ИНСТИТУТ
СЛАВЯНСКОЙ ЖИВЫ

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН:

КАК ПОДНЯТЬ УРОВЕНЬ и КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

НАВЬ · ЯВЬ · ПРАВЬ

Кон причины и следствия



Александр Жарков

Основатель Института Славянской Живы

Открыть план ›

АВТОР И ПРОВОДНИК

Александр Жарков



Основатель и методолог Института Славянской Живы.

В центре этого подхода — внимание к причинам, самостоятельный выбор в настоящем и ответственность за создаваемое будущее.

Рассматривайте семь уровней через вопросы: что повторяется из прошлого, как это проявляется сейчас и какое действие вы готовы выбрать.

Выберите свой первый шаг

Если хотите применить схему Навь — Явь — Правь к своей ситуации, начните с одного конкретного запроса. На разборе можно упорядочить наблюдения и обсудить дальнейшие действия.

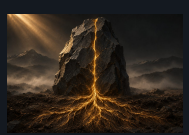
Разбор · для РФ › | **Разбор · для Мира ›**

Александр Жарков · Институт Славянской Живы

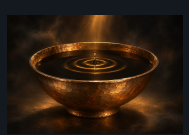
СЕМЬ УРОВНЕЙ

Маршрут по семи уровням

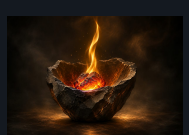
Читайте по порядку или выберите уровень. Из каждой главы можно перейти к Нави, Яви, Прави и Личной карте.



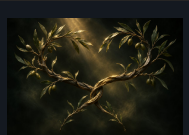
01 **Муладхара**
Камень и корни ›



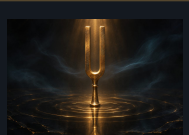
02 **Свадхистана**
Чаша с водой ›



03 **Манипура**
Живой огонь ›



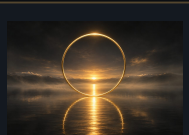
04 **Анахата**
Переплетённые ветви ›



05 **Вишудха**
Камертон ›



06 **Аджна**
Кристальная призма ›



07 **Сахасрара**
Световое кольцо ›

Открыть Личную карту ›

КОН ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ

Причина. Проявление. Выбранное действие.

НАВЬ · ПРОШЛОЕ

Личная карма, родовые программы и духовные влияния. Заметьте, какой повторяющийся сюжет вы узнаёте.

ЯВЬ · НАСТОЯЩЕЕ

Внутреннее и внешнее состояние, жизненная энергия, здоровье, информационные и пищевые привычки, реализация.

ПРАВЬ · БУДУЩЕЕ

Простые и усиленные практики, общий эффект и направление дальнейшего изменения.

Двигайтесь от распознавания причин к повседневным действиям и наблюдению за изменениями.

ГРАНИЦЫ МОДЕЛИ

Чакральная система — духовная модель самонаблюдения. Она не позволяет ставить диагноз, исключать болезни или выбирать лечение. Чакра не определяет фактический заработок; диапазоны доходов в модели не являются прогнозом или гарантией.

УРОВЕНЬ 01 ИЗ 07

Муладхара

ЖИЗНЬ НА УРОВНЕ ПЕРВОЙ ЧАКРЫ (Муладхара)



Камень и корни

НАВЬ · ПРОШЛОЕ

"Деньги достаются только тяжелым трудом". ›

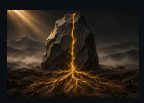
ЯВЬ · НАСТОЯЩЕЕ

Постоянное чувство страха и тревоги. ›

ПРАВЬ · БУДУЩЕЕ

Практика благодарности: каждый день записывать 3 вещи, за которые вы благодарны. ›

Муладхара



5. ЛИЧНАЯ КАРМА

- Невыполненные обязательства: неспособность взять на себя ответственность за базовые аспекты жизни.
- Повторяющиеся уроки, связанные с поиском безопасности и достатка.

6. РОДОВЫЕ ПРОГРАММЫ

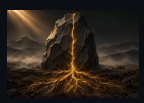
- Переданные поколениями установки, например:
  - "Деньги достаются только тяжелым трудом".
  - "Не высовывайся, иначе будет хуже".
- Родовые травмы, создающие подсознательные страхи перед жизненными изменениями.

4. ВЛИЯНИЕ АСТРАЛЬНЫХ ПАРАЗИТОВ

Духовные образы чакральной модели для самонаблюдения.

- Астральные сущности питаются энергией страха, создавая замкнутый круг тревоги и слабости.
- Под их влиянием усиливаются негативные мысли и сомнения.
- Препятствуют естественной циркуляции энергии в теле, усугубляя состояние здоровья.

Муладхара



1. ВНУТРЕННЕЕ СОСТОЯНИЕ

Эмоции:

- Постоянное чувство страха и тревоги.
- Ощущение недостатка (денег, времени, ресурсов).
- Бессилие, раздражение, чувство несправедливости.
- Депрессия или апатия из-за безысходности.

Ментальное состояние:

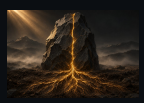
- Ограниченные мысли: "Мне никогда не хватит", "Все против меня".
- Недоверие к себе и другим.
- Сильная привязка к материальным вещам.

2. ВНЕШНЕЕ СОСТОЯНИЕ

Обстоятельства:

- Постоянная нехватка денег.
- Низкий уровень комфорта в жилье и жизни в целом.
- Работа ради выживания, а не ради самореализации.

Муладхара



Окружение:

- Люди с низкими вибрациями, находящиеся в состоянии борьбы.
- Токсичные отношения: манипуляция, агрессия, зависимость.

3. ЖИЗНЕННАЯ ЭНЕРГИЯ

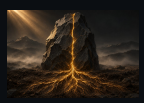
Состояние энергии:

- Энергия блокирована в первой чакре, не поднимается вверх.
- Утечка энергии через страхи, тревоги и токсичные отношения.
- Истощение из-за отсутствия гармоничного взаимодействия с окружающим миром.

Проявления:

- Постоянная усталость, отсутствие мотивации.
- Чувство, что энергии едва хватает, чтобы прожить день.

Муладхара



7. ЗДОРОВЬЕ

Духовное описание состояния. По нему нельзя ставить диагноз, исключать заболевания или выбирать лечение.

Психосоматика:

- Тревога усиливает стресс, провоцируя сбои в работе организма.
- Неспособность расслабиться вызывает мышечное напряжение.

Физическое состояние:

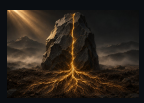
- Хроническая усталость.
- Проблемы с опорно-двигательным аппаратом: боли в спине, коленях.
- Заболевания, связанные с кишечником и нижними органами (запоры, геморрой, болезни мочеполовой системы).
- Ослабленный иммунитет, частые простуды.

8. ЧТО СМОТРИТ

Телевизор и СМИ:

- Новости о катастрофах, преступлениях, войнах — усиливают чувство страха и тревоги.
- Программы, культивирующие агрессию или негатив (например, ток-шоу с конфликтами).

Муладхара



Соцсети и интернет:

- Видео с драмой, скандалами, разоблачениями.
- Контент с низкими вибрациями: насилие, агрессия, зависть.

Развлечения:

- Фильмы и сериалы, наполненные страхом, насилием и борьбой (например, фильмы ужасов).
- Криминальные сюжеты или истории о выживании, которые резонируют с текущим состоянием.

9. ЧТО СЛУШАЕТ

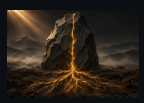
Музыка:

- Композиции с тяжелыми, мрачными вибрациями (например, агрессивный рэп или тяжелый металл).
- Тексты, пропагандирующие ненависть, насилие, страдания.

Разговоры:

- Токсичные диалоги с окружением, где обсуждаются проблемы, жалобы, зависть.
- Сплетни, осуждение других людей.

Муладхара



Аудиоконтент:

- Подкасты или аудиокниги о катастрофах, кризисах, теориях заговора.

10. ЧТО ЕСТ

Еда низкого качества:

- Фастфуд: бургеры, картошка фри, пицца.
- Полуфабрикаты: пельмени, сосиски, колбасы.
- Сладости с искусственными добавками: торты, шоколадные батончики.

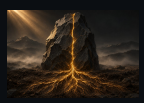
Избыток:

- Жирная и тяжелая пища: жареное, копченое.
- Избыточное потребление углеводов (макароны, хлеб, пирожные).

Недостаток:

- Отсутствие свежих овощей, фруктов, зелени.
- Недостаток витаминов и минералов.

Муладхара



11. ЧТО ПЬЕТ

Алкоголь:

- Сильные напитки (водка, виски) для подавления тревоги.
- Пиво в больших количествах, создающее иллюзию расслабления.

Энергетики:

- Напитки с высоким содержанием сахара и кофеина.
- Усиливают тревогу, истощают нервную систему.

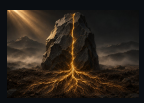
Сладкие напитки:

- Газировка, соки из пакетов — усиливают скачки сахара в крови.
- Чрезмерное потребление сахара ухудшает общее состояние здоровья.

Недостаток воды:

- Не пьет чистую воду или пьет её слишком мало.
- Это приводит к обезвоживанию, ухудшению работы органов и энергетического баланса.

Муладхара



12. РЕАЛИЗАЦИЯ

Профессии:

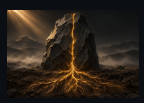
- Работы, связанные с физическим трудом: строители, грузчики, фермеры.
- Службы безопасности: охранники, полицейские.
- Простые рабочие специальности: кладовщики, уборщики, транспортировщики.

Диапазоны здесь описывают авторскую модель и не являются прогнозом или гарантией дохода.

Диапазон дохода:

- Низкий: от $200 до $1000 в месяц.
- Доходы ограничены, так как профессии связаны с выживанием, а не самореализацией.

Муладхара



13. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ПОДНЯТЬ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

Простые варианты:

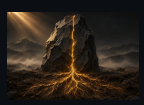
- Заземление: ежедневная прогулка босиком по земле или траве.
- Практика благодарности: каждый день записывать 3 вещи, за которые вы благодарны.
- Минимальный порядок: убрать и организовать своё пространство для чувства стабильности.

Усиленные варианты:

- Дыхательные практики: дыхание животом для заземления и расслабления.
- Физические нагрузки: йога или пилатес для укрепления тела.
- Ритуал очищения: использование рун, медитаций или энергетических техник для снятия блоков.

ПРАВЬ · БУДУЩЕЕ

Муладхара



ПРАКТИКА КРУПНЫМ ПЛАНОМ

Практика благодарности: каждый день записывать 3 вещи, за которые вы благодарны.

Какие три вещи вы запишете сегодня?

Записать в Личную карту ›

Общий эффект

Каждый аспект жизни на уровне первой чакры взаимосвязан. Негативные привычки и убеждения усиливают низкие вибрации, блокируют энергию, ухудшают здоровье и создают замкнутый круг, разорвать который возможно только через осознанную работу над собой для перехода на вторую чакру.

От наблюдения — к личному запросу

Если узнали повторяющийся сценарий, выберите один жизненный пример. Можно рассмотреть его на разборе и сформулировать следующий шаг.

Разбор · для РФ › **Разбор · для Мира ›**

Александр Жарков · Институт Славянской Живы

Далее · Уровень 02 из 07 · Свадхистана →