



Lámpás Kártya

TÖRTÉNETE

A kártyák évek alatt gyűltek össze, teremtő földje az Asszonyképző®© volt. Először a most pirosra nyomtatott kártyákat használtam, majd mindig került egy újabb adag hozzá és egyszer csak azt vettem észre, össze lehet őket olvasni.

Nagyon sokféleképpen lehet használni, ebből adok át nektek most pár lehetőséget.

Mielőtt a kártyát először használsz, érdemes a kezeden megforgatni, átnézni, akár füstölővel megtisztítani, keress neki egy szép terítőt, amire majd mindig kirakod őket. Javaslom, hogy mindegyiket olvasd el és értelmezd mielőtt belevágasz a kirakásokba.

Mit nyerhetsz a kártya segítségével?

- Tisztábban látás lehetőségét.
- A fókusz azon van, hogy felismerjem a saját hozzájárulásomat egy helyzet kialakulásában, megláthatom, hogy mit tehetek másként.
- Előfordul, hogy magad sem tudod mi bajod, a kártyák segítenek megfogalmazni.
- Rámutathat, hogyan alakult ki a helyzeted, ezzel megvilágítva a lehetőséget, hogy a későbbiekben elkerüld a hasonló állapotokat.
- Megérthetjük, milyen rejtett dinamikák mozgatják a tetteinket.



- Meghatározott utasításokat, segítséget kapsz arra vonatkozóan, hogy mi visz közelebb a megoldáshoz.
- A kártyák összeolvasásával egy szép történet tud kialakulni, a Lámpás segítségével fény derülhet a rejtett dinamikákra.

A csomag tartalma

- **Piros kártyák:** Ki lennék én a problémám, ügyem nélkül?
- **Sárga kártya:** Ehelyett, hol van, hova megy el a fókuszom?
- **Zöld kártya:** Mit kerülök el azzal, hogy máshol van a fókuszom?
- **Pink kártya:** Ezért, hova megy el az energiám?
- **Világos kék kártya:** Azért kerülöm el, mert félek a...
- **Narancssárga kártya:** Milyen képességemet felejtettem el?
- **Sötét lila kártya:** Mit kell tennem, ami szolgálja az életet?
- **Barna kártya:** Testi tünet
- **Lila Segítő kártyák:** Irányok, Elemek és Bolygók

Fontos! A kártya mindig az adott kérdéskör egy vetületét fogja mutatni, vedd útmutatónak akkor is, ha nem érted elsőre. A kártya kirakás kifejezetten a kérdésedre válaszol.



Így használhatod, lépésenként

Egyedül

Piros kártya

Alaposan járd körbe, mire szeretnél választ kapni. Ha van egy megoldandó feladatod az életben, elsőnek vedd a kezébe a piros kártyát, és tedd fel ezt a kérdést:

Kinek kellene lennem, hogy ne legyen ez a problémám?

vagy:

Ki lennék én enélkül a probléma nélkül?

Húzd ki a pirosból a választ.

- **Sárga kártya:** Hova megy el a fókuszsom, amiért nem tudok ez a Nő/Férfi lenni?
- **Zöld kártya:** Azért megy el a fókuszsom ide, mert kerülöm a ...
- **Pink kártya:** Hova megy el az energiám, az elkerülés miatt?
- **Égkek kártya:** Azért kerülöm, mert félek a....
- **Narancssárga kártya:** Milyen képességet felejtettem el?
- **Sötét lila kártya:** Mi szolgálja az életet ebben az esetben?
- **Lila segítő kártyák:** Mire van szükségem?



Párban

Ebben az esetben egyik fél támogatja a másikat kérdésekkel, illetve a saját módszereit is használhatja közben, pl. stresszoldás, vizualizáció, stb.

Kinek kellene lennem, hogy ne legyen ez a problémám?

vagy:

Ki lennék én enélkül a probléma nélkül?

Húzd ki a pirosból a választ.

- **Sárga kártya:** Hova megy el a fókuszom, amiért nem tudok ez a Nő/Férfi lenni?
- **Zöld kártya:** Azért megy el a fókuszom ide, mert kerülöm a ...
- **Pink kártya:** Hova megy el az energiám, az elkerülés miatt?
- **Égkek kártya:** Azért kerülöm, mert félek a....
- **Narancssárga kártya:** Milyen képességet felejtettem el?
- **Sötét lila kártya:** Mi szolgálja az életet ebben az esetben?
- **Lila segítő kártyák:** Mire van szükségem?

Házassági, párkapcsolati újra tervezés

Ebben az esetben megkérhettek egy harmadik személyt, aki tapasztaltabb a kártya használatában, aki, mint egy koordinátor, mediátor levezeti a beszélgetést köztetek.

Alaposan járjátok körbe és fogalmazzátok meg közösen a megoldandó feladatot, ami a jelenben megjelent közöttetek.

Tegyétek fel az alábbi kérdést és húzzatok mindketten egy útmutató lapot a piros kártyából:



Kinek kellene lennem, hogy ne legyen ez a problémám?

vagy:

Ki lennék én enélkül a probléma nélkül?

- **Sárga kártya:** Hova megy el a fókuszsom, amiért nem tudok ez a Nő/Férfi lenni?
- **Zöld kártya:** Azért megy el a fókuszsom ide, mert kerülöm a ...
- **Pink kártya:** Hova megy el az energiám, az elkerülés miatt?
- **Égkek kártya:** Azért kerülöm, mert félek a....
- **Narancssárga kártya:** Milyen képességet felejtettem el?
- **Sötét lila kártya:** Mi szolgálja az életet ebben az esetben?
- **Lila segítő kártyák:** Mire van szükségem?

Minden kártyát beszéljétek át alaposan, a megoldásra, együttműködésre fókuszálva.

Csoportban

Egy csoportban általában valamilyen közös témát járunk körbe, ezért egyszerre lesz közös a csoportban résztvevők problémája és egyszerre lát tisztábban egyéni feladatát tekintve.

Például egy közös témával kapcsolatban mindenki egyenként húzzon a piros kártyából:

Kinek kellene lennem, hogy ne legyen ez a problémám?

vagy:

Ki lennék én enélkül a probléma nélkül?

Húzd ki a pirosból a választ.

- **Sárga kártya:** Hova megy el a fókuszsom, amiért nem tudok ez a Nő/Férfi lenni?



- **Zöld kártya:** Azért megy el a fókuszom ide, mert kerülöm a ...
- **Pink kártya:** Hova megy el az energiám, az elkerülés miatt?
- **Égkek kártya:** Azért kerülöm, mert félek a....
- **Narancssárga kártya:** Milyen képességet felejtettem el
- **Sötét lila kártya:** Mi szolgálja az életet ebben az esetben?
- **Lila segítő kártyák:** Mire van szükségem?

Mindegyik húzásnál beszéljétek át a csoportvezető segítségével a kártyákon megjelenő szöveget, a hozzá fűződő gondolatokat, érzéseket.

Testi tünetek, barna kártya

- **Sárga kártya:** Hova megy el a fókuszom, amiért nem tudok ez a Nő/Férfi lenni?

Keresd ki a konkrét testi tünetet és a kártyát tedd legfelülre, majd húzz egy lapot a piros kártyából:

Kinek kellene lennem, hogy ne legyen ez a tünetem?

vagy:

Ki lennék én enélkül a tünet nélkül?

- **Sárga kártya:** Hova megy el a fókuszom, amiért nem tudok ez a Nő/Férfi lenni?
- **Zöld kártya:** Azért megy el a fókuszom ide, mert kerülöm a ...
- **Pink kártya:** Hova megy el az energiám, az elkerülés miatt?
- **Égkek kártya:** Azért kerülöm, mert félek a....
- **Narancssárga kártya:** Milyen képességet felejtettem el
- **Sötét lila kártya:** Mi szolgálja az életet ebben az esetben?
- **Lila segítő kártyák:** Mire van szükségem?



Kártyák értelmezése

Elemek

Tűz

Ha Tűzre van szükséged, mozgasd meg a tested, az elveidet írd újra, levegőztess meg az álláspontjaidat. Arra utal ez a kártya, hogy kezdeményezz. Arra van most szükséged, hogy megharcold adott témában a saját harcodat magaddal vagy mással. Mindenképp neked kell cselekedned, neked kell érvényesítést szerezned a témával kapcsolatban. A kezvedben van a teremtés lehetősége, terjeszkedj, mint a tűz, és közben figyelj a lángjára, hogy ne égess fel magad mögött/körül mindent.

Föld

Ha Föld elemre van szükséged, azt jelenti, két lábbal kell állnod most a földön. Úgy tudod megoldás felé terelni ezt a problémát, ha megteremted magadnak a biztonságot, megfelelő anyagi biztonságot, ehhez pedig szükséges, hogy rendszerezd a tennivalóidat, lépésről lépésre felépítsd a következő lépéseket akkor is, ha nincs elég bizodalmad. A Föld elem azt üzeni, hogy figyeld meg a különbséget a szolgálat és a szolgaság, a kötelesség és a szívesen cselekszem között.

Víz

Ha Víz elemre van szükséged, azt jelenti, az adott problémával kapcsolatban kizársz valamilyen érzelmet, esetleg többet is. A víz azt üzeni neked, hogy legyél saját magad gondoskodó édesanyja, és saját magad gyermeke, az otthont pedig ebben az állapotban találsz meg. Figyelj az álmodozás, fantáziálás csapdáira. Különbség van az áldozat hozatal és az áldozattá válás között. Ha valamit el kell engedni, hadd vigye a víz, betölti a helyét valami új. A víz felveszi az edénynek a formáját, de attól még víz marad.



Szél (Levegő)

Ha Szél erejére van szükséged, azt jelenti szellemi munka vár rád az adott problémával kapcsolatban. Keress megfelelő beszélgető társat, akivel együtt tudsz gondolkodni, megmozgatja a szürke állományt, új perspektívákat nyit meg előtted. Az érzelmeiden (Víz elem) keresztül tudsz a legtöbb Szélhez jutni. A Levegő független és nagyon sok formája van, keresd, melyikre van a legnagyobb szükség van: szellő, szél, forgószél, hurrikán, stb. Függetlenségedet (ön)ismerettel, tanulással tudod elérni.

Bolygók

NAP

Vedd kézbe a dolgaidat, ne hagyd, hogy más döntsön saját életed felett. Vedd fel a kapcsolatot apai ágaddal, és fogalmazd meg, hogyan tudsz kiteljesedni, megvalósítani a célodat az ő mintájukból, erejükből tanulva. Minden, amit történt veled hozzájárult ahhoz, hogy kiteljesedj. Ideje megengedni a ragyogást, a sikert.

Kulcsszavak: kiteljesedés, apa, férj.

HOLD

A legnagyobb tanítása a folyamatos ciklikusság, változás, a dagály és apály. Közvetlen kapcsolata van a vízzel, mozgatja azt. Figyelj az ösztönösségedre és tanuld meg a magad javára fordítani ezeket a képességeket. Légy befogadó, gondoskodó magaddal is, nemcsak mással.

Kulcsszavak: anya, gyerek, család

Merkúr



Ez a minőség arra figyelmeztet, hogy tisztán kommunikálj, minden közlésed legyen világos, érthető és egyértelmű mások számára. Ehhez fontos, hogy rendet rakj a gondolataid között, használd a logikát, de legyél rugalmas. Egyszerre lehetsz közvetítő, mediátor is ebben az ügyben. Fontosak számodra az emberi kapcsolatok, ezért tiszteld meg a többieket a fentiekkel.

Vénusz

Élvezd az élet minden vetületét: menj társaságba, teremts új kapcsolatokat. Éld meg a szerelmet, beleengedve magad a szexualitásba is, légy befogadó! Menj színházba, kulturális programokra, olvass, foglalkozz művészettel. Ne vond meg magadtól a kulináris élvezeteket sem.

Mars

Itt az ideje kezdedbe venni azokat a lehetőségeket, amelyekre hatással tudsz lenni. Érvényesítsd szándékos cselekvéssel, de sosem a más kárára, azt figyeld, mi szolgálja az életet. Kezdeményezz, ha szükséges küzdj. Hagyd, hogy a szenvedély átjárjon és megnyilvánuljon.

Jupiter

Vajon felismered-e mennyire szerencsés vagy? Alakítsd át ezt a történetet bölcsességgé, keresd meg mi a tiszta nyereséged ebből az egész tapasztalatból. Emlékezz a hitedre, arra a képességedre, hogy tudsz szeretni nemcsak mást, hanem önmagadat is.

Szaturnusz

Arra tanít, hogy van egy hierarchia az életben, és ezt a hierarchiát senki nem lépheti át, ha átléped, árat kell fizetni érte. Arra tanít, hogy nem áll rendelkezésedre végtelen idő, de mindennek meg van a maga ideje. Arra tanít, hogy vannak határok, korlátozások, és időnként ezek is minket szolgálnak. Keresd meg a magad által felállított korlátot. Vonulj vissza és hozz áldozatot az ügy érdekében.



Uránusz

Lakik benned egy újíto, forradalmasító, valami újat létrehozó. Ez lehet egy nagyon hétköznapi, de lehet, hogy az egész világot felfrissítő dolog. Mindenképpen jelzi, hogy függetlenedésre van szükséged, annak elfogadására, hogy sokan vagyunk sokfélék, és ettől színes a világ.

Neptunusz

Köd van körülöttes, vagy az ügyedet köd veszi körül, ezt úgy tudod feloszlatni, hogy tisztán akarsz látni. Tisztázd le magadban a félelmeidet és a vágyaidat, keresd a Valóságot, illúziókon és álmokon túl. A művészetek, a meditációk, spirituális tevékenységek sokat tudnak segíteni, de két lábad a földön maradjon.

Plútó

A vágyaidon keresztül a legkönnyebb téged elcsábítani. Valaki azt ígérte neked, megkaphatod az álmaidat, de nagy árat fizettél érte, vagy fordítva: te tetted ezt valakivel. El kell engedned azt a lelket, amelyiket magadhoz kötöttél vagy kérd vissza a lelked egy részét attól, akinek odaadtad. A hatalom csábításának állj ellent. Az összegzés és elengedés időnként időszerű.

Irányok

Kelet

Arra van szükséged most, hogy a tényekre figyelj, hogy új gondolat pattanjon ki a fejedből és bátran újjá szüless. Valami újnak a kezdetét jelenti, bízz a jövőképedben, miközben összpontosíts a jelenre. A keletkezés, indulás, gyógyulás iránya.

Évszaka a tavasz, napszaka a reggel, ideje a gyerekkor, színe a vörös, eleme a szél.



Dél

Ebben az irányban ragyog a legerősebben a Nap, a Tűz, ez az erő iránya. Kérd a delet, hogy tanítson erőre kapni, hogy legyen erőd elvégezni azt, amibe belefogtál. Itt köszönd meg bárkinek a bármit.

Évszaka a nyár, napszaka a dél, ideje a jelen, színe a sárga, eleme a tűz.

Nyugat

Arra tanít, hogy mindennek van vége, elmúlása, ami megszületik az meghal. A szülők, felmenők, a családja, a bölcsesség iránya. Ide tartozik minden, ami megérett a megnyugvásra, a pihenésre, a mély gondolatok, a befelé fordulás, az egyedüllét is.

Évszaka az ősz, napszaka az este, ideje a felnőtt kor, színe a fekete, eleme a föld.

Észak

Az éjszaka, az álmok, látomások helye, amelyek megmutatják számunkra a belső világképünket. A reggeli napfényt a sötétség előzi meg, ez a magzati lét, itt készülünk fel a születésre, az újjászületésre.

Évszaka a tél, napszaka az éjszaka, ideje az időtlenség, színe a fehér, eleme a víz.

Kapcsolat

Ha szeretnél részt venni egy szeánszon, amelyen csoportban saját élményt szerezhetsz a kártya használatáról, jelezd számomra:

lampaskartya@gmail.com



Felhasznált irodalom

- Patricia Lynn Reilly: (Imagine a Woman) Képzeld el, hogy Te vagy ez a Nő!
 - Jaques Martel: Lelki eredetű betegségek lexikona
 - Kínai medicina: Betegségek lelki okai A-Z
-

Fontos

A Lámpás kártya nem egészségügyi és nem pszichológiai módszer, nem célja betegségek kezelése, művelése nem tartozik az egészségügyi, sem a pszichológiai tevékenységek körébe.

Minden jog fenntartva.

<https://lampaskartya.hu/>

<https://asszonykepzo.hu/>

<https://sutoannamaria.hu>