

Kaljukits

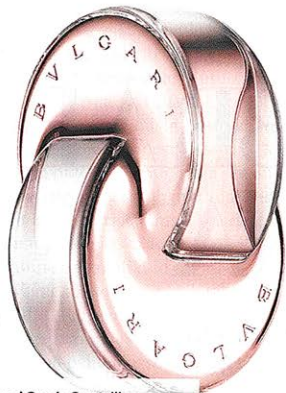
Kuu algus kisub kohati süngeks: küll vajab keegi Kaljukitselt abi, küll mõjub sügis melanhoolselt... Ka on oht lähedaste või kaaslaste tegevuse või tegevusetuse tõttu rahaliselt kaotada, mis muidugi praktilisema inimese tuju ei tõsta. Õnneks on kuu teine pool tunduvalt meeldivam, tuues kaasa palju uusi teadmisi ja toremaid elamusi. Hea aeg reismiseks!

Kehaline aktiivsus. Kuu esimesel poolel pead end võib-olla liikuma sundima – või meelitama. Kuu teisel poolel aga on toonus kõrgem ja energiat rohkem, mistõttu liigutamine valmistab märksa suuremat naudingut. Jälgi treenides oma pulsit ja treeningute vahepeal vererõhku. Võib-olla tasuks eelistada nn kardiotreeningute elemente, et südame tööd võimalikult edukalt toetada? Kui on märke, mis sulle enda tervislikus seisundis ei meeldi, pea kindlasti nõu arstiga.

Vaimu- ja mõttejõud. Nii nagu looduses vahelduvad vihm ja päike ning merel tõus ja mõõn, on ka sinul energiisemaid ja loomamaid perioode. Püüa esimestesse mahutada rohkem vajalikke tegemisi, siis saad teistel aegadel rahulikuma südamega logetada. Hingetuge võid leida hea mõjuga raamatutest. Loed näiteks suurte tegijate ning mõtlejate elulugusid ja tunned tahtejõudu kasvama: suutis tema, suudan ka mina. Ära nõua endalt võimatult kõrgete eesmärkide täitmist: kui tööasjad aetud ja kui pere enam-vähem rahul, on sellest sageli enam kui küll.

Hea tervise nimel. Tunned end hästi, kui su päevad on allutatud kindlale režiimile. Mahuta sellesse tingimata hommikusöök ja päevaplaani läbimõtlemine. Söögi-sedeli üheks osaks võiks olla granaatõun, mis aitab läbi sügise jõudu säilitada. Kui tunned end halvasti, püüa aru saada, kas tegu on mingist elulisest ebameeldivusest tingitud vägevusega või tegeliku tervisrikkega. Kõige kindlam on arsti juures analüüsi anda – need näitavad üldjuhul õiget tulemust.

Erootiliselt häälestatud päevad: 3, 19, 27
Gurmeepäevad: 9, 12, 26



Bvlgari Omnia Crystalline

Ikoonilisele naisele pühendatud sametise parfüümi aluseks võttis parfüümimeister Alberto Morillas looteoside – absoluutse ilu sümboli. 40 ml EdP 71.-



Anna Sui La Vie de Bohème

Sui on öelnud: "Boheemalik elustiil areneb pidevalt, jäädes alati samaks." See naine on veidi romantiline, samas pisut antiitlik. Lõhnabuketis on draakonivilli, pojeng, magnoolia, muskus, vaarikas ja sandlipuu. 50 ml EdT 45.-

Veevalaja

Veevalajate oktoobrisse mahub nii innovatiivseid ideid kui ka nostalgiat. Õnneks oled piisavalt dualistlik isiksus, et mõlemast parim võtta ning mõlemat maksimumina kasutada ja nautida. Oktoober on muu hulgas huvitav suhetekuu, mille kestel otsiva loomuga Veevalaja võib kohtuda kaaslasega, kellest esmapilgul nagu midagi erilist arvatagi ei oska, mõne aja pärast aga selgub, et tegu on tõeliselt lähedase ja armsa inimesega.

Kehaline aktiivsus. Kriitiline pilk peeglis annab sulle aineid, et koostada terve nimekirja asjadest, mida kõike enese juures muuta tahaksid. Lõpeta enda piinamine – ilus oled sa niigi, trenni eesmärgiks on pigem hea tuju loomine ja hoidmine. Treeningute valikut lähtu just nendest kriteeriumidest, mis on sulle olulised. Kas või sellest, millistes trennides käivad sõbrad – teadagi meeldib ühistegevus sulle sageli rohkem kui üksinda rassimine.

Vaimu- ja mõttejõud. Kasuta oma aega mitmekesiselt. Rõõmu pakuvad nii ükski lugemisele ja mõtisklemisele pühendatud aeg, samadad vestlused mõttekaaslastega kui ka suuremad koosviibimised. Lihtsalt lustimisele eelistad intelligentsemaid meelelahutusi, mida soovitatavalt annaks seostada ka maailma paremaks muutva tegevusega.

Sügis võib kaasa tuua mõned kummituslikud külalised minevikust, kelle ilmumine mõjub sulle nagu demontor ausatele sigatüükalastele – jõu ja rõõmu hajumise vältimiseks tuleb end kõvasti kokku võtta.

Hea tervise nimel. Et terves kehas on terve vaim, on teada juba antiikajast. Sinu puhul toimib see reegel aga sageli vastupidi: kui vaim on rahulik ja reibas, püsib heas tervislikus seisundis ka keha. Juhtub aga meeleolu nukraks muutuma ja saavutusvalmis hoiak lössi vajuma, tulevad kimbutama ka füüsilised hädud. Praegu kipub iga nakkusotlik tõi sulle kergesti külge jääma. On see aga juba juhtunud, püsi arsti soovitatud ajal rahulikult kodus.

Erootiliselt häälestatud päevad: 8, 12, 23
Gurmeepäevad: 2, 19, 24

Kalad

Kalad justkui laenavad oma sära looduselt – mida hallimaks läheb taevas, seda säravamaks muutuvad Kalade silmad ja hoiak. Põhjus on lihtne: väljapoole suunatud tegevuse asemel hakkavad üha enam tekkima sissepoole, intellektile ja vaimusele suunatud tegevused. See valdkond teeb Kalad tõeliselt õnnelikuks.

Kehaline aktiivsus. Armastus liikumise vastu kipub alla jääma tugitooli mugavusele ja maitsvate hõrgutiste kutsule. Nii tekib aga puusadele üsna kiiresti pehme polster. Et soovimatust külalisest vabaneda, tuleb asuda end intensiivsemalt liigutama. Kui trennimine tundub liigsuure ettevõtmisena, võiksid algust teha võimlemisega kodus. Iga päev veerand tundi kõhulihaaste harjutusi annab tulemusi umbes pooleteise kuuga, mille tagajärjel istvad riided seljas kenamini ja ka enesetunne paraneb veelgi.

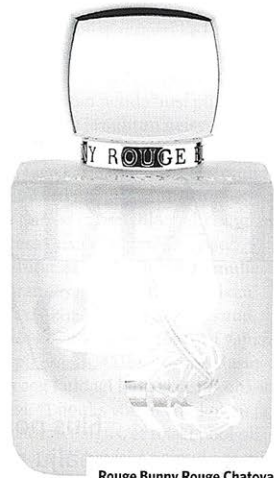
Hästi tunned end ka päikeselistel päevadel lõues. Eriti kehtib see lastega Kalade kohta – koos lehtedes sahitamine on sama vahva nagu pladistamine sooja veekogu kaldal. Muide, seegi pole võimatu, sest kuu teine pool pakub häid võimalusi soodsaks puhkuseiseiks.

Vaimu- ja mõttejõud. Sinust kiirgav müstiline tarkus teeb su ihaldatud vestluspartneriks väga erinevatele seltskonnadele. Vahest välja arvatud sulle endale, sest kes teine teaks veel nii hästi su nõrkusi, hirme ja muresid. Saad need aga küllalt hõlpsasti kontrolli alla lihtsate reeglite järgides: iga päev veidi värsket õhku, vähem suhkurt, vähem alkoholi ning võimaluse korral unetunni ka enne südaööd.

Hea tervise nimel. Sügisesed tuuleliidid võivad sulle meelde tuletada mitmeid liigeseid, mille olemasolu suvepäikesel all meelest ära läks. Abiks on siin soojad rõivad ja regulaarne massööri külastus. Viimasest on abi ka peavalu korral, mis sind mõnikord küsima kipub.

Kuna loominguilised saavutused kaitsevad su enesehinnangut ning selle läbi kogu olemist, võiksid tegeleda meeleparase hobiga – kirjuta, maali, vooli savil... ☺

Erootiliselt häälestatud päevad: 8, 15, 24
Gurmeepäevad: 13, 20, 29



Rouge Bunny Rouge Chatoyant

Orhidee omapärane lõhn, sidrun ja bergamot tekitavad rõõmsa joovastuse. Kanna seda lõhna kui lille nõu paugus – et lisada päevale eriliist nanssi! 50 ml EdP 97.-