

**Týden 15. - 21. března 2021**

Devítka pohárů

Desítka holí

Šestka mečů

Máme za sebou hromadu práce, tento týden nás vyzývá k zaslouženému odpočinku. Pracovali jsme tvrdě a dobře, je čas vydýchnout.

Dopřejte si volné chvilky s malými radostmi, čím více, tím lépe.

A pokud budete mít chuť pro sebe něco udělat, porozhlédněte se, zda nemáte ve svém životě více odpovědnosti, než je potřeba. Třeba zjistíte, že se něco vyřeší spíše samo než pod stálou kontrolou.

V sobotu nastává jarní rovnodennost. Den i noc mají stejnou délku a z toho plyne drobné nebezpečí pro nervovou soustavu – může se nám rozhodit náš cirkadiánní systém – systém, který nás informuje, kdy máme spát a kdy bdít. Pokud to jen trochu půjde, probouzejte se ráno „vědomě“ – říkejte si: „Vstávám do krásného jarního dne a je mi dobře“.

Kdo bude chtít, může se k nám připojit na povídání a případnou meditaci, která se bude konat v sobotu 20.3. v 10.15, link budeme zasílat spolu s mandalou v pátek 19.3.

Svět je přesně takový, jaký má být 💗.

Spokojený a klidný týden plný odpočinku

přejí

Irena, Lenka, Nikola

za tým Agnesia