



АВТОРСКИЕ ПРОРАБОТКИ

By Heroine.bk

Для чего?

- У всех нас есть состояние «со знаком минус», нам необходимо это состояние какими-то действиями перевести в состояние равновесия и покоя, радости, интереса. Чтобы появились силы идти дальше, желание что-то делать. Солнцезажигающими действиями мы меняем свое «энергетическое поле (ауру)» с низкой частоты на высокое!
- Вот индивидуальный несложный список Солнцезажигающих действий! Табличку нужно заполнить за месяц консультации. Например, получила ее 14 сентября и отсылаешь заполненную 14 октября!
- И рассказываешь ,как помогло или нет))

Тест Люшера

- Ссылка
- <https://psyttests.org/luscher/fullcolor-run.html>
- Тест нужно пройти и результат сохранить себе ссылкой(!)
Чтобы через месяц проверить состояние
- При желании прислать результат 1 и 2 мне ссылкой))

Солнце

- Проработки по Солнцу нужны для энергии, личности, внешности. Влияют конкретно у вас на счастье в браке, карьеру, отношения с детьми и родителями.

Действие	Пример	Частота	Выполнение
1. Есть больше овощей и фруктов			
2. Ухаживать за собой и своим телом – косметологические процедуры и массажные техники, обертывания, грязевые ванны, крем для тела, молочко, вкусный гель для душа. Скрабирование тела, альгинатные маски.			
3. Сходите на массаж – это самая ресурсная для вас техника.			
4. Сходите к парихмахеру			
5. Оснащайте себя свежими цветами дома			
6. Важна собственная недвижимость, свой уголок. Таким образом чтобы была только своя квартира и свой кабинет.			
7. Устраивайте себе - лентяево. Не готовьте, не убирайтесь (в разумных количествах)			
8. Общаться с людьми, которые НЕ напрягают и НЕ грузят своими проблемами.			

Действие	Пример	Частота	Выполнение
9. Устраивать регулярные дни шоппинга.			
10. Научиться чувствовать тело через йогу и телесные практики.			
11. Прогулки в парках и лесу.			
12. Танцевать			
13. Красиво оформлять блог			
14. Тупо много спать или ложиться днем спать. тельцы любят комфорт и удобство. А если ты не выспался и не поел, какая работа? Никакая!			
15. Покупать дорогие и качественные продукты			
16. Обнимашки с близкими людьми, ваша сила и ресурс			

Луна

- Проработки по Луне нужны для стабильного эмоционального состояния. Чтобы не было депрессий и апатий. Глубоких переживаний. За отношения с матерью и детьми

- **Как может проявляться?**

- Язвительность
- Полный контроль всего (людей, событий, новостей)
- Недоверчивость
- Тяжело проявить эмоции

- **Как может проявляться?**

- Повышенная чувствительность, впечатлительность
- Замкнутость
- Боязливость
- Сильная привязанность к близким
- Прихотливость, желание комфорта

Действие	Пример	Частота	Выполнение
1. Экстремальные виды спорта			
2. Активный спорт			
3. Инвестиции			
4. Смотреть детективы, фильмы ужасов			
5. Изучение психологии, эзотерики			
6. Заниматься йогой, иглоукалыванием			
7. Секс			
8. Сон			
9. Вкусная еда			
10. Посиделки с родственниками			
11. Наведение уюта в доме			
12. Выращивать комнатные растения			
13. Воспитывать детей			

Нептун и Уран

- **Как может проявляться?**
 - Зависимость от чего-то и от кого-то
 - Внушаемость
 - Страхи и пугливость
 - Обидчивость
 - Самообман
- **Как может проявляться?**
 - Потребность к разнообразию, к свободе
 - Быстрые, резкие эмоции
 - Нервные состояния
 - Необычные привычки

Действие	Пример	Частота	Выполнение
1. Фотографировать			
2. Рисовать			
3. Медитировать			
4. Изучать религию, психологию			
5. Заниматься благотворительностью			
6. Ходить в бассейн			
7. Принять ванну с аромамаслами			
8. Играть с животными			
9. Слушать музыку			
10. Смотреть фантастический фильм про будущее или читать книжку			
11. Изучать любую эзотерическую систему, связанную с будущим (таро, нумерология, астрология)			
12. Изучать новые гаджеты			
13. Путешествовать			
14. Общаться с друзьями и единомышленниками			
15. Ходить на тусовки			

Марс

- Здоровье, отношение с родителями, домом и тд
Энергия, физическая активность
- успех

Действие	Пример	Частота	Выполнение
1. Занятия на скалодроме			
2. Делать что-то из дерева/камня своими руками			
3. Бодибилдинг, армрестлинг			
4. Инициативность в рабочих вопросах			
5. Деятельность, связанная с ручным трудом/оружием/огнём			
6. Регулярная физическая активность, спорт			
7. Стрелять в тире			
8. Рисковать			
9. Делать что-то своими руками или просто МНОГО работать			
10. Преодолевать препятствия			
11. Высказывать свое мнение, недовольство, не копить все в себе			

Info

- Номер телефона – 8 995 552 10 12
- Instagram – heroine.bk
- Telergam – heroinebk