

Джуди Холл

КРИСТАЛЛО ТЕРАПИЯ от А до Я

4

КНИГА



Камни для настройки чакр
и активации энергии
кундалини



Кристаллотерапия от А до Я

Джуди Холл

**Кристаллотерапия от А до Я.
Камни для настройки чакр и
активации энергии кундалини**

ИГ "Весь"

2014

УДК 159.96
ББК 86.42

Холл Д.

Кристаллотерапия от А до Я. Камни для настройки чакр и активации энергии кундалини / Д. Холл — ИГ "Весь", 2014 — (Кристаллотерапия от А до Я)

ISBN 978-5-9573-3833-8

Перед вами четвертая книга известной целительницы, астролога и гипнотерапевта Джуди Холл, посвященная пользе применения энергий кристаллов. На этот раз автор уделяет особое внимание работе с чакрами. При этом она не ограничивается лишь семью главными чакрами, предлагая читателям задействовать и менее известные, «высшие» чакры, чтобы пробудить энергию кундалини. Цель пробуждения кундалини – достижение осознанности и установление связи с божественным. Но этого единения возможно достичь лишь после того, как вы пройдете все этапы исцеления и духовного роста, подготовив чакры к прохождению через них энергетического потока. С помощью кристаллов вы сможете очистить и активировать традиционные и «дополнительные» чакры, чтобы помочь энергии плавно подниматься по физическим и тонким телам. «Одни кристаллы помогают расшевелить неповоротливую чакру, другие – напротив, замедлить сверхактивную. В этой книге я расскажу, как использовать проверенные на личном опыте кристаллы, чтобы очистить и активировать важнейшие соединения между чакрами, гармонизировать тонкие тела и установить связь с энергиями высших измерений для подготовки к пробуждению кундалини». Джуди Холл

УДК 159.96

ББК 86.42

ISBN 978-5-9573-3833-8

© Холл Д., 2014

© ИГ "Весь", 2014

Содержание

Отзывы о книге	9
Предупреждение	10
Благодарности	11
Часть I. Влияние окружающей среды	12
Введение. Танец Шакти и Шивы	13
Что такое чакра?	15
Цвета чакр	21
Основные чакры	24
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Джуди Холл
Кристаллотерапия от А до Я
Камни для настройки чакр и
активации энергии кундалини. Книга 4

Judy Hall

Crystal Prescriptions The A – Z Guide to Chakra Balancing Crystals
and Kundalini Activation Stones

Volume 4

Перевод с английского Анастасии Статуевой

Дизайн обложки и внутреннее оформление Натальи Ивановой

Тематика: Эзотерика / Практическая эзотерика

First published as Crystal Prescriptions – The A-Z Guide to Chakra Balancing Crystals and Kundalini Activation Stones by O-Books, 2015. O-Books is an imprint of John Hunt Publishing Ltd., Laurel House, Station Approach, Alresford, Hants, SO24 9JH, UK office1@jhpbooks.net www.johnhuntpublishing.com

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© 2014 by Judy Hall

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ОАО «Издательская группа «Весь», 2021

* * *

Дорогой Читатель!



Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа — свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой — это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,
Владелец Издательской группы «Весь»
Пётр Лисовский



ОТЗЫВЫ О КНИГЕ

Эта книга – обстоятельное руководство по системе чакр, предназначенное для желающих работать с кристаллами как дополнительным инструментом духовного совершенствования. Особенно отрадно, что Джуди рассказывает не только об основных, но и о малоизвестных чакрах. Люди часто забывают, что чакр на самом деле сотни, помимо шести-семи наиболее известных. Кроме того, в книгу включен подробный рассказ о кундалини, подкрепленный цитатами из множества авторитетных источников. Многие мечтают испытать пробуждение этой энергии, однако в реальности, спонтанная и неконтролируемая, она нередко вызывает физический дискомфорт и душевный разлад. Многогранную и увлекательную тему кундалини Джуди раскрывает со всех сторон, а также дает множество ценных советов и проверенных рекомендаций. Ее практический и легко настраиваемый под индивидуальные нужды метод подойдет и начинающим, и опытным последователям.

Саймон и Сью Лилли, авторы книг *«Исцеление кристаллами»* и *«Иллюстрированное руководство по исцелению кристаллами»*

Эта книга – из тех, что становятся настольными. Я рекомендую ее терапевтам и вообще всем, кто желает понять и глубже изучить систему чакр и энергию кундалини. Понимание эмоциональной анатомии и ее значения для энергетических центров и полей помогает продвинуться в исцелении. Осознав всю силу кундалини и научившись управлять этой энергией (которую, если честно, девять из десяти людей тратят впустую), вы повысите свой уровень осознанности. Книга Джуди – настоящий клад информации, вам не захочется выпускать ее из рук.

Сара Лаундс, основатель центра натуротерапии «Сарпенела» (www.sarpenela.co.uk)

Джуди Холл – подлинный знаток своего дела, и своими широчайшими познаниями она делится с нами в этой доступно и увлекательно написанной книге. Мы живем во времена сдвигов сознания, и книга Джуди здесь как нельзя кстати: она рассказывает, как с помощью проверенных кристаллов усвоить недавно открывшиеся вибрации высших измерений и использовать их в повседневной жизни.

Гилл Матини, директор Колледжа парапсихических исследований

Предупреждение

Рекомендации, приведенные в этой книге, ни в коем случае не заменяют лечение, назначенное врачом. Если вам понадобится помощь при работе с книгой, обратитесь к квалифицированному целителю, специализирующемуся на работе с кристаллами, или йогину, практикующему кундалини-йогу. Под исцелением в этой книге понимается восстановление баланса на уровнях тела, эмоций, разума и духа.



Благодарности



Я бесконечно благодарна Саре Лаундс, непревзойденной шаманке и основательнице центра натуротерапии «Сарепенела» (www.sarpenela.co.uk), которая помогла мне сложить все фрагменты в цельную картину и пробудить кундалини. Спасибо всем моим клиентам и участникам занятий – благодаря вам я столько узнала о чакрах, расширенном сознании и пробуждении кундалини (и их побочных последствиях). Этой книги не было бы без вашей готовности отправиться за мной в неизведанное, изучать новые кристаллы и чакры и исследовать высшие измерения.

И отдельное спасибо Терри Берч, астрологу и мудрой женщине, за то, что в свой обеденный перерыв она нашла время сделать фотографию для обложки. Желаю тебе всех благ.

Часть I. Влияние окружающей среды



Введение. Танец Шакти и Шивы



Кундалини – это мощнейший взрыв темной, чистой, сексуальной, влажной, липкой, сочной энергии. Это необузданное, отчетливо женское, неуправляемое начало. Это процесс почти животный, грязный и неостановимый, как рождение, и пугающий, как смерть.

Доктор Гленн Моррис

(www.kundaliniawakeningprocess.com)

Вы когда-нибудь чувствовали, как огненный шквал несется вверх по позвоночнику? Как по всему телу пробегают электрические разряды? Или как волны энергии прокатываются по нему, словно рябь по воде? Вы испытывали внезапный ледяной холод? Оргазм, похожий на взрыв сверхновой? Трепетание всех чувств? Абсолютное блаженство? Мгновенное просветление? Вы ощущали, как вас омывает жидкий свет? Или вас словно взрывом выбросило из собственного тела? Если да, вы испытали действие кундалини.

Если нет, возможно, вы открыли эту книгу, потому что хотите пережить подобный опыт. Или потому, что вам нужна помощь в восхождении. Называйте это как хотите – у кундалини много имен. Но пробудив эту загадочную и неуправляемую энергию, которая пронесется вверх по позвоночнику и исторгается из темени, вы можете испугаться того, с чем столкнетесь. Недаром существует столько предостережений для практикующих. Кундалини может подарить подлинную самореализацию, но, как мы увидим, идущего по пути к ней подстерегают опасности и соблазны. На мой взгляд, цитата, вынесенная в эпиграф, передает самую суть бурного пробуждения кундалини, и поэтому она мне особенно нравится. Неукротимая сила Шакти – первозданная космическая энергия – проходит сквозь тело и соединяется с чистым и глубинным сознанием – Шивой. Из их слияния рождается расширенное осознание.

В этой книге я буду рассказывать о кундалини и чакрах, опираясь на систему понятий, применяемую в западной энергетической медицине. Я не провозглашаю себя специалистом по кундалини, но за последние сорок пять лет сталкивалась с ней много раз и видела ее во множестве обликов. С помощью кристаллов я очищаю и активирую традиционные и новые чакры и помогаю энергии плавно подниматься по физическим и тонким телам. Кроме того, я использовала кристаллы, чтобы сгладить нежелательные побочные эффекты кундалини, и не всегда связывала их применение с пробуждением этой энергии. Однако сейчас, с высоты опыта, вижу, что именно этого и добивалась. Я также многое узнала о чакрах, вибрирующих с высокой частотой; о том, что их блокирует и какова их роль в достижении расширенного осознания и духовной эволюции. И теперь хочу поделиться этими знаниями с вами.

Кристаллы нужны, чтобы вызвать вибрационный сдвиг сознания. Они буквально переносят нас в иное измерение – или, точнее, открывают все существующие измерения. Многие кристаллы призваны помочь человеку достичь осознанности и ощутить в себе единство человеческого и божественного. В йогической традиции этот процесс известен как Танец Шакти (энергия) и Шивы (чистое сознание). Целью пробуждения кундалини во все времена было достижение осознанности и установление связи с божественным. Но кристаллы напоминают, что этого единения возможно достичь лишь после того, как мы пройдем все этапы исцеления и духовного роста и подготовим чакры для прохождения через них энергетического потока. Подъем кундалини вызывает сдвиг энергетического баланса и может стать причиной катарсиса. Приблизить этот сдвиг помогает предварительная работа с чакрами, которая включает в себя открытие верхних чакр и постепенный подъем кундалини с одновременным очищением чакр на каждом этапе. В этой книге вы найдете всю необходимую базовую информацию о чакрах, как давно известную, так и недавно открытую; узнаете, что их блокирует и очищает, а также то, как чакры влияют на тело, разум и дух.

Затем мы перейдем собственно к кундалини. Подъем кундалини – больше не тайное знание, доступное лишь посвященным: занятия кундалини-йогой проводят во многих школах, а ученые изучают воздействие кундалини на организм. Эта тонкая, но невероятно мощная психодуховная энергия вызывает в клетках физического и эфирного тел новый резонанс и наполняет их светом. Она во всех смыслах просвещает нас. То есть у человека формируется световое тело, и он обретает способность воспринимать частоты высших измерений. Однако если практикующий небрежен или неосторожен, подъем кундалини может выйти из-под контроля, и последствия будут непредсказуемыми – в частности, неуправляемое движение кундалини вызывает крайне неприятные ощущения. Чтобы контролировать подъем этой энергии, нужно предварительно открыть и настроить все чакры и гармонизировать тонкие тела. *А чтобы управлять потоком кундалини, нужны кристаллы.*

Подготовка к подъему кундалини включает активацию менее известных и высокочастотных чакр – например, причинной чакры. Эти чакры открывают путь к расширенному осознанию окружающей нас многомерной реальности. Однако приобщиться к высшему сознанию и исследовать многомерные реальности возможно, только если вы заземлены через Звезду Земли и врата Матери-Земли. И хотя традиционно основное внимание уделяется семи основным и наиболее известным чакрам, для того чтобы встроить кундалини в свою систему и полностью раскрыть в себе дар интуиции и способность к исцелению, необходимо задействовать менее известные чакры. Так, например, в энергетическом целительстве, или рэйки, очень помогает раскрытие ладонных чакр. В ходе одного исследования, проведенного в Японии, было установлено, что из ладоней тех, кто занимается целительством и единоборствами, исходит широкое и мощное пульсирующее магнитное поле, по силе многократно превосходящее биоманнитное поле обычного человека.

Аналогично вы будете полны энергии только в том случае, если у вас активирована и заполнена дантьянь-чакра. Открытые Звезда Земли и коленные чакры помогут удерживать эту энергию в повседневной жизни. Через открытые Врата Матери-Земли вы связываетесь с высшими измерениями и подключаетесь к божественному, а затем заземляете полученную от них энергию. Не активировав все чакры, вы не сможете полностью встроить кундалини в свою систему, и эта энергия будет просто изливаться из темени или, что еще хуже, утекать из корневой чакры в землю. В зависимости от того, где заблокировано течение потока кундалини, он может распространяться в стороны, что тоже повлияет на состояние тела, разума и духа.

В этой книге я расскажу, как использовать проверенные на личном опыте кристаллы, чтобы очистить и активировать важнейшие соединения между чакрами, гармонизировать тонкие тела и установить связь с энергиями высших измерений для подготовки к пробуждению кундалини.

Что такое чакра?



Чакры, или центры силы, – это точки соединения, через которые энергия перетекает из одного тела человека в другое... Если чакры совершенно не развиты, они имеют вид тускло тлеющих маленьких кругов диаметром около двух дюймов... а у пробужденных и оживленных чакр размеры значительно больше, это уже ослепительно вспыхивающие сверкающие водовороты, напоминающие миниатюрные солнца.

Чарльз Уэбстер Ледбитер

Чакры – это многослойные, существующие в нескольких измерениях, излучающие свет завихрения тонкой энергии, расположенные на некотором расстоянии вокруг физического тела человека. Чакры – это точки связи между физическим и тонким телами и относятся скорее к трансцендентной, нежели физической, реальности. Однако они необходимы для нормальной жизни в материальном мире и пробуждения осознанности. В переводе с санскрита «чакра» означает «колесо», но внешне чакры скорее похожи на вихри, а функционально – на клапаны, регулирующие течение энергии по каналам тонкого и физического тел: по меридианам и эндокринной и нервной системам. Чакры регулируют количество энергии и ощущения, которые вы получаете из внешнего мира, и вашу реакцию на эти стимулы. Если обобщить, то чакры, расположенные ниже талии, в основном отвечают за физические функции, хотя могут влиять на личность опосредованно – через эндокринные железы. Чакры, расположенные в верхней части туловища, связаны с эмоциями и могут вызывать психосоматические реакции, а чакры в голове отвечают за мышление и интуицию, которые, однако, могут влиять и на физическое состояние.

Концепция чакр древняя и встречается во множестве традиций. О них упоминается и в древних индуистских, и в древнеегипетских источниках. Во всех этих текстах мы находим глубокое понимание влияния чакр и тонких энергий на тело и разум через эндокринную систему. Современная наука только сейчас начинает постигать то, что люди понимали уже тогда: ученые все больше узнают о влиянии на организм мелатонина, пиколинов, серотонина и диметилтриптамина, то есть веществ, вырабатываемых мозговыми железами. Эти вещества влияют не только на физиологические, но и на психологические процессы. Серена Рони-Дугал, которая много лет изучает эти связи, пишет:

Мы до сих пор крайне мало знаем об эндокринной системе, о химических процессах, лежащих в основе отношений тела и разума, и о химии эмоций... Однако даже немногочисленные наши познания в этих областях соответствуют

тому, что йоги, эти «ученые тонкого мира», говорят о системе чакр. Наши научные дисциплины, столь различные по терминологии и методологии, подкрепляют выводы друг друга.

Серена Руни-Дугал

На восприятие и эмоции, а также на то, как вы выражаете свои мысли и чувства, влияет активность чакр: угнетены они или же работают в полную силу. Если чакры «засорены», вами беспрепятственно управляют подсознательные страхи и неосознаваемые эмоции. Если же чакры функционируют исправно, человек осознает свои эмоции и чувства и управляет ими, а не слепо движется по проторенному пути. Вот почему чакры так важны для нашего развития и духовной эволюции. Они помогают усвоить высокочастотные вибрации, которые помогают душе перейти на следующий уровень.



Рис. 1

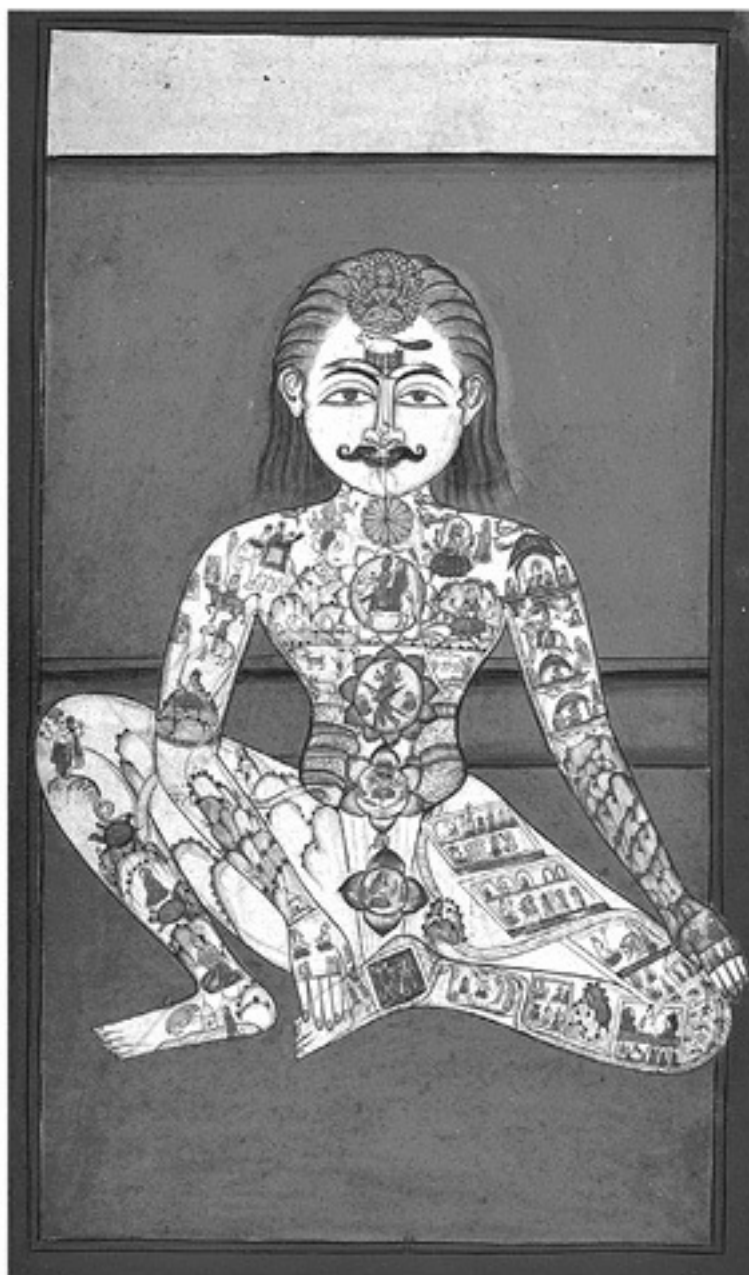


Рис. 2

Чакры влияют на здоровье и благополучие на всех уровнях. Каждая из них управляет определенной сферой жизни и органом или участком тела, а также отвечает за конкретные мысли и эмоции. Перегрузка, напряжение, сбой или застой в чакре обязательно проявятся в нездоровье физического тела или психосоматических или психологических расстройствах. После восстановления равновесия в чакре нездоровье и расстройства проходят.



ИСЦЕЛЕНИЕ ЧАКР

Традиционно каждая чакра отвечает за определенные органы и при визуализации окрашена в определенный цвет, хотя, как мы увидим, каждой чакре соответствуют кристаллы нескольких цветов. Главное здесь – не собственно цвет, а совпадение вибраций и гармония. Одни кристаллы помогают расшевелить неповоротливую чакру, другие – напротив, замедлить сверхактивную. Подробный список указан в Справочнике. Если чакра вращается слишком быстро или ее заклинило в открытом положении, вернуть ее в оптимальное состояние может кристалл комплементарного цвета (см. цветовой круг). Чтобы найти нужный вариант кристалла, просто выберите цвет, находящийся напротив традиционного цвета чакры. Затем при помощи радиэстезии проверьте, подходит ли этот кристалл для конкретной задачи. Кристалл одного цвета с чакрой поможет расшевелить медленное или и вовсе остановившееся вращение. Поместив кристаллы *соответствующего* цвета и вибраций на чакры, вы быстро приведете их в равновесие и гармонизируете, тем самым улучшив здоровье и ощутив благополучие.



ВРАЩЕНИЕ ЧАКР

Чакры вращаются, и тут важно не столько направление этого движения, сколько скорость и то, *подходит ли это направление конкретному человеку*. У каждого индивидуальное направление вращения чакр, подходящее лично ему, и определить его можно при помощи радиэстезии. Иногда вращение нужно изменить на противоположное, но гораздо чаще следует отрегулировать скорость. И хотя в основном на прохождение энергии через чакру влияет то, открыта она или закрыта, темп вращения тоже важен. Если чакра замедлилась или заблокирована, ей не хватает энергии, и она не может полноценно управлять потоком или принимать новые порции энергии. Если же чакра движется слишком быстро, ее заклинивает в открытом положении, и энергия бесконтрольно поступает в нее и изливается наружу. Кристаллы корректируют скорость и курс вращения до оптимальных и помогают открывать и прикрывать чакры.

Одна из причин, почему чакра слишком открыта и вращается слишком быстро, – чакры над и/или под ней заблокированы. Застопорившаяся чакра отравляет всю систему и мешает энергии свободно циркулировать вдоль позвоночника и по тонким телам. Таким чакрам тоже требуется лечение. В идеале все чакры должны быть сбалансированы и работать в оптимальном режиме.



ПРОБИТЫЕ И ЗАБЛОКИРОВАННЫЕ ЧАКРЫ

Пробитая чакра – это чакра, которая слишком открыта и вращается слишком быстро. Такая чакра особенно уязвима перед внешними воздействиями, так как энергетический поток, проходящий через нее, не защищен и не регулируется. Пробитая чакра может даже выйти из ряда: сойти с линии, вдоль которой расположены все чакры. Если при работе с маятником или проверке течения энергетического потока через чакру поток отклоняется влево или вправо, значит чакру нужно вернуть на место. То есть нужно будет не только согласовать ее скорость, направление вращения и энергетическую частоту с другими чакрами, но и передвинуть ее саму обратно на вертикальную линию, на которой расположены остальные чакры.

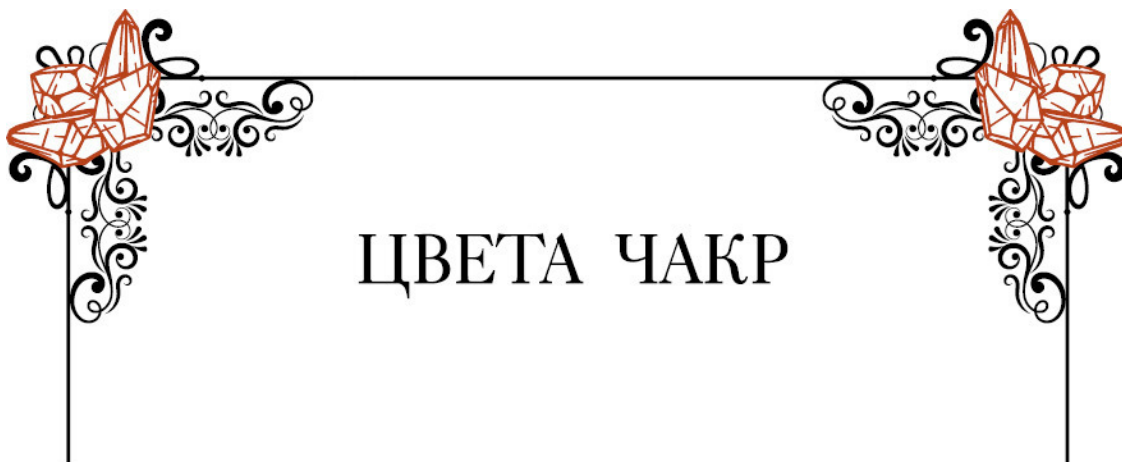
Если же чакра слишком закрыта, энергия протекает мимо нее. Заблокированная чакра испытывает энергетический голод, из-за чего в организме возникают блоки и патологические состояния. Чакра может заблокироваться из-за ваших собственных действий в прошлом, не важно, сознательных или нет, или же потому, что ее блокирует кто-то другой – тот, кто пытается вами управлять или не хочет, чтобы вы что-то увидели, и т. д. Словом, есть множество причин того, что чакра может заблокироваться, и, чтобы установить подлинную, всегда стоит смотреть глубже.



ЧТО БЛОКИРУЕТ ЧАКРЫ?

Чакра может заблокироваться или пробиться, и зависит это в том числе и от ее расположения. На физическое тело и связанные с ним чакры сильно влияют стресс, вызванный геопатогенным воздействием, электромагнитное загрязнение и слишком долгое пребывание под искусственным освещением. Однако застарелые боль и обида, токсичность, зашоренность, косность, эмоциональные и физические травмы тоже могут приводить к нарушениям в работе чакр. Эти переживания превращаются в энергетический след, или энграмму, который на очень глубоком уровне впечатывается в чакру или тонкое тело. Однако одна из главных причин блокировки или пробития чакры – проблемы из прошлой жизни, которые перешли в текущее существование. В Справочнике перечислены кристаллы, которые помогают разобраться с проблемами из прошлых жизней (см. «Проблемы с чакрами прошлых жизней»). Эти комплексы живут в кармическом тонком теле, причинной чакре и чакре прошлых жизней. Нередко проблема многослойная и спрятана глубоко; в таком случае, чтобы добраться до ее первопричины, необходимо сначала счистить все эти слои. После устранения проблемы освободившуюся энергию получится преобразовать.

Цвета чакр



Цветовосприятие на самом деле – способность мозга распознавать световые волны различной длины. Все частоты видимого излучения – и все цвета – влияют на наше физическое, эмоциональное и интеллектуальное состояние.

Сью и Саймон Лилли, «Исцеление с помощью кристаллов и энергии чакр»

Цвет возникает при расщеплении светового луча. Это энергетические волны, которые человек воспринимает с помощью рецепторов в мозге или экстрасенсорного зрения. Все цвета влияют на тело, разум и дух. Принято считать, что каждая чакра имеет определенный цвет, однако и в древних, и в современных источниках нет единого мнения о том, какой именно цвет соответствует той или иной чакре. Традиционные цвета на деле были присвоены чакрам относительно недавно, а на многих старинных изображениях чакры представлены в совершенно иных цветах. Наиболее разнятся мнения по поводу новых чакр высших измерений, встречающихся на древних рисунках. Такой разброс мнений объясняется тем, что все тела немного различаются по частоте вибраций, и поэтому энергии цветов – и кристаллов, соответствующих той или иной чакре, – на каждого человека влияют по-разному. При пробуждении высших способностей вы, возможно, начнете видеть изменившиеся цвета. Многие практикующие утверждают, что цвета светятся, пульсируют, ослепительно сияют; а некоторые и вовсе трудно описать, так как они не принадлежат к привычному спектру.

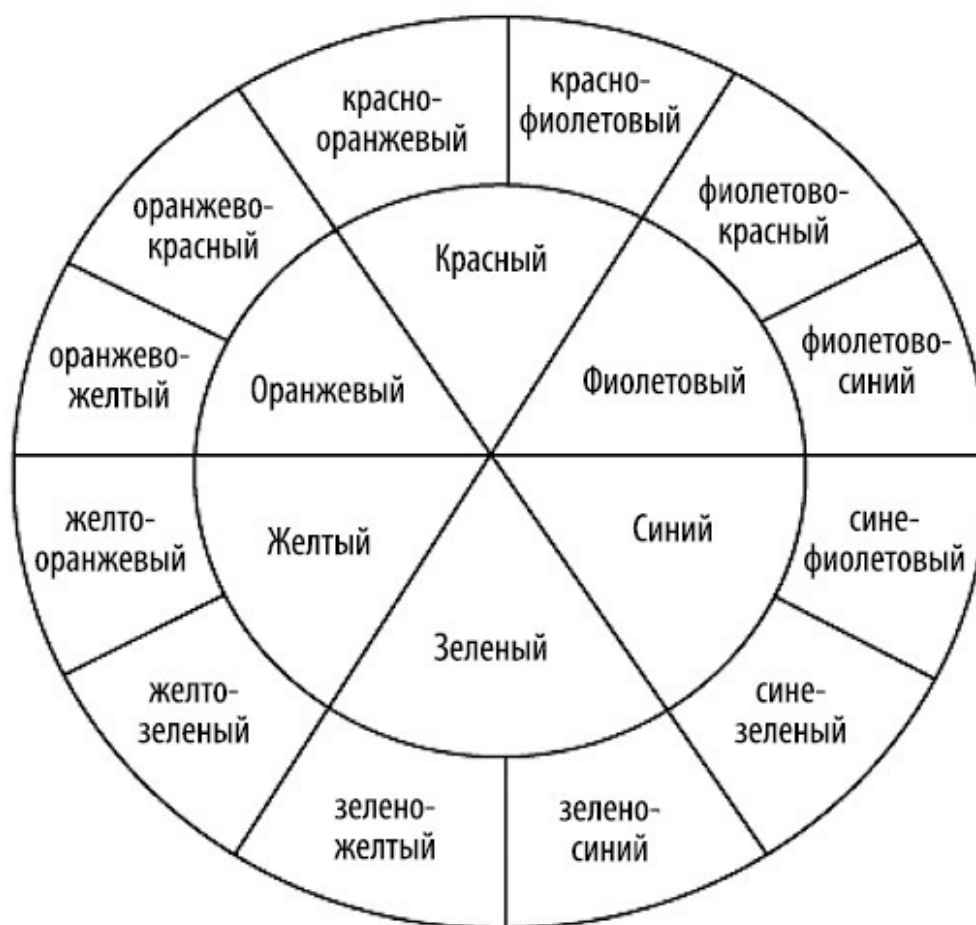


Рис. 3. Цветовой круг

Чакра – Цвет

Звезда Земли – коричневый, темно-серый, бордовый

Коленные – пестрый, песочный

Корневая – красный

Сакральная – оранжевый

Даньтянь – красно-оранжевый, янтарный

Солнечного сплетения – желтый, зеленовато-желтый

Селезеночная – зеленый

Семена сердца – перламутровый голубой, розовый, белый

Сердечная – зеленый/розовый

Высшая сердечная – розовый, золотистый, фиолетовый, синий

Ладонные – серебристо-белый, слоновая кость, красный, синий

Горловая – синий, бирюзовый

Третьего глаза – индиго

Сома-чакра – синий, лавандовый, белый, насыщенный сиреневый

Коронная – белый, фиолетовый, лавандовый

Звездные Врата – темно-фиолетовый, белый, золотистый, серебряный или прозрачный

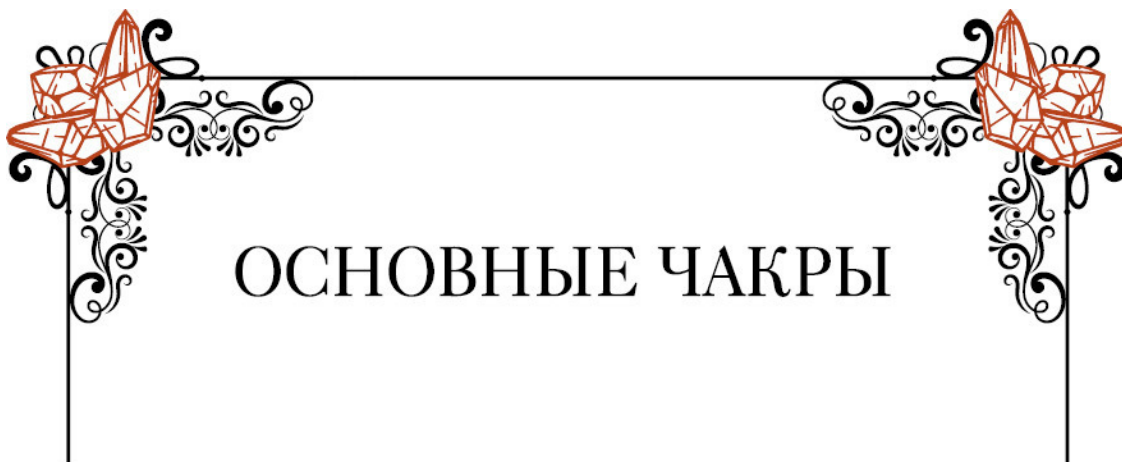
Звезда Души – пурпурный, белый, черный

Альта Мажор – пурпурный, зеленый

Причинная – белый, золотистый

Врата Матери-Земли – черный, коричневый, серебристый, золотистый

Основные чакры



Каждое событие вашей жизни и каждая ваша мысль проходит через базы данных в чакрах. И вся информация записывается в клетки организма.
Кэролайн Мисс

Основные, или личные чакры управляют повседневной жизнью и отвечают за ваши реакции на внешние события – хотя иногда, когда кажется, что вы отвечаете на внешний стимул, происходит неосознанный отклик на внутренние состояния или переживания или вы безотчетно следуете привычке. Чакры – это своего рода шлюзы между внутренним миром человека и внешним миром, связующие звенья между физическим телом и энергиями Земли, которые помогают воспринимать и усваивать низкочастотные энергии. Также чакры влияют на работу тела, эмоций и разума. Если упростить, то чакры, расположенные в животе, соответствуют физическому уровню бытия, те, что находятся в верхней части туловища, – эмоциональному, а в шее и голове – интеллектуальному. Чакры над головой в основном работают на духовном уровне, в связке с тонкими телами, наиболее близкими к частотам этих уровней бытия. Чакр десятки, но традиционно работают с семью основными персональными чакрами. Однако к этим семи обязательно нужно добавить восьмую, Звезду Земли, которая необходима для заземления и поддержания связи с Землей, пока человек пребывает в воплощении.

Традиционно каждая чакра связана с определенными органами, системами органов и эндокринными железами. Все они перечислены в дальнейших разделах в первой части этой книги. Каждая чакра также представляет одно или несколько чувств – от привычных осязания, зрения и т. д. до более тонких вроде чувства безопасности и уверенности в будущем, заканчивая метафизическими вроде внутреннего зрения и духовной связи. Нарушение равновесия, блокировка, слишком высокая или, напротив, низкая скорость вращения чакры, соответствующей органу, железе или чувству, обязательно скажутся на физическом состоянии человека. Лечение кристаллами основано на идее о том, что, поместив подходящий кристалл на чакру, вы восстанавливаете ее баланс, после чего проблема исчезает.

Чакры не статичны. Как и весь организм, они способны меняться. Кристаллы помогают открыть высшие, более тонкие слои и уровни персональных чакр и тонких тел, а также пробудить спящие высшие чакры. Затем они объединяют все эти элементы в систему и заземляют ее, тем самым открывая канал, по которому энергии высших измерений будут поступать в повседневную реальность. А помогают в этом энергетические соответствия между персональными и высшими чакрами (перечислены в разделах с описаниями чакр). В результате вы становитесь воплощением этого расширенного диапазона вибраций.



ЧАКРА ЗВЕЗДА ЗЕМЛИ

Повседневная жизнь и заземленность

Расположение: примерно в тридцати сантиметрах под ногами.

Звезда Земли соединяет вас с ядром Земли, а также с ее электромагнитными полями и энергетическими меридианами. Эта чакра помогает материализовать мысли и осуществить планы и мечты; она заземляет новые частоты и ставит на якорь в этом мире. Звезда Земли отвечает за безопасность и восстановление. Без нее вы не заземлены физически и психологически и едва удерживаетесь в воплощении. С ней же обретаєте прочную и устойчивую опору, которая помогает сохранять душевное равновесие и с равным самообладанием встречать и невзгоды, и радости. Без хорошо работающей Звезды Земли вы не сможете усвоить и заземлить пробудившуюся энергию кундалини. Зато при оптимальной работе этой чакры у вас образуется естественный электрический контур, через который вы подпитываетесь физической и духовной энергией. Со Звездой Земли связан самый длинный нерв в организме – седалищный, который проходит по всей ноге от стопы до бедра и входит в позвоночный канал. Поднимаясь вверх по позвоночнику, он соединяет мозг с вибрациями Земли. Кроме того, седалищный нерв связывает Звезду Земли с коленными чакрами, а их, в свою очередь, – с корневой чакрой, муладхарой, тем самым обеспечивая полноценное заземление и уверенное присутствие в физической реальности.

Физиологические соответствия: физическое тело, системы электрических токов и меридианов организма, седалищный нерв, органы чувств.

Чувства: защищенность и самосохранение.

Положительные качества: раскрепощение. При хорошей работе этой чакры вы заземлены и комфортно себя чувствуете в воплощении, ваша иммунная система работает полноценно, и вы способны заземлять энергии высших измерений на земном уровне. Вы практичны, хорошо справляетесь с повседневными задачами и усваиваете энергии высших измерений.

Отрицательные качества: бессилие и незаземленность.

Соответствующая высшая чакра: Звезда Души.

Чакра сверхактивна, пробита или вращается слишком быстро: при пробитой Звезде Земли вы недостаточно заземлены, не соединены с планетой или не осознаете себя частью большой системы. Или же, как ни парадоксально это звучит, излишне озабочены проблемами планеты, зато собственному телу уделяете недостаточно внимания. Разбалансированная Звезда Земли очень уязвима перед неблагоприятными факторами окружающей среды вроде геопатогенного воздействия или токсичных загрязнений. Эта чакра очень чувствительна к электромагнитной энергии, так как управляет электрическими системами организма и отвечает за подключение к планете через ступни, где есть множество нервных окончаний и малых чакр.

Чакра недостаточно активна, заблокирована или вращается слишком медленно: блокировка или нарушение нормальной работы Звезды Земли приводит к тому, что человеку некомфортно в собственном теле, и он ощущает себя чужим на планете. Из-за слабой связи

с собственным телом он чувствует себя беспомощным и незаземленным, не способен решать практические задачи. Также человек не сможет усваивать энергии высоких измерений.

Типичные заболевания и состояния связаны с апатией и нехваткой энергии: синдром хронической усталости, артрит, рак, мышечные заболевания, депрессия, психиатрические заболевания, аутоиммунные заболевания, постоянный упадок сил.

Привязки: духи места, духи, застрявшие в этом мире. Если эта чакра постоянно открыта, вы очень восприимчивы к отрицательной энергетике, исходящей от земли или от духов места: эта энергетика либо прилипает к вам, либо вы видите события, произошедшие здесь когда-то.

Открытие Звезды Земли и заземление через корень

Открытая Звезда Земли, заземленная в центр планеты, помогает чувствовать себя комфортно в текущем воплощении и усваивать энергию высших измерений и кундалини. Так как эта чакра очень важна, на этом месте прервите чтение и откройте ее. Простейший способ – визуализация с использованием кристалла.

- Встаньте прямо, слегка расставив ноги. Пятки прижаты к полу, ноги прочно стоят на земле. Положите на землю у стоп камень, Глаз Бури (яшму Джуди), письменный гранит, гематит, раухтопаз, дымчатый элестил кварц или иной заземляющий кристалл.

- Представьте Звезду Земли примерно в тридцати сантиметрах у вас под ногами. Представьте, как она раскрывает лепестки, словно кувшинка.

- Почувствуйте, как из ступней в землю прорастают два корня и опускаются к Звезде Земли.

- Эти корни переплетаются и проходят сквозь Звезду Земли, земную кору, верхнюю мантию, расплавленную магму и движутся дальше – к центру Земли.

- Пройдя через магму и мантию, переплетенные корни достигают ядра – огромного железного шара в центре планеты.

- Корни крепко обвивают этот шар, тем самым надежно удерживая вас в текущем воплощении и помогая оставаться заземленными.

- По корням к вам поступают энергия и защита. Вы полны сил и чувствуете себя в безопасности.

- Представьте, как эти корни поднимаются от Звезды Земли по ногам: корни прорастают через ступни и коленные чакры и входят внутрь бедер. В районе таза корни перекрещиваются и сходятся в муладхаре, а оттуда тянутся вверх, к свадхистане и чакре даньянь. Энергия, поднимающаяся по корням из центра Земли, запасается в чакре даньянь (см. «Даньянь»).



Примечание. Оказавшись в местности с сильным геомагнитным возмущением, всегда защищайте свою Звезду Земли. Для этого представьте ее в центре крупного защитного кристалла. Этот кристалл не мешает корню дотянуться до центра Земли и доставить оттуда мощную энергию для вашей поддержки, зато поможет преобразовать и сдержать отрицательную энергию. Если вы как следует сосредоточитесь, воображаемый кристалл сам по себе достаточно вас защитит, но если хотите усилить его действие, поместите на область Звезды Земли реальный кристалл. См. также указания по установке шаманских и космических якорей «Установка якорей».



КОРНЕВАЯ ЧАКРА, МУЛАДХАРА

Базовые функции выживания, чувство безопасности и защищенности

Расположение: основание позвоночника, крестец, копчик, промежность. Название этой чакры на санскрите состоит из двух слов: «корень» и «поддержка». Через нее вы связаны со своей внутренней энергией и с энергиями Земли. Корневая чакра – основание для всех остальных чакр, расположенных выше по позвоночнику, надежный фундамент, на котором они держатся. Она соотносится с домом и карьерой, с вашим местом в мире. Когда чакра работает хорошо, вы заземлены и соединены с собственным центром. Именно здесь, свернувшись в спираль вокруг копчика, дремлет непробужденная энергия кундалини. Также корневая чакра отвечает за волю к жизни и способность осуществлять задуманное. С ее помощью вы осознаете себя как отдельную личность и берете ответственность за свою жизнь; понимаете, к какому племени принадлежите и где чувствуете себя в безопасности. Те, у кого чакра функционирует хорошо, доверяют Вселенной. Дисбаланс в муладхаре приводит к половым расстройствам, гневу, бессилию, разочарованию, ощущению топтания на месте и неспособности отпустить прошлое. Вы все время находитесь в состоянии «бей или беги», что приводит к нездоровью.

Физиологические соответствия: реакция «бей или беги», надпочечники, мочевой пузырь, выделительная система, половые железы, иммунная система, почки, поясница, нижние конечности, седалищный нерв, лимфатическая система, предстательная железа, прямая кишка, кости и зубы, вены.

Чувства: обоняние, доверие, инстинкт выживания.

Положительные качества: чувство защищенности и единения. При нормально функционирующей муладхаре вы уверены в себе и отстаиваете свои интересы, а также хорошо справляетесь с внешним стрессом.

Отрицательные качества: чувство незащищенности и отчуждения. Если корневая чакра страдает от геопатогенного воздействия или вредных электромагнитных полей, иммунная система перестает вас защищать. Дисбаланс или нарушения в работе чакры вызывают чувство незащищенности, гнева, бессилия и разочарования.

Соответствующая высшая чакра: причинная чакра.

Чакра сверхактивна, пробита или вращается слишком быстро: когда эта чакра вращается слишком быстро, человек становится одержим сексом. Он постоянно ищет удовлетворения извне, вместо того чтобы наладить связь с самим собой и развить личные качества, которые будут его поддерживать. Могут развиваться алкоголизм, наркомания, любые другие зависимости или формы поведения, направленные на поиск удовольствий. Человек живет как перекачанное поле, не твердо стоит на ногах; некоторые переживают неконтролируемые внетелесные опыты, испытывают темные сексуальные фантазии и видят сверхреалистичные сны.

Чакра недостаточно активна, заблокирована или вращается слишком медленно: при заблокированной корневой чакре вы ощущаете себя бессильным и можете на самом деле лишиться сил. В состоянии биоэнергетического дисбаланса вы незаземлены и не желаете признавать свою связь с Землей. Вам некомфортно в собственном физическом теле, постоянно

хочется куда-то сбежать. Вам начинает казаться, что вы одиноки, и никто вас не понимает; в крайних случаях человека преследуют мысли о саморазрушении.

Типичные заболевания и состояния хронические, вялотекущие с внезапными обострениями и указывают на отсутствие связи с Землей: онемение или покалывание в суставах, нарушение кровообращения в нижних конечностях, ишиалгия, хронические боли в пояснице, заболевания прямой кишки, анального отверстия или репродуктивной системы, отеки или запоры (при излишне открытой чакре – диарея), проблемы с простатой, геморрой, варикоз, грыжи, обострения маниакально-депрессивного расстройства, зависимости, нарушения в работе желез, расстройства личности, тревожные расстройства, проблемы с костями и зубами, аутоиммунные заболевания. Часто – бессонница и нарушения сна, а также чувство усталости после пробуждения.

Привязки: бывшие партнеры; свои дети; любой, с кем вы когда-либо занимались сексом; люди, требующие постоянного внимания к себе; мыслеформы; родители (особенно мать); нерожденные и мертворожденные дети и выкидыши. Бывшие партнеры или близкие люди зачастую оставляют след на муладхаре и через этот отпечаток продолжают влиять на вас и вашу жизнь.



САКРАЛЬНАЯ ЧАКРА

(ПУПОЧНАЯ), СВАДХИСТАНА

Творчество, страсть и плодovitость

Расположение: примерно на ширину ладони ниже уровня талии, прямо под пупком.

В переводе с санскрита название этой чакры означает «собственный дом». Свадхистана (сакральная чакра) – важная составляющая внутренней энергетической системы: эта чакра отвечает за творческие способности и за то, насколько успешно вам удастся воплощать задуманное. Она также помогает удерживать личные границы и влияет на то, как вы реагируете на события вокруг, а также на умение обращаться с деньгами и отношение к карьере и авторитетам. При хорошо работающей сакральной чакре вы активны, вы – субъект и сами управляете своей жизнью. Если чакра заблокирована, вы ощущаете себя сексуально несостоятельным, что влечет за собой ощущение бессилия и невозможности что-то изменить. Если чакра пробита, вы испытываете неконтролируемые сексуальные порывы. Сакральная чакра определяет, насколько легко вам выражать собственную сексуальность и как вы чувствуете себя в отношениях. Также эта чакра влияет на отношения с родителями и связь с семьей. Дисбаланс в свадхистане нередко приводит к бесплодию и на всех уровнях перекрывает способность к творчеству. Именно в половой чакре остаются «крючки», из-за которых вы никак не можете отпустить людей, особенно бывших половых партнеров. Это одна из чакр удовольствия: она дарит радость жизни, стимулируя выработку эндорфинов и гормонов хорошего настроения, а следовательно, сильно влияет на самочувствие. Если сакральная чакра работает как надо, вы одинаково умеете брать и отдавать. Если здесь имеются нарушения, вам кажется, что вы не

способны обмениваться чувствами и заботиться о ком-то или самому принимать заботу; или же подвержены ревности и собственническим чувствам.

Физиологические соответствия: мочевой пузырь, желчный пузырь, иммунная и выделительная системы, почки, тонкий и толстый кишечник, поясничная и паховая области, крестец, селезенка, яички, яичники, матка.

Чувства: вкус, осязание, аппетит.

Положительные качества: здоровая самооценка и уверенность в себе. При хорошо работающей свадхистане у человека развито творческое начало, и он полон энергии.

Отрицательные качества: эгоизм в сочетании с заниженной самооценкой.

Соответствующая чакра: горловая (вишудха).

Чакра сверхактивна, пробита или вращается слишком быстро: при излишне открытой свадхистане могут возникать расстройства мочевыделительного тракта и мочевого пузыря, поскольку органы выделительной системы постоянно работают на повышенных оборотах. Вы испытываете самые дикие сексуальные порывы, либидо высокое и неуправляемое, но можете не достигать удовлетворения или полового насыщения.

Чакра недостаточно активна, заблокирована или вращается слишком медленно: заблокированная сакральная чакра приводит к хроническим болям в пояснице или седалищном суставе, боли в области таза, гинекологическим проблемам. При блокировке этой чакры, как правило, и у мужчин, и у женщин возникают проблемы в половой сфере. Вам может казаться, что вы недостаточно хороши. Из-за этого вы становитесь навязчивым и пытаетесь получить больше внимания. В профессиональной сфере вы можете не полностью раскрывать свой потенциал.

Типичные заболевания и состояния связаны с токсичными веществами и психосоматикой: ПМС, мышечные спазмы, ишиалгия, болезни и блоки репродуктивной системы, проблемы с предстательной железой, импотенция, бесплодие, миомы, эндометриоз, аллергии, зависимости, пищевые расстройства, диабет, нарушения работы печени или кишечного тракта, синдром раздраженного кишечника, хронические боли в спине, инфекции мочевыводящих путей.

Привязки: бывшие партнеры; дети; все, с кем у вас когда-либо был секс (реальный или воображаемый); люди, постоянно требующие к себе внимания; мыслеформы; родители (особенно мать); нерожденные и мертворожденные дети и выкидыши. Бывшие партнеры или близкие люди оставляют след на этой чакре и через него продолжают влиять на вашу жизнь.



ЧАКРА СОЛНЕЧНОГО СПЛЕТЕНИЯ,

МАНИПУРА

Обмен эмоциями и их осознание

Расположение: на ширину ладони выше талии.

В переводе с санскрита название этой чакры означает «драгоценный город». Именно здесь хранятся ваши эмоции, которые зачастую сильно влияют на физическое состояние. Чув-

ства в болезнях и в том, как вы описываете свое состояние. Например, если вы чувствуете внутреннюю пустоту, вам кажется, будто у вас дыра на месте этой чакры; а в ответ на стресс часто возникают расстройства кишечника. Часто развивается болезнь как театр – по симптомам можно восстановить историю ваших эмоциональных переживаний. Нехватка в жизни радости, то есть сладости, приводит к диабету и резким колебаниям уровня сахара в крови, а горечь и разочарования – к образованию желчных камней и т. д. Если в эту историю вовлечен другой человек, он может принять на себя роль спасателя или, при проекции, спасаемого. Солнечное сплетение отвечает за усвоение на всех уровнях. Именно в этой области вы усваиваете еду, идеи или эмоции. И именно через чакру солнечного сплетения поглощаете эмоции и энергию извне, особенно если чакра излишне открыта. Манипура очень влияет на способность отстаивать свои интересы. Эта чакра символизирует несокрушимую уверенность в себе, крепкую самооценку и способность посмеяться над собой и всем, что происходит в мире. При нормальном функционировании манипура помогает держать равновесие между текущим предназначением и кармой прошлых жизней и мудро применять полученный в них опыт. Вы эмоционально стабильны и ясно выражаете чувства. Чакра солнечного сплетения связана с интуицией, именно здесь находятся чутье и телесное знание. При блокировке или пробитии этой чакры вы подвержены влиянию чужих чувств и проблем или же не в состоянии справиться с собственными эмоциями. Эта чакра влияет на усвоение и использование энергии, а также на концентрацию внимания. Сюда же прикрепляются эмоциональные крючки, оставленные окружающими.

Физиологические соответствия: надпочечники, пищеварительная система, печень, лимфатическая система, обмен веществ, мышцы, поджелудочная железа, кожа, тонкий кишечник, живот, зрение.

Чувства: интуиция, чутье, видение, самосознание.

Положительные качества: интуитивная эмпатия.

Отрицательные качества: эмоциональный голод.

Чакра сверхактивна, пробита или вращается слишком быстро: если эта чакра излишне открыта, окружающие вытягивают вашу энергию, из-за чего вы чувствуете себя выжатым. В ваши тонкое и физическое тела врываются чужие эмоции. Обуреваемые чужими чувствами, вы не способны осознать собственные. Ваши границы размыты. Вам трудно понять, где заканчивается ваше и начинается чужое. Вы неосознанно считываете чужие эмоции, и через чакру солнечного сплетения к вам могут приходить интуитивные догадки, основанные на желаниях окружающих. А вот с собственными эмоциями вы совладать не можете, и они обрушиваются на всех вокруг. Вы излишне чувствительны и ранимы и склонны испытывать к другим бесполезное сочувствие. Вы постоянно пытаетесь исправить в окружающих недостатки, которые в первую очередь стоило бы исправить в себе. Вас могут преследовать безумные догадки, мрачные предчувствия и параноидальные подозрения, что весь мир против вас. Пробитая чакра солнечного сплетения означает, что вы слишком легко поддаетесь впечатлениям, которые надолго поселяются внутри вас и становятся частью вас самих.

Чакра недостаточно активна, заблокирована или вращается слишком медленно: если манипура заблокирована, вы не способны испытывать эмпатию или делиться чувствами с окружающими, хотя можете быть излишне восприимчивы к их эмоциям. Вы ощущаете себя неполноценным и липнете к людям или, напротив, не подпускаете к себе. При блокировке чакр солнечного сплетения невозможны близость и обмен чувствами.

Типичные заболевания и состояния связаны с эмоциями и голодом во всех смыслах: язвы желудка, синдром хронической усталости, нарушения выработки адреналина, связанной с реакцией «бей или беги», сезонное аффективное расстройство, бессонница, хроническая тревожность, проблемы с пищеварением, недостаточное усвоение веществ, желчнокаменная

болезнь, заболевания поджелудочной железы, проблемы с печенью, экзема и прочие кожные заболевания, пищевые расстройства и фобии, рассеянный склероз.

Привязки: люди, к которым вы в прошлом испытывали эмоциональную привязанность любого рода. Духи предков, родственники, люди, постоянно требующие внимания к себе. Именно через эту чакру к вам может присосаться энергетический вампир, но сюда могут прикрепиться и ваши собственные отжившие свое чувства и эмоции, которые вы будете воспринимать как приходящие извне. Также на этой чакре оставляют след эмоции, направленные наружу, впечатления и события.

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.