

ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»

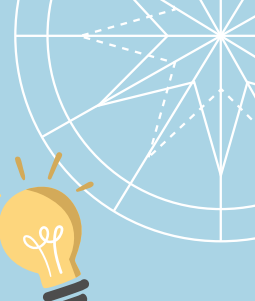
@alinaguess





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



Каждый из нас обладает уникальной силой — той самой внутренней энергией, которая позволяет преодолевать трудности, вдохновлять окружающих, создавать гармонию вокруг и при этом оставаться собой.

Наш особенный потенциал скрыт в дате рождения, увидеть который мы можем с помощью Матрицы судьбы. Матрица с заложенными в ней энергиями — это уникальная карта наших возможностей. Осознав свои возможности и истинную силу, увидев свой уникальный путь, мы можем направить энергию в правильное русло и стать гармоничнее и увереннее в себе.

Ниже вы найдете краткое описание энергий по числу рождения. **Например, дата вашего рождения — 22.03.1987**, тогда вам нужно смотреть описание 22 энергии.

Обратите внимание: В Матрице 22 энергии. Если ваша дата рождения приходится на период с 23-го по 31-е число месяца, вам нужно сложить цифры этого числа:

$$23 \rightarrow 2+3=5$$

$$27 \rightarrow 2+7=9$$

$$24 \rightarrow 2+4=6$$

$$28 \rightarrow 2+8=10$$

$$25 \rightarrow 2+5=7$$

$$29 \rightarrow 2+9=11$$

$$26 \rightarrow 2+6=8$$

$$30 \rightarrow 3+0=3$$

$$31 \rightarrow 3+1=4$$





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



1 ЭНЕРГИЯ 1

Вы — прирожденный лидер и первопроходец, способный вести за собой других и воплощать в жизнь смелые идеи. Ваша сила — в развитой интуиции и умении считывать информацию из Вселенной, что помогает вам создавать уникальные проекты и находить нестандартные решения. Вы стремитесь к постоянному движению и развитию, не терпя застоя, и ваша вера в себя позволяет вам достигать больших высот.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Пробуйте новое:** экспериментируйте с хобби, знакомьтесь, осваивайте новую деятельность, открывайте новые места — это поможет вам оставаться в потоке и находить вдохновение.
- **Не бойтесь ошибаться:** ошибки — это часть роста, а проявление слабости говорит лишь о том, что вы в первую очередь просто человек.
- **Развивайте интуицию:** уделяйте время медитации, ведению дневника или другим практикам, которые помогут вам лучше слышать себя и Вселенную.
- **Делитесь идеями:** не держите свои замыслы в себе — делитесь ими с другими, чтобы вдохновлять и находить поддержку.

АФФИРМАЦИИ:

- Моя энергия ведет меня к успеху и достижению целей.
- Я уверен(а) в своих силах и смело принимаю любые вызовы судьбы.
- Я наслаждаюсь каждым днем и благодарю жизнь за все, что у меня есть.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



2 ЭНЕРГИЯ 2

Вы — человек с мягкой, но глубокой энергией, обладаете развитой интуицией и способностью чувствовать тонкие связи между людьми и Миром. Ваша сила — в умении сглаживать конфликты, находить гармонию и быть дипломатом, который соединяет несоединимое. Вы умеете видеть то, что скрыто от других, и ваша способность «читать» людей делает вас мудрым советчиком и «серым кардиналом».

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Сохраняйте душевное спокойствие:** медитация, прогулки на природе или другие практики помогут вам оставаться в гармонии с собой и Миром.
- **Будьте честными:** говорите правду и держите свои слова — это укрепит доверие окружающих и поможет вам чувствовать себя уверенно.
- **Преодолевайте лень:** найдите то, что вас вдохновляет, и действуйте — это поможет вам выражать свои эмоции и достигать целей.
- **Ищите равновесие:** ваша сила — в гармонии, старайтесь балансировать между заботой о других и заботой о себе.

АФФИРМАЦИИ:

- Я доверяю себе и своим решениям, зная, что они ведут меня к гармонии.
- Я честен(на) с собой и окружающими, создавая доверие и искренность в отношениях.
- Я остаюсь собой в любой ситуации, проявляя себя уверенно и искренне.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



3 ЭНЕРГИЯ 3

Вы обладаете истинно женской, плодородной энергией, которая помогает вам создавать, приумножать и вдохновлять. Ваша сила — в умении быть лидером и примером для других, сочетая в себе стиль, вкус и мудрость. Вы стремитесь к порядку и гармонии, и ваша способность приумножать блага делает вас успешным и щедрым человеком.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Дайте место своей мягкости, заботе и интуиции** — это ваши сильные стороны, которые помогают создавать гармонию в отношениях.
- **Снимите излишний контроль:** учитесь доверять близким и отпускать ситуации, чтобы не перегружать себя и других.
- **Создавайте красоту вокруг:** ваш вкус и стиль вдохновляют — используйте это, чтобы создавать уют в доме и привлекать успех.
- **Поддерживайте энергию в плюсе:** заботьтесь о себе, чтобы оставаться вдохновленным и наполненным человеком.

АФФИРМАЦИИ:

- Я остаюсь мягким человеком, доверяя Миру.
- Я проявляю заботу с любовью, уважая границы других людей.
- Я ценю себя и окружающих за душевные качества и внутреннюю красоту.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



4 ЭНЕРГИЯ 4

Вы наделены сильной энергией власти, ответственности и лидерства. Ваша сила — в умении организовывать, ставить цели и вести за собой других, опираясь на логику и решительность. Вы умеете брать ответственность за свои слова и действия, что делает вас авторитетом и примером для окружающих.

РЕКОМЕНДАЦИИ:



- **Проявляйте ответственность** по отношению к себе и окружающим — уважая свои границы и границы других.
- **Ставьте четкие цели**, чтобы ваш путь был осознанным, а результаты — ощутимыми и значимыми.
- **Забойтесь о близких и укрепляйте домашний очаг** — создавая атмосферу уюта, доверия и взаимной поддержки.
- **Работайте с родовой энергией**: если есть обиды на отца или мужскую линию Рода, важно простить и отпустить их, чтобы восстановить баланс.



АФФИРМАЦИИ:

- Я сочетаю в себе силу и чуткость, создавая гармонию в отношениях.
- Я проявляю ответственность и заботу, уважая границы других людей.
- Я легко нахожу баланс между лидерством и мягкостью, вдохновляя окружающих.



ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



5 ЭНЕРГИЯ 5

Вы обладаете глубокой мудростью и стремлением к знаниям, которые вы с легкостью передаете другим. Ваша сила — в умении структурировать информацию, создавать системы и вдохновлять людей следовать законам и традициям. Вы уважаете порядок и стабильность, что делает вас надежным наставником и советчиком.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Делитесь знаниями мягко:** используйте свой дар оратора или писателя, чтобы вдохновлять других, но не навязывайте свою точку зрения.
- **Будьте примером для семьи:** ваша мудрость и спокойствие помогут вам завоевать уважение близких и создать гармонию в доме.
- **Развивайте духовность:** ваша связь с высшими силами — это ваш дар, уделяйте время медитации и другим духовным практикам.
- **Избегайте конфликтов:** ваша способность видеть разные точки зрения помогает вам находить компромиссы — используйте это, чтобы сохранять мир в отношениях.

АФФИРМАЦИИ:

- Я открыт(а) к разным точкам зрения и легко нахожу компромиссы.
- Я делюсь своими знаниями с мягкостью и уважением к другим.
- Я верю в себя и свои способности, легко принимая новые знания и опыт.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



6 ЭНЕРГИЯ 6

Вы — человек, наполненный любовью и стремлением к гармонии, который дарит тепло и радость окружающим. Ваша сила — в умении создавать красоту вокруг себя, будь то отношения, творчество или организация праздников. Вы цените искренность и взаимность, отдаваясь чувствам полностью, и вдохновляете других своей открытостью и щедростью.

РЕКОМЕНДАЦИИ:



- **Принимайте мир таким, какой он есть:** учитесь видеть людей и ситуации без идеализации, чтобы избежать разочарований.
- **Контролируйте эмоции:** ваша чувствительность — это дар, но важно не позволять эмоциям управлять вами. Практикуйте медитацию и дыхательные техники.
- **Будьте открыты в отношениях:** не требуйте ничего взамен от окружающих — ваша искренность и доброта создадут гармонию.
- **Находите баланс:** Мир разнообразен — учитесь видеть не только черное и белое, но и оттенки, чтобы сохранять внутренний покой.

АФФИРМАЦИИ:

- Я доверяю Миру и себе, зная, что заслуживаю любви и уважения.
- Я открываю свое сердце, создавая искренние и глубокие отношения.
- Я принимаю себя со всеми своими достоинствами и недостатками, находя внутреннюю гармонию.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



7 ЭНЕРГИЯ 7

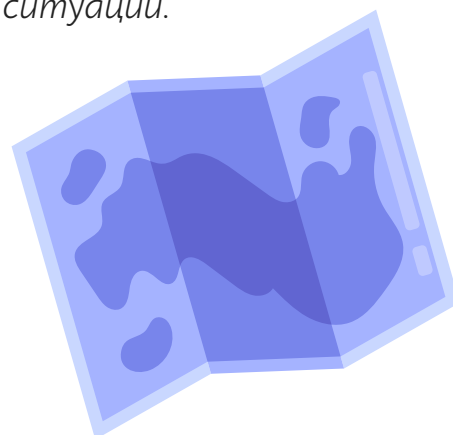
Вы — решительный и самостоятельный человек, который сам управляет своей судьбой и всегда идет вперед, несмотря на преграды. Ваша сила — в умении ставить цели, вдохновлять других и вести их за собой. Вы чувствуете себя лучше всего в движении, будь то физическая активность, новые проекты или путешествия — это заряжает вас энергией.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Четко работайте с целями:** ставьте конкретные задачи, планируйте шаги, соблюдайте сроки.
- **Концентрируйтесь на одной задаче:** не распыляйте энергию — завершайте начатое, чтобы достичь успеха, и только потом переходите к следующему.
- **Развивайте в себе уверенность** — через честность с собой и умение опираться на собственный опыт.
- **Убирайте категоричность и агрессию:** учитесь видеть разные точки зрения и находить компромиссы, чтобы сохранять мир в отношениях.

АФФИРМАЦИИ:

- Я реализую свои цели с легкостью и уверенностью.
- Я сохраняю спокойствие и гармонию в любой ситуации.
- Я направляю свою энергию на созидание, создавая мир и понимание вокруг себя.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



8 ЭНЕРГИЯ 8

Вы стремитесь к справедливости и порядку, умеете видеть причинно-следственные связи и разрешать даже самые сложные конфликты. Ваша сила — в умении действовать по правилам, сохраняя честность и надежность, что делает вас опорой для окружающих. Вы чувствуете себя комфортно в сфере закона и структуры, где можете проявить свою рассудительность и способность распределять обязанности.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Признайте справедливость Мира:** все, что происходит, — это уроки, которые помогают вам расти. Учитесь видеть смысл в событиях и извлекать из них пользу.
- **Убирайте негативные мысли:** ваше спокойствие и позитивный настрой помогут вам притягивать хорошие события и людей.
- **Слушайте других:** ваша способность чувствовать и понимать окружающих помогает вам сохранять гармонию в отношениях.
- **Не поддавайтесь провокациям:** учитесь видеть причину происходящего и не реагировать на конфликты — это поможет вам сохранять внутренний баланс.

АФФИРМАЦИИ:

- Я принимаю жизнь такой, какая она есть, находя в каждом событии урок и мудрость.
- Я отпускаю обиды и обвинения, беря ответственность за свою жизнь.
- Я создаю справедливость вокруг себя, действуя с любовью и пониманием.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



9 ЭНЕРГИЯ 9

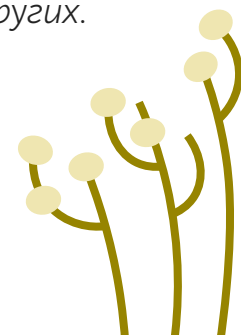
Вы — мудрый и интуитивный человек, который ценит уединение и глубокое погружение в знания. Ваша сила — в способности видеть суть вещей, исцелять словом и делом, а также передавать свою мудрость тем, кто готов ее принять. Вы чувствуете себя комфортно в тишине и на природе, где восстанавливаете свои силы и находите вдохновение.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Отпустите обиды:** простите тех, кто причинил вам боль, чтобы освободить свое сердце и открыться новым возможностям.
- **Слушайте свою интуицию:** ваша мудрость и внутренний голос помогут вам принимать правильные решения и находить гармонию.
- **Будьте в гармонии с собой:** уделяйте время своему внешнему виду и внутреннему состоянию, чтобы чувствовать себя уверенно и комфортно.
- **Делитесь знаниями:** ваша мудрость может помочь другим, но важно не ставить себя выше — делитесь с любовью и уважением.

АФФИРМАЦИИ:

- Я открываю свое сердце Миру, делюсь своей мудростью и теплом с окружающими.
- Я доверяю себе и другим, создавая гармоничные и искренние отношения.
- Я принимаю свои таланты и реализую их, вдохновляя себя и других.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



10 ЭНЕРГИЯ 10

Удача вам улыбается чаще, чем другим, вы умеете считывать знаки судьбы, чтобы использовать их в свою пользу. Ваша сила — в легкости, с которой вы привлекаете возможности, деньги и нужные связи, а также в умении быть душой компании, вдохновляя окружающих своим оптимизмом. Вы чувствуете себя лучше всего в движении, путешествиях и авантюрах, где жизнь сама ведет вас по энергетическому потоку.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Двигайтесь вперед:** не за цикливайтесь на прошлом — ваша энергия требует движения и новых впечатлений.
- **Слушайте свое тело и интуицию:** они подскажут, в каком направлении двигаться, чтобы оставаться в потоке удачи.
- **Читайте знаки Вселенной:** обращайте внимание на подсказки, которые вам посылает жизнь, чтобы раскрутить колесо фортуны.
- **Общайтесь с людьми:** ваша способность находить общий язык с другими помогает вам привлекать позитивные события и вдохновлять окружающих.

АФФИРМАЦИИ:

- Я легко нахожу свои цели и двигаюсь к ним радостно и с уверенностью.
- Я доверяю потоку жизни, зная, что удача всегда на моей стороне.
- Я отпускаю прошлое и открываюсь новым возможностям, наполняя свою жизнь энергией и вдохновением.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



11 ЭНЕРГИЯ 11

Вы наполнены мощной энергией и внутренней силой, которая помогает вам преодолевать любые препятствия. Ваша сила — в умении вдохновлять других, вести за собой и достигать больших высот, благодаря трудолюбию и целеустремленности. Вам важно научиться управлять своей энергией, направляя ее в созидание, творчество и любовь, чтобы избежать перепадов настроения и истощения.



РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Определите свои цели:** четко понимайте, куда направляете свою энергию — на созидание или на разрушение.
- **Принимайте людей:** не пытайтесь изменить или подстроить других под себя — учитесь видеть их уникальность.
- **Работайте с негативными эмоциями:** используйте методики осознанности, например, находите пять вещей перед глазами и проговаривайте их, чтобы успокоиться.
- **Не диктуйте, а вдохновляйте:** ваша сила — в умении понимать и поддерживать, а не указывать — это поможет вам сохранять гармонию в отношениях.

АФФИРМАЦИИ:

- Я направляю свою энергию на созидание, вдохновляя других своей силой и мудростью.
- Я умею отдыхать и восстанавливать силы, сохраняя баланс между активностью и покоем.
- Я проявляю терпение и понимание к себе и к окружающим, создавая гармонию в отношениях.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



12 ЭНЕРГИЯ 12

У вас глубокое чувство сострадания и уникальное видение Мира, вы стремитесь принести в Мир добро и созидание. Ваша сила — в умении понимать других, поддерживать их и создавать что-то новое, что вдохновляет и меняет реальность. Вы обладаете связью с высшими силами, что помогает вам чувствовать божественную любовь и делиться этим потоком с окружающими.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Отпускайте старое:** не цепляйтесь за прошлое — смело идите в новое, чтобы открывать для себя новые возможности.
- **Говорите нет:** учитесь отстаивать свои интересы и не допускайте манипуляций в свою сторону.
- **Любите себя:** балуйте себя, заботьтесь о теле, покупайте то, что приносит радость, и не держите обиды.
- **Делитесь знаниями:** ваша мудрость и интуиция могут помочь другим — делитесь своими открытиями с другими.

АФФИРМАЦИИ:

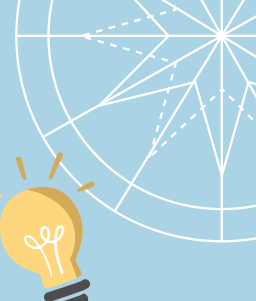
- Я люблю и ценю себя, заботясь о своих интересах и потребностях.
- Я творю с радостью и вдохновением, делюсь своими талантами с Миром.
- Я легко нахожу баланс в отношениях, создавая гармонию и взаимопонимание.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



13 ЭНЕРГИЯ 13

Вы обладаете мощной энергией перемен и мистической глубиной, которая помогает вам трансформировать себя и Мир вокруг. Ваша сила — в умении быстро адаптироваться, вдохновлять других на изменения и легко отпускать прошлое, чтобы двигаться вперед. Вы чувствуете повторяемость жизненного цикла, что делает вас мудрым проводником для тех, кто переживает потери или страх перед новым.

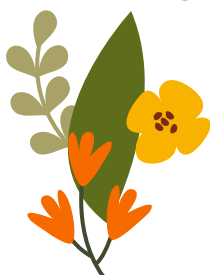


РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Учитесь отпускать:** не цепляйтесь за прошлое, людей или события — отпускайте их с благодарностью, чтобы освободить место для нового.
- **Концентрируйтесь на одном деле:** завершайте начатое, чтобы достичь качества, а затем переходите к следующему — это поможет вам избежать хаоса.
- **Наполняйтесь оптимизмом:** позитивное мышление и радость жизни помогут вам двигаться вперед и не заикливаться на страхах.
- **Избегайте излишнего экстрима:** найдите баланс между риском и безопасностью, чтобы не подвергать себя и других ненужной опасности.

АФФИРМАЦИИ:

- Я ценю свою жизнь и наполняю ее радостью, красотой и вдохновением.
- Я легко отпускаю прошлое, открываясь новым возможностям и переменам.
- Я направляю свою энергию на созидание, помогая расти себе и другим.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



14 ЭНЕРГИЯ 14

Вы — человек с тонкой душой и богатым внутренним миром, вы умеете ценить красоту во всех ее проявлениях. Ваша сила — в способности чувствовать, исцелять и вдохновлять других: через искусство, общение или целительство. Вы легко адаптируетесь к новым культурам и языкам, что делает вас открытой и многогранной личностью.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Следите за мыслями и здоровьем:** ваше тело и разум — это ваш храм, уделяйте время заботе о себе.
- **Очищайтесь водой:** вода помогает вам восстанавливать энергию — принимайте ванны, плавайте или просто пейте больше воды.
- **Занимайтесь любимым делом:** найдите то, что приносит вам радость, чтобы жизнь не проверяла вас лишениями.
- **Развивайтесь духовно:** уделяйте время искусству, творчеству и помощи другим, чтобы наполнять свою душу светом и вдохновением.

АФФИРМАЦИИ:

- Я легко отпускаю обиды и наполняю свою душу светом и любовью.
- Я ценю красоту Мира и нахожу вдохновение в искусстве и творчестве.
- Я слушаю свое сердце и живу в гармонии с собой и окружающими.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



15 ЭНЕРГИЯ 15

У вас мощный энергетический потенциал, вы умеете видеть слабости других и помогать им расти через испытания. Ваша сила — в способности провоцировать изменения, вдохновлять на лучшее и материализовать свои желания в духовной или материальной сфере. Вы обладаете даром ясновидения и развитой интуицией, что делает вас мудрым советчиком и проводником света.



РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Откажитесь от провокаций:** не поддавайтесь искушениям и манипуляциям — ваша энергия должна быть направлена на созидание.
- **Работайте с негативными эмоциями:** учитесь управлять ими, чтобы не причинять вред себе и окружающим.
- **Поступайте с людьми так, как хотите, чтобы поступали с вами:** ваша доброта и справедливость помогут вам завоевать уважение и доверие.
- **Используйте свою энергию во благо:** ваша способность видеть суть вещей помогает вам находить решения и вдохновлять других.

АФФИРМАЦИИ:

- Я направляю свою энергию на добро и созидание, вдохновляя других своей мудростью.
- Я наполняю свою жизнь светом и любовью.
- Я использую свои таланты для помощи другим, создавая гармонию и радость вокруг себя.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



16 ЭНЕРГИЯ 16

Вы чувствуете необходимость перемен и умеете разрушать старое, чтобы создавать новое и лучшее. Ваша сила — в способности принимать божественную энергию, духовно пробуждаться и вдохновлять других на изменения. Вы обладаете выносливостью, крепкой нервной системой и даром целителя, что помогает вам восстанавливаться после трудностей и вести за собой тех, кто нуждается в поддержке.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Очищайте пространство:** избавьтесь от всего ненужного в доме и в жизни, чтобы освободить место для нового.
- **Следите за здоровьем:** ваше физическое состояние важно для того, чтобы помогать другим — уделяйте время заботе о себе.
- **Ощущайте связь с божественным:** практикуйте медитацию и другие духовные практики, чтобы очиститься от негативных эмоций.
- **Помогайте другим:** ваша духовная сила помогает вам вести людей через трудности — делитесь своей мудростью и поддержкой.

АФФИРМАЦИИ:

- Я легко отпускаю старое и открываюсь новым возможностям.
- Я направляю свою энергию на созидание, восстанавливая себя и помогая другим.
- Я пробуждаюсь духовно, находя в себе силу и мудрость для преодоления любых трудностей.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



17 ЭНЕРГИЯ 17

Вы — яркий, творческий человек, который притягивает внимание и дарит окружающим свет своей энергией. Ваша сила — в умении быть в центре событий, вдохновлять других и реализовывать свои таланты: на сцене, в профессии или в повседневной жизни. Вы обладаете богатой фантазией, интуицией и способностью мечтать, что помогает вам создавать что-то яркое и необычное.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Ищите свой талант:** уделяйте время тому, что откликается вам внутри, чтобы раскрыть свой дар.
- **Слушайте внутренний голос:** ваша интуиция подскажет, в каком направлении двигаться, чтобы реализовать свой потенциал.
- **Не обесценивайте свои способности:** даже если ваш талант кажется вам незначительным, спросите у других — их мнение может вас удивить.
- **Творите:** ваше творчество — это дар, который помогает вам выражать себя и вдохновлять других.

АФФИРМАЦИИ:

- Я верю в свои таланты и легко раскрываю их, вдохновляя других своим светом.
- Я нахожу баланс между славой и скромностью, оставаясь собой в любой ситуации.
- Я сияю, как звезда, делюсь своей энергией и творчеством с Миром.



ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



18 ЭНЕРГИЯ 18

У вас яркое воображение и сильная связь с Луной, вы способны визуализировать свои мечты и воплощать их в реальность. Ваша сила — в умении притягивать к себе то, на что вы направляете внимание, и вдохновлять других своей загадочностью и творческой энергией. Вы чувствительны к лунным циклам, которые влияют на ваше здоровье и жизненные силы, а вода помогает вам очищаться и восстанавливаться.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Оставайтесь на светлой стороне:** ваши мысли и образы влияют на окружающих — направляйте их на созидание и добро.
- **Воплощайте идеи в творчестве:** записывайте свои мысли и идеи, чтобы создавать рассказы, произведения или другие творческие проекты.
- **Работайте со страхами:** трансформируйте страхи или избавляйтесь от них, чтобы они не влияли на вас и других.
- **Говорите правду:** будьте честны с собой и окружающими, чтобы сохранять чистоту энергии и гармонию в отношениях.

АФФИРМАЦИИ:

- Я наполняю свои мысли светом и любовью.
- Я легко отпускаю страхи и открываюсь Миру, доверяя своей интуиции.
- Я творю с радостью и вдохновением, делюсь своими талантами с Миром.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



19 ЭНЕРГИЯ 19

Вы наполнены энергией Солнца — вы светите другим, вдохновляя их на рост и развитие. Ваша сила — в умении ставить глобальные цели и достигать их, делиться знаниями и добротой, а также показывать людям, как раскрыть их потенциал. Вы чувствуете себя комфортно, когда вы в центре внимания, там, где вы можете реализовать свою энергию через созидание и лидерство.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Сохраняйте баланс:** чтобы не перегружать себя контролем и требованиями, уделяйте время заботе о себе.
- **Светите людям:** направляйте свою энергию на помощь и поддержку, чтобы дарить свет и тепло, а не разрушение.
- **Реализуйте себя в творчестве и работе с людьми:** ваша энергия помогает вам вдохновлять других — используйте это, чтобы создавать что-то прекрасное.
- **Не чувствуйте вину за свои успехи:** ваши достижения — это результат вашей работы, делитесь ими с Миром, но не подавляйте себя самокопанием.

АФФИРМАЦИИ:

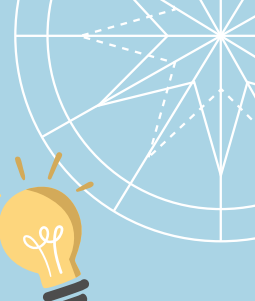
- Я направляю свою энергию на созидание, даря свет и тепло окружающим.
- Я легко отпускаю прошлое и открываюсь новым возможностям, наполняя свою жизнь радостью.
- Я умею сочетать лидерство с мягкостью, оставаясь верным(ой) себе.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



20 ЭНЕРГИЯ 20

Вы обладаете мощной силой мысли, способны материализовать идеи и вдохновлять других своим примером. Ваша сила — в глубокой связи с Родом, умении исцелять родовую карму и передавать мудрость предков, соединяя мир живых и мир ушедших. Вы обладаете способностью считывать информацию из энергетического поля, видеть вещие сны и помогать Роду через благодарность и принятие.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Развивайте интуицию и яснознание:** ваша связь с Родом помогает вам получать важные осознания — уделяйте время медитации и духовным практикам.
- **Чтите свои корни:** уважайте предков и старших, чтобы сохранять связь с Родом и его мудростью.
- **Не осуждайте родственников:** отпустите обиды и благодарите Род за уроки, чтобы не повторять кармические сценарии.
- **Живите по-своему:** используйте мудрость Рода, но создавайте свою жизнь, чтобы нести свет и гармонию в будущее.

АФФИРМАЦИИ:

- Я отпускаю осуждение и критику, наполняя свою жизнь любовью и пониманием.
- Я уважаю свой Род и принимаю его уроки, создавая гармонию в своей семье.
- Я легко нахожу баланс между материальным и духовным, развиваясь во всех сферах жизни.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



21 ЭНЕРГИЯ 21

Вы несете в Мир любовь, поддержку и стремление к единству. Ваша сила — в умении мыслить глобально, объединять людей и ставить масштабные цели, чувствуя связь со Вселенной. Вы легко адаптируетесь к новым культурам, языкам и местам, ведь для вас весь Мир — это дом, а люди — часть одной большой семьи.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Будьте миротворцем:** открывайтесь Миру и людям, помогайте другим и находите поводы для благодарности.
- **Забойтесь о своем организме:** избегайте вредных привычек и некачественной пищи, чтобы сохранять здоровье и энергию.
- **Бывайте на природе:** проводите время на открытых пространствах, у водоемов или в лесу, чтобы восстанавливать силы.
- **Контролируйте мысли:** проработайте агрессию и негативные мысли, чтобы сохранять гармонию.

АФФИРМАЦИИ:

- Я открываюсь Миру, принимая его разнообразие и красоту.
- Я легко нахожу баланс между глобальными планами и текущими действиями, двигаясь к своим целям.
- Я благодарю жизнь за все, что у меня есть, и создаю гармонию вокруг себя.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



22 ЭНЕРГИЯ 22

Свобода, стихийность и отсутствие всяческих рамок и ограничений — вот основа вашей жизни. Ваша сила — в легкости на подъем, энергичности и умении находить радость в новых впечатлениях, не привязываясь к материальным ценностям. Вы чувствуете себя частью большого Мира, стремитесь к простой жизни и легко расстаетесь с прошлым, живя здесь и сейчас.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Следуйте знакам Вселенной:** не сопротивляйтесь изменениям, чтобы избежать ненужных испытаний.
- **Уважайте свободу других:** помните, что ваша свобода заканчивается там, где начинается свобода другого человека.
- **Соблюдайте меру:** во всем есть правила и ограничения — учитесь находить баланс между свободой и ответственностью.
- **Помогайте другим освободиться:** ваша энергия помогает людям сбросить груз ограничений — поддерживайте тех, кто в этом нуждается.

АФФИРМАЦИИ:

- Я нахожу свободу в гармонии с собой и окружающими, уважая их границы.
- Я нахожу радость в здоровом образе жизни.
- Я довожу дела до конца, создавая стабильность и порядок в своей жизни.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



ПРАКТИКА «РАСКРЫТИЕ ВНУТРЕННЕЙ СИЛЫ»

Эта практика включает несколько этапов, которые лучше всего выполнять в тихой, уединенной обстановке, где вас никто не потревожит. Выберите удобную одежду, которая позволяет спокойно двигаться и не стесняет тело.

1-Й ЭТАП:

- **Включите вашу любимую музыку**, ту, которая вызывает у вас положительные эмоции и желание двигаться. Это может быть джаз, классика, этно, поп — главное, чтобы она была вашей.
- **Закройте глаза и начните двигаться интуитивно.** Забудьте о правильности танцевальных шагов — нет ни правильного, ни неправильного. Ощущайте ритм и позвольте музыке вести вас.
- **Сконцентрируйтесь на ощущениях в теле.** Представьте, как с каждым движением энергия поднимается снизу вверх, раскрывая и наполняя каждую клеточку вашего тела. Позвольте себе свободу, раскрепощение, чувственность.
- **Обращайте внимание на эмоции**, которые возникают в процессе. Не старайтесь их сдерживать или оценивать — просто наблюдайте за ними, позволяя им течь естественно.

2-Й ЭТАП:

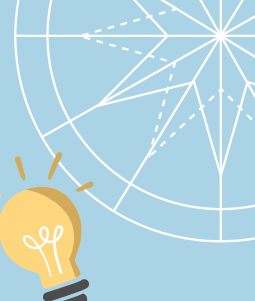
- **Удобно расположитесь**, держа спину прямой, но расслабленной. Закройте глаза.
- **Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов**, осознавая, как воздух наполняет ваши легкие, а затем мягко покидает их.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



- **Перейдите к диафрагмальному дыханию:** вдох — живот надувается, выдох — живот втягивается. Дышите медленно и осознанно, сосредотачиваясь на ощущениях в области живота.
- **Представьте, как с каждым вдохом вы вдыхаете жизненную силу,** светлую энергию, а с каждым выдохом отпускаете накопившееся напряжение и негативные эмоции.



3-Й ЭТАП:

- **Представьте себя сильным, уверенным человеком, излучающим свет и энергию.** Создайте визуальный образ того, кем вы мечтаете стать: ярким, счастливым, успешным.
- **Почувствуйте эту внутреннюю силу,** ощутите ее теплое сияние и мощь. Позвольте этой энергии наполнить вас, придать вам уверенности и спокойствия.



4-Й ЭТАП:

- **Оставаясь с закрытыми глазами, подумайте о том, за что вы испытываете благодарность.** Это могут быть крупные события или мелкие радости — все, что вызывает у вас теплые чувства.
- **Погрузитесь в эту благодарность,** дайте ей наполнить ваше сердце теплом и светом.

ЗАВЕРШЕНИЕ:

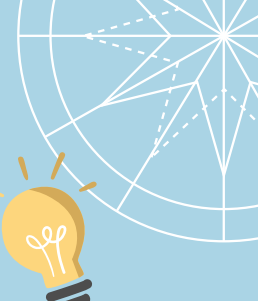
- **Медленно открывайте глаза.** Почувствуйте, как новая волна энергии и силы наполняет вас изнутри, оставляя чувство обновления и гармонии.





ГАЙД

«ЭНЕРГИЯ ЧИСЛА РОЖДЕНИЯ»



Выполняйте эту практику регулярно, выбрав удобное для вас время — утром или вечером. Со временем вы заметите, как ваша энергия становится все сильнее и ярче. Помните, что это ваша практика, и вы можете адаптировать ее под собственные потребности и ощущения. Не бойтесь экспериментировать!

Еще больше практик и рекомендаций вы можете найти в моем Телеграм-канале [@alinaguess](https://t.me/alinaguess). Включайте уведомления, вас ждет самая актуальная информация и много ценных рекомендаций 🐾

