



НАСТРОЙКИ ЭТАЛОННОГО СОСТОЯНИЯ ЧАКР

Самоисцеление:
энергетические уровни

АСАТАНАС САНАТАНА

Анатанас Санатана

**Настройки эталонного
состояния чакр**

«Автор»

2023

Санатана А.

Настройки эталонного состояния чакр / А. Санатана — «Автор»,
2023

Самый начальный подход к здоровью и саморазвитию - воспитать ум и эмоции так, чтобы они служили нашим задачам и не создавали препятствия. Нередко мы встречаемся с тем, что желания кажутся недостижимыми, ум кидается в разных направлениях, а проживаемые эмоции сильно отличаются от тех, которые хотелось бы проживать. Ментально-эмоциональные настройки позволяют направить свое внимание в направлении оптимального состояния себя, более сбалансированного и более энергичного. Каждая из семи эталонных настроек дана по энергетическому уровню тела, соответствующему чакре и тем органам тела, которые отвечают за те или иные эмоции и состояния. Так или иначе наше тело - единый живой организм, но чтобы инициировать перемены к лучшему, частные настройки каждого уровня могут оказаться ключевыми для желанных перемен.

© Санатана А., 2023

© Автор, 2023

Содержание

Семь энергетических уровней жизни	5
Анахата	9
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Анатанас Санатана

Настройки эталонного состояния чакр

Семь энергетических уровней жизни

Каждому энергетическому уровню нашего физического тела соответствует свой уровень вибраций. Эти настройки сбиваются из-за разных факторов, в том числе из-за неве-

жественного отношения к себе. В результате снижается качество нашей жизни и здоро-



Мы можем настраивать свои тела аналогично музыкальному инструменту эталонными настройками.

Вибрации слов имеют большую силу и приучают наш ум к более чистому мышлению. Через эмоции проявляется наша энергетическая сила.

Соединённые с эмоциями слова обладают поистине огромным потенциалом для настройки подсознания.

Звуки, слова, цвет, формы взаимосвязаны через вибрации. Звуки напрямую связаны с образами, которые передаются фигурами сакральной геометрии.

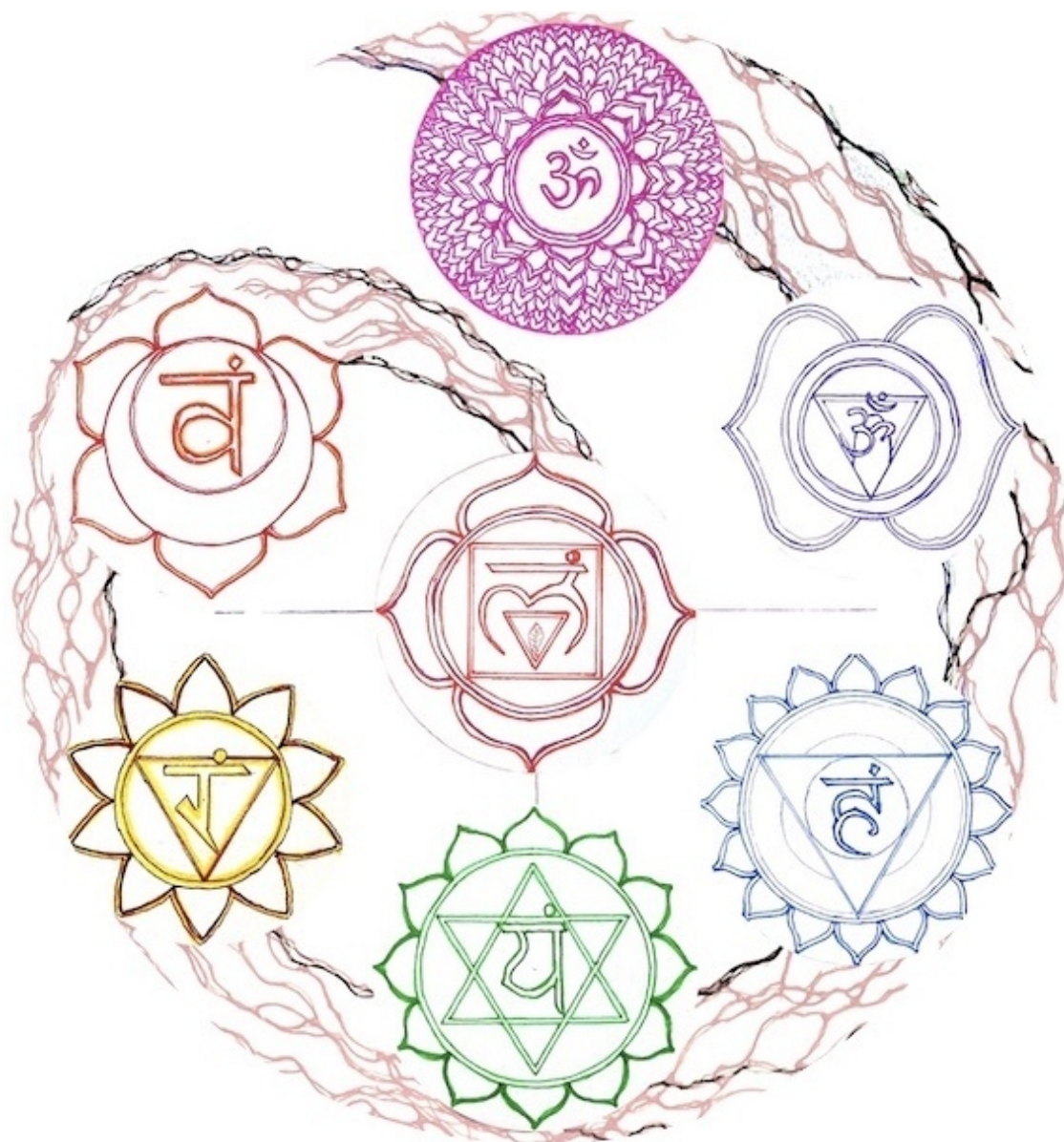
Каждую ментально-эмоциональную настройку из слов и их вибраций сопровождает графическая настройка чакры в форме янтры. Янтра – хранилище духовной энергии. Через символы сакральной геометрии янтры проводит идеальный баланс энергий. Медитация на янтру гармонизирует состояние.

Можно использовать любую из семи настроек в зависимости от вашего желания, или иногда читать все семь настроек вместе как большую настроенную молитву-медитацию, проживая эмоционально и одновременно чувствуя максимально ощущения тела.

Настройки расположены в следующем порядке: Анахата (4), Вишуддхи (5), Аджна (6), Сахасрара (7), Муладхара (1), Свадхиштхана (2), Манипура (3). Эта последовательность наиболее подходит для трансформационного процесса, однако вы можете брать последовательность по вашей интуиции.

Во время чтения текстов или прослушивания настроек представляйте внутренний образ себя. Старайтесь настроить себя в согласии и услышать внутренний эмоциональный отклик.

Проявите из тела, из своего подсознания, забытый опыт: вспомните ситуации, когда ярко проживали в себе похожие состояния. Вспомните моменты отношений с собой, с миром, с партнером, родителями или ребенком, когда чувствовали яркое чистое счастливое чувство. Зафиксируйте в себе еще раз эти счастливые моменты для быстрого доступа к эталонному состоянию себя на каждом из уровней.



Анахата

Четвертый энергетический уровень

Соединение с сокровенным желанием

Почувствуйте,

вообразите,

пред-



Почувствуйте, как ваши истинные желания «от бога» исходят из этого бесконечного океана Энергии, Океана Света. Почувствуйте себя вовлеченным в это поле. Не отделенным, а интегрированным и целостным с этим полем. Все высвобождается и создается из одной универсальной энергии Творения, и вы сами – естественная форма этой энергии, целостная с ней.

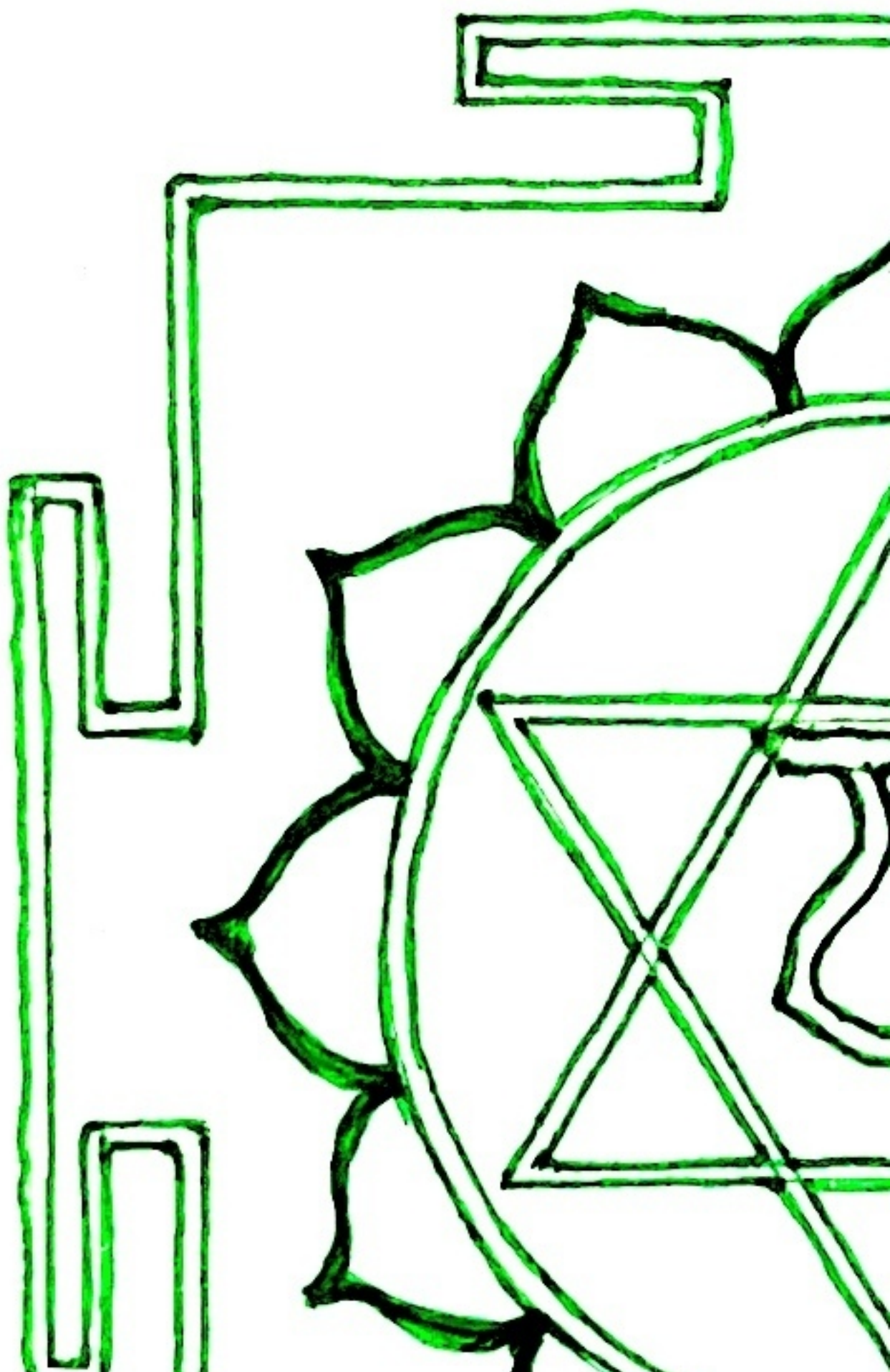
И вот ваше желание формируется в этом поле и одновременно обволакивается коконом-облаком энергии, которая сразу придается желанию на исполнение. Как желток яйца облечен в белок – энергию для его питания и роста, так каждое наше желание соединено с полем энергии. Маленькое желание – крошечное облачко энергии, большое желание – огромное облако энергии вокруг желания. Каждое желание должно быть исполнено – ему изначально выделена на это энергия.

И эту подаренную желанию энергию важно использовать по назначению!

Настройка Анахаты

«Я чувствую себя. Поток Великой Жизни свободно омывает меня. Я сотрудничаю с встречными энергиями с полным принятием и открыто-

стью. Я окутана вселенской любовью и нахожусь всегда в полной безопасно-



Спокойно наблюдая текущую через меня многоликую энергию, я фильтрую возникающие мысли и выбираю целительные для тела эмоции. Мое мужское и женское, ян и инь, находятся в полном балансе. Я легко управляю своими эмоциями и своей личностью. Устойчивое ощущение внутренней благодати есть индикатор моего состояния.

Внутреннее чувство ведет меня в жизни. Мысли и действия я перепроверяю сначала через свое внутреннее чувство, и только как следствие наблюдаю, что они совпадают с ведическими учениями или теми, к которым родилось внутреннее доверие. Чем более я следую своему внутреннему чувству, тем более обретаю ощущение своей Целостности и Силы. Я чувствую свою внутреннюю силу и мудрость.

Я выбираю только то, с чем согласно мое сердце, и в согласии принимаю вызовы жизни. В доверии к себе и пространству я проявляю себя в мире. Новые вызовы и ответственность приносят чувство глубокого удовлетворения.

Я люблю себя во всех проявлениях и в любых качествах без разделения на хорошее и плохое. Я люблю и принимаю любые свои чувства и эмоции тела. Я люблю свое тело и каждую клеточку моего тела. Я люблю свои несовершенства и слабости одинаково вместе со своими талантами и проявленными дарами, все они служат мне в моем пути.

Я люблю и принимаю любой свой опыт прошлого, в том числе свои ошибки и неудачи. Я люблю свою память со всеми прошлыми чувствами, и использую ее по назначению – для обучения себя. Память – ресурс моей мудрости и саморазвития. Прошлые эмоции прожиты и более не властны надо мной, а мои лучшие проявления прошлого возвращают в высокие вибрации счастья и служат для настройки эталонных состояний. Я ценю и принимаю каждое прожитое мгновение и понимаю его уникальность во вселенской игре божественной энергии.

Моя модель поведения может сильно отличаться от общепринятых. Я уважаю правила других и нахожу пути, чтобы выбор моих действий был во благо всех, и мои действия не нарушали чье-либо пространство. Установки или учения других, как и их мнения могут не совпадать с моими, у всех есть свобода своего видения мира и проявления в нем.

Я могу легко течь по своему пути вместе с энергией, и мои намерения в полной гармонии с моими действиями. Я пребываю в творческом вдохновении от открытых возможностей познания себя и мира в множестве аспектов безусловной любви. Я передаю миру самое лучшее в себе, и проживаю свою жизнь в теплых чувствах и в радости. Мир изобилует.

Я поддерживаю себя в любых ситуациях. Я забочусь о себе и своей внутренней вселенной, понимая что внешний мир есть отражение мира внутреннего.

Если вдруг случается сверх меры растрата энергии, снижение внимания, и как результат, включение в эмоциональную реакцию на ситуацию, я внимательно отношусь к возникшему чувству, и спокойно веду его к трансформации на более гармоничное, дожидаясь появления внутреннего чувства благодати и ощущения красоты жизни. Трансформируя возникающие иногда чувства раздражения, неприятия и своей отдельности в приходящих жизненных ситуациях, я ощущаю свою полноту и спокойствие.

Я проживаю прекрасные состояния себя в новом опыте, и вижу как приятно меняется физическое состояние моего тела, увеличивается моя гибкость в теле и к ситуациям, укрепляется мой иммунитет. Мои внутренний слух и зрение развиваются. Мое спокойное дыхание соединяет меня со Вселенной.

Я люблю природу и отношусь к каждой живой твари с уважением и вниманием. Я чувствую природу, и она поддерживает меня знаками и намеками, напитывает и развивает, одаривает меня пониманием себя и вселенских истин. Я чувствую и понимаю эмоции живой Земли.

Я люблю мир и людей, какие они есть. Душа каждого человека прекрасна. Каждый идет своим путем и играет свою роль в воплощении. Я верю, что каждый поступает наилучшим образом, исходя из своих верований и ценностей. Я различаю поведение человека под влиянием программ, и это не есть сам человек.

И если человек совершает действие, которое не совпадает с моими представлениями, я помню, что я вижу всего лишь через свои ценности, и у человека есть свои причины так поступить, как бы это ни выглядело. У меня полное доверие к Вселенной, значит, все так и должно быть. Все случайности неслучайны. Даже бог не посягает на свободу воли человека, ибо она дана ему изначально.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.