



**ФЭН ШУЙ  
И ЗДОРОВЬЕ**

**ЧАКРЫ.  
ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ.  
ЦИГУН-ТЕРАПИЯ**

**Илья Валерьевич Мельников**  
**ФЭН-ШУЙ и здоровье.**  
**Чакры. Внутренние**  
**органы. Цигун-терапия**  
**Серия «ФЭН-шуй»**

*Текст предоставлен Ильей Мельниковым*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=4942427](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4942427)*  
*Фэн-шуй. Влияние на энергию дома:*

### **Аннотация**

В последние годы древнее китайское искусство Фэн-шуй становится все более популярным, хотя оно так же и приобрело репутацию слишком сложного для повседневного использования. Фэн-шуй не только позволяет правильно построить или обставить дом так, чтобы привлечь в него успех, но и помочь человеку справиться с одолевающими его болезнями. С помощью Фэн-шуй можно существенно улучшить свое здоровье и благосостояние. Именно этой теме и посвящена данная книга. Здесь подробно рассказано о чакрах и их цветах, чакрах и окружающей среде, а также о внутренних органах и их функциях (пяти плотных органах и пяти полых органах, их взаимодействии). Особое внимание в книге уделено цигун-терапии. В книге детально описаны техника цигун-упражнений, лечение болезней, анализ

причин хронических болезней, воздействие цигун-терапии, время выполнения цигун-упражнений и их примеры.

# Содержание

Чакры	5
Чакры и их цвета	5
Первая чакра – центр выживания	7
Вторая чакра – социальный центр	7
Третья чакра – центр воли	8
Четвертая чакра – сердечный центр	9
Пятая чакра – горловой центр	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **ФЭН-ШУЙ и здоровье Чакры. Внутренние органы. Цигун-терапия**

## **Чакры**

### **Чакры и их цвета**

Сила и эффективность Фэн-шуй основаны на том, что это искусство позволяет расшифровать целительные свойства природы, а затем воссоздать их в помещении. Зная, что делает хвойный лес таким успокаивающим, а прекрасный закат – таким вдохновляющим, можно повторить эту природную магию в своем доме. Цвет – одна из ее самых важных и лечебных составляющих, которая постоянно воздействует на нас.

Цвет – самый богатый и самый видимый из всех даров, получаемых нами от природы. Это первое, что мы видим, открывая рано утром глаза, и последнее, что видим, закрывая их перед сном. Цвет влияет почти на все в нашей жизни – от выбора одежды до настроения. Чем лучше вы будете разбираться в механизме этого воздействия, тем эффектив-

нее сможете использовать цвет для улучшения своей жизни и мира в целом.

Почти все в природе имеет цвет: ярко-желтое солнце, ясно-голубая вода, темно-голубое небо, красные розы, зеленые луга, фиолетовые баклажаны, розовые грейпфруты и т. д. Цвет более полно передает эмоции: зеленый – зависть, красный – ярость, синий – грусть. Цвет воздействует на жизнь каждого человека, создавая богатые, насыщенные образы, которые заставляют его реагировать и проявлять эмоции. С помощью цветового спектра природа украшает мир, стимулирует чувства, питает дух человека.

Согласно различным духовным учениям, до воплощения в физическом теле наша душа находится на эфирном уровне, где она состоит из частичек сияющего белого света.

Этот свет часто описывают люди, пережившие состояние близости к смерти. Частички света, или душа, – это наша индивидуальная вибрация. Она так же уникальна и неповторима, как отпечатки пальцев или ДНК.

В нашем теле этот белый свет разбивается на семь цветов радуги, которые сконцентрированы в семи чакрах. Каждой чакре соответствуют определенные характеристики и аспекты нашей жизни.

Чакры питаются энергией цветов, которые мы видим в своих домах, в природе, пище и одежде. Научившись стимулировать и воспринимать эту энергию, вы сможете изменить свою жизнь к лучшему. Чтобы понять, как с помощью цветов

можно настроить свою энергию и создать вокруг себя гармонию и равновесие, следует прежде всего понять, как устроены и действуют чакры.

Для того чтобы понять, каким образом с помощью цветовой теории Фэн-шуй можно настроить свою энергию и создать гармонию и равновесие вокруг себя, вы должны сначала понять, как устроены и функционируют чакры.

## **Первая чакра – центр выживания**

Эта чакра находится в основании позвоночника; ее энергия резонирует под воздействием красного цвета.

Она отвечает за аспекты жизни, связанные с деньгами, способностью доводить дела до конца и выживание – заботу о себе, обеспечение пищей, жильем и работой. Это корневой центр, энергия которого позволяет сохранять ясность суждения и способность к концентрации.

Данная чакра управляет функционированием и здоровьем гениталий, ног, колен и стоп, а также способностью к воспроизведению потомства.

## **Вторая чакра – социальный центр**

Эта чакра находится примерно на 5 см ниже пупка; ее энергия резонирует под воздействием оранжевого цвета.

Этот центр чувств отвечает за наши эмоции. Энергия это-

го центра накапливает информацию о культуре, семейных делах, обо всем, что связано с отцом, а также с восприятием себя самого. Данная чакра отвечает за самоуважение человека и за то, как он воспринимает себя по отношению к другим людям. Здесь накапливаются детские проблемы и травмы – от ощущения ненужности до инцеста, алкогольная или наркотическая зависимость родителей.

Эта чакра активизирует сексуальную и творческую энергию, управляет функционированием и здоровьем нижних отделов кишечника, яичников и нижнего отдела позвоночника.

## **Третья чакра – центр воли**

Эта чакра находится в солнечном сплетении, в месте под грудиной, где расходятся ребра. Ее энергия резонирует под воздействием желтого цвета.

Данная чакра отвечает за силу воли и способность сконцентрироваться на достижении определенной цели. В этом центре находятся интеллект и здравое суждение; благодаря ему человек анализирует и мыслит, генерирует новые идеи и активизирует свою волю. Чакра отвечает за оптимизм и упорство в достижении цели. Здесь также накапливаются страх и гнев.

Этот центр управляет функционированием желудочно-кишечного тракта, печени, желчного пузыря, надпочеч-

ников и среднего отдела позвоночника.

## **Четвертая чакра – сердечный центр**

Эта чакра расположена в центре груди; ее энергия резонирует под воздействием зеленого цвета.

Благодаря этому центру человек испытывает любовь к себе и безусловную любовь к другим. Он дает нам возможность ощутить единство со всем живым – людьми, природой, животными, царством минералов, вселенной и Богом. Из этого центра происходят личная сила, уверенность и вера. С этого центра также начинается исцеление, поскольку он непосредственно связан с двумя второстепенными чакрами, расположенными в ладонях.

Данная чакра управляет функционированием верхних отделов позвоночника, груди, плеч, рук, легких, а также всеми физическими и эмоциональными аспектами, связанными с сердцем.

## **Пятая чакра – горловой центр**

Эта чакра расположена в центре горла; она резонирует под воздействием небесно-голубого цвета.

Она является центром личности и индивидуальности, но ее функция несколько отличается от функций второй чакры. Горловая чакра не накапливает информацию, как социаль-

ная; вместо этого она активно показывает миру, кто такой человек. Она отвечает за общение и все формы творчества – от рукоделия до писательства. В этом центре генерируется все, что связано с авторитетом, обучением, лидерством и организационными способностями, а также голосом, пением и речью. Этот центр доминирует в подростковом возрасте, то есть в период формирования личности и первых ее проявлений.

# 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.