

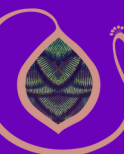
TÝDENNÍ VÝKLAD KARET

29. 12. - 4. 1. 2026

Úplněk v Raku • sobota 3. 1.



- ☞ CO SE DĚJE: PRINC HOLÍ
- ☞ NA CO SI DÁT POZOR: PRINC HOLÍ
- ☞ JAK TO OVLÁDNOUT: CHTÍČ



RYCHLÝ SOUHRN TÝDNE 29. 12. – 4. 1.

Tento 1. týden roku 2026 začíná skvěle! Probouzí se v Tobě síla, která už nechce být regulována ani potlačována. Úplněk v Raku extrahuje staré rodové vzorce bezpečí a loajality, které Tě držely při zemi.

Ted' se učíš stát s pevnou páteří bez potřeby vysvětlovat, obhajovat se nebo čekat na souhlas.

Co se děje:

Přichází chuť jednat, mluvit, tvořit a projevit se bez cenzury.

Na co si dát pozor:

Na snahu krotit nespoutanou energii, aby byla “přijatelná pro okolí”.

Jak to ovládnout nebo změnit:

Nezrychluj, ale ani se nezmenšuj.



OBLASTI ŽIVOTA

VZTAHY

✓ CO SE BUDE DÍT: 📵

Ve vztazích se probouzí vitalita, vášeň a chuť být pravdivý/á. Přitažlivost nevzniká skrze snahu, ale skrze sebevyjádření.

Ve vztazích se může objevit víc tělesné blízkosti, otevřenější komunikace a ochota jít do hloubky. Pokud jsi single, přitahuješ právě tím, že neuhýbáš své vášni.

Cítíš teplo v hrudi, aktivaci v podbřišku, větší citlivost na dotek i tón hlasu. Tvá rodidla pulzují jako extatická orchidej. Enjoy this sensual feeling!

✓ CO SI POHLÍDAT: 📵

Nepřeháněj tempo.

Nezaměňuj vášeň za potřebu přesvědčovat nebo dokazovat svou hodnotu.



KARIÉRA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📇

Přestáváš čekat na potvrzení zvenčí.

Přichází odvaha vystoupit a říct si o sousto, které Ti náleží.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📇

Roztěkanost a přetížení.

Příliš mnoho směrů bez ukotvení v oblasti pánve.



SPIRITUALITA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📵

Pravdivá somatizace emocí v těle je ta, se kterou se neztotožňuješ, neanalyzuješ odkud tlak či bolest přichází, je to irelevantní. Vracíš se k sobě skrze prožitek emocí jako energetických vln, které přijdou a odejdou, toť vše.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📵

Tento týden se nečistí, nemanifestuje, žije se vášní.



PSYCHOSOMATIKA

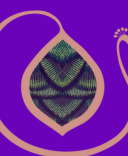
✓ CO SE BUDE DÍT: 📵

Pod tlakem je trávicí trakt (žaludek, sliznice), ženské orgány (vaječníky, děloha, vagina), prsa, pohrudnice, pobřišnice, lymfatický systém a sternální kost.

Tělo reaguje na potlačený chtíč, nevyjádřenou vášeň a dlouhodobé držení se zpátky.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📵

Napětí v podbřišku, otoky, neboj se procházet, i když si budeš připadat jako nafukovací lehátko:-)). Pohyb Tvé tělo ocení tím, že splaskne dřív, než dojdeš domů.

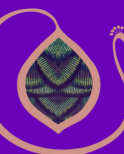


TĚLO – JÓGOVÁ POZICE

Rotace bohyně (Parivrtta Utkata Konasana)

PROČ JE VHODNÁ:

- Podporuje hormonální rovnováhu, trávení emocí a práci s pánevní oblastí.
- Učí udržet autoritu a pevnou páteř i v tlaku a posiluje sebelásku (sebevládu).



TĚLO – JÓGOVÁ POZICE

Rotace bohyně (Parivrtta Utkata Konasana).

Jednoduchý postup:

- Široký stoj, špičky ven.
- Pokles do pánve, páteř vzpřímená.
- S výdechem rotace trupu, loket k vnitřnímu koleni.
- 5–8 dechů na každou stranu.



🔥 JAK OVLÁDNOUT TENTO TÝDEN: 📝

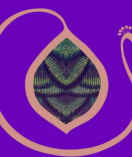
AKTIVAČNÍ OTÁZKY:

1. **Za co tento týden směňuji svou energii, místo abych si přiznala, co skutečně chci?**
2. **Co by se stalo, kdybych přestala dokazovat svou hodnotu a dovolila si ji cítit v těle?**



 HYBATELKA REALITY

NEJSEM NA PRODEJ.



POŽEHNÁNÍ NA TÝDEN

Přeji Ti vášnivý 1. týden roku 2026.

Chci, aby sis uvědomil/a, že Tvá intenzita není chyba,
ale odvaha být svůj/svá.

Dovol si chtít cítit víc, než sis dosud dovolil/a přiznat.
Probíhá metamorfóza z toho/té, který/á se přizpůsobuje, do
toho/té, který/á září a vábí nektarem smyslné ambrózie .
Ať se Tvůj chtíč měnit zaběhnuté pořádky projeví decentně,
ale delikátně..

S hlubokou láskou a úctou, J.

