingu?

1. Określ intencję — wybierz jeden temat

Channeling działa najlepiej, gdy energia jest skupiona.

Przed sesją odpowiedz sobie na pytania:

- Z czym chcę dziś pracować?
- Co najbardziej mnie blokuje?
- W jakim obszarze potrzebuję jasności?

Może to być jedno pytanie, np.:

- "Jakie przekonanie blokuje mnie przed obfitością?"
- "Czego nie widzę w tej relacji?"
- "Co dzisiaj jest dla mnie najważniejsze, żeby pójść dalej?"
- "Dlaczego wracam do tego samego wzorca?"

Jeden temat = najgłębszy wgląd.

Jeśli pojawią się poboczne kwestie, zajmiemy się nimi tylko w kontekście głównego tematu.

2. Przygotuj spokojną przestrzeń

Znajdź miejsce, w którym nikt nie będzie Ci przeszkadzał. Weź słuchawki, przygotuj coś do picia, usiądź wygodnie. Wyłącz powiadomienia — to jest czas tylko dla Ciebie.



3. Przygotowanie techniczne

- upewnij się, że masz stabilny internet,
- działającą kamerę i mikrofon,
- łączy się na wideo (link otrzymasz przed sesją),
- sesja trwa **60 minut**, dołącz 2-3 minuty wcześniej, by sprawdzić połączenie.

4. Przygotowanie mentalne

- kilka głębokich oddechów,
- otwartość na to, co się pokaże,
- rezygnacja z oczekiwań,
- gotowość na prawdę, nawet jeśli jest zaskakująca.

Channeling nie daje tego, co chcesz usłyszeć —
daje to, co jest dla Ciebie prawdziwe.

Jak wygląda sama sesja?

- krótkie wejście w obecność — oddechy.
- określenie tematu,
- channeling — przekaz dotyczący Twojego pytania,
- doprecyzowanie, zadawanie dodatkowych pytań,
- podsumowanie i wskazówki do integracji.

Channeling daje **jasność, kierunek, zrozumienie i lekkość**.

Przykładowe pytania, z którymi możesz przyjść

→ O Twojej drodze / dalszych krokach

- ◆ Co jest dla mnie najważniejsze na tym etapie mojego życia?
- ◆ Jaki kolejny krok jest najbardziej zgodny ze mną?
- ◆ Co mam teraz zobaczyć, aby ruszyć dalej?
- ◆ Gdzie kieruje mnie życie i czego ode mnie potrzebuje?
- ◆ Jaka energia chce się teraz przeze mnie wyrazić?

→ 0 przekonaniach i blokadach

- ◆ Jakie przekonanie najbardziej blokuje mój rozwój?
- ◆ Skąd bierze się przekonanie X i jak mogę je oświecić?
- ◆ Dlaczego wracam ciągle do tego samego schematu?
- ◆ Co utrzymuje mnie w braku/strachu?
- ◆ Jakie ukryte lęki stoją za moim zachowaniem?

→ 0 obfitości i pieniądzu

- ◆ Co blokuje moje poczucie obfitości?
- ◆ Jakie przekonania powstrzymują mnie przed pełnym sukcesem?
- ◆ Czego potrzebuję, aby otworzyć się na pieniądze z lekkością?
- ◆ Dlaczego sabotuję swoje finansowe możliwości?
- ◆ Jaka energia pieniądza jest u mnie zablokowana?

→ 0 emocjach i wewnętrznym stanie

- ◆ Co naprawdę stoi za moim lękiem?
- ◆ Co próbuję ukryć przed samą/samym sobą?
- ◆ Dlaczego czuję presję/napięcie/wstyd?
- ◆ Jaką emocję od dawna noszę, a jej nie widzę?
- ◆ Co potrzebuję zauważyć, aby poczuć spokój?

→ 0 relacjach

- ◆ Czego uczę się poprzez tę relację?
- ◆ Dlaczego ta osoba tak mnie wyzwala?
- ◆ Co jest źródłem mojego lęku przed bliskością?
- ◆ Co powinnam/powinienem zobaczyć w tej sytuacji?
- ◆ Co blokuje mnie przed otwartym kochaniem?

→ 0 decyzjach

- ◆ Która opcja jest najbardziej zgodna z moją energią?
- ◆ Co moja dusza chce mi przekazać o tej decyzji?
- ◆ Jakiej informacji mi brakuje, żeby wybrać?
- ◆ Co powoduje mój opór przed działaniem?
- ◆ Na co naprawdę mówię “nie”, a na co “tak”?

→ 0 pracy i powołaniu

- ◆ Jaka jest prawdziwa intencja mojej drogi zawodowej?
- ◆ Co powstrzymuje mnie przed odważnym działaniem?
- ◆ Gdzie jest moje miejsce w pracy/karierze na ten moment?
- ◆ Co mam przestać robić, żeby zacząć być sobą?
- ◆ Jakie moje talenty są gotowe się ujawnić?

→ 0 ciele i energii

- ◆ Co moje ciało próbuje mi powiedzieć?
- ◆ Skąd bierze się to napięcie ciele?
- ◆ Co energetycznie utknęło i chce być zobaczone?
- ◆ Jaki fragment mnie potrzebuje teraz najwięcej obecności?
- ◆ Co mogę zrobić, aby wrócić do równowagi?

→ 0 duchowej ścieżce

- ◆ Co przesłania moją intuicję?
- ◆ W czym nie jestem jeszcze ze sobą szczerą/szczery?
- ◆ Co moja świadomość próbuje mi teraz pokazać?
- ◆ Jaka lekcja właśnie się domyka?
- ◆ Na czym powinnam/powinienem skupić swoją uwagę?

Najważniejsze wskazówki

- przyjdź z jednym tematem
- bądź otwarty/otwarta na to, co się pojawi
- czasami przekaz pójdzie głębiej, niż się spodziewasz
- jeśli wyjdą tematy poboczne — zajmiemy się nimi tylko, jeśli wspierają główny temat
- channeling to nie jest terapia — to **świadomość i wgląd**

Cena sesji

550 PLN / 60 minut online

Autor: Karolina Mika



TAJEMNICE UMYŚŁU

Karolina Mika

