

Abstrakt v češtině

Tato diplomová práce je zaměřena na ženu a její tělo. Aby byla žena zdravá a spokojená, měla by být její duše s tělem v harmonii. Toho lze dosáhnout díky následování své vlastní cesty, harmonie s okolím, času na odpočinek, péči o duši. Dnešní společnost odděluje tělo od duše a duše není tak důležitá. Ale právě díky bloudění se můžeme vrátit k pravdě a sobě samým. Pečovat o svou duši lze různými způsoby: odpočinkem, meditací, pohybem, poslouchání své intuice. Při pohybu je duše s tělem v souladu. Každá žena má tělo po svých předcích a měla by si ho stále vážit.