

DOTEK V PARTNERSTVÍ

Jak všichni víme z vlastní zkušenosti, je dotek pro každého z nás něčím krásným a zcela nepostradatelným a je již od dětství jednou z našich primárních potřeb. Odrůstající dětským stěvcům, doteku se nám dostává stále méně, již si pro něj nepříjeme tak často a bezprostředně, jak jsme činili v dětském věku.

Dotek posléze hledáme, nalézáme a dovolujeme si ho až ve vztazích a v partnerství, v němž je vzájemné dotýkání zcela stěžejním, ne však jediným komunikativním jazykem. Každý člověk je jiný, někteří jsme více mazliví a jiní méně, avšak kouzlo radosti z dotýkání funguje snad u každého. Prostřednictvím doteku lze sdělit mnohé a také nemálo vyčíst a vycítit, avšak toto sdělení nemusí být zcela jednoznačně interpretováno a o to může být toto prozkoumávání zábavnější či náročnější.

Páry, které jsou v pohodě a rádi zkoušejí něco nového, si určitě přijdou na své na některém z nabízených (tantrických) kurzů pro partnery, kde mohou v bezpečném prostředí prozkoumávat neobvyklé doteky a také své hranice. Víkendy, kdy se páry mohou věnovat jen sami sobě, jsou investováním časem, který se ještě několikrát zúročí. Z intenzivních zážitků a zvýšené energie mohou oba žít ještě mnoho dní po kurzu, mnohé z toho si přinášejí do běžného života, a pokud si najdou občas čas na společná cvičení, nasměruje to celý vztah pozitivním směrem. Mohou se otevřít i jiná témata, například frustrace či strach z doteku at už dávaného nebo přijímaného.

Dalším tématem jsou dlouhodobé partnerské vztahy, v nichž může chybět chuť a motivace něco nového zkoušet, protože je to jednou či druhou stranou odmítáno pod rouškou různých důvodů. Jedním z omylů bývá, že jeden z partnerů dělá něco se záměrem „udělat tomu druhému dobře“ a přitom se setkává s opačnou reakcí. Člověk i při dávání může projektovat do doteku své vlastní touhy nebo představy. Myslí si, že dělá zrovna to, po čem ten druhý touží, ale přitom dává

to, po čem touží on sám a nevnímá skutečné potřeby svého partnera. Komunikaci v doteku nás však nikdo nikdy neučil, což je škoda a často zde vznikají zbytečné bloky způsobující nedorozumění a uzavírání se do sebe z obavy před zraňujícími podněty.

Někdy se zase může stát, že někdo z dvojice proto, aby snad partnerovi neublížil, jeho dotyky „přetrpí“; pak má dvojice zaděláno na typický komunikační problém - postupně se zablokuje a uzavírá jeden a zákonitě pak i druhý z partnerů. Komunikace v intimní oblasti na srozumitelné úrovni je obtížná, nemáme v tomto ohledu často žádné teoretické základy a pokud ano, chybí nám praxe a často i odvaha otevřeně a citlivě komunikovat. Pak dochází k neadekvátním reakcím, zraňujícím dávajícím i přijímajícím. Pár se ocitá ve vlastní pasti a neví, kudy z ní ven.

Dobrá zpráva pro všechny z nás je, že existuje celá řada možností, jak komunikaci při dotýkání trénovat.

Pro páry nabízíme celou řadu zábavných, ale přitom hluboce působících cvičení, při nichž se můžete dozvědět podstatné věci a pochopit příčiny svých předchozích úspěchů či neúspěchů

a samozřejmě se v mnohém zdokonalit. Tato cvičení vycházejí zejména z tantry, která má schopnost přetvořit lidskou bytost, osvobodit ji a vnést ji do harmonie s celým vesmírem, se sebou a tedy i s partnerem. Vše je v bezpečné a uvolněné atmosféře plné silné energie, která posouvá cvičící páry dále ve zjevných i hlubších rovinách.

Je krásné, když partneri vykoučují po této cestě společně a učí se nacházet ve vzájemných dotecích prožitky povzbuzující jejich spirituální rozvoj a rozkvět vztahu.

Mgr. Vlasta Peková

Autoři tohoto článku budou mít přednášku na toto téma na výstavě Ezotera v Praze v sobotu 24.11. 2012 od 17.00 hod. v Tělocvičně. Vystoupí také na festivalu Miluj svůj život v Praze v sobotu 23.2. 2013 od 14.00 hod v Tělocvičně 2.

Nejpříjemnější cesta ke zdraví

Lidské tělo se z více než 70% skládá z vody. **Denní pití vody živé pomáhá tělu odstraňovat toxické látky, lépe zásobovat tělo vším potřebným a přirozenou cestou posilovat imunitní systém. Kdo pije čistou vodu živou, má víc energie, je odolnější, zdravější a pomaleji stárne.**

Pijeme zdravou vodu?

Voda z vodovodu je bez škodlivých mikroorganismů a většiny škodlivých látek. Vše živé zabije chlor. Výsledkem reakce chloru a organických látek ve vodě jsou trihalometany, které se běžně ve vodě nekontrolují a jsou karcinogenní. Vědecké studie poukazují na souvislost mezi chlorováním vody a zhoubnými nádory.

Pořídít si jakýkoliv dobrý filtr, je nejlevnější a přitom nejúčinnější způsob, jak se starat o své zdraví.

Voda živá

Znáte pohádku o živé a mrtvé vodě? **Voda živá** ve skutečnosti existuje, samozřejmě neoživí mrtvého, ale **může každodenně oživit nás živé.**

Podle mnoha léčitelů a odborníků na výživu je **největším důvodem prakticky všech civilizačních chorob překyselení organismu.** Kyselé prostředí je vynikající pro bakterie, viry a plísně, ale lidem se v něm nedaří dobře. **Mírně zásadité prostředí je nutné pro dobré fungování imunitního systému i celého těla.**

Dříve byla většina stravy zásadotvorná, dnes díky konzervaci, chemizaci a potřebě dlouhé trvanlivosti je většina potravin kyselinotvorná. Balené vody jsou kyselé, zejména perlivé. Voda z vodovodu je obvykle neutrální.

Prvním znakem vody živé je, že je zásaditá. Druhou její vlastností je schopnost působit jako antioxidant (ochrana proti volným radikálům).

Volné radikály jsou pro naše tělo něco jako sivo. Pomáhají udržet v buňce pořádek, ale pokud se „rozlijí“ tam, kam nemají, máme velký problém. Aby se tak nestalo, ve zdravém těle je zásobárna antioxidantů, které volné radikály zneškodní, když se dostanou tam, kam nemají. Když jich není dost, volné radikály začnou poškozovat naše buňky. Některé buňky odumřou, jiné začnou rychleji stárnout a je zde velké nebezpečí mutací a rakoviny.

Voda živá - prevence i léčba nemocí

Čím více antioxidantů v těle, tím jsme zdravější, plnější energie, odolnější a živější. Naše potrava má antioxidantů čím dál méně a naše voda je nemá vů-

bec. Balená voda i voda z vodovodu je pro naše tělo zdrojem volných radikálů a když nemáme dost antioxidantů ani v potravě, zákonitě přicházejí nemoci.

Co je lepší? Zaplatit denně pár desítek korun za antioxidanty v potravě nebo tabletkách nebo **korunu za totéž ve vodě živé?** Ve skutečnosti samozřejmě voda živá nemůže plně nahradit celou síť různých antioxidantů, ale může výrazně zmenšit jejich potřebu a také může **působit jejich snazší vstřebatelnost a dostupnost pro tělo.**

Mám k dispozici přístroj, kterým se dá **změřit množství antioxidantů ve Vašem těle.** Je to bezbolestné, neinvazivní a trvá to 2 minuty. **Dá se jím také změřit, zda Vaše strava Vás chrání nebo spíše vyčerpává a zda Vaše potravní doplňky a vitaminy jsou jen vyhozené peníze nebo zda Vám skutečně pomáhají.**

Voda živá spouští detoxikaci a lepší výživu organismu

Třetí charakteristikou vody živé je menší velikost shluků (clusterů) molekul vody. Proto se voda živá dostane i k nejbližším buňkám. **Snadněji „vypláchne“ nečistoty a dopraví k buňkám potřebné látky.**

Protože navíc působí jako antioxidant a alkalizátor, **buňky mohou lépe fungovat a snadněji se detoxikovat a lépe fungovat. Žádná jiná voda neumí jemně alkalizovat tělo a dodávat antioxidanty.** V tom je voda živá jedinečná a je nesrovnatelná s pí vodou, diamantovou vodou i jinými energeticky bohatými vodami.

Co můžete udělat hned?

- Nepijte z kohoutku na teplou vodu. Není jistá její nezávadnost.
- + Před použitím nebo vařením nechte vodu z vodovodu odstát. Samotný plynný chlor vyprchá. Bohužel trihalometany a jiné škodlivé sloučeniny ne.
- Nepijte nápoje slazené, konzervované, perlivé.
- Balené vody jsou zbytečně drahé a přitom mohou mít horší kvalitu než voda z vodovodu.
- + Nabízím **nejlevnější kompletní řešení** na kvalitní vodu živou s filtrem.
- + Pokud chcete úplné řešení, mohu nabídnout i velmi **kvalitní filtr na bázi reverzní osmózy** kolem 7 000 Kč.
- + Nechte si změřit, kolik antioxidantů máte v těle. **Abyste si zbytečně nepřivolávali stárnutí a nemoci.**

MUDr. Martin Daniel

MUDr. Martin Daniel, www.VodaZiva.cz, cz@vodaziva.cz, 608 03 88 25