



Mastermind call

- **UŽ tuto neděli 16. 8. sraz 11:30 tady**



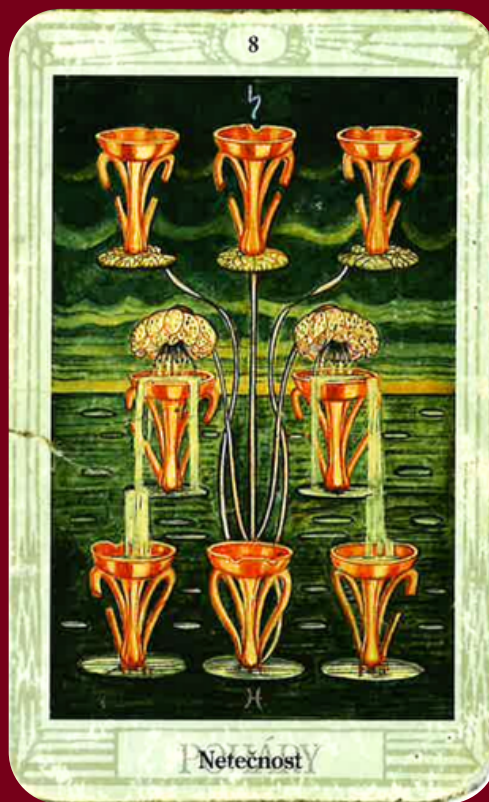
Odkaz

- **V pondělí 17. 8. MM call
neproběhne**
- **Týdenní výklad**

TÝDENNÍ VÝKLAD KARET

10. – 16. 8. 2026

Novoluní se zatměním Slunce ve Lvu,
středa 12. 8.



TÝDENNÍ VÝKLAD KARET

10. – 16. 8. 2026

**Novoluní se zatměním Slunce ve Lvu,
středa 12. 8.**

- **CO SE DĚJE: Královna Mečů,
Netečnost**
- **JAK TO OVLÁDNOUT: Luna**

AKTIVAČNÍ OTÁZKY

KARIÉRA:

Která cenovka v mém podnikání nebo v mé práci je ještě pořád napsaná rukou člověka, kterým už nejsem, a jaký důkaz vlastně čekám, abych si dovolil/a ji změnit?

AKTIVAČNÍ OTÁZKY

VZTAHY:

Kde si kupuji klid svým mlčením, a co by se dnes večer stalo, kdybych místo „to je v pohodě“ řekl/a nahlas, co si doopravdy myslím?

HYBATELKA REALITY

„Co vyslovím ze srdce, začne se dít.”



JÓGOVÁ POZICE

PŮLMĚSÍC (Ardha Chandrasana)

Půlměsíc je pozice tohoto týdne, protože v těle zhmotňuje přesně to, co se děje na nebi:

stojíš mezi světlem a tmou a hledáš rovnováhu na jedné noze, v jedné pravdě. Pozice otevírá hrudník a rozšiřuje prostor kolem srdce, takže podporuje právě ty orgány, které Lev tento týden rozechvívá: srdce, oběh, tlak.

JÓGOVÁ POZICE

PŮLMĚSÍC (Ardha Chandrasana)

Balancování zároveň přepíná nervovou soustavu z režimu poplachu do režimu soustředění:

mozek nemá kapacitu na katastrofické scénáře, když drží tělo v rovnováze. Pravidelný trénink rovnovážných pozic prokazatelně zklidňuje stresovou reakci a tím i hladinu kortizolu.

JÓGOVÁ POZICE

PŮLMĚSÍC (Ardha Chandrasana)

Postup:

- **Stoupni si rovně, přenes váhu na pravou nohu. Pravou ruku polož na zem nebo na kostku asi 30 cm před pravé chodidlo.**
- **Levou nohu zvedni do výšky boku, levou ruku vytáhni ke stropu a otevři hrudník do strany.**

JÓGOVÁ POZICE

PŮLMĚSÍC (Ardha Chandrasana)

Postup:

- Dívej se před sebe, nebo odvážněji nahoru na levou dlaň.
- Dýchej pomalu, pět nádechů a výdechů, pak strany vyměň.

Padáš? Výborně. Přesně tam se učíš, že rovnováha není strnulost, ale tisíc drobných pravdivých korekcí.

