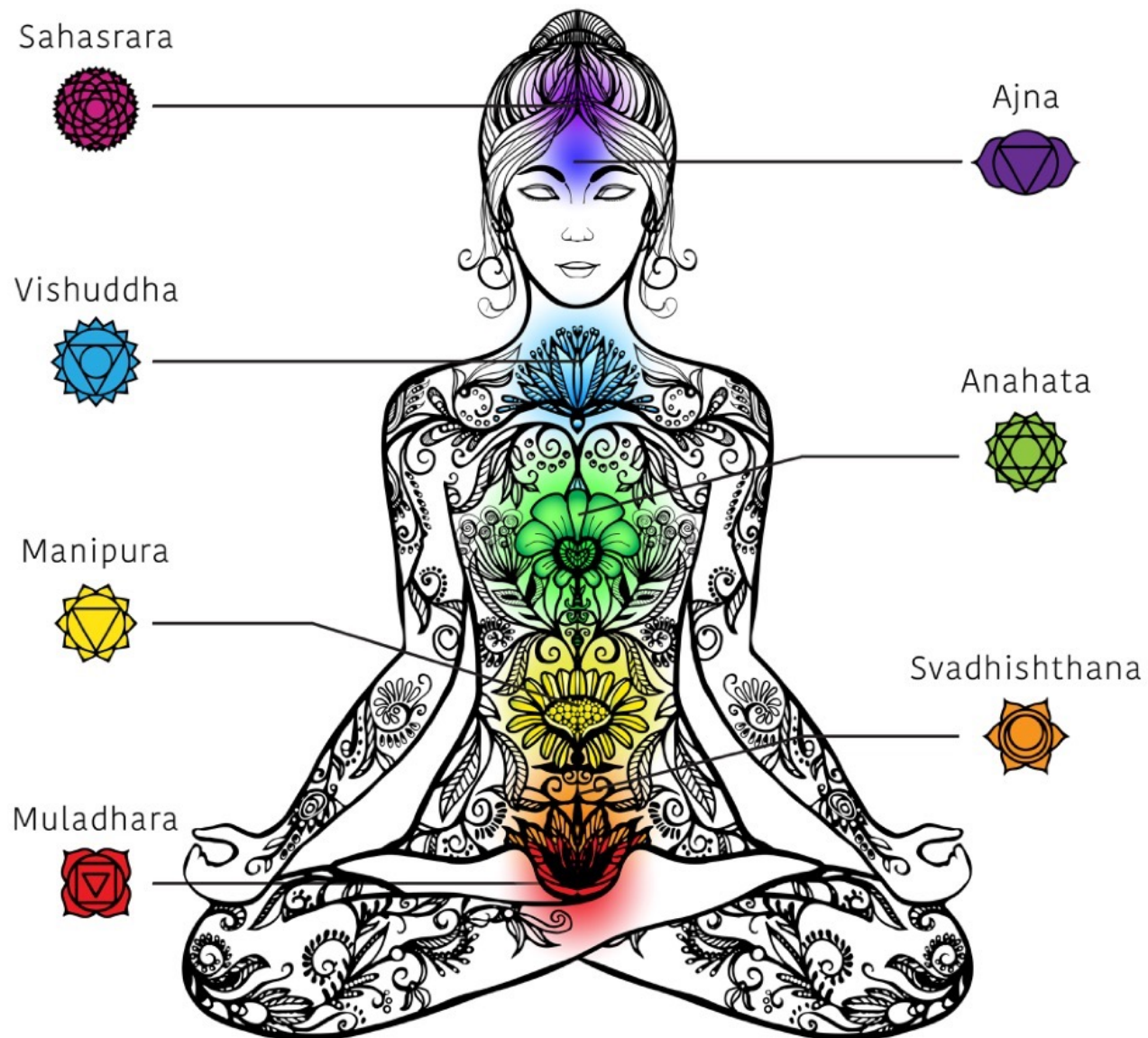
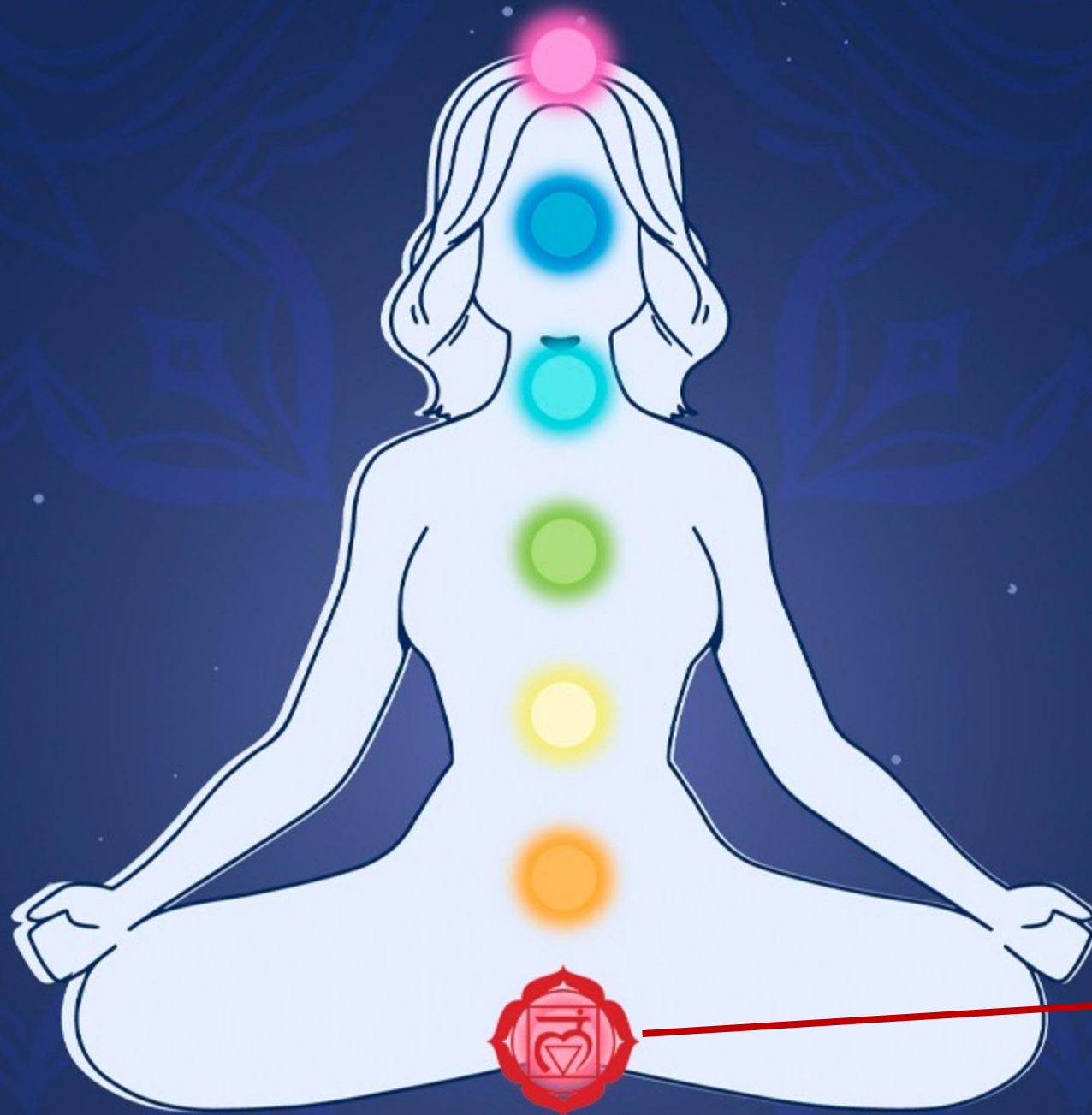


РЕФЛЕКСОЛОГИЯ СТОПЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС



ГАРМОНИЗАЦИЯ
ПО ЧАКРАМ



Муладхара
(Корневая чакра)

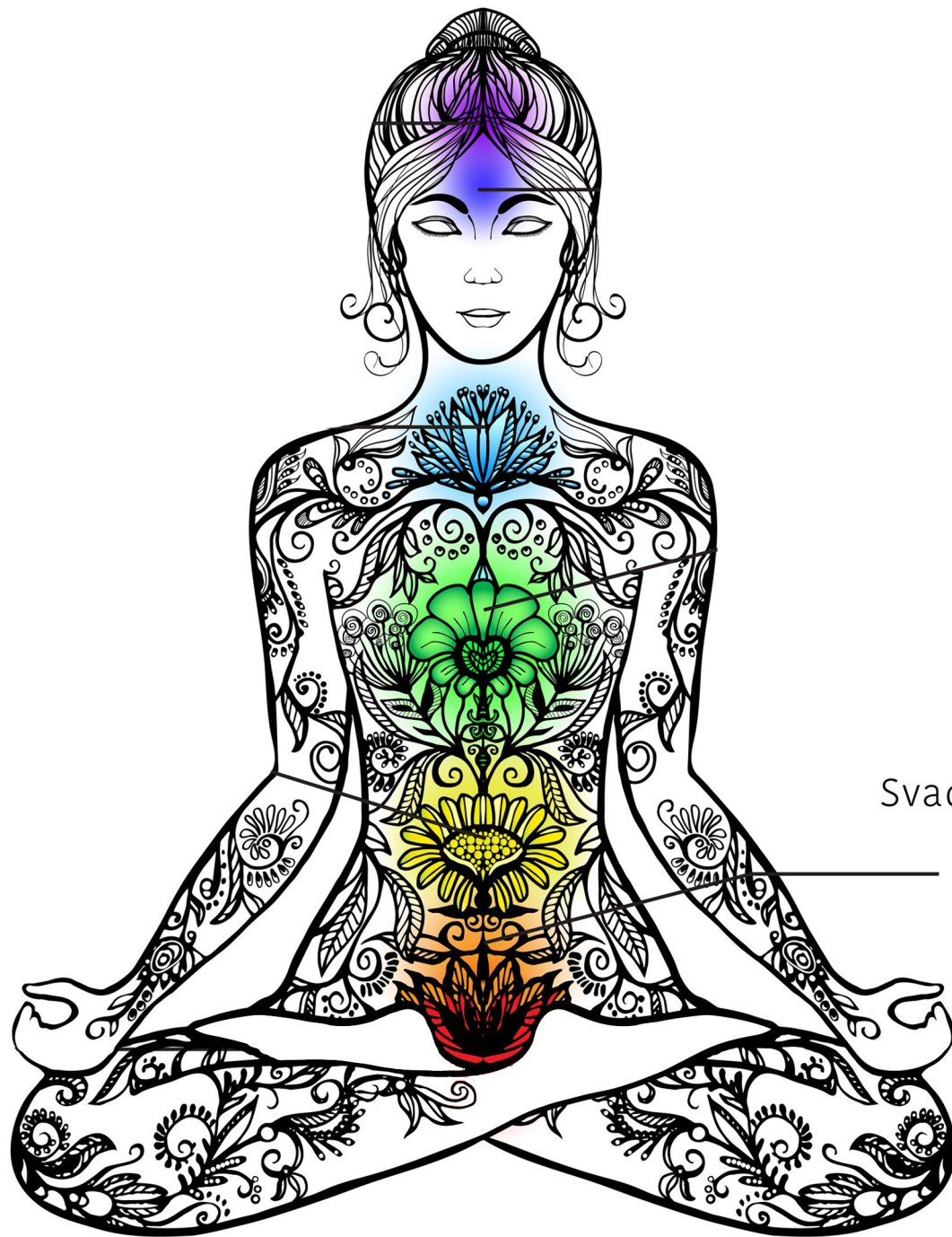
Муладхара

(Корневая чакра)

С точки зрения рефлексологии
это чакра **относится к элементу Земли.**

Как повлиять на укрепление муладхары?

- ✓ Красная мебель или декор
- ✓ Прогулки на свежем воздухе и контакт с природой
- ✓ Садоводство
- ✓ Питание также может влиять на корневую чакру
- ✓ Сбалансированная физическая активность
- ✓ Музыка с низкими частотами и звуками природы



Свадхистхана (половая чакра)

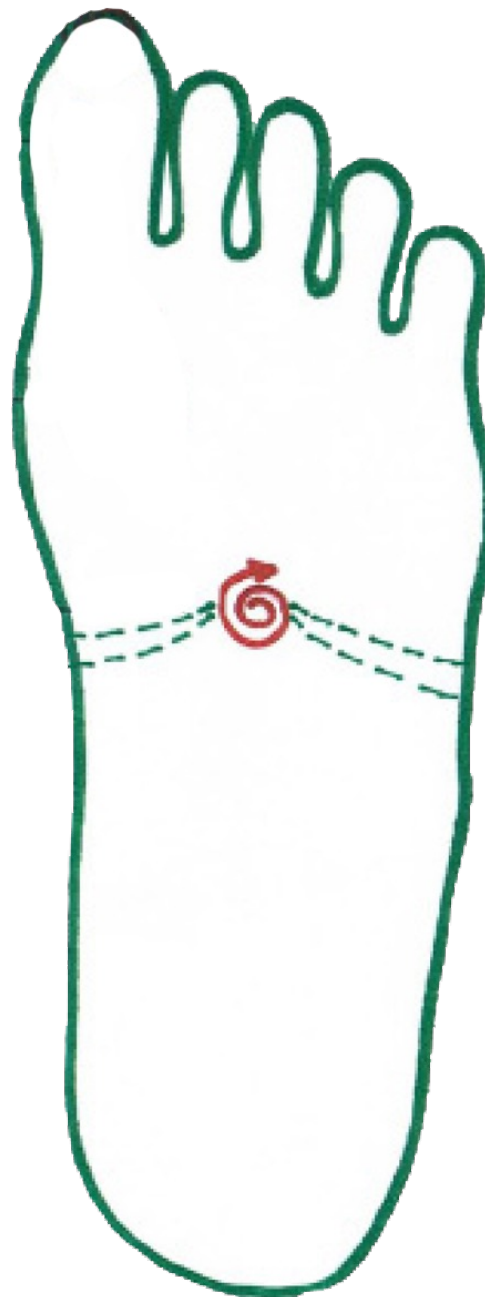
Svadhishthana



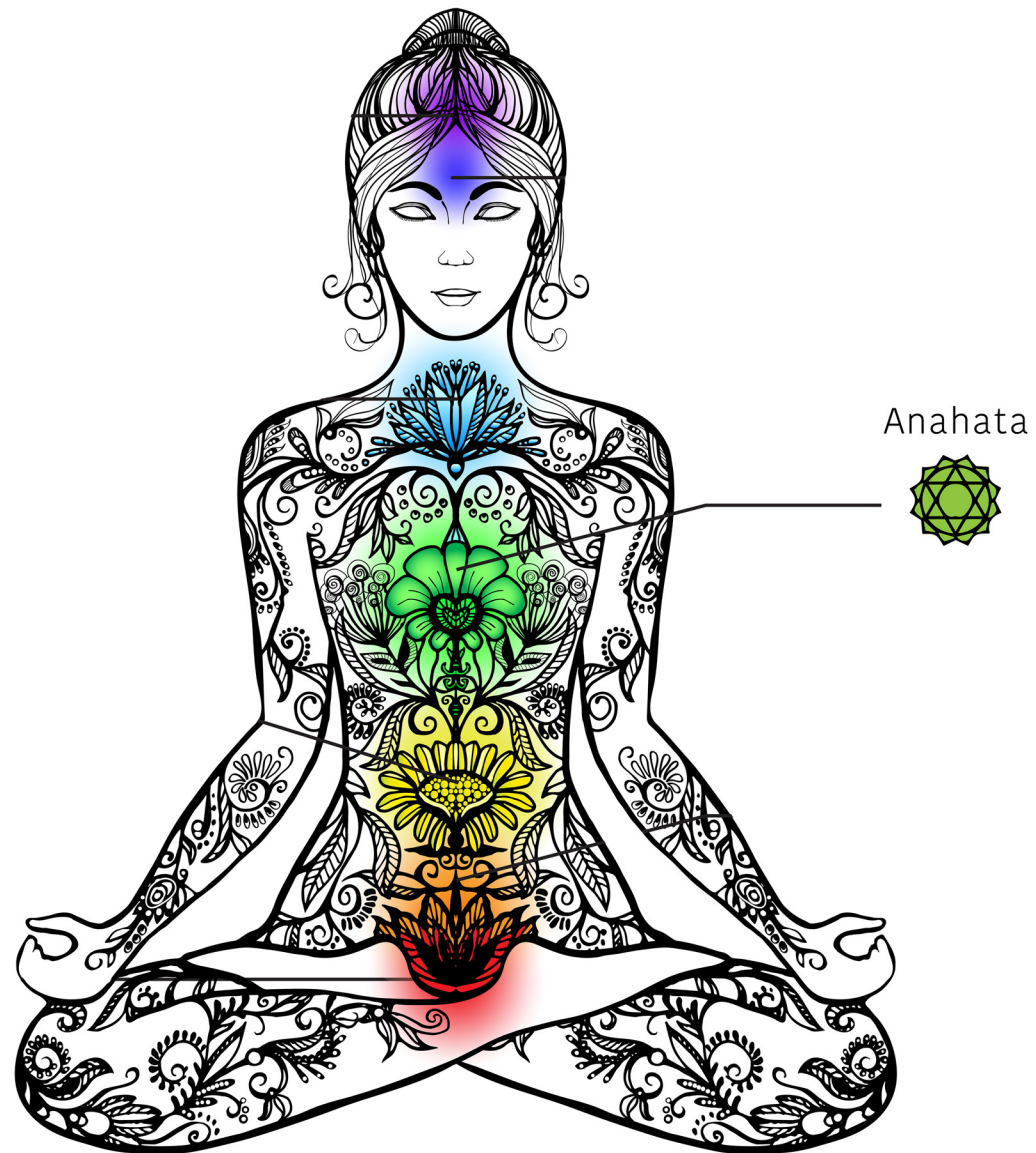
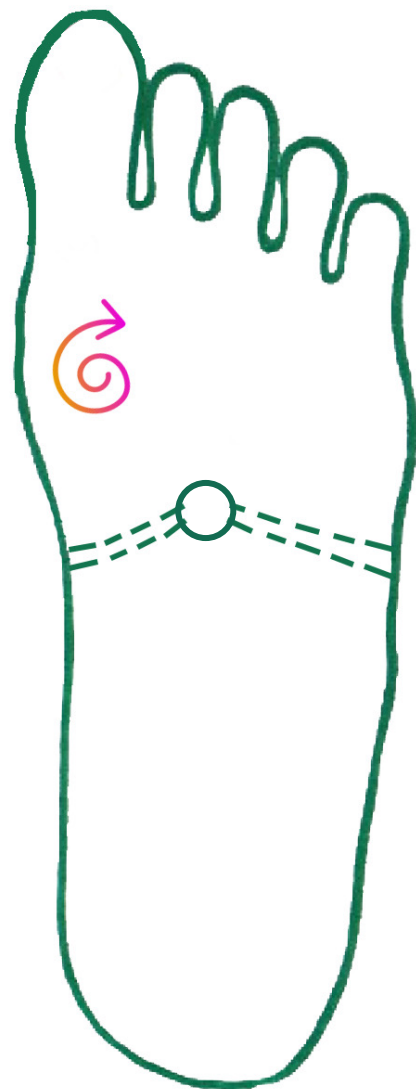
Манипура

(Солнечное сплетение)

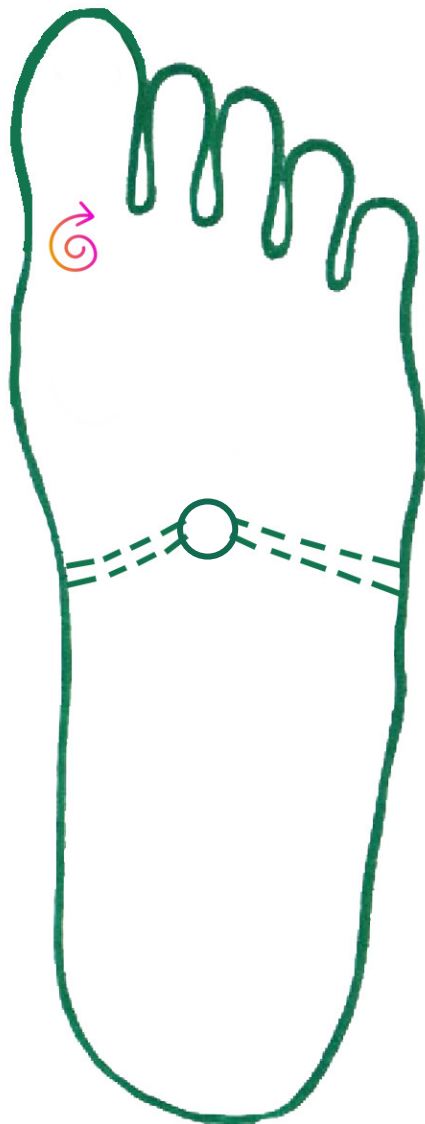
Manipura



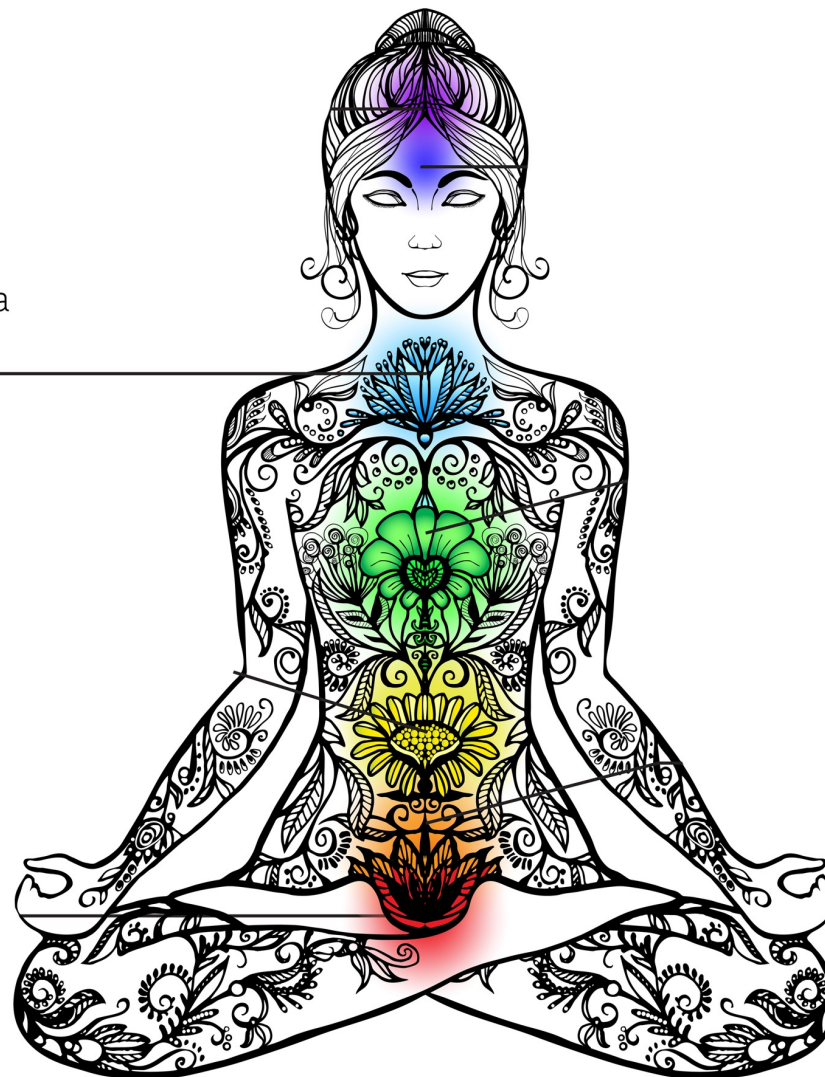
Анахата (Сердечная чакра)



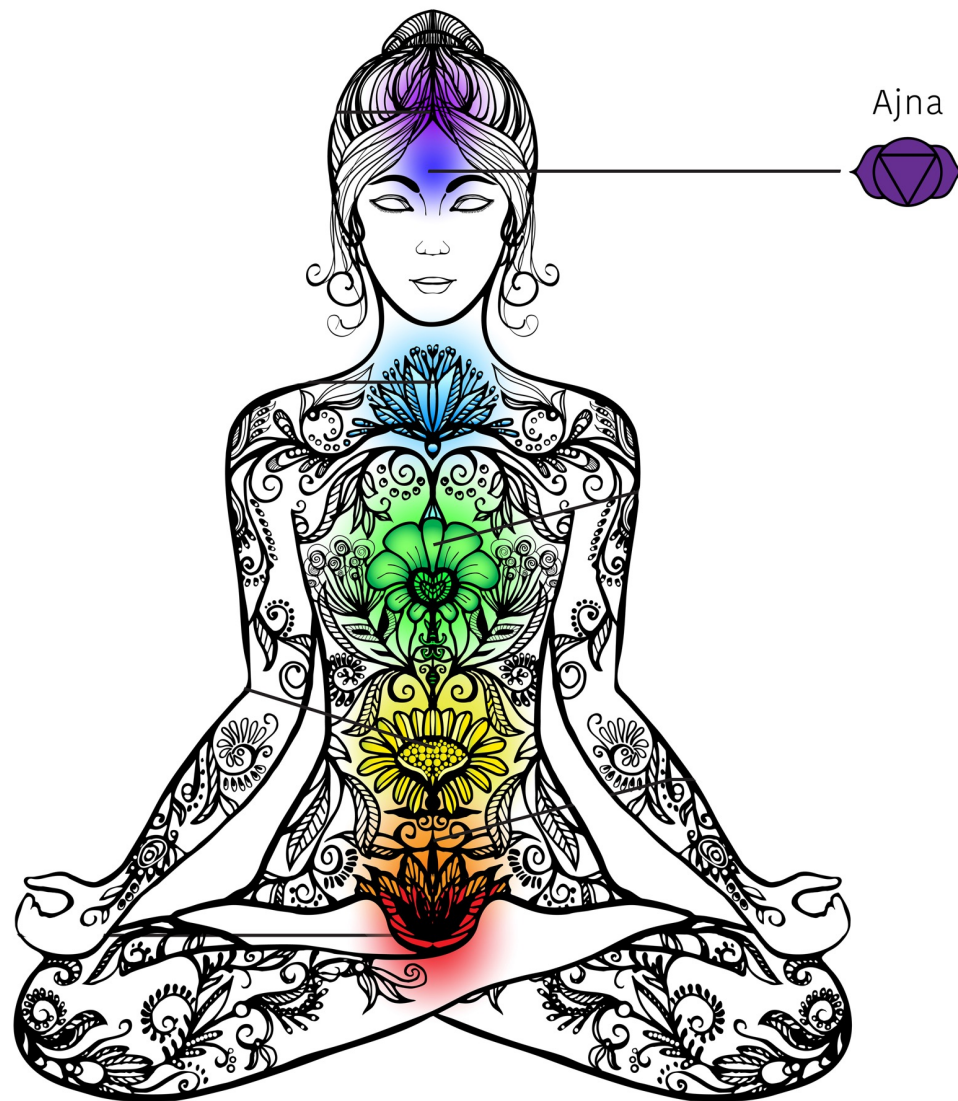
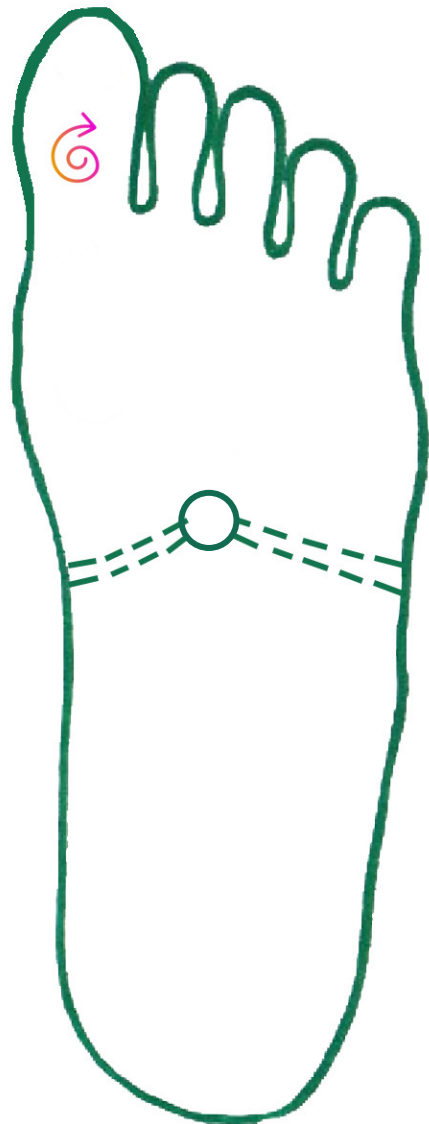
Вишуддха (Горловая чакра)



Vishuddha



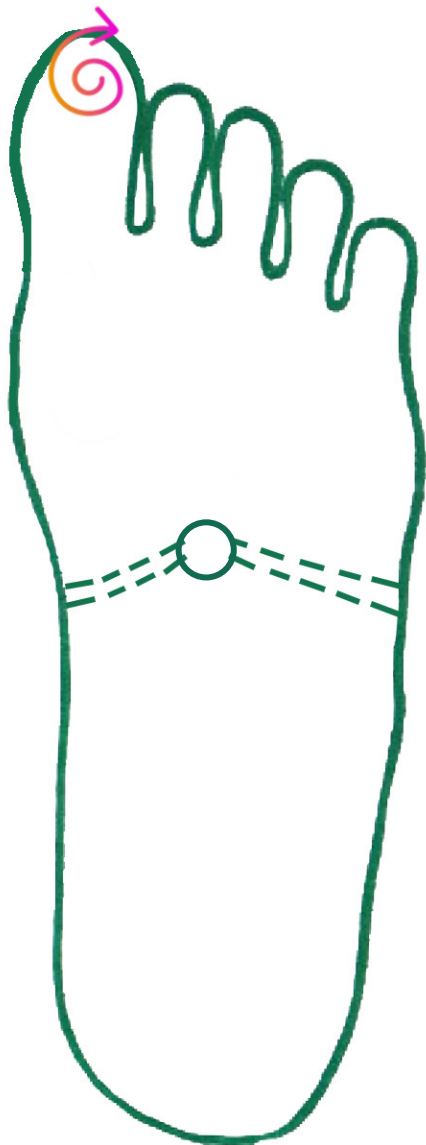
Аджна (Третий глаз)



Ajna

Сахасрара (Коронная чакра)

Sahasrara



Как понять, что коронная чакра работает хорошо

Коронная чакра единственная,
в которой не может быть блоков.

Она может или работать в недостаточной степени,
или быть развитой на высоком уровне.

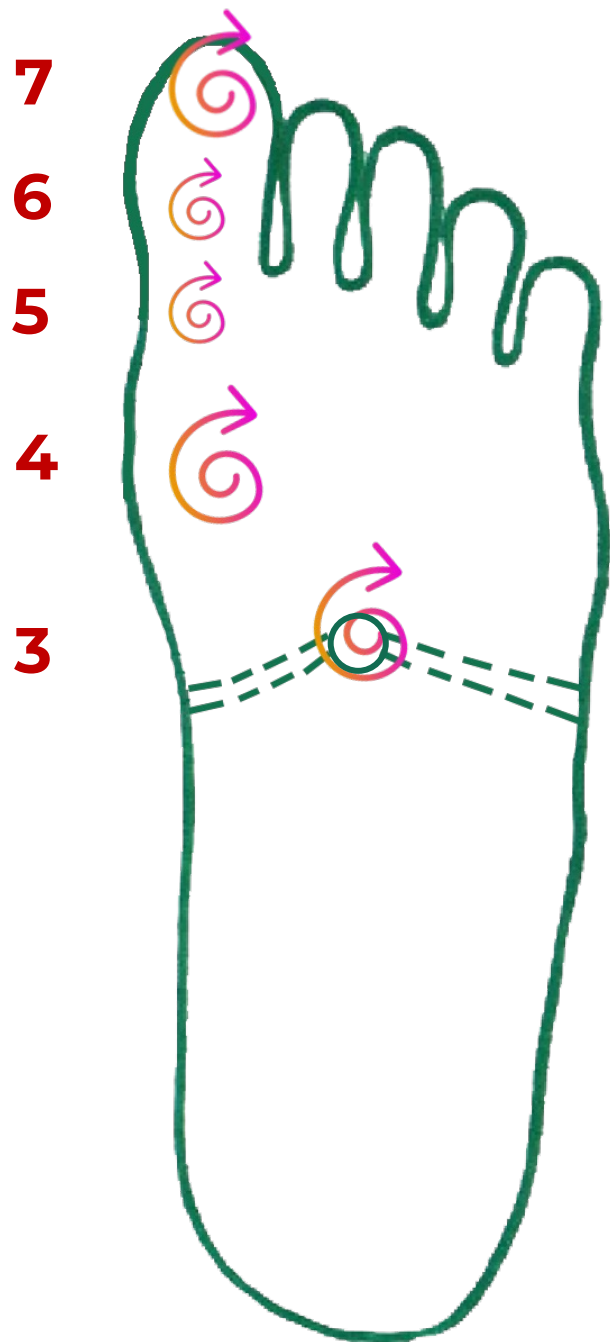


Способы раскрытия седьмой чакры

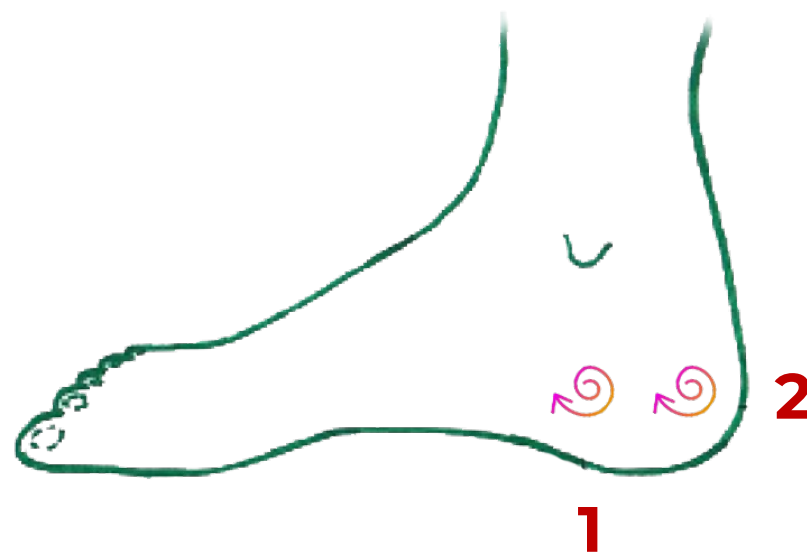
Тщательна проработка
всех более низких чакр

Таблица чакр

Название	Место расположения	Цвет	Значение
1. Корневая чакра	Копчик	Красный/ Коричневый	Выживание, ядро личности, базисные страхи
2. Половая чакра	Нижняя часть живота	Оранжевый	Сексуальность, созидательность , репродуктивные функции.
3. Чакра солнечного сплетения	Солнечное сплетение	Желтый	Восприятие, сила желания, эго, самоконтроль.
4. Сердечная чакра	Центр груди	Зеленый	Безусловная любовь и внутренняя гармония, сострадание.
5. Горловая чакра	Горло	Синий	Речь, коммуникация, самовыражение, умение получать.
6. Третий глаз	Между бровями	Индиго	Интуиция, воображение, зрение вне трехмерного пространства.
7. Корона	Над теменем	Белый	Бесконечность , связь с высшим Я.



Гармонизация по чакрам





ДО ВСТРЕЧИ
НА СЛЕДУЮЩЕМ ЗАНЯТИИ