

Аркэны

# 1 эркан

Сваливаетеесь в минус когда:  
не берет ответственность  
слишком зазнаётся или наоборот  
обесценивает себя  
боится двигаться вперед, идти  
первым, быть лидером

Возьмите жизнь в свои руки! больше и  
ярче проявляйтесь, не бойтесь  
пробуйте себя в разном, в креативном  
вы природённый лидер, не  
закапывайте свои таланты!

## 2 эркан

вы в минусе когда:  
занимаете детскую позицию,  
впадаете в роль жертвы, истерите  
не можете выбраться из апатии  
не чувствуете себя  
скандалы, сплетни ваши грузья

развивайте интуицию!  
сделайте упор на себе, своих  
ощущениях, выходите из состояния  
жертвы, если находитесь в нём  
+ для проработки вам очень  
поможет эзотерика, углубитесь в  
неё!

## 3 эркан

Сваливаетесь в минус когда:  
часто ссоритесь с женским полом,  
конкурируете либо обесцениваете  
имеете обиды на женщин  
не вкладываетесь в себе (красота,  
развитие)

занимаете роль спасателя, жертвы  
или агрессора  
становитесь слишком доминантой

Все практики сюда: медитации,  
танцы, йога, стояние на гвоздях,  
любое творчество, прокачка чакр

Поработайте над своим отношением к  
женщинам, если есть сложности с  
мамой/сестрой - решите!

+ походы по магазинам, вкусная еда,  
спа, новые обучения и роскошь

## 4 эркэн

Впадаете в минусе когда:  
тяните всё на себе, забиваете на  
женскую составляющую  
не расслабляетесь  
считаете всех мужиков глупыми  
слабаками и конкурируете с ними,  
пытаетесь подавить  
подсознательно  
слишком зацикленвы на работе и  
реализации  
обиды на отца

Нарабатывайте мягкость,  
расслабленность  
При этом реализация для вас - пища  
Тратьте деньги на себя, окружайте  
всем качественным  
+ проработка отношений с мужчинами  
(для мужчин с 4 рекомендации другие)

# 5 эркан

Впадают в минус когда:  
много спорите и душните  
навязываете советы и мнение  
постоянно учитесь но не реализуетесь  
и боитесь, что ещё не время  
сепарация от родителей не пройдена  
думаете, что уже много знаете, ловите  
интеллектуальную гордыню и  
перестаёте обучаться, читать

Обручайтесь! Передавайте знания! Со  
здоровым голодом смотрите на новые  
знания, не бойтесь показать себя и  
стать независимой!

Вложения в обучения и канцелярию -  
лучшие вложения

# С эркан

Скатаетесь в минус когда:

корите себя

не любите

докапываетесь и сравниваете

занимаете детскую недолюбленную позицию

метааетесь из стороны в сторону

ибеализируете и романтизируете

боитесь отношений, имеете с ними проблемы

занимаетесь нелюбимым делом

Ваш путь - путь любви к себе!

Научитесь любить и принимать себя

безусловно

Встаньте на путь зрелости и

открытости ко всему новому, берите

за себя ответственность и все будет

супер!

# 7 экран

Сваливаются в минус когда  
перестают ставить цели и  
достигать  
либо не делали это вообще  
лежат дома 24/7  
отсутствует инициатива и  
движение

Вам просто необходимы передвижения,  
спорт, развитие, постоянно  
перемещаться во всех смыслах и по  
всем аспектам!

Брать лидерство, проявлять  
инициативу

Заведи блокнот с целями на ближайшее  
время, прописывайте шаги, это  
притягивает к вам благоприятные  
ситуации



# 8 эркан

Сваливаетеесь в минус когда  
хаос везде (в доме, в голове, в  
окружении)

считает, что он всегда прав, всегда  
справедлив, всегда самый объективный  
упрямство

нежелание погружаться в себя,  
доходить до сути

Наведите порядок везде и во всем!  
Еждневные и планер - лучший друг для  
восьмёрок!

Прекрасные психологи и мудрецы, если  
погрузитесь в себя и начнёте копать  
Не сидите на поверхности, это не про  
вас и не для вас

# 9 экран

Впадаете в минус когда:  
не открываетесь миру!! не  
делитесь!! не проявляетесь  
думаете, что вы и ваши умения/  
знания ничтожны и никому не  
нужны 😞

либо наоборот страдает  
интеллектуальной гордыней  
я крутая и умная а я все вокруг  
затупки

Начните проявляться!!

Для вас это очень важная тема  
Забейте на страхи, просто начните  
делиться тем, что у вас в голове  
Синдром самозванца в сторону

Поверьте в себя

Больше открывайтесь людям и Миру но  
не забывайте наполняться наедине с  
собой

# 10 эркан

Впадаете в минус когда  
циклитесь на всём, на деньгах, на людях,  
на графике, на делах  
ощущаете сильную тревожность, но  
ничего с этим не делаете  
не общаетесь с людьми, закрываетесь,  
впадаете в день сурка, апатию  
закапываете свою интуицию, не доверяя  
себе и своим ощущениям

Вы всё сами знаете! Сами чувствуете,  
доверьтесь себе! Хотите отдохнуть -  
отдыхайте, спите неделю, кайфуйте  
Миксуйте работу и расслабление, спа,  
массажи, йога

Для вас люди - ресурс, проявляетесь в  
обществе и работайте со своими  
ощущениями/чувствами

# 11 эркэн

Впадаете в минус когда  
впахиваете 24/7 без отдыха  
лежите и ничего не делаете месяцами  
агрессируете, срыгаетесь и подавляете  
занимаете роль жертвы, когда вы  
офигеть какие сильные потенциально  
не чувствуете своей силы и не  
пользуетесь ею

Не чувствуете силу? Почувствуйте!  
Пропишите свои сильные стороны, посмотрите  
на себя со стороны, вы - мощь!! Бешеная  
энергия

Если страдаете от тироголизмом, то выделяйте  
себе на неделе дни для отдыха, прямо полный  
день, сделайте список с тем, как вам нравится  
отдыхать

Вам прописан спорт!!

Для того, чтобы не впасть в апатию вам  
нужно заниматься спортом регулярно

# 12 эркан

Впадаете в минус когда  
не чувствуете себя ценной и крутой  
не отстаиваете личные границы  
не умеете говорить \*нет\*  
сидите в синдроме жертвы  
не можете повысить цены на услуги  
не верите в себя и в свои способности  
в целом проблемы с самооценкой

Работаем с собой и своей головой в  
первую очередь! Самооценку поднимаем,  
корону надеваем))

Учимся говорить «нет, я так не хочу/не  
буду»

Приводим в баланс «взять/отдать»  
Креативим, придумаем новые идеи,  
Воплощаем в жизнь  
Вы крейторы 😊

# 13 эркан

Впадаете в минус когда  
боитесь изменений, переездов, всего  
нового  
захламляете дом и голову, держитесь за  
старое/за прошлое  
не доводите дел до конца, прыгаете с  
дела на дело  
день сурка

Вы гуру перемен и трансформаций, с  
вами легко перейти на новый уровень, но  
только если вы сами отбросили прошлое  
и проходите мощную трансформацию  
Риск ваш груз  
Впускайте перемены в свою жизнь и  
доводите дела до конца!

# 14 эркен

Впадаете в минус когда  
имеетн сложности с эмоциями  
(перемены настроения, несдержанность,  
срываетесь на людей, упрямые, мыслите  
только в одном направлении  
Не открываете никому свою Душу  
страдаете зависимостями (от людей,  
сладкого, алкоголя и прочего)

Работайте со своими чувствами,  
эмоциями! Чувствуйте! Это круто  
Погрузитесь в творчество,  
расслабьтесь  
Медитации, йога, научилась слышать  
себя  
Поговорите со своим внутренним  
ребёнком, что он хочет?

# 15 экран

Впадаете в минус когда  
зависимы (от людей, денег, эмоций,  
алкоголя и прочего)  
не принимаете свою теньную сторону,  
не раскатываете её  
зажатое и заблокированное тело  
не чувствуете сексуальности  
не зарабатываете  
хотите много, а даёте себе мало

Распакуйте себя! Вы -огонь  
Поработайте над своей теневой  
стороной, разрешите ей проявиться  
Окружайте себя роскошью, стремитесь  
к этому

Деньги и секс Ваши грузья  
Изучите своё тело, кайфуйте от него  
Тело Ваш инструмент на пути к себе



# 16 эркан

Впадаете в минус когда  
мыслите стандартами и шаблонами  
кидаетесь из крайности в крайность  
держитесь за старое и прошлое  
не сплавляйтесь с эмоциями (агрессия,  
слёзы, истерики и др)  
Зависимости и нежелание развиваться  
(духовно в том числе)

Углубитесь в духовность, расширьте  
свои границы, своё мышление  
Отбросьте старое и идите в новое  
У вас такая личность, вы будете  
сжигать мосты, начинать с нуля,  
бросаться в новое  
Соблюдайте во всем баланс!

# 17 эркэн

Впадаете в минус когда  
не признаёте свои таланты, считаете себя  
никем

имеете установки что на хобби денег не  
заработать, нужно зарабатывать только  
упорным трудом (и другие установки насчёт  
денег)

недооцениваете себе либо наоборот  
надеваете слепую корону  
закрываетесь от людей и не проявляетесь

Проявляйтесь! Вам это очень важно

Вы звезда 😎

Работайте с мышлением, избавляйтесь  
от страхов и начните заявлять о себе  
уже!!

Какие ваши хобби? Что вам нравится?

Монетизируйте это  
Открывайтесь людям  
успех вам гарантирован

# 18 экран

Впадаете в минус когда  
есть проблемы с мышлением

страдаете от пессимизма и неуверенности  
повышенная тревожность и замкнутость  
У вас есть способность материализации,  
поэтому важно развивать позитивное  
мышление

Вам важно чистить свои мысли и  
убеждения!

Это ваш инструмент №1 в проработке  
+ духовность, психология, эзотерика  
Аффирмации, медитации

Энергия очень таинственная и  
сексуальная, раскрывайте её через  
творчество (танцы, хобби, женские  
практики)

# 19 эркэн

Внадаете в минус когда  
сидите дома целыми днями без людей  
имеете зависимость от людей  
перезиб в потребности во внимании  
вас либо незаметно, либо слишком много  
упрямые, считаете своё мнение  
приоритетным всегда

Люди ваш ресурс! Вы солнышки  
Вам важно проявляться, светить!  
Заведите свой блог и делитесь своей  
энергетикой  
Важен баланс между «взять и отдать»  
Общественная/социальная  
деятельность  
Важно работать с эмоциями

# 20 эркан

Впадаете в минус когда  
имеете сложности в семье (обиды,  
ссоры)

не развиваете интуицию  
осуждаете всех, упрямые  
агрессия

страдаете от лени и апатии

Прокачивайте интуицию!

И работайте над отношениями в семье,  
в Рогу

Погружайтесь в психологию, эзотерику  
Выходите из дня сурка и начинайте  
излучать свою энергию

# 21 экран

Впадаете в минус когда  
ограничиваете себя  
имеете узкое мышление, которые  
ограничивает вас, не даёт проявиться  
много страхов  
боитесь рискнуть  
сидите на одном месте во всех смыслах  
категоричны и осуждаете всех  
часто конфликтуете

Прокачиваем мышление!!  
Пишем аффирмации, работаем с  
установками  
Передвигаемся, спорт супер  
Идем в страхи и масштаб, расширяемся  
во всех планах  
Если есть вариант переехать -  
переезжаем 😎

# 22 эркэн

Впадаете в минус когда  
боитесь осуждения, своих проявлений  
много ограничений «так нелезя себя  
вести, а так можно»  
находитесь в отношениях с запретами  
занимаетесь нелюбимым делом  
гасите своего внутреннего ребёнка  
наивность и импульсивность  
либо слишком черствый взрослый

Соблюдайте баланс между взрослым и  
ребёнком!

Больше кайфуйте!!

Стремитесь к свободе во всех смыслах,  
убирайте ограничения и людей с такими  
склонностями

Развивайте интуицию и больше  
проявляйтесь в обществе  
Путешествуйте!

Полезные  
практики:



Полезные  
практики:

1) Заведите дневник благодарности, каждый день пишите то, за что сегодня благодарны (за вкусный кофе, за то, что встали в 7 утра сегодня, за прекрасных людей рядом, за то, что вы сегодня хорошо поработали и тд) + заведите дневник аффирмаций, не думайте слишком много, просто пишите, главное - регулярность и вы увидите изменения

2) Заведите дневник целей, поставьте себе 3 цели на месяц и распишите шаги для их достижения, ведите дневник, что вы сегодня сделали для приближения себя к цели

3) Если не справляетесь с чувствами/мыслями, выписывайте их на бумагу, выливайте всё на бумагу

4) Заведите виш лист, Выпишите туда все ваши хотелки и радуйте себя время от времени

5) Выпишите всё, что хотели сделать, но не сделали  
Ставьте себе задачу - каждый месяц выбирать что-то из этого списка и делать!

6) Раз в неделю выполняйте то, что вам несвойственно (одевайтесь непривычно, покрасьтесь иначе, купить что-нибудь необычное и тд)

7) Выпишите все установки, которые у вас есть (про деньги, отношения, людей)

- мужчина должен быть....
- деньги зарабатываются только....
- женщина должна быть...

Подумайте, откуда они у вас?



