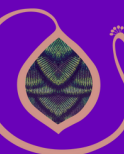


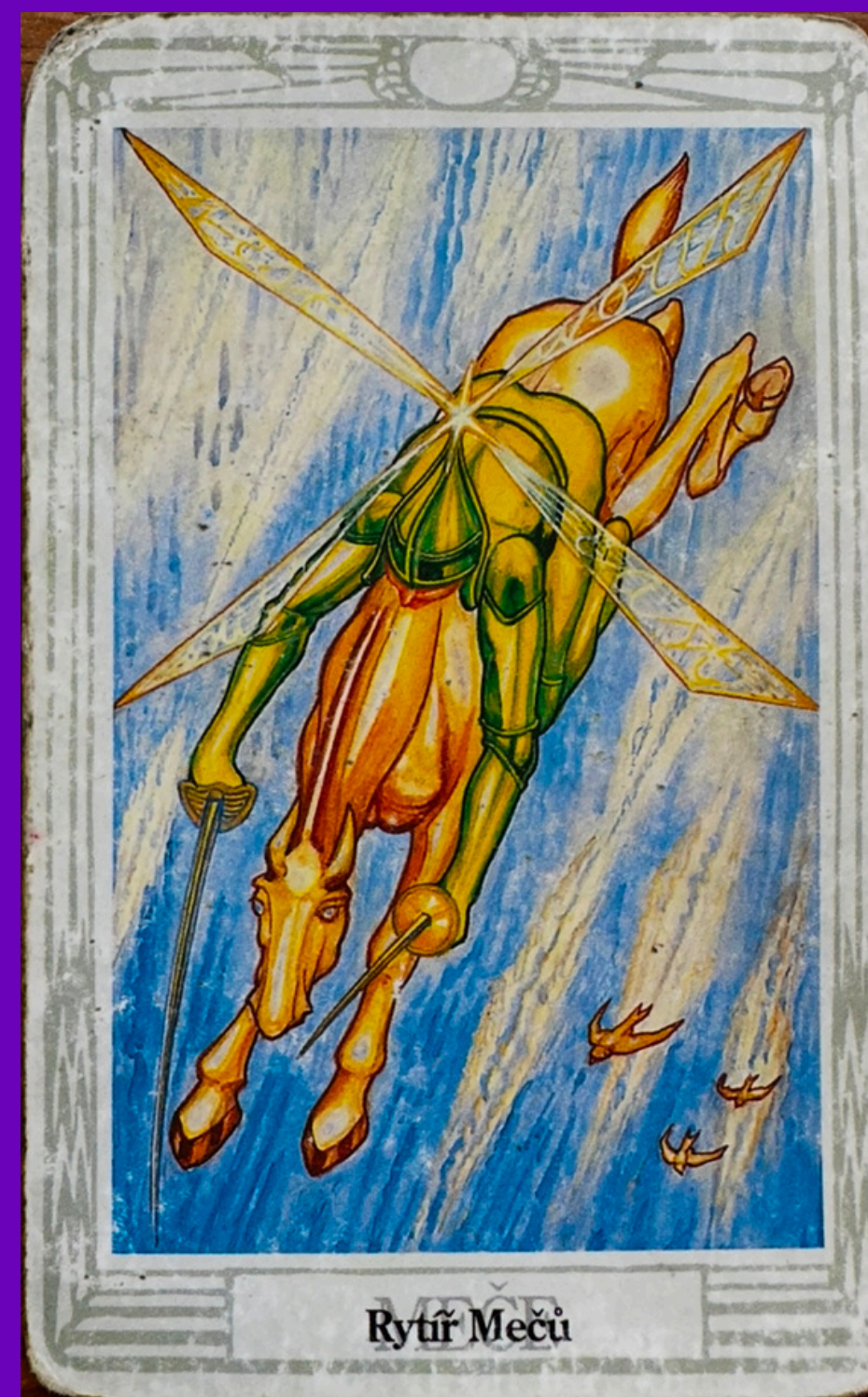
TÝDENNÍ VÝKLAD KARET

22. - 28. 12. 2025

**Energie: vědomé stažení × mentální tah
vpřed**

Osa týdne: Poustevník ↔ vášnivé myšlení





- ☞ CO SE DĚJE: POUSTEVNÍK
- ☞ CO SI POHLÍDAT: RYTÍŘ MEČŮ



RYCHLÝ SOUHRN TÝDNE 22. – 28. 12.

Co se děje:

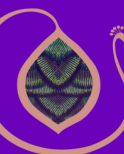
Dochází k přirozenému odstupu, který nedeterminuje, ale dává Ti možnost vidět partnera v reálném světle. Pravda se netlačí ven – vyplouvá sama, když přestaneš hrát roli partnerky a po očku pozoruješ projevy partnera/ky. Nehodnot, jen sleduj z povzdálí.

Na co si dát pozor:

Na mentální přestimulovanost tvářící se jako “mám na všechno jasný názor a to hned”.
Na snahu „mít jasno“ dřív, než tělo dostane prostor dohnat mysl.

Jak to ovládnout nebo změnit:

Neodpovídej hned. Nejednej z napětí. Dovol si nereagovat.



OBLASTI ŽIVOTA

VZTAHY

✓ CO SE BUDE DÍT: 📌

Ve vztazích se objevuje potřeba prostoru ne proto, že bys necíti/la, ale proto, že cítíš víc než dřív. Uvědomění, že blízkost bez autenticity může být únavná. Pokud jsi single, přestáváš hledat a začínáš vnímat potřeby svého zažívání. Přitažlivost se rodí v tichu. Dovol si to.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📌

Sebesabotáž skrze uzavření se světu. Používání ticha jako štítu. Pokud se uvrhneš do klauzury jen proto, abys nebyla zranitelná, nejsi v síle (sebevládě), ale v obraně.



KARIÉRA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📇

Dokážeš dokončit rozpracované věci i kdybys měla před koncem roku minimum energie s maximálním účinkem! Mentálně jsi pohotová/ý a spojuješ se svými reakcemi. Víš, kdy udeřit a kdy počkat. To přináší respekt okolí bez vysvětlování.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📇

Mentální agresí. Přestřelení tempa. Rytířská energie, která nemá ukotvení, se rozpadá. Pokud cítíš tlak v břiše, zastav to není pokyn kupředu, to je únik.



SPIRITUALITA

✓ CO SE BUDE DÍT: 🖐️

Prohlubuje se láska k samotě a je možné, že se Ti otevře některý z jasnosmyslů. Budeš v hlubokém propjení se svým prožíváním.

✓ CO SI POHLÍDAT: 🖐️

Neboj se samoty. Plná samota je klíčem k nalezení pravého partnera. Dokud jej budeš chtít hledat proto, abys nezůstala sama, nepřijde. Prodlévej sama se sebou a neutíkej z ticha. Proud intuice a vhledů by se mohl přerušit.



PSYCHOSOMATIKA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📝

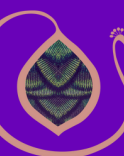
Zatížená oblast: střeva a žaludek.

Tělo zpracovává vnitřní kritiku, v období svátků a volna se povolují fascie a aniž bychom chtěli, tělo začne somatizovat tlak na výkon před koncem roku, kterým jsme se opět nechali pohltit. Objevuje se citlivost, svírání, zpomalené trávení nebo zrychlená peristaltika. Je to reakce na dlouhodobé přizpůsobování se dostihovým závodům konce roku.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📝

Polykání emocí. Tělo Tě upozorňuje přesně tam, kde jsi šla proti sobě.

Nepřesvědčuj ho – naslouchej a moc se nepřepřežvej! Tvoje tělo není popelnice.



TĚLO – JÓGOVÁ POZICE

Parivrtta Anjaneyasana – rotační výpad

PROČ JE VHODNÁ:

- Podporuje trávení.
- Pomáhá integrovat mentální napětí nashromážděné v žaludku
- a střevech a uvolňuje vnitřní sevření.



🔥 JAK OVLÁDNOUT TENTO TÝDEN: 📝

AKTIVAČNÍ OTÁZKY:

1. **Kde dnes mlčím jen proto, že se bojím samoty?**
2. **Co by se stalo, kdybych přestala působit “nějakým dojmem”
a začala být?**
3. **Jakou cenu platí mé tělo za to, že chci vypadat správně?**



HYBATELKA REALITY

NEŘÍDÍM SVOU SÍLU DOJMEM. ŘÍDÍM JÍ PRAVDOU, KTERÁ MNOU PROUDÍ,
I KDYŽ JI NIKDO NEVIDÍ.



POŽEHNÁNÍ NA TÝDEN

Přeji Ti ticho,
které není prázdné, ale plné.
Ať si uvědomíš, že za každých okolností jsi naplněna bytím,
které existuje za Tvými myšlenkami a za emocemi.

Dovol si přestat se snažit.
Probíhá přerod z přizpůsobování do sebevlády.
Nechť ze Tvých gest mluví klidná síla, která se nepotřebuje
obhajovat.

Požehnané Vánoce Ti přeji.

S hlubokou láskou a úctou, J.

