



✧ TRANZIT NAPLÓ ✧

Miért akarok mindent azonnal megoldani?

Önreflexiós napló
a Rák Merkúr és
Kos Szaturnusz kvadráthoz





TRANZIT NAPLÓ

Miért akarok mindent azonnal megoldani?



Önreflexiós napló a Rák Merkúr és
Kos Szaturnusz kvadráthoz

★ A TRANSZIT RÖVIDEN

A Merkúr a Rákban az érzéseinkre, belső világunkra, emlékeinkre és biztonságérzetünkre hangol. Érezni, megérteni, kapcsolódni szeretne.

A Szaturnusz a Kosban cselekedni, dönteni, felelősséget vállalni és megvalósítani akar.

Amikor ez a két energia feszültségbe kerül egymással (kvadrát), belső konfliktus keletkezhet: az érzékeny, óvatos részünk nem érti, miért kell ilyen gyorsan lépni, míg a belső hajtás azt mondja: „*Ideje már valamit végre megoldani!*”

ALACSONY SZINTEN

- ★ Türelmetlenség, belső feszültség. Úgy érezheted, nem haladsz elég gyorsan.
- ★ Túlagyalás, aggodalom, rágódás. Megpróbálod kontrollálni a helyzetet.
- ★ Keménység önmagaddal vagy másokkal. Nehezen viseled, ha valami nem a terveid szerint alakul.
- ★ Érzelveid háttérbe szorítása, csak a megoldásra fókuszálsz.
- ★ Félelem a bizonytalanságtól, a hibázástól vagy a veszteségtől.

MAGAS SZINTEN

- ★ Megtanulsz jelen lenni az érzéseiddel, anélkül, hogy azonnal megoldanád őket.
- ★ Tudatos döntéseket hozol, nem impulzusból cselekszel.
- ★ Megbízol a folyamataidban, tudod, hogy minden a maga idejében történik.
- ★ Érzékeny kommunikáció és felelősségteljes cselekvés egyensúlya.
- ★ Belső erő és önfegyelem, szeretettel és megértéssel párosítva.



★ EZ A TRANZIT ARRA HÍV...

hogy megfigyeld: valóban a helyzetet akarod megoldani, vagy inkább az érzést, amit a helyzet kivált belőled?

Nem az a cél, hogy mindent azonnal rendbe tegyél, hanem hogy őszintén kapcsolódj önmagadhoz – és onnan cselekedj.



TRANZIT NAPLÓ

Miért akarok mindent azonnal megoldani?

Önreflexiós napló a Rák Merkúr és
Kos Szaturnusz kvadráthoz

MINI ÖNREFLEXIÓS KÉRDÉSSOR

1.

Amit érzek, azt valóban megélem, vagy inkább megoldani próbálom?

2.

Van most olyan helyzet az életemben, amivel kapcsolatban azt érzem:
"ennek már rég másképp kellene lennie"?

3.

Mit szeretnék valójában megjavítani vagy megszüntetni?
A helyzetet?
Vagy az érzést, amit kivált belőlem?

4.

Ha most nem kellene megoldanom semmit, mit éreznék?

5.

Van olyan érzés, amelynek nem adok elég teret,
mert kellemetlen, fájdalmas vagy bizonytalanná tesz?

6.

Mitől félek, ha egyszerűen csak jelen vagyok ezzel az érzéssel?

TRANZIT NAPLÓ

Miért akarok mindent azonnal megoldani?

Önreflexiós napló a Rák Merkúr és
Kos Szaturnusz kvadráthoz

A TRANZIT GYAKORLATA

1.

Vegyél elő egy papírt.

2.

Az egyik oldal tetejére írd fel:
"Mit akarok most megoldani?"

3.

A másik oldal tetejére:
"Mit érzek valójában?"

4.

Majd írd mindkét oldalra 3-5 percig megállás nélkül.
Nem kell szépen fogalmazni.
Nem kell logikusnak lennie.
Csak írd.

5.

Amikor elkészültél, nézd meg:
A két lista ugyanarról szól?
Vagy az egyik a helyzetről, a másik pedig
a mögötte lévő érzésről?

TRANZIT NAPLÓ

Miért akarok mindent azonnal megoldani?

Önreflexiós napló a Rák Merkúr és
Kos Szaturnusz kvadráthoz



SAJÁT FELISMERÉSEIM

✦ Mi érintett meg leginkább?

✦ Mire látok most rá önmagamban?

✦ Mit szeretnék magammal vinni ebből a tranzitból?



Nem az a cél, hogy minden kérdésre választ találj.
Néha az is elég, ha őszintén találkozol azzal,
ami benned megmutatja magát.





➤ És ha ez jól esett... ➤

Lehet, hogy nem több információra van szükséged.
Hanem egy olyan térre, ahol időről időre megállhatsz.
Ahol nem csak megérted, mi történik benned,
hanem teret is adsz annak, hogy valóban találkozz vele.



A Kozmikus Klubot azért hoztam létre,
hogy az asztrológia ne csupán információ legyen.
Hanem önismereti eszköz.

**Egy tér a jelenléthez.
A felismerésekhez.
Az integrációhoz.**

A klubban rendszeresen találsz:

- ✦ önreflexiós kérdéseket
- ✦ tranzitokhoz kapcsolódó gyakorlatokat
- ✦ napi és heti asztrológiai tartalmakat
- ✦ mélyebb önismereti megközelítéseket
- ✦ egy támogató közösséget



Ha szeretnél még több hasonló anyagot és gyakorlatot,
keressd fel a weboldalon a

➤ **Kozmikus Klub** ➤

menüpontot.