DOKUMENT 03

Przewodnik do obserwacji siebie podczas nagrań

Teoria Funkcji — Architektura transformacji osobowości

Podczas oglądania nagrania niektóre wypowiedzi mogą przywołać sytuacje z Twojego życia.

Przewodnik rozwija zagadnienia poruszane w nagraniach, przybliża ich znaczenie i wzajemne powiązania. Stanowi merytoryczne wsparcie podczas studiowania Teorii Funkcji i samodzielnego poznawania siebie.

1. Wzajemność funkcji — środowisko, w którym żyjemy

Przyglądając się naturze, dostrzegamy niezwykłą organizację życia. Każdy element pełni określoną funkcję, pozostając w nieustannej wymianie z innymi. Właściwe proporcje i wzajemne oddziaływania tworzą warunki dla zachowania równowagi.

W naturze odnajdujemy powtarzalność kształtów, proporcji i sposobów organizowania życia. Dostrzegamy ją w budowie roślin, układach liści, spiralach muszli, a także w rozwiązaniach stosowanych przez człowieka w architekturze.

W Teorii Funkcji interesuje mnie fraktalność funkcji — podobieństwo zasad organizacji i wzajemności na różnych poziomach życia. Od funkcjonowania pojedynczej komórki po organizm i cały ekosystem poszukuję zależności, które pozwalają głębiej rozumieć równowagę natury.

Człowiek uczestniczy w tym samym porządku. Jego ciało, uczucia, sposób myślenia i reagowania pozostają ze sobą powiązane. Zmiana w jednym obszarze może wpływać na pozostałe.

W Teorii Funkcji interesuje mnie również energetyczny i duchowy wymiar tej wzajemności. Zagadnienia rezonansu, częstotliwości harmonicznych i emanacji pozwalają spojrzeć na jakość naszej obecności oraz jej znaczenie w relacjach z otoczeniem.

2. Matryca — skąd bierze się nasz sposób reagowania

Ta sama sytuacja może wywołać u różnych ludzi zupełnie odmienne reakcje. Bywa również, że sami siebie zaskakujemy. Coś, co dawniej budziło silne emocje, dzisiaj przyjmujemy ze spokojem. Co sprawia, że reagujemy inaczej?

W Teorii Funkcji posługuję się pojęciem matrycy. To wewnętrzna organizacja wpływów i doświadczeń, która kształtuje naszą gotowość do reagowania. Jej obecność rozpoznajemy w skojarzeniach, uczuciach, sygnałach płynących z ciała oraz utrwalonych sposobach postępowania.

W Teorii Funkcji rozróżniam cztery strefy wpływu. Przyglądamy się temu, co współkształtuje naszą matrycę, a także własnemu udziałowi — zarówno nieświadomemu, jak i świadomemu.

Pierwsza strefa wpływu — ród i środowisko

Pierwsza strefa prowadzi nas do rozpoznawania biologicznego dziedzictwa pokoleń oraz wpływów środowiska, w którym żyjemy. W Teorii Funkcji przyglądamy się również ich znaczeniu dla organizacji naszej matrycy energetycznej.

Co z przedstawionych w nagraniu zależności odnajduję we własnej historii? Jakie skojarzenia budzi we mnie temat rodu i środowiska?

Druga strefa — wpływ matki na ciało, umysł i podejmowanie decyzji

Druga strefa obejmuje w autorskim modelu okres przedprenatalny (około dziewięciu miesięcy przed poczęciem, z uwzględnieniem stanu i doświadczeń matki), prenatalny, pierwszy rok życia oraz dalszy wpływ matki aż do przemian hormonalnych okresu dojrzewania — pierwszej menstruacji u dziewczynki i mutacji głosu u chłopca.

Jakie znaczenie mogą mieć te zagadnienia dla rozumienia mojej historii? Co wiem o tych okresach z rodzinnych opowieści, a co pozostaje dla mnie pytaniem?

Trzecia strefa wpływu — planetarna i kosmiczna

Trzecia strefa obejmuje nieustanny, cykliczny wpływ środowiska planetarnego i kosmicznego, którego charakter i nasilenie zmieniają się w różnych okresach życia. Data, miejsce, godzina i minuta urodzenia stanowią w tym ujęciu punkt odniesienia; jedną z możliwości odczytywania indywidualnych tendencji jest astrologia wedyjska (Jyotish).

W Teorii Funkcji przyjmuję, że strefa ta stymuluje matrycę energetyczną człowieka. Jej potencjał znajduje odzwierciedlenie w naszym postrzeganiu, zainteresowaniach, predyspozycjach i wyborach, a także w okolicznościach życia, w których rozpoznajemy wpływy karmiczne i inkarnacyjne.

Czwarta strefa wpływu — własny udział i świadomość Obserwatora

Utrwalone w matrycy skłonności i skojarzenia nadają naszej uwadze określony kierunek, uruchamiając znane uczucia i reakcje ciała. Siła tych automatyzmów sprawia, że często za nimi podążamy, nie rozpoznając konsekwencji ich wpływu.

Świadomość Obserwatora pozwala nam przyglądać się tym procesom jak wydarzeniom na teatralnej scenie życia. Podczas piętnastominutowego ćwiczenia uczymy się rozumieć, jak działają te schematy i w jaki sposób kierują naszą uwagą.

Dzięki wolnej woli możemy nadać jej inny kierunek, zgodny z wartościami, z którymi się utożsamiamy. W ten sposób uczymy się świadomie wybierać jakość własnej odpowiedzi.

3. Obserwator — w jakiej jestem pozycji?

W nagraniu poznajemy trzy sposoby uczestnictwa Obserwatora.

Jak przebiegała ostatnia trudna rozmowa? Czy dopiero po jej zakończeniu zrozumiałem, co kierowało moim zachowaniem? Czy zauważałem to już w trakcie, lecz nie wiedziałem, jak odpowiedzieć inaczej? A może potrafiłem świadomie wybrać swoją postawę i utrzymać uwagę na wartościach, z którymi chcę się utożsamiać?

W której z tych sytuacji odnajduję siebie?

4. Wartości — od wyboru do wewnętrznej jakości

Spokój, cierpliwość, życzliwość, wolność — każdy z nas nadaje tym wartościom osobiste znaczenie. Co jednak dzieje się z nimi w chwili, gdy pojawia się sprzeciw, presja albo rozczarowanie?

Czy w codziennych relacjach odnajduję jakość, z którą chcę się utożsamiać? Jak reaguję, gdy czyjeś zachowanie wystawia ją na próbę?

W takich sytuacjach możemy rozpoznać różnicę między naszym wyobrażeniem o wybranej wartości a jej rzeczywistą obecnością w życiu.

5. Myślokształt i świadoma identyfikacja

W nagraniach proponuję dziesiątki myślokształtów. Poznając ich budowę i zastosowanie, z czasem uczymy się tworzyć własne.

Czy potrafię zbudować własny myślokształt zgodny z wartościami, które wybrałem? W jakich okolicznościach chciałbym go zastosować? Z jaką jakością pragnę się wtedy utożsamić?

W Teorii Funkcji myślokształt stanowi arterię przepływu energii. Jego świadome zastosowanie i identyfikacja z wybraną wartością służą stabilizacji energetycznej, której przejawy możemy obserwować również w ciele fizycznym.

Co zmienia się we mnie, kiedy utrzymuję uwagę na tej jakości?

Piętnastominutowa próba — możliwość zmiany postawy

Możemy świadomie wybrać spokój, a mimo to nadal odczuwać napięcie, niepokój czy pretensję. W naszej matrycy wciąż uruchamiają się utrwalone reakcje i skojarzenia, a uwaga podąża w znanym kierunku.

Piętnastominutowa próba pozwala dostrzec tę różnicę. Obserwujemy, jak emocje i skojarzenia wpływają na interpretację wydarzenia, jakie uczucia temu towarzyszą i co dzieje się w naszym ciele. Czy świadomie wybrana wartość pozwala nam inaczej przeżywać tę samą sytuację?

Powracając do takich doświadczeń, coraz głębiej rozpoznajemy wzajemne zależności między uczuciami, wartościami i myślokształtami. Rozwijamy umiejętność świadomego budowania myślokształtów oraz utrzymywania uwagi na uczuciach wyższych. Z czasem wybrana jakość może coraz naturalniej wyrażać się w naszej postawie, pozwalając nam zachować harmoniczne odniesienie również do wydarzeń, które wcześniej wywoływały w nas silne, automatyczne reakcje emocjonalne.

6. Relacje — rozpoznawanie własnej postawy

W codziennych kontaktach z ludźmi nasze uczucia, myśli i przekonania znajdują wyraz w słowach, zachowaniu i podejmowanych decyzjach.

Jak zareagowałem podczas ostatniej różnicy zdań? Co poczułem, gdy ktoś przedstawił odmienne stanowisko albo postąpił wbrew moim oczekiwaniom? Czy rozpoznałem w swojej reakcji działanie matrycy?

Czy zdarzyło mi się w podobnej sytuacji świadomie wybrać inną postawę? Co wtedy odczułem?

Zagadnienia emanacji, rezonansu, deficytu wartości i współczucia otwierają kolejne perspektywy poznawania siebie w relacjach z ludźmi.

7. Ciało — strażnik równowagi

Ciało ludzkie uczestniczy w nieustannej wymianie informacji z otaczającą przestrzenią. Odbiera je, przetwarza i samo oddziałuje na środowisko, pozostając częścią biologicznej równowagi natury.

W Teorii Funkcji podświadoma matryca energetyczna oraz nadświadomość mają dostęp do informacji przenikających całą przestrzeń. Większość tych procesów pozostaje poza bezpośrednim rozpoznaniem świadomego umysłu, choć uczestniczy w kształtowaniu naszych reakcji, skojarzeń i sposobu postrzegania rzeczywistości.

Rozwijając świadomość i przemieniając jakość własnej obecności, otwieramy się na coraz pełniejszy przepływ informacji, mądrości i miłości, uczestnicząc w harmonii boskiego porządku.

Nasze uczucia, myśli i utrwalone sposoby reagowania znajdują odzwierciedlenie także w biologicznym funkcjonowaniu organizmu. W Teorii Funkcji obserwujemy te zależności również w głębszych zmianach kondycji zdrowotnej.

Reakcje kinezjologiczne pozwalają nam przyglądać się temu, jak ciało odpowiada na określone informacje, skojarzenia i kierunek uwagi. Możemy obserwować zmiany napięcia mięśniowego, postawy czy równowagi ciała.

W Teorii Funkcji traktuję te reakcje jako dodatkowe źródło informacji o zależnościach między ciałem, uczuciami i aktywnością matrycy. Ich znaczenie rozpoznajemy w odniesieniu do własnych doświadczeń, rzeczywistych okoliczności i dalszych obserwacji.

Pracę organów rozpatruję także w odniesieniu do częstotliwości harmonicznych i uczuć wyższych, badając, jak przemiana naszej postawy może wiązać się ze zmianami zachodzącymi w ciele.

Jak zareagowałem, kiedy uruchomił się znany mi schemat? Co odczułem w ciele, gdy w podobnych okolicznościach potrafiłem odpowiedzieć inaczej? Czy zauważyłem różnicę także po pewnym czasie?

8. Po owocach — znaczenie przemiany

Do poznawania siebie prowadzą nas często sprawy najbliższe: zdrowie, relacje, niepokój czy poszukiwanie sensu.

Obserwuj, czy to, czego się uczysz i co wprowadzasz w życie, przynosi owoce. Zmienia się sposób reagowania w trudnych sytuacjach, atmosfera w rodzinie, pogoda ducha, samopoczucie czy kondycja ciała?

Podczas pracy nad Teorią Funkcji obserwujemy również zmiany kondycji zdrowotnej uczestników. Obejmują one zarówno ustępowanie dolegliwości, jak i opisywane przypadki poprawy stanu zdrowia w przebiegu poważniejszych schorzeń, w tym zmian guzowatych.

Interesuje mnie rzeczywisty przebieg tych doświadczeń. Co się zmieniło? Czy zmianę potwierdzają wyniki badań? Czy poprawa utrzymuje się po tygodniach i miesiącach? Jakie inne okoliczności mogły mieć na nią wpływ?

Rozpoznawanie i dokumentowanie tych zależności jest częścią naszych obserwacji. Teoria Funkcji koncentruje się na świadomej transformacji osobowości. Zmiany zdrowotne mogą być jednym z jej towarzyszących doświadczeń, które poddajemy dalszemu badaniu.

Szczególne znaczenie ma moment, w którym świadomie wybrane wartości stają się naturalną jakością naszej obecności.

W Teorii Funkcji wiążę to z odzyskiwaniem harmonii — coraz pełniejszym współbrzmieniem ciała, umysłu i ducha z porządkiem natury, którego jesteśmy częścią.

9. Od strojenia do grania

Pierwszą edycję Grupy Rozwoju porównuję do strojenia instrumentów. Poznajemy własne uwarunkowania, reakcje i wartości, odkrywając możliwości świadomego udziału.

Druga edycja otwiera nową perspektywę: jaką muzykę chcemy zagrać? Nasze pragnienia, cele i zamierzenia nabierają znaczenia w zetknięciu z tym, kim się stajemy.

Obserwuj, z jakiej wewnętrznej jakości rodzą się Twoje decyzje, jak realizujesz własne zamierzenia i jakie przynoszą owoce.

Najpierw jakość, potem forma.

10. Coraz bliżej własnego doświadczenia

W poznawaniu Teorii Funkcji towarzyszą Ci nagrania, Mapa pojęć, Przewodnik i Laboratorium. Możesz do nich wracać, odkrywać kolejne powiązania i odnosić poznawane zagadnienia do własnych doświadczeń.

Jeżeli coś wydaje Ci się niejasne, zbyt skomplikowane albo budzi kolejne pytania, możesz porozmawiać o tym bezpośrednio ze mną. W każdy poniedziałek, w godzinach od 19:00 do 21:00, zapraszam Cię na spotkanie online. To czas na rozmowę, wyjaśnienia i wspólne przyjrzenie się Twoim spostrzeżeniom.

Owoce przemiany odnajdujemy w codziennych wydarzeniach: spokojniejszej odpowiedzi podczas rozmowy, większej cierpliwości wobec bliskich, zmianie nastroju, poprawie samopoczucia czy innym sposobie reagowania na dobrze znaną sytuację. Rozpoznajemy, jak świadomie wybrane wartości wyrażają się w naszym zachowaniu i relacjach.

Każdy taki moment ma znaczenie. Dostrzegaj nawet najdrobniejszy postęp. Doceniaj go, ciesz się nim, uśmiechaj się i okazuj wdzięczność za to, co już się dokonało.

Poznając siebie — żyjemy prawdziwie.