



**Тренинговый  
центр**  
Татьяны  
Трофимчук



# КУРС

Читаем человека с первого взгляда

# КУРС «Читать человека с первого взгляда»



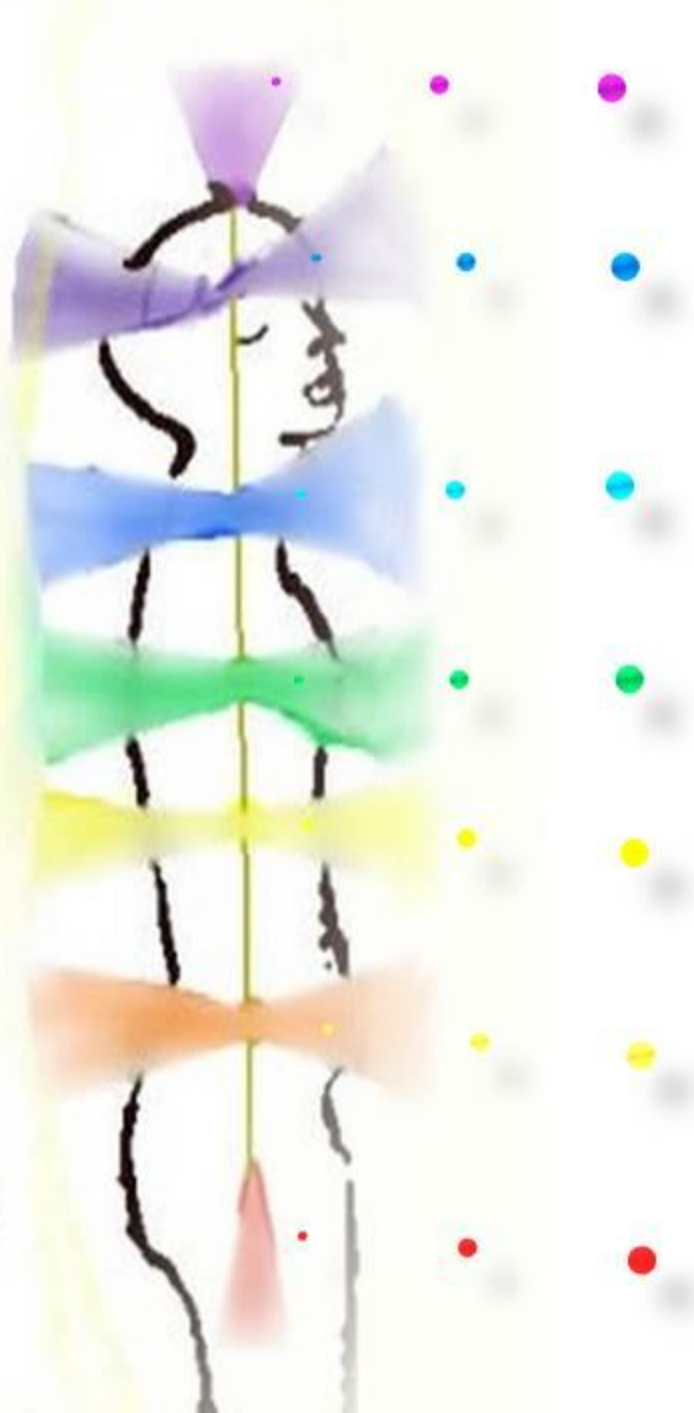
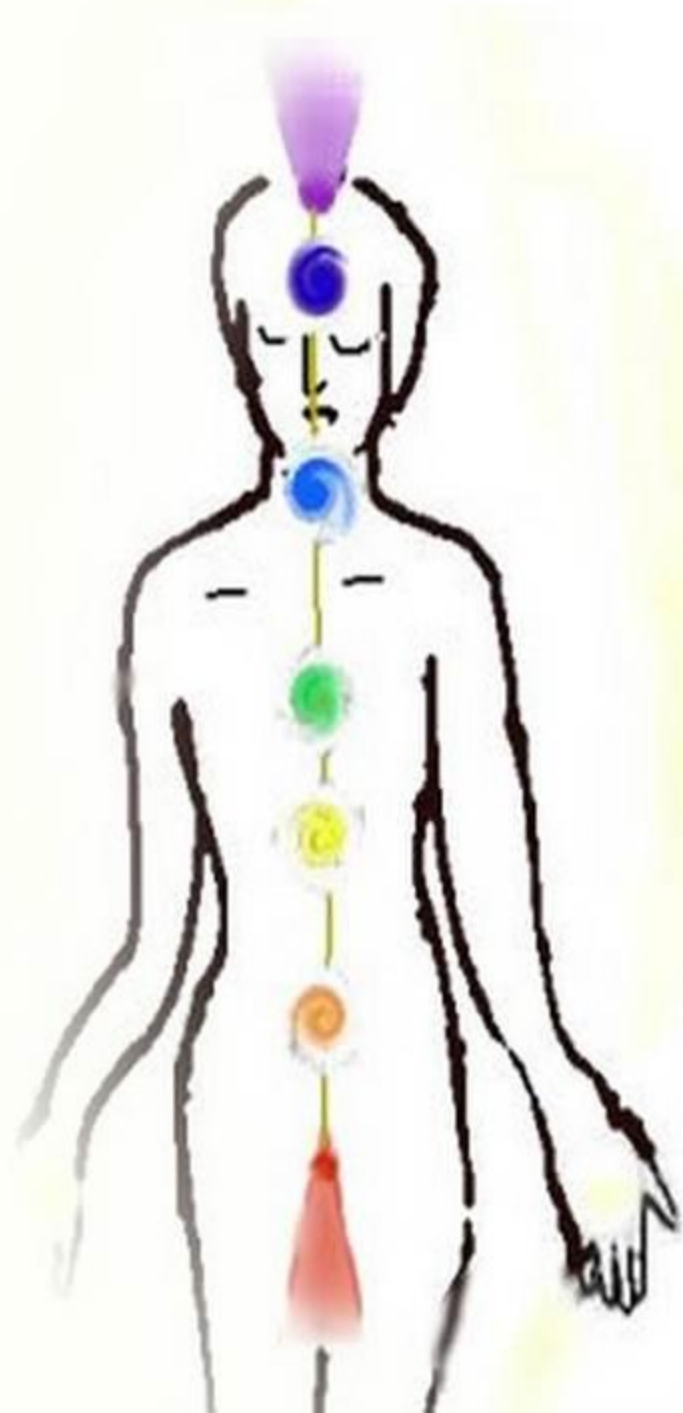
**СОЦИО-МЕНТАЛЬНАЯ  
КУЛЬТУРА**

**« ЭНИОСТИЛЬ »**

# МОДУЛЬ 5

## ЧАКРЫ





## СЛАВЯНСКИЕ НАЗВАНИЯ

## ВЕДИЧЕСКИЕ НАЗВАНИЯ

П  
Р  
А  
В  
Ь

РОДНИК

САХАСРАРА

ЧЕЛЮ

АДЖНА

УСТЬЕ

ВИШУДХА

ПЕРСИ

АНАХАТА

ЖИВОТ

МАНИПУРА

ЗАРОД

СВАДХИСТАНА

ИСТОК

МУЛАДХАРА

С  
Л  
А  
В  
Ь

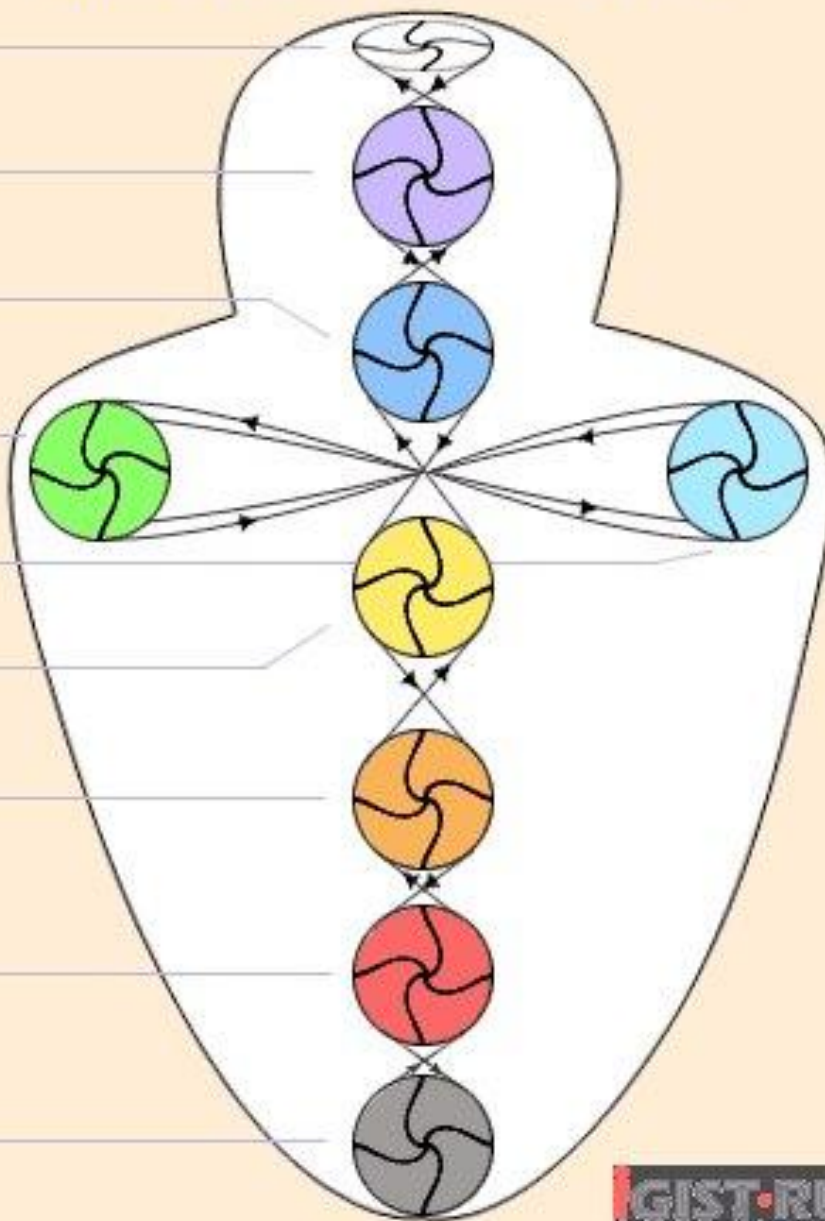
Я  
В  
Ь

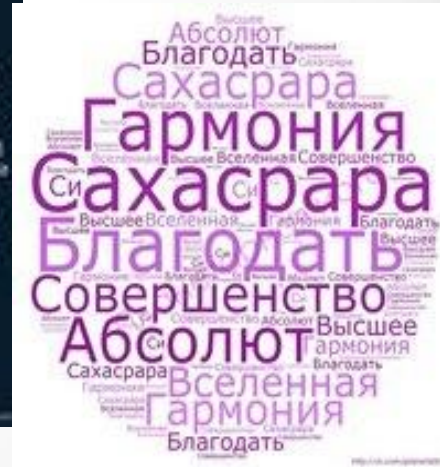
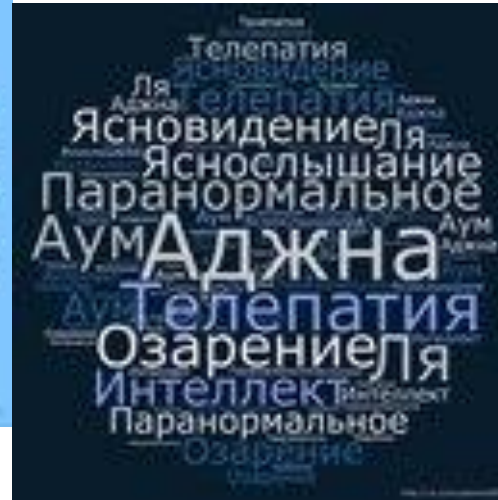
Н  
А  
В  
Ь



# Славяно - Арийский духовно-энергетический крест

<b>Правь</b>	<b>Родник</b>
<b>Славь</b>	<b>Чело</b>
	<b>Ўстье</b>
<b>Явь</b>	<b>Лада</b>
	<b>Леля</b>
	<b>Перси</b>
<b>Навь</b>	<b>Живот</b>
	<b>Зарод</b>
	<b>Исток</b>







**Мини-тест**

**В каком состоянии ваши чакры**



# Восходящий поток

Вверх



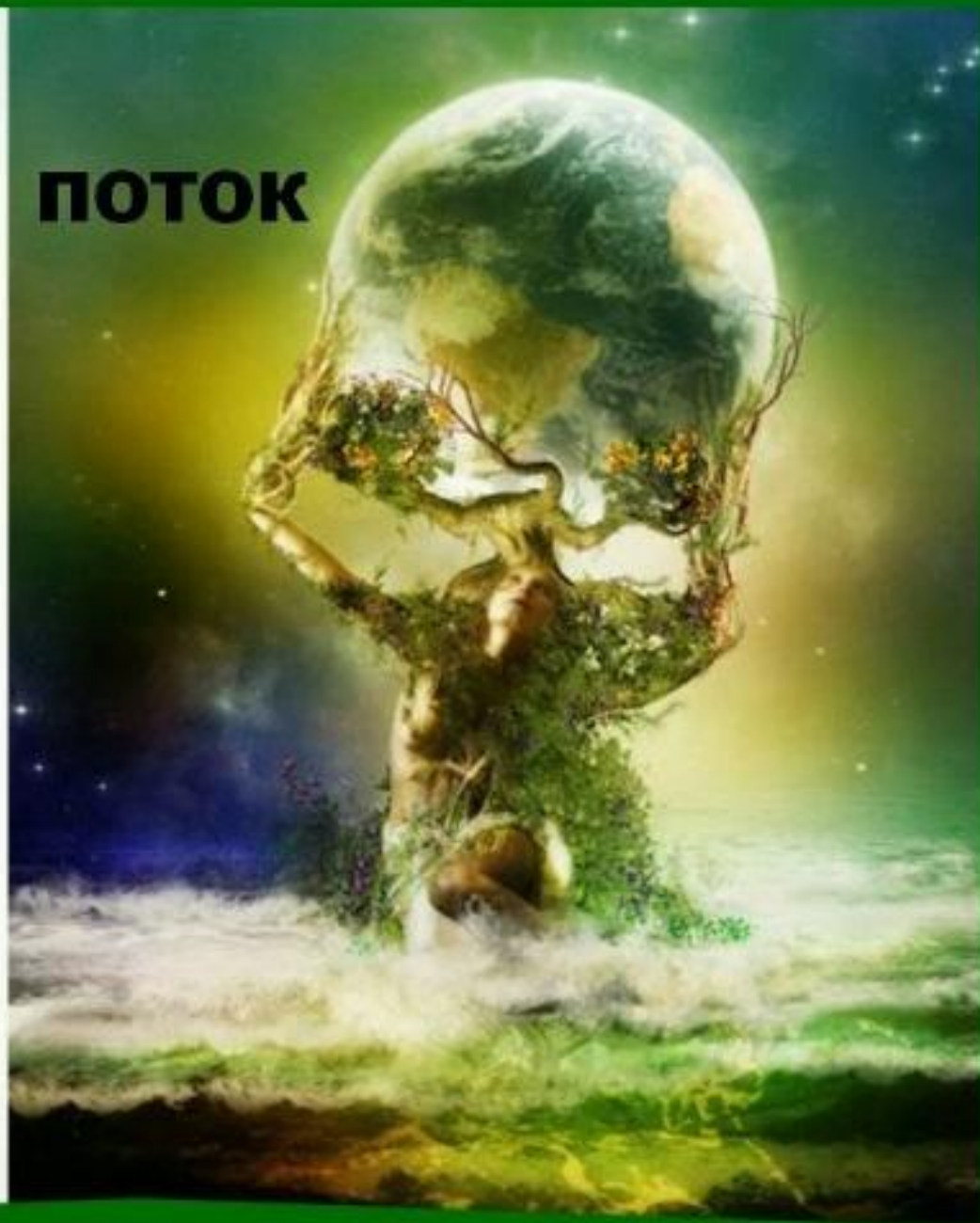
Из земли

# 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, утверждённая 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.



# ГАРМОНИЗАЦІЯ 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!!!





