УРОВЕНЬ 02 ИЗ 07

# Свадхистана

ЖИЗНЬ НА УРОВНЕ ВТОРОЙ ЧАКРЫ (Свадхистана)



Чаша с водой

**НАВЬ · ПРОШЛОЕ**

"Любовь всегда приносит боль". ›

**ЯВЬ · НАСТОЯЩЕЕ**

Постоянные перепады настроения: от эйфории до апатии. ›

**ПРАВЬ · БУДУЩЕЕ**

Творчество: выделить 10 минут в день на творчество (рисование, пение, танцы). ›

# Свадхистана



## 5. ЛИЧНАЯ КАРМА

- Невыполненные уроки, связанные с гармонией в отношениях.
- Повторяющиеся сценарии токсичных партнёрств.
- Неосознание своих эмоций и их влияния на других людей.

## 6. РОДОВЫЕ ПРОГРАММЫ

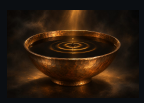
- Родовые установки:
  - "Любовь всегда приносит боль".
  - "Нельзя быть слишком счастливым — это грех".
- Наследственные травмы, связанные с отношениями или сексуальностью.
- Подавление творчества и самовыражения в роду.

## 4. ВЛИЯНИЕ АСТРАЛЬНЫХ ПАРАЗИТОВ

Духовные образы чакральной модели для самонаблюдения.

- Паразиты питаются эмоциями вины, стыда, ревности и обид.
- Усиливают зависимость от чужого одобрения.
- Блокируют способность наслаждаться жизнью, вызывая чувство неудовлетворённости.

# Свадхистана



## 1. ВНУТРЕННЕЕ СОСТОЯНИЕ

**Эмоции:**

- Постоянные перепады настроения: от эйфории до апатии.
- Чувство вины за свои желания и удовольствия.
- Эмоциональная зависимость от других людей.
- Тоска, неудовлетворённость жизнью, страх отвержения.

**Ментальное состояние:**

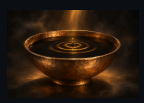
- Мысли: "Я недостоин радости и любви", "Если я буду честным, меня не примут".
- Блокировка творчества и самовыражения.
- Частая прокрутка сценариев прошлого и сожаления.

## 2. ВНЕШНЕЕ СОСТОЯНИЕ

**Обстоятельства:**

- Трудности в построении близких и гармоничных отношений.
- Конфликты, ревность, обиды в паре.
- Неспособность наслаждаться жизнью: всё делается "по обязанности".

# Свадхистана



**Окружение:**

- Люди, которые манипулируют чувствами (например, вызывают чувство вины).
- Общение с токсичными партнёрами, зависимость от их одобрения.
- Окружение с низким уровнем эмоциональной зрелости.

## 3. ЖИЗНЕННАЯ ЭНЕРГИЯ

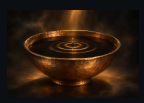
**Состояние энергии:**

- Энергия сосредоточена на эмоциональной сфере, но хаотична.
- Постоянные утечки через чувство вины, стыд или эмоциональные всплески.
- Недостаток энергии для творчества и продуктивности.

**Проявления:**

- Чувство истощения после конфликтов или эмоциональных перегрузок.
- Низкий уровень мотивации для долгосрочных целей.

# Свадхистана



## 7. ЗДОРОВЬЕ

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

**Психосоматика:**

- Подавление эмоций вызывает хронический стресс.
- Постоянное чувство вины влияет на гормональный баланс.

**Физическое состояние:**

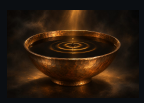
- Проблемы с мочеполовой системой: цистит, гормональные сбои.
- Боли в пояснице и нижней части живота.
- Снижение либидо, сексуальные дисфункции.
- Задержка жидкости в организме, проблемы с весом.

## 8. ЧТО СМОТРИТ

**Телевизор и СМИ:**

- Мелодрамы или реалити-шоу с драмами в отношениях.
- Контент, который усиливает чувство недовольства собственной жизнью.

# Свадхистана



**Соцсети и интернет:**

- Видео с красивой, "идеальной" жизнью других людей, вызывающие зависть.
- Материалы, связанные с зависимыми отношениями и манипуляциями.

**Развлечения:**

- Фильмы и сериалы, где эмоции драматизированы.
- Контент, связанный с чрезмерной сексуализацией, которая усиливает чувство стыда.

## 9. ЧТО СЛУШАЕТ

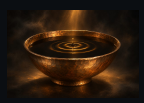
**Музыка:**

- Песни о разбитом сердце, боли и страданиях.
- Меланхоличные или слишком чувственные композиции, которые усиливают чувство тоски.

**Разговоры:**

- Жалобы на отношения, обсуждение чужих проблем в этой сфере.
- Диалоги, где много обвинений и манипуляций.

# Свадхистана



**Аудиоконтент:**

- Истории о неудачных отношениях, ревности или изменах.
- Подкасты, посвящённые теориям о том, как управлять другими людьми.

## 10. ЧТО ЕСТ

**Еда низкого качества:**

- Излишне сладкие или жирные блюда, чтобы "заесть" эмоции.
- Продукты, вызывающие зависимость, например, чипсы, сладости, выпечка.

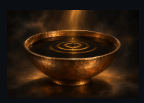
**Избыток:**

- Чрезмерное переедание сладостей для компенсации нехватки радости.
- Тяжелая пища, которая даёт временное "утешение".

**Недостаток:**

- Недостаток лёгкой и свежей пищи (фрукты, овощи).
- Нехватка продуктов, способствующих гормональному балансу.

# Свадхистана



## 11. ЧТО ПЬЕТ

**Алкоголь:**

- Частое употребление вина или сладких коктейлей для расслабления.
- Алкоголь, который временно подавляет чувство вины или стыда.

**Энергетики:**

- Напитки, усиливающие эмоциональные скачки и истощение нервной системы.

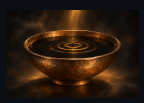
**Сладкие напитки:**

- Кофе с сиропами, газировка, сладкие чайные напитки.
- Усиливают перепады настроения из-за резких скачков сахара в крови.

**Недостаток воды:**

- Недостаточное потребление воды, что ухудшает очищение организма.

# Свадхистана



## 12. РЕАЛИЗАЦИЯ

**Профессии:**

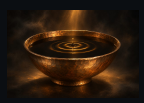
- Работа, связанная с эмоциями и удовольствиями: актеры, музыканты, художники.
- Обслуживание: официанты, бармены, продавцы, работники индустрии красоты.
- Хобби как работа: ремесленники, декораторы.

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

**Диапазон дохода:**

- Средний: от $500 до $3000 в месяц.
- Доход может быть нестабильным, так как зависит от популярности и спроса.

# Свадхистана



## 13. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ПОДНЯТЬ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

**Простые варианты:**

- Творчество: выделить 10 минут в день на творчество (рисование, пение, танцы).
- Ощущение радости: осознанно уделить внимание вещам, которые приносят удовольствие.
- Здоровое питание: добавить фрукты и овощи в рацион, избегать тяжёлой пищи.

**Усиленные варианты:**

- Практика энергии радости: ежедневно медитировать, представляя, как вы наполняетесь радостью.
- Ставьте цели: начинайте с маленьких задач, которые легко выполнить.
- Энергетическая терапия: работа с энергией через сеансы рейки, массаж или йогу кундалини.

ПРАВЬ · БУДУЩЕЕ



# Свадхистана



**ПРАКТИКА КРУПНЫМ ПЛАНОМ**

Творчество: выделить 10 минут в день на творчество (рисование, пение, танцы).

Какому творчеству вы готовы уделить эти десять минут?

**Записать в Личную карту ›**

## Общий эффект

На уровне второй чакры жизнь сосредоточена на эмоциях, удовольствиях и отношениях. Негативные привычки и блоки усиливают чувство неудовлетворенности, приводят к утечке энергии и ухудшению здоровья, особенно в области мочеполовой системы. Осознание своих истинных желаний, гармонизация эмоций и работа с родовыми программами помогают освободиться от этого состояния и перейти на третью чакру.

## Понять свой ритм отношений

Что повторяется в ваших отношениях и самовыражении? Принесите один конкретный пример на разбор, чтобы обсудить его через Навь, Явь и Правь.

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

Александр Жарков · Институт Славянской Живы

**Далее · Уровень 03 из 07 · Манипура →**