

TÝDENNÍ VÝKLAD KARET

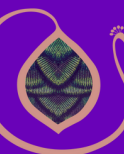
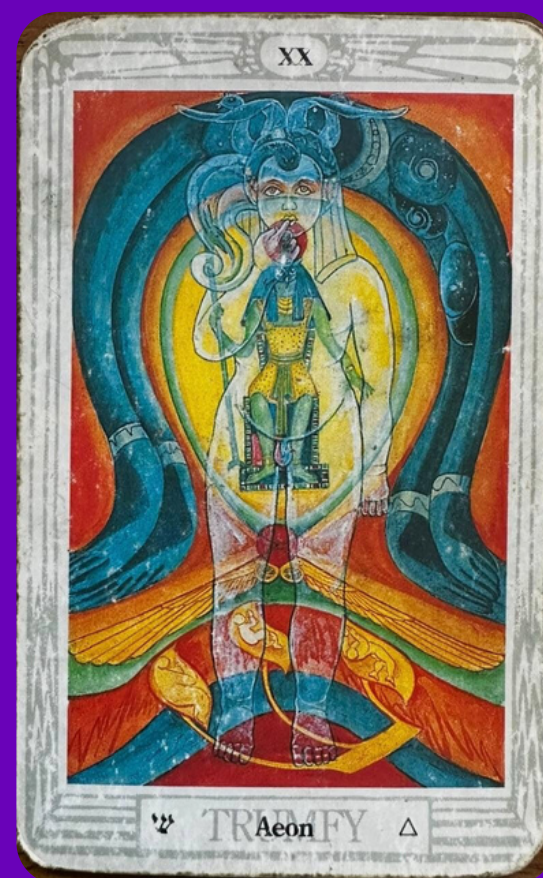
5. - 11. 1. 2026

Emoce: tlak → úleva

Vztahy: pravda místo domněnek

Mysl: rozhodnutí

Spiritualita: dospělost



☞ **CO SE DĚJE: MÁG bokem vyletěl
NEÚSPĚCH**

☞ **NA CO SI DÁT POZOR: NEÚSPĚCH**

☞ **JAK TO OVLÁDNOUT: AEON**





RYCHLÝ SOUHRN TÝDNE 5. – 11. 1.

Řeč je dům bytí, symboly jsou jeho okna a archetypy představují dveře do tvého bytí. Týden klarifikace, kdy se ukáže, zda své myšlenky skutečně žiješ, nebo je jen nosíš v hlavě.

Co se děje:

Slova mají tento týden váhu. Komunikace se zostřuje, zpřesňuje a přestává být opatrná. Přichází rozhovory, které byly dlouho odkládány, ale právě teď dozrál jejich čas. Ne proto, aby se něco „vyřešilo hezky“, ale aby se konečně řeklo to, co bylo zadržováno v Tvých hlasívkách. Myšlenky se propojují s akcí pokud se odvážíš mluvit bez obezliček, realita odpoví stejně srozumitelně.

Na co si dát pozor:

Podvědomý strach, že když řekneš pravdu, něco ztratíš. Status, vztah, jistotu. Tento strach není o budoucnosti – je o starém vzorci selhání, který v sobě aktivuješ pokaždé, když máš převzít odpovědnost z větší verze sebe sama. Pozor na vnitřní brzdu v oblasti hlasivek, která Tě nutí mlčet, zjemňovat nebo ustupovat tam, kde už dávno víš, co chceš říct.



RYCHLÝ SOUHRN TÝDNE 5. – 11. 1.

Jak to ovládnout nebo změnit:

Nejsi tu od toho, abys byl/a hodnocen/a, ale abys byl/a pravdivý/á vůči sobě. Tzn. radikálně upřímná k tomu, co neříkáš jen proto, aby tě neopustili! Tento týden tě směřuje k tomu, abys přestala reagovat automaticky a začala jednat radikálně upřímně. Když se přestaneš soudit, přestane tě paralyzovat i soud zvenčí. Staré cykly se uzavírají – ale jen tehdy, pokud je přestaneš krmit mlčením nebo rozmlouváním o sobě špatně.



OBLASTI ŽIVOTA

VZTAHY

✓ CO SE BUDE DÍT: 📌

Ve vztazích se vše vyjasňuje. Rozhovory jdou přímo k jádru – žádné “nazančím mu/jí to”, tohle nikdo nepochopí a navíc povědomě je to jen Tvůj strach z řešení, takže žádné domýšlení. Pokud jsi ve vztahu, objeví se téma, které potřebuje být vysloveno nahlas, jinak Tě může začít bolet v krku. Pokud jsi single, přitahuješ lidi, se kterými není možné hrát hry – jen být neskrytá (autentická) nebo odejít.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📌

Sebesabotáž skrze ticho. Mlčení není klid, ale potlačená agrese. Pokud čekáš, že „to druhý pochopí sám“, vytváříš iluzi a na sebe tlak, ne blízkost.



KARIÉRA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📝

Zvyšuje se autorita v řeči. Umíš pojmenovat, co chceš, co umíš a kam směřuješ.

Tento týden je ideální pro vyjednávání, prezentaci, rozhodnutí. Slova mají schopnost otevírat dveře – pokud jsou v souladu s činy.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📝

Strach z chyb a zodpovědnosti. Pokud budeš čekat na „jistotu“, promarníš momentum posunu. Nerozhodnost je tento týden největší únik. Nemusíš mít milion certifikátů, abys uspěl/a.



SPIRITUALITA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📵

Prohlubuje se spojení mezi tělem, hlasem a vnitřním vedením. Intelukt (intuice) pro mě je to totéž:) nemluví šeptem – mluví jasně, ale jen tehdy, když jí přestaneš odporovat hlavou.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📵

Laciné spirituální fráze typu „jsi přesně tam, kde máš být.“ Ne bejbi. TY JSI PŘESNĚ TAM, KDE CHCEŠ BÝT! Jakýkoli únik do ezoterických berliček viz výše Tě vrací zpět.



PSYCHOSOMATIKA

✓ CO SE BUDE DÍT: 📝

Krk, šíje, hlasivky. Pocit stažení, knedlíku v krku, tlak nebo únava v oblasti krční páteře. Tělo reaguje na zadržená slova a nevyjádřené hranice.

✓ CO SI POHLÍDAT: 📝

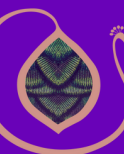
Ignorování signálů. Pokud Tě bolí krk, neptej se „co s tím“, ale „co neříkám nebo co o sobě říkám a ubližuji si“.



 TĚLO – JÓGOVÁ POZICE
 Předklon v sedě (Paschimottanasana)

PROČ JE VHODNÁ:

- Zklidňuje nervový systém, uvolňuje páteř a zadní stranu těla, podporuje parasympatikus a práci s vnitřním napětím.
- Pomáhá kumulovat energii z hlavy do těla a uvolnit oblast krku nepřímo skrze páteř.

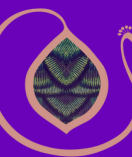


TĚLO – JÓGOVÁ POZICE

Předklon v sedě (Paschimottanasana)

Jednoduchý postup:

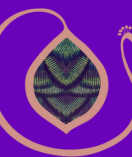
- Sedni si, natáhni nohy.
- S nádechem se vytáhni za temenem, s výdechem jdi do předklonu z kyčlí.
- Drž chodidla nebo holeně.
- Nejde o výkon – jde o výdech a povolení.
- Dýchej 1–3 minuty.



🔥 JAK OVLÁDNOUT TENTO TÝDEN: 📝

AKTIVAČNÍ OTÁZKY:

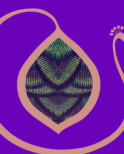
1. **Kde se tento týden bráním pohybu jen proto, že čekám na potvrzení zvenčí?**
2. **Jakou „jejich pravdu“ si potřebuji obhájit, abych se nemusela rozhodnout sama?**



🔥 JAK OVLÁDNOUT TENTO TÝDEN: 📇

AKTIVAČNÍ OTÁZKY:

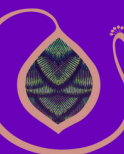
1. Jak se cítím vzhledem k tomu, že jsem se rozhodla změnit svůj život?
2. Jak se cítím vzhledem k tomu, že jsem se rozhodla změnit svůj život?
3. Kde zaměřuji OPATRNOST za STRACH z pomluvy?
4. Co by se stalo, kdybych se pohnula dřív, než budu mít jistotu úspěchu?



🔥 JAK OVLÁDNOUT TENTO TÝDEN: 📝

AKTIVAČNÍ OTÁZKY:

5. **Které rozhodnutí odkládám pod záminkou logiky a rozumu?**
6. **Kde svůj krk používám k uhýbacím manévřům místo jasného směru?**
7. **Jaký první fyzický krok mohu teď udělat, i když ještě „nevím všechno“?**



HYBATELKA REALITY

**MŮJ ÚSPĚCH NENÍ DEFINOVÁN DATY Z TABULEK,
PROTOŽE MĚŘÍTKEM MÉHO ÚSPĚCHU JE MOJE OSOBNÍ MAGIE!**



POŽEHNÁNÍ NA TÝDEN

**Uvědom si, že Tvůj hlas není problém, je to mocný nástroj
Tvého úspěchu.**

Dovol si přestat se zmenšovat, aby se druzí cítili pohodlně.

**Přeji Ti, ať se proměníš z reagující ženy/muže v bytost, která jedná
bděle vůči sobě samé/mu (svým stínům = to, jak se projevuješ
ve vztazích, v práci, v každodenním vztahování se k sobě).**

**Archetyp týdne ševelí: Když mluvíš z radikální upřímnosti ke svým
stínům, svět se přestává ptát, kým jsi, protože do okolí emanuješ
svou pravou identitu a svým magnetismem přitahuješ nové
příležitosti.**

S hlubokou láskou a úctou, J.

