



**Тренинговый
центр**
Татьяны
Трофимчук



КУРС

Читаем человека с первого взгляда

КУРС «Читать человека с первого взгляда»



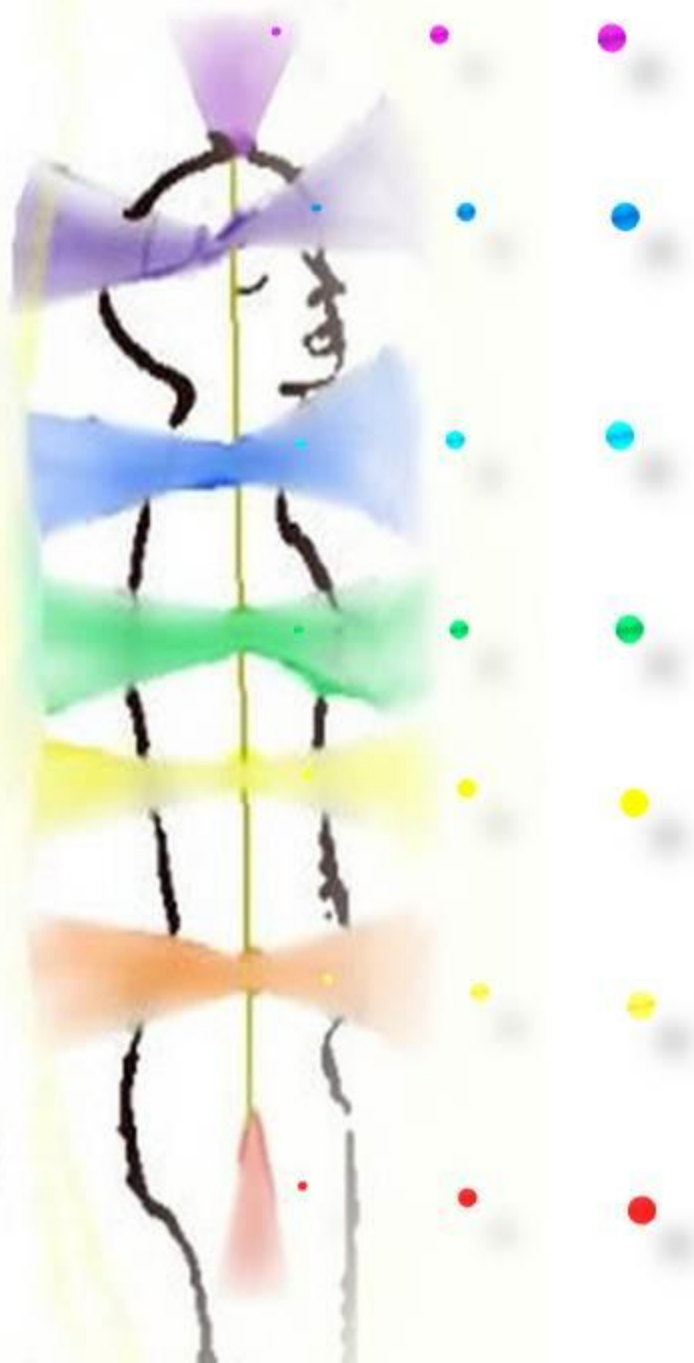
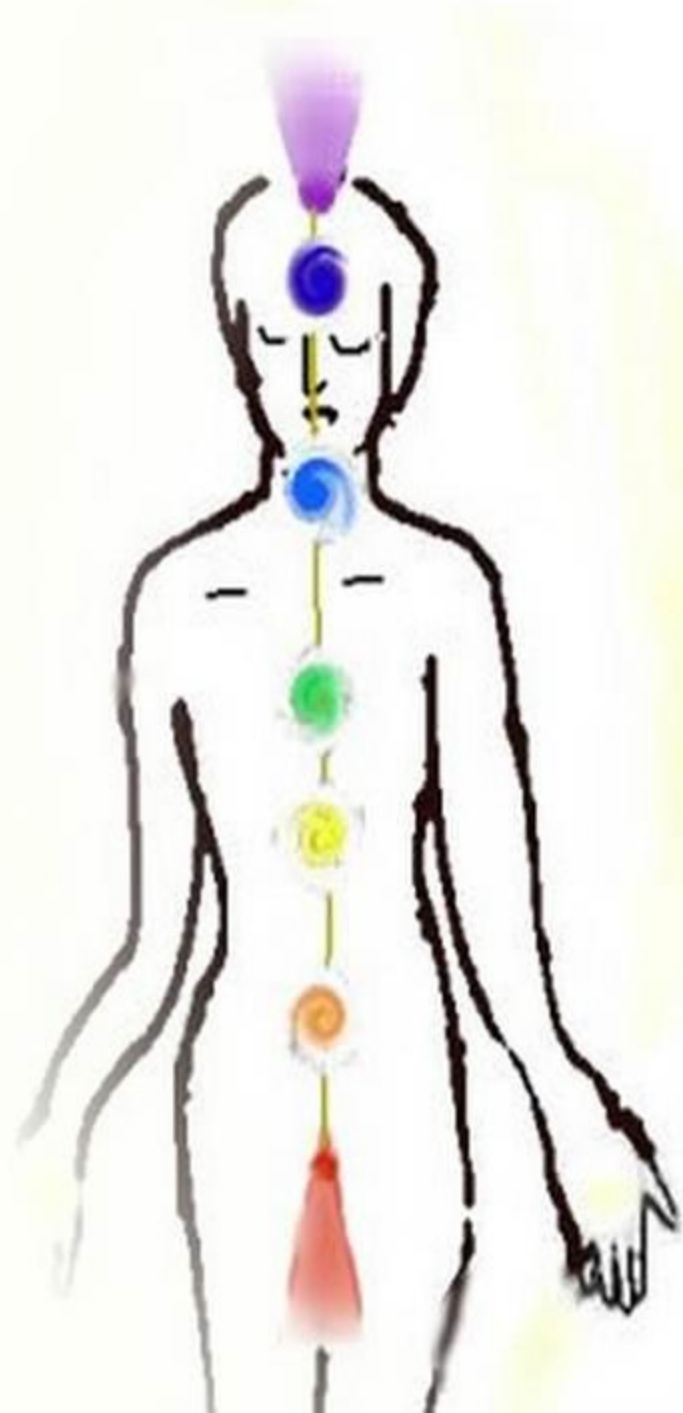
**СОЦИО-МЕНТАЛЬНАЯ
КУЛЬТУРА**

« ЭНИОСТИЛЬ »

МОДУЛЬ 5

ЧАКРЫ





СЛАВЯНСКИЕ НАЗВАНИЯ

ВЕДИЧЕСКИЕ НАЗВАНИЯ

П
Р
А
В
Ь

С
Л
А
В
Ь

Я
В
Ь

Н
А
В
Ь

РОДНИК

ЧЕЛЮ

УСТЬЕ

ПЕРСИ

ЖИВОТ

ЗАРОД

ИСТОК

САХАСРАРА

АДЖНА

ВИШУДХА

АНАХАТА

МАНИПУРА

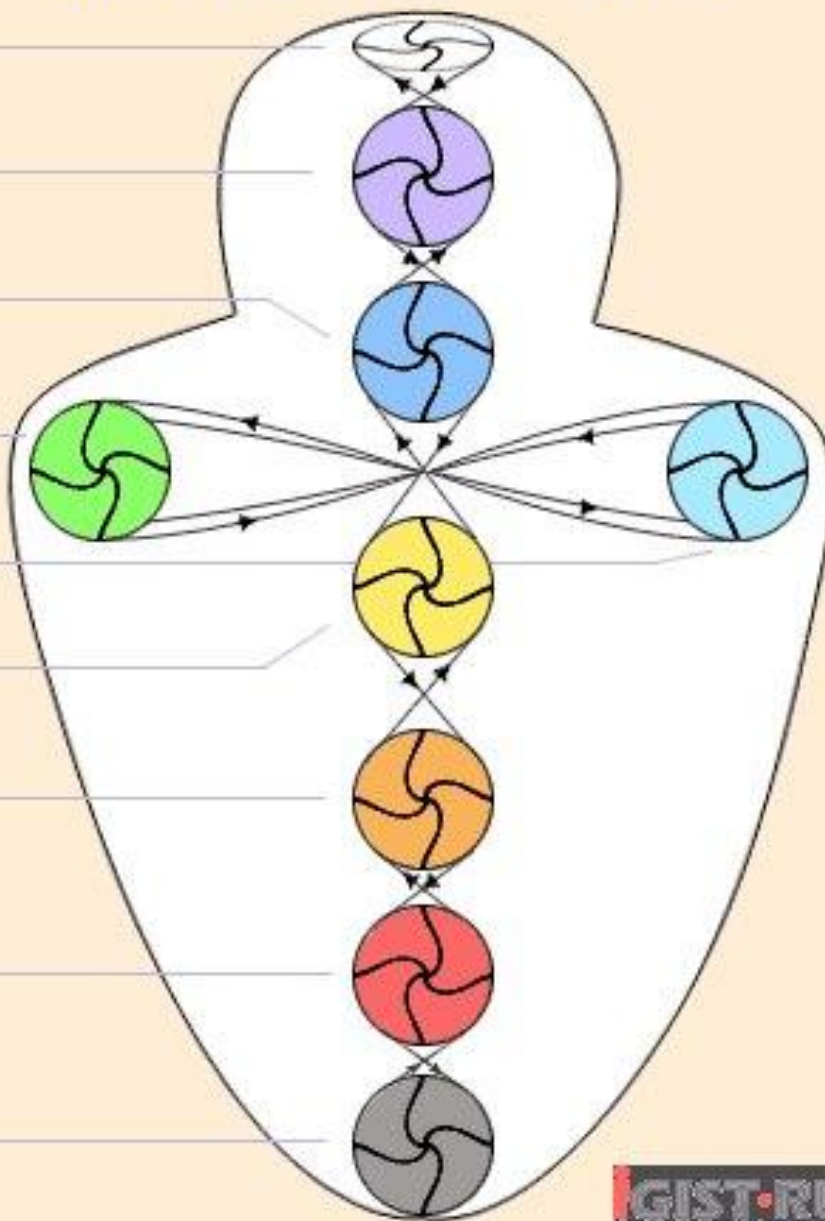
СВАДХИСТАНА

МУЛАДХАРА



Славяно - Арийский духовно-энергетический крест

Правь	Родник
Славь	Чело
	Ўстье
Явь	Лада
	Леля
	Перси
Навь	Живот
	Зарод
	Исток



Мини-тест

В каком состоянии ваши чакры



Восходящий поток

Вверх



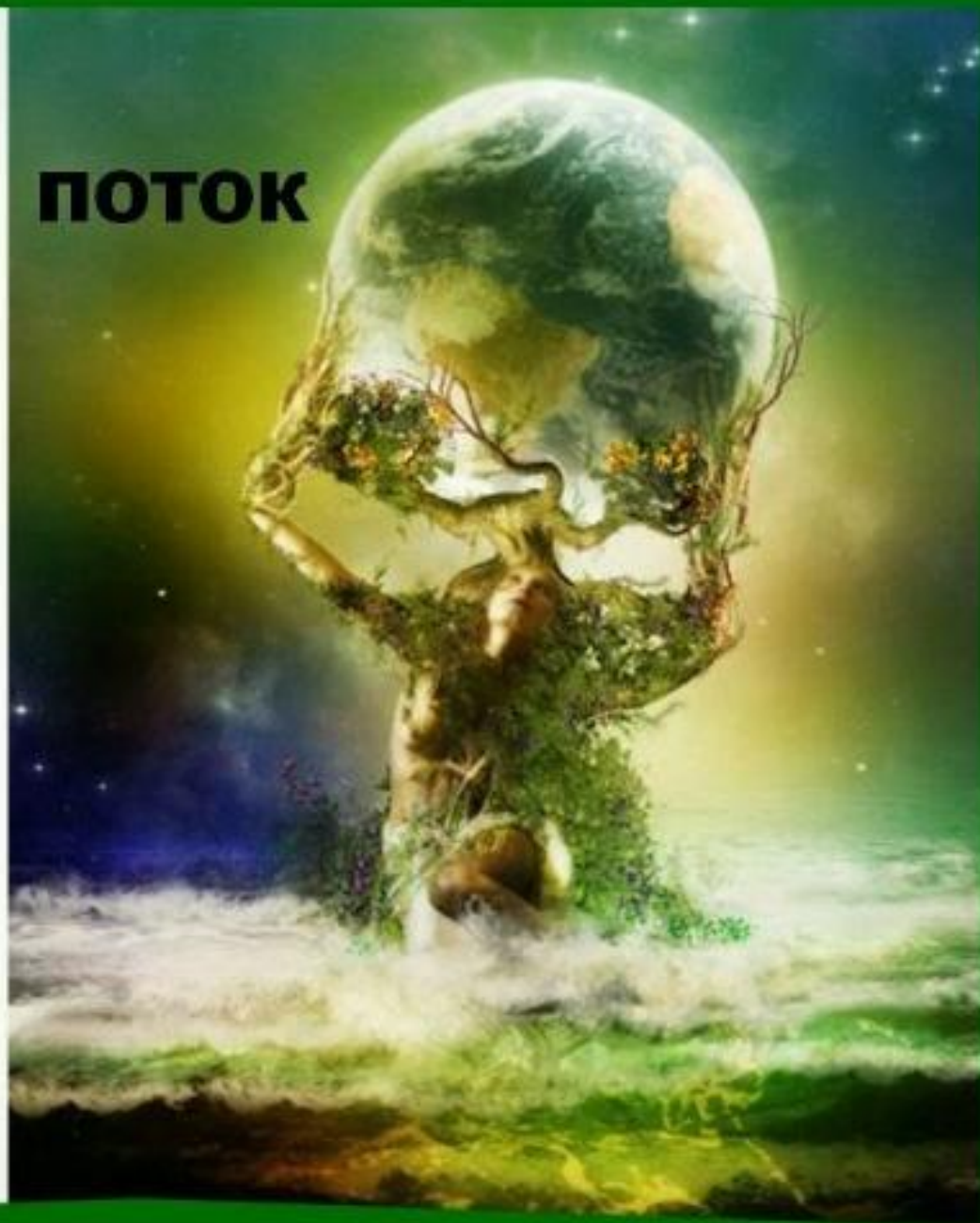
Из земли

Восходящий поток

Вверх



Из земли



Нисходящий поток

Из космоса



Вниз

Нисходящий поток



Из космоса



Вниз

Восходящий – нисходящий потоки через сердце



Энергетическая экосистема

Чакры - **энергетические центры**, находящиеся в движении.

Они обеспечивают снабжение тела энергией и осуществляют энергетический обмен между телом и окружающей средой.

Это фокальные точки **вашей жизненной силы** и их состояние оказывает влияние на ваше благосостояние.

Энергетическая экосистема

**Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.**

Первый центр - Корневая чакра



Энергетическая экосистема

Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.

Второй центр – Сакральная чакра



Энергетическая экосистема

Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.

Третий центр –

чакра солнечного сплетения



Энергетическая экосистема

Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.

Четвертый центр – Сердечная чакра



Энергетическая экосистема

Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.

Пятый центр – Горловая чакра



Энергетическая экосистема

Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.

Шестой центр – чакра третьего глаза



Энергетическая экосистема

Чакры - энергетические центры,
находящиеся в движении.

Седьмой центр – Коронная чакра



Корневая чакра





Корневая чакра влияет на вашу карьеру и проявление в материальном мире

Расположение: промежность

Любовь в деньгах и финансовое благополучие

Связана с инстинктом выживания и самосохранения.

Энергии: Земля, заземление, фокусировка, центрирование

МУЛАДХАРА

является корневой чакрой в энергетической системе человека, располагается в основании позвоночника, отвечает за здоровье физического тела, костно-мышечную систему, устойчивость

- ❖ **"Му" - это мир, утеха, звук, начало жизни**
- ❖ **"Лад" - гармоничное состояние;**
- ❖ **"Ха" - положительная сила (энергия),**
- ❖ **"Ра" - сияние, основа энергии.**

АЗ БГМЬ



*Место, где начинает жить гармоничное
положительное сияние (энергия)*

Баланс в корневой чакре

Помогает вам чувствовать себя комфортно в физической оболочке.

Вы хорошо заземлены и твердо стоите на ногах.

Вы довольны своей работой, хорошо справляетесь с ней, она **приносит вам хороший доход**.

В целом **вы стабильны и восприимчивы** к своим природным инстинктам.



Дисбаланс в корневой чакре

Если корневая чакра гиперактивна:

У вас может наблюдаться зависимость от еды и быть излишний вес.

Вы также можете быть слишком материалистичны и привязаны к деньгам.

Вам свойственно накопительство.

Дисбаланс в корневой чакре

Если корневая чакра ослаблена:

Вы излишне худы и не обращаете внимание на вашу внешность.

Вам трудно выполнять взятые на себя **обязательства**.

Вы постоянно **волнуетесь из-за денег** и чувствуете себя незащищенными.

Вам не хватает заземленности и определенности.



ГАРМОНИЗАЦИЯ ЧАКРЫ

- * Практики на восстановление родовых связей;
- * Правильное и здоровое питание;
- * Переписывание сценария рождения;
- * Переписывание детских воспоминаний;
- * Физические упражнения, йога, ходьба пешком;
- * Забота о слабых, о животных или о детях;
- * Делать йогическую позу Тадасана (поза Горы);
- * Проводить время на природе, хождение босиком по земле;
- * Сажать цветы, работать с землей;
- * Принимать помощь и защиту окружающих людей

Сакральная чакра





Сакральная чакра влияет на вашу сексуальность

Расположение: низ живота

Любовь между мужчиной и женщиной. Самая действенная в здесь и сейчас.

Энергетический центр сексуальности и жизненной силы

Энергии: Огонь, подзарядка энергией

СВАДХИСТАНА

Центр нашей сексуальной энергии, отвечающий за здоровье наших половых органов и молочных желёз у женщин, за коммуникацию, гибкость в общении и гибкость тела.

- ❖ **"Сва"** - это Небеса;
- ❖ **"Д"** - это деяние;
- ❖ **"Хи"** - лунные потоки;
- ❖ **"Стан"** - место сбора;
- ❖ **"А"** - мера.

Секс и Творчество



*Небесное деяние, где лунные потоки
собираются в одном месте*

Баланс в сакральной чакре

Вы способны выражать эмоции, но они **не захлестывают** вас.

У вас **здоровые сексуальные отношения** и хорошая чувственность.

Вы подключены к своей внутренней женской энергии (даже если вы мужчина)



Дисбаланс в сакральной чакре

Если сакральная чакра гиперактивна:

Вам присуща **эмоциональная взвинченность**.

Вы страдаете от **перепадов настроения**.

Вы цепляетесь за отношения и обладаете чрезмерной эмоциональной чувствительностью.

Вы можете **гоняться за удовольствиями** и вести экстравагантный образ жизни.

Дисбаланс в сакральной чакре

Если сакральная чакра ослаблена:

Ваше тело жесткое и зажатое.

Проблемы с поясницей, сексуальная дисфункция и **подавленные сексуальные желания.**

Вам сложно получать удовольствие от жизни.

Вам **трудно поддерживать близкие отношения с людьми.**

Вы также склонны к пессимизму и интроверсии.



ГАРМОНИЗАЦИЯ ЧАКРЫ



- * Нужно найти контакт со своим телом;
- * Переписывание своих комплексов;
- * Проработка отношений с папой;
- * Практики раскрытия сексуальной энергии;
- * Женские практики именно на женственность;
- * Раскрытие энергии чувственности;
- * Употреблять больше сладких и сочных продуктов;
- * Покупать красивую одежду;
- * Читать книги о женской природе;
- * Слушать красивую и плавную музыку...



Чакра солнечного сплетения



МАНИПУРА

Третий энергетический центр.

Находится он в области солнечного сплетения, отвечает за здоровье желудочно-кишечной системы в организме человека.

- ❖ **"Мани" - энергия окружающего космического пространства;**
- ❖ **"ПуРа" - как бы поглощающее сияние,**
- ❖ **"пу" - это поглощение, "ра" - сияние.**

Энергия ЖизнеТворения



*Поглощающая сияние энергии окружающего
космического пространства.*

Баланс в чакре солнечного сплетения

Обеспечивает устойчивую **высокую самооценку**.

Вы уверены в себе, позитивны и хорошо ощущаете свою личную силу.

Вы наслаждаетесь спонтанностью, с удовольствием пробуете новое и с азартом разбираетесь с затруднениями.

Вы часто смеетесь и у вас хорошая связь со своим мужским началом.



Дисбаланс в чакре солнечного сплетения

Если чакра солнечного сплетения ослаблена:

Вам не хватает энергии и спонтанности.

У вас **слабая воля**, вами помыкают все, кому не лень.

Вы слишком застенчивы, стараетесь избегать ситуаций, когда вы оказываетесь в центре внимания.

Вы **недисциплинированы** и склонны к пассивно-агрессивному поведению.

Вы **ненавидите риск**, слишком серьезны, страдаете от приступов депрессии.



ГАРМОНИЗАЦІЯ ЧАКРЫ

- * Чем бы Вы занимались, если бы были обеспечены финансово на всю жизнь?
- * Через что Вы хотели бы помогать людям?
- * Кем Вы хотели быть в детстве и почему?
- * Если бы Вы могли помечтать о чем угодно, то о чем бы Вы помечтали?
- * Если бы Вам снова было 16 и стоял выбор кем стать, кем бы Вы стали?
- * Что Вы могли бы делать бескорыстно, не требуя ничего взамен?
- * Если бы у Вас было много свободного времени, чем бы Вы занимались?
- * Вы всегда боялись, но хотели....(сделать что-то...что это???)



Сердечная чакра





Сердечная чакра влияет на ваши отношения

Расположение: центр груди

Принятие себя таким, какой есть, и гармонизация с окружающим миром через свою внутреннюю целостность.

Центр любви, отношений, принятия себя

Энергии: Вода, успокоение, расслабление

АНАХАТА

Находится в области центра груди и отвечает за здоровье нашего сердца и лёгких, органов располагающихся в грудной клетке. При открытой чакре человек чувствует Божественную любовь и находится в состоянии благодати и полного принятия

- ❖ **"Ана" — это творчество, созидание;**
- ❖ **"Ха" — положительная сила;**
- ❖ **"Та" — означает утверждённое Богами;**
- ❖ **руна "Твердо" (утверждение) и руна "Аз" (Бог)**

Прекрасная Зелёная Любовь



Положительная сила творческого
созидания, утвержденная Богами



Баланс в сердечной чакре

Вы относитесь к другим **открыто и сочувственно.**

Вы легко вступаете в близкие, любящие отношения.

Вы – щедрый человек. Легко помогаете незнакомым людям.

Идете по жизни **легко и открыто.**

У вас уравновешенное отношение ко всему.

Вы не склонны к осуждению, не копите обиды и **легко прощаете.**



Дисбаланс в сердечной чакре

Если сердечная чакра гиперактивна:

Вы испытываете **приступы ревности, собственничества**, не задумываясь нарушаете границы других людей.

Вам **недостает любви к себе**, вы не принимаете многое в себе.

Вы постоянно нуждаетесь в подтверждении любви извне.

Вы проявляете чрезмерную демонстративную заботу в надежде, что вас за это полюбят.



ГАРМОНИЗАЦИЯ ЧАКРЫ

- * Делать практики очищения 4-ой чакры;
- * Задуматься о возможности создать семью;
- * Углублять отношения с окружающими людьми;
- * Взращивать материнские качества;
- * Хорошо помогает трава Шатавари;
- * Благоприятно влияют медитации на женские Божества;
- * Хорошо почитать мантру Луне:
- * **ОМ ЧАМ ЧАНДРАЯ НАМАХА;**
- * **ОМ НАМО БХАГАВАТЕ ВАСУДЕВАЯ;**
- * Больше общайтесь с семьями, замужними женщинами, матерями...



Горловая чакра





Горловая чакра влияет на ваше самовыражение

Расположение: Горло

Умение проявлять любовь в творчестве, соединять несоединимое.

Центр вашего «подлинного голоса»

Энергии: Вода, успокоение, расслабление

ВИШУДХА

**Находится в области низа шеи, ярёмная выемка, отвечает за здоровье органов располагающихся в области шеи и за наше творческое развитие:
пение, рисование**

- ❖ **"Виш" - это Высшая система;**
- ❖ **"Уд" - чувственная система;**
- ❖ **"Ха" - положительная сила.**

Творю своей Мир



*Место, через которое протекает
положительная энергия чувственных образов*

Баланс в горловой чакре

Ясная, четкая коммуникация, способность к прямому и искреннему самовыражению.

У вас **своя правда**, и вы живете, ни на кого не оглядываясь.

Творчество играет важную роль в вашей жизни, вы его высоко цените.

Ваша жизнь гармонична.

Вы легко настраиваетесь на окружающие вибрации.

Вы умеете слушать.



Дисбаланс в горловой чакре

Если горловая чакра гиперактивна:

Вы **говорите без умолку**. Не умеете слушать и склонны подминать под себя любой разговор.

Часто то, что вы говорите, неинтересно собеседникам, или же вы вдаётесь в излишние подробности.

Вы склонны говорить о людях **в негативном ключе**.

Дисбаланс в горловой чакре

Если горловая чакра ослаблена:

Вам трудно выражать свои подлинные чувства.

У вас тихий, плоский, лишенный вибрации голос.

Возможно, вы вообще **боитесь говорить**.

Стараясь поддержать разговор, вы испытываете **приступы застенчивости** и отчужденности.



ГАРМОНИЗАЦИЯ ЧАКРЫ



- * Начать прислушиваться к своим чувствам, пробовать описать их;
- * Заняться исцеляющим творчеством (арт - терапия, музыка, голосовые практики);
- * Переписывание негативных жизненных ситуаций;
- * Поиск общества с духовными и моральными ценностями, добрыми намерениями и любовью;
- * Поиск наставницы с большим запасом любви;
- * Чтение книг о духовной природе женщины, о сакральном предназначении;
- * Посещение развивающих тренингов;
- * Делиться своими мыслями и реализациями;



Чакра третьего глаза





Чакра третьего глаза влияет на вашу интуицию

Расположение: центр лба

Проявление любви в умении формировать образы, которые потом становятся реальностью.

Действует как ваш внутренний компас

Энергии: Воздух, медитации, интуиция, доверие собственным чувствам

АДЖНА

**Аджна чакра - это центр воли, знания,
отвечает за здоровье наших глаз**

**Через неё человек получает энергию без
чувственной окраски, и данный поток
света человек использовал при
энерговидении.**

Вдохновение и Осознание Суты



Взор в другое измерение, состояние

Баланс в чакре третьего глаза

Вы **ясно видите**, чего хотите от жизни, т.к. у вас хорошо развито внутреннее видение.

Вы цените силу воображения, у вас хорошая память.

Вы полностью **доверяете собственной интуиции** и понимаете важность знаков и символов.

Вы не только запоминаете сны, но и умеете их толковать.



Дисбаланс в чакре третьего глаза

Если чакра третьего глаза гиперактивна:

Кошмары, навязчивые фантазии и галлюцинации.

В бодрствующем состоянии вы можете **терять контакт с реальностью.**

Это результат перегрузки психической информацией, которую вы **не умеете заземлять**, что может вылиться в предрассудки.

Дисбаланс в чакре третьего глаза

Если чакра третьего глаза ослаблена:

Неспособность запоминать сны, плохая память, трудности с визуализацией.

Вы **отрезаны от собственной интуиции**, не видите знаков и проявлений синхроничности.

Вам сложно находить альтернативные решения проблем.

Вы склонны излишне **полагаться на рассудок**.



ГАРМОНИЗАЦІЯ ЧАКРЫ

- * Общение с духовными учителями ;
- * Медитации на Божественность всего вокруг;
- * Посетить энергетические сеансы, что бы Вас почистили;
- * Посещение мест силы и энергетически — сильных мест;
- * Занятия йогой ;
- * Общайтесь с природой, попробуйте говорить с ней;
- * Создавайте талисманы и обереги, наделяя их особой силой;
- * Общайтесь с теми, кто идет путем саморазвития, учитесь у них;
- * Читайте духовные книги, писания, сказания;



Коронная чакра





Коронная чакра влияет на вашу связь с источником

Расположение: Теменная область

Формирование будущего, которое потом станет белого цвета, когда реализуется на физике.

Чакра божественного сознания

Энергии: медитации, интуиция, водительство

САХАСРАРА

Располагается в области темени головы, отвечает за нашу связь с Божественным. Она переключает потоки мышления на работу. Через неё человек получает безмолвное знание.

- ❖ **"Са" - движущая, излучающая;**
- ❖ **"Ха" - положительная сила;**
- ❖ **"С - соединяющая;**
- ❖ **"Ра" - сияние.**

Духовность Прозрение Чистая Суть



Движущая, излучающая положительная сила,
которая соединяет два сияния.

Баланс в коронной чакре

Вы ощущаете прочную связь между собственным «я» и миром.

Вы **принимаете духовные аспекты** человеческого бытия и живете с душой.

Вы **живете в настоящем**, что избавляет вас от прошлого и страха будущего.

Вы живете **осознанной жизнью**.



Дисбаланс в коронной чакре

Если коронная чакра гиперактивна:

Вы чувствуете **растождествленность** с собственным телом.

Вы **бежите от реальности**, что ведет к отрицанию физических нужд и потребностей.

Вы плохо питаетесь, пренебрегаете комфортом, стремитесь к возвышенным целям, при этом не вылезая из нищеты.

Познание овладевает вашими мыслями и ресурсами **в ущерб реальному опыту.**

Дисбаланс в коронной чакре

Если коронная чакра ослаблена:

Крайне узкое мировоззрение.

Ваша система представлений очень жесткая и материально ориентированная.

Вы редко открыты новым идеям, т.к. они могут поколебать вашу систему взглядов.

Вы испытываете постоянную потребность демонстрировать правильность своих идей.

ГАРМОНИЗАЦІЯ ЧАКРЫ

- * Найти подходящую себе духовную традицию и развиваться внутри нее, принимая при этом право других традиций на существование
- * Стараться видеть во всем руку Господа;
- * Общаться с духовными людьми;
- * Читать молитвы, прославляющие Господа;
- * Читать книги о Боге, о личности Бога... Знакомиться с ним и узнавать его, все глубже и глубже!!!





