

Чеклист «Карта Старту» оціни свій стан перед глибоким розбором

ПОДАРУНОК ДО ЦЬОГО ЧЕКЛИСТА

10% знижка на розбір по сферах життя

Знижка діє 24 години з моменту завантаження цього файлу.





Це твій знак, якщо давно думає(ла) про зміни, але відкладає(ла).

Як користуватись цим чеклистом

Цей чеклист — не про ідеали.

Він про чесність із собою і готовність побачити, де ти зараз.

Ось як із ним працювати:

1. Прочитай уважно кожну пару “до → після” у кожній сфері:
 Самопізнання |  Стосунки |  Реалізація
2. Обери ті “ДО”, які тобі відгукуються прямо зараз —
✓ Постав галочку біля них або виділи маркером.
3. Не оцінюй себе — просто фіксуй, що є насправді.
Це твоя точка старту — не вирок.
4. Через деякий час (наприклад, після розбору)
повернись до чеклиста і подивись, що змінилось.
5. Якщо хочеш глибше:
 Замов розбір → отримай персональну карту →
проживи → повернись і побач результат.



САМООПІЗНАННЯ

Твоя внутрішня опора. Твоя ясність. Твоє “я є”

До	Після
Жив(ла) не своїм життям	Вперше відчув(ла), що таке бути собою
Тривога без причини	Повернулася внутрішня тиша і ясність
Звичка пристосовуватись	Навчився(лась) слухати себе і не зраджувати
Не знав(ла), чого хочу	Зрозумів(ла) свої справжні потреби і бажання
Постійно шукав(ла) “як змінитись”	Визнав(ла): мені не треба змінюватися, лише згадати себе
Втома від саморозвентку	Присутність у кожному дні стала джерелом сили
Жив(ла) розумом	Почав(ла) приймати рішення тілом — через свій внутрішній авторитет
Плутався(лась) у чужих думках	Відчув(ла) опору в тілі, дихає ритмі

● Запитання для себе:

- Що зараз втомлює в моєму “пошуку себе”?
- Як звучить мій справжній голос?

Це сфера твого внутрішнього коріння. Тут починається все: твоя сила, ясність, присутність.

Через тіло, досвід і спостереження ти повертаєшся до себе — не як до ідеї, а як до живої істоти.

Тут не треба змінюватися. Треба лише згадати, ким ти є.



СТОСУНКИ

Твоя здатність бути з іншими — через чесність із собою

До	Після
Боявся(лась) сказати правду	Почав(ла) говорити чесно, з м'якістю
Ховався(лась) за ролями	Вперше дозволив(ла) собі бути вразливим(ою)
Залежав(ла) від чужих емоцій	Навчився(лась) відрізняти своє й чуже
"Мене не чують"	Став(ла) бачити себе — і бути видимим(ою) для інших
Повторювались конфлікти	Побачив(ла) сценарій і почав(ла) його змінювати
Самотність у парі	Вперше відчув(ла) справжню близькість
Невпевненість, що вартий(а) любові	Усвідомив(ла) свою цінність безумовно
Сором за свої емоції	Прийняв(ла) всю палітру почуттів без вини

● Запитання для себе:

- Чи почуваюся я почутим(ою) у стосунках?
- Де я мовчу, щоб не втратити?

Це сфера серця. Тут болить і зцілюється, тут ти бачиш у дзеркалі іншого себе.

Через вразливість приходить довіра. Через конфлікти — співчуття. Це місце, де ми вчимося бути не лише з іншими, а й із собою — чесно, м'яко, по-справжньому.

РЕАЛІЗАЦІЯ

Твоя дія, вплив, покликання, процвітання.

До	Після
100 ідей, нічого не завершено	Почав(ла) діяти у своєму ритмі — і доводити до результату
Страх не реалізуватись	Усвідомив(ла), що реалізація вже в мені
Вигорання на “несправжній” роботі	Вперше відчув(ла) натхнення в тому, що роблю
Стрибки між справами	Прийшла ясність: чому саме ця справа — моя
Робив(ла), бо “треба”	Почав(ла) творити з радості і відгук
Заздрість до чужого успіху	Побачив(ла) унікальність свого шляху
Внутрішній хаос	Створив(ла) систему, яка тримає мій потік
Не знав(ла), як монетизувати	Отримав(ла) перший прибуток з того, що люблю

● Запитання для себе:

- Чому я досі не довіряю своєму темпу?
- Що насправді моє — не “модно”, а моє?

Це сфера дії. Твоя здатність впливати, творити, бути корисним і водночас процвітати.

Коли твоя присутність і серце в контакті — дія стає втіленням суті.

Реалізація — не про зусилля. Вона про потік, де все стає на свої місця.



ХОЧЕШ БАЧИТИ ІНШУ

РЕАЛЬНІСТЬ?

Цей чеклист — твоя точка старту.

А розбір по сферах життя Human Design — мапа, яка покаже:

- ◆ Де ти зараз
- ◆ Що тобі заважає
- ◆ І куди насправді веде твої шлях

💡 Що включає розбір:

🔍 Аналіз твоєї карти Human Design по одній із 3 ключових сфер життя на вибір:

- 🧘 Самопізнання — внутрішня опора, ритм, тілесна ясність
- 💞 Стосунки — емоційні сценарії, вразливість, правда
- 🌱 Реалізація — дія, вплив, потік і етілення

🎯 Діагностика: де саме втрачається енергія — і як її повернути

🧠 Глибоке пояснення твого профілю, типу, авторитету, каналів, центрів

📌 Додатково: практики, запитання для інтеграції, мікроінструкції



Формат і вартість

Формат: PDF-документ, 10+ сторінок

Час виконання: до 48 годин

Мова: українська

🌸 Ціна:

- 1200 грн — перший розбір
- 750 грн — повторний розбір іншої сфери
- Знижка 10% на перший розбір на протязі 24 годин після скачування цього чеклиста

✉ Як замовити:

- 🌐 Через сайт: [Замовити персональний розбір](#)
- 💬 Напиши нам у Telegram: [@resilient_living_ua](#)

← END Не потрібно ставати “новою версією себе”.

Потрібно побачити, ким ти вже є —

і почати жити з цього місця.

Розбір по сферах життя — це двері туди. Відчини їх.