

MOUDROST PROPOJENÍ DUŠE & PROSTORU



Iva Kolářová

*Proměňte svůj domov u oázu
klidu & harmonie*

A využijte tak příležitostí roku 2026

- když si díky KLIDU & HARMONII dobře osedláte a
nasměřujete "ohnivého koně" tam, kam se chcete dostat



Proč chtít proměnit svůj domov v oázu klidu & harmonie ?!

Protože rok Ohnivého koně přináší do našich životů dvojitou dávku ohnivě energie.

Kvality ohnivě energie

Ano, oheň nám přináší **rozkvět**, inspiraci, dynamiku, **živost** až rozvernost. Ale samy víte, že čeho je moc - to nás vyčerpává a nedopřává dostatek prostoru pro běžný, pohodový a příjemný život.

A tak je rok 2026 **plný očekávání**,
ale i obav z přetížení a vyhoření.

Nadšení žen 45+ z přívalu energie

Na jednu stranu se my, ženy 45+, budeme po delší době **cítit živější**, a ta energie nás bude strhávat do akce, do víru dění, zábav, tvořivého a pracovního flow - a to nás **bude bavit**. Budeme nadšené!

Ale jen určitý čas! Protože...

... my, abychom se skutečně vyživily, zazdrojovaly, a měly dostatek vnitřní síly - **nezbytně potřebujeme**:

- KLID,
- HARMONII
- a chvíle, kdy prostě jen JSME.

A právě toto nám umí dopřát náš DOMOV.
V tomto e-booku vám ukážu jak si toto vše dopřát.

Vytvoříte si místo, které vás
bude umět obejmout a zklidnit

Stačí pouhých **5 jednoduchých kroků**, kterými
své bydlení **PROMĚNÍTE V OÁZU KLIDU
& HARMONIE** - nejen v tomto dynamickém roce.

Vytvoříte si ze svého bydlení místo, kde:

- se vrátíte sama k sobě,
- naladíte se na svůj vnitřní klid a harmonii,
- tím si dobijete své baterky,
- **vyživíte svou ženskou podstatu.**

A zjistíte, že právě **z vnitřního klidu** přirozeně **tvoříte** věci a projekty, které vám dávají smysl, naplňují vás a skutečně vás baví.

Přeji vám, ať letošní rok OHNIVÉHO KONĚ dobře osedláte a směřujete ho právě tam, kam se vy chcete dostat.

S přáním bydleme a žijme krásně,

Iva K.

*stavební ing. s citem pro neviděné
a průvodkyně propojením duše a prostoru*

Krok 1:

SRDCE VAŠÍ OÁZY KLIDU

Vytvořte si útulné místo, které vás obejmě

Co to přináší

Místo, kde se můžete kdykoliv během dne zastavit, vydechnout a vrátit se k sobě. Taková drobnost a přesto je klíčová, protože vás vyživí.

V dynamickém roce 2026 potřebujeme tyto “kotvy” klidu více než kdy jindy - protože vyvažují akčnost.



Co udělat

Vyberte si místo ve svém domově, kde si vytvoříte “srdce své oázy klidu & harmonie” - koutek jen pro vás.

Může to být křeslo u okna, rohový kout s polštáři nebo prostě místo na gauči, které bude “vaše”.

Praktický tip

Nic nemusíte zásadně měnit! Protože stačí i jen jeden měkký polštář, přehoz nebo hebká deka, které si přes “své místo” přehodíte - tak vizuálně označíte "tohle je moje místo pro klid".

Čím častěji ho budete používat, tím rychleji vaše tělo automaticky přepne do režimu odpočinku, když si tam budete sedat.

Krok 2:

OSVĚŽUJÍCÍ VODNÍ ENERGIE

Objevte potěšení, které umí vykouzlit voda

Co to přináší

Voda symbolicky i fyzicky uklidňuje a vyvažuje oheň. Zvuk tekoucí vody zklidňuje nervový systém, pohled na vodu přináší pocit míru.

Co udělat

Umístěte do některé místnosti vodní prvek - může to být miska s vodou a kameny, malá fontánka, akvárium, fotografie řeky, moře, jezera nebo prostě jen váza s čerstvými květinami ve vodě.

Praktický tip

Pokud nechcete investovat do fontánky, stačí krásná skleněná miska s vodou a obálky na stole nebo parapetu. Měňte vodu každé 2-3 dny a užívejte si ten pocit čistoty a osvěžení.

Krok 3:

NEVIDĚNÁ SÍLA JEMNÝCH BAREV

Prohlubte svou něhu, jemnost, soucit i sebelásku

Co to přináší

Jemné barvy hladí po duši, evokují bezstarostné dětství, jemnost a něhu.

Vnášejí do prostoru světlo, ale ne tak intenzivní jako oheň - je to světlo, které objímá, a nepálí.

Co udělat

Doplňte do svého domova pastelové, jemné barvy - starorůžovou, světle béžovou, krémovou, jemnou šedou. Nemusíte přebarvovat stěny, stačí polštáře, přehozy, drobné dekorace, obraz nebo závěsy.

A obraz si dokonce můžete sama namalovat.

Praktický tip

Starorůžová je barvou **sebelásky**. Pokud ji dlouho ve svém životě postrádáte, možná je čas si ji dopřát. Nebojte se, že je to "stařecké" nebo "miminkovské" - je to **prostě krásné a jemné**. A to je přesně to, co v roce ohnivého koně potřebujete.

Krok 4:

HEBKOST TLUMÍ PŘÍLIŠNOU DYNAMIKU

Dopřejte si dostatek pří-jemných doteků,
kterých se nám v běžném životě moc nedostává

Co to přináší

Měkké, vlnící se, splývající textury absorbují hluk,
vizuální nepořádek i tu "ostrost" dynamického života.
Když se dotknete něčeho hebkého, vaše tělo se
automaticky uvolní napětí.

Co udělat

Přidejte do svého domova měkké, hebké, splývající, chlupaté textilie - přehozy, polštáře, měkký koberec, deku, závěsy, záclony.

Vybírejte materiály, které jsou vám příjemné na dotek.

Praktický tip

Nemusíte kupovat všechno nové. Možná už máte doma - vy nebo rodiče či vaše děti - deku nebo přehoz, které jsou odložené "na někdy". Tak je vytáhněte a dejte na místo, kde se jich budete moci dotýkat.

Dotek hebkosti je terapie sama o sobě.

Krok 5:

LÁSKYPLNÝ RITUÁL ZASTAVENÍ

Vychutnejte si každý den aspoň 3 minuty
zastavení, klidu a přeladění

Co to přináší

Pravidelný rituál klidu vám pomůže nepřenášet
dynamiku dne do večera a naopak.

Je to jako reset tlačítka, které vám umožní
přepnout z jedné energie do druhé.

Co udělat

Vytvořte si jednoduchý rituál zastavení a přeladění - ráno, večer nebo když se vrátíte z práce.

Stačí 5-10 minut s krásným hrnkem čaje nebo kávy, kdy prostě jen JSTE - pokud si ráda "jen tak čmáráte", tak si přiberte i tužku s papírem.

Praktický tip

Poříd'te si opravdu krásný hrnek - takový, na který se budete těšit. Když si v něm uděláte čaj nebo kávu a sednete si na "své místo", váš nervový systém pochopí: "Aha, teď je čas přeladit se na klid."

*Už mi věříte, že bytí v klidu & harmonii
i ve všední den může být snadné !?*

Checklist:

MŮJ DOMOV JE MOJÍ OÁZOU KLIDU & HARMONIE

- Vytvořila jsem si SRDCE své OÁZY KLIDU
- místo jen pro mě
- Doplnila jsem si doma vodní prvek
- nejlépe u srdce své oázy klidu
- Pozvala jsem domů jemné barvy
(vnímám je na polštářích, dekoracích ap.)
- Obohatila jsem prostor měkkými texturami,
a ráda se jich dotýkám
- Mám svůj rituál zastavení a přeladění
- s krásným hrnkem - a moc si ho užívám
- doplňujte postupně VAŠE další KROKY ...

Kam dál

na cestě k vašemu krásnějšímu domovu & životu

Stáhněte si zdarma DIAGNOSTIKU

Domov jako zrcadlo

Zjistěte, jak váš současný domov odráží
vaši ženskou energii a potenciál harmonie.

[Diagnostiku SI STÁHNETE ZDE >>](#)

Objednejte si v předprodeji e-book

7 akupunkturních bodů bydlení pro hezčí život

Těšte se na průvodce proměnami domova,
které podpoří vaši energii, vnitřní sílu, tvorbu ...
(vyjde jaro 2026)

[ZDE SI OBJEDNÁTE za předprodejní cenu >>](#)

Objednejte si

Osobní konzultaci

a podívejte se na svůj domov
očima inženýrky s citem pro neviděné

- Cítíte, že ve vašem prostoru **něco nehraje**, ale nevíte přesně co?
- Nebo víte co, ale **nevíte jak** na to?

Při úvodní konzultaci se společně podíváme na váš konkrétní prostor. Řeknu vám, kde máte místa, která vás tiše vysávají - a kde naopak dřímá energie, která jen čeká, až ji probudíte.

Získáte jasným první krok, který přinese změnu rychle a přirozeně.

Cena úvodní konzultace: 1 500 Kč / 60 minut

Objednáte se jednoduše na: iva@archharmony.cz

O autorce

Iva K.

Jmenuji se Iva Kolářová,
jsem

- * stavební inženýrka
s citem pro neviděné,
 - * průvodkyně propojením
duše a prostoru.
-

- Více než 18 let pracuji
s tím, jak domov ovlivňuje
naš vnitřní stav, naši
energii a kvalitu života.
- Věřím, že i malé změny
v prostoru mohou
katalyzovat velké změny
v našem nitru.



Kde se potkáme dál



Pokračujte ve své cestě na blogu - nové články o bydlení, prostoru a ženské energii najdete na - www.ivakolarova.cz/blog/



Na Instagramu sdílím obrázky, tipy a zákulisí - najdete mě jako - [iva.kolarova.102](https://www.instagram.com/iva.kolarova.102)



Připojte se k ženám, které vědomě proměňují své prostory, v naší FB komunitě [Bydleme & žijme krásně](#)



A máte-li otázky nebo chcete sdílet svůj postřehy z cesty, napište mi na iva@archharmony.cz

Děkuji, že jste se vydala na cestu proměny svého bydlení. Protože každý prostor, který rozkvetne, mění náš svět k lepšímu.

S přáním bydleme & žijme krásně,

Iva K.

*stavební ing. s citem pro neviděné,
průvodkyně propojením duše a prostoru*