

С И Н Д И Д Э Й Л

# ТОНКОЕ ТЕЛО

ПОЛНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ  
БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ



МОСКВА

УДК 615.89  
ББК 53.59  
Д94

Cyndi Dale

The Subtle Body: An Encyclopedia of Your Energetic Anatomy

Copyright © 2009 Cyndi Dale. This Translation published  
by exclusive license from Sounds True, Inc

Д94 **Дэйл, Синди.**  
Тонкое тело : полная энциклопедия биоэнергетической  
медицины / Синди Дэйл ; [перевод с английского Е. А. Ан-  
шаковой]. — Москва : Эксмо, 2025. — 560 с. : ил. — (Чакры.  
Семь ступеней к гармонии).

ISBN 978-5-04-165194-7

Эта книга станет вашим проводником в энергетическую реальность — тонкие энергии, лежащие в основе всей Вселенной и нашего организма. Целительница, автор более десяти бестселлеров в области исследования тонких энергий, Синди Дэйл расскажет про базовые принципы движения жизненной энергии по нашему телу, о простых и доступных способах восстановления нарушенного энергообмена, а также поделится эффективными энергетическими практиками, дошедшими до нас сквозь века.

В этой иллюстрированной энциклопедии собрана информация о самых эффективных направлениях энергетической медицины: чакрах, рефлексологии, меридианах, акупунктуре и многом другом.

Вы узнаете, как дисбаланс энергии влияет на ваше здоровье и как его исправить, как направлять энергию в ослабленный орган. С помощью этой книги вы научитесь таким техникам исцеления, как медитация, кристаллотерапия, йога, дыхание, цвето- и светотерапия, и поправите свое здоровье на физическом, эмоциональном и тонком уровнях!

УДК 615.89  
ББК 53.59

ISBN 978-5-04-165194-7

© Аншакова Е.А., перевод на русский язык, 2013  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

*Эта книга посвящается первооткрывателям  
в области медицины тонких энергий.  
Мужчинам и женщинам, которые  
творили видимое из невидимого  
и продолжают пребывать в непознанном.*



# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ОТ ИЗДАТЕЛЬСТВА</b> .....	12
<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	13
<b>ЧАСТЬ 1. ЭНЕРГИЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ</b> .....	21
1. Энергия универсальна .....	23
Что такое тонкая энергия? .....	24
Определение энергии .....	25
Союз запада и востока .....	27
Физические и тонкие энергии: известные и неизведанные миры .....	30
Структура тонкой анатомии .....	32
Ключевые тонкие структуры .....	35
Зачем нужно работать с тонкими структурами? .....	36
Энергетическая азбука .....	37
Формы энергии .....	43
2. Что значит быть энергетическим целителем .....	57
Требования при работе с энергией .....	58
Техники работы с тонкими энергиями: специализированное обучение .....	60
Сила веры .....	62
Энергетический целитель, специализирующийся на сердце .....	65
Интуитивный целитель .....	66
<b>ЧАСТЬ 2. АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА</b> .....	75
3. Клетки .....	77
Клетки — строительные кирпичи .....	77
Клетка-фабрика .....	78
Митохондрия и электромагнитная клетка .....	79
Митохондрия и микротоки .....	80
4. ДНК .....	82
Отпечаток тела .....	83
Эпигенетика: за гранью днк .....	86
ДНК в виде света .....	88

## СОДЕРЖАНИЕ

5. Костная система .....	90
Формирование костей .....	91
Кости являются эндокринными железами .....	91
6. Мышечная система .....	93
Система фасций .....	95
7. Нервная система .....	99
Многоуровневая система .....	100
Мозг .....	101
Биохимическая сторона эмоций .....	106
Электромагнитные свойства шишковидного тела и гипофиза .....	109
8. Кожа .....	115
Цвет кожи .....	116
9. Сердечно-сосудистая система .....	118
Сердце .....	118
Кровь .....	122
10. Дыхательная система .....	124
11. Эндокринная система .....	126
Эндокринные железы и обмен веществ .....	127
12. Пищеварительная система .....	129
Пищеварение и мозг .....	130
13. Выделительная система .....	132
Мочевыделительная система .....	132
Печень .....	132
Толстый кишечник .....	133
Кожа и легкие .....	133
14. Репродуктивная система .....	134
Мужская репродуктивная система .....	134
Женская репродуктивная система .....	136
15. Обмен веществ .....	139
Поджелудочная железа и обмен веществ .....	139
Роль АТФ, транспортная сеть электронов .....	140
16. Иммунная система .....	141
Лимфатическая система .....	141
Иммунная реакция .....	143

17. Органы чувств .....	144
Слух .....	144
Обоняние .....	145
Зрение .....	146
Вкус .....	147
Осязание .....	148
<b>ЧАСТЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ПОЛЯ .....</b>	<b>149</b>
18. Азбука энергетических полей .....	154
Подлинные поля .....	155
Невидимые, или тонкие, энергетические поля человека .....	159
19. Две теории общего поля .....	161
Теория общего поля .....	161
Теория нулевого поля .....	165
20. Природные поля .....	167
Подлинные, или измеримые, естественные поля .....	167
Между подлинным и тонким: что представляют собой эти волны? .....	170
Естественные тонкие поля .....	171
21. Излучение молекул: утерянные и обретенные знания .....	175
22. L-поля и T-поля. Жизненное и мысленное — поля-партнеры? .....	181
23. Поле загрязнения: геопатогенный стресс .....	187
Загрязнение естественных полей: подлинных (измеримых) .....	188
Загрязнения электромагнитного спектра .....	188
Загрязнение от естественных физических полей .....	191
Загрязнение от естественных тонких полей .....	192
Теория текущих состояний .....	194
24. Сила магнетизма .....	195
Телесный магнетизм .....	195
Что такое быть полупроводником: наши многочисленные поля .....	197
Положительное и отрицательное .....	198
Благоприятное или вредное? .....	199

25. Исцеление наложением рук и на расстоянии: доказательство существования тонких полей и нелокальной реальности. . . . .	203
26. Сакральная геометрия: поля жизни . . . . .	208
Основные геометрические теории . . . . .	209
Каллаган и геометрия: классификация полей по форме и парамагнетизму. . . . .	213
Взаимодействие магнитного поля с водой: геометрические формации. . . . .	215
Климатика: как увидеть звук и поля жизни. . . . .	217
Все начинается со звука? . . . . .	218
27. Энергетические поля человека . . . . .	221
Морфогенетические поля. . . . .	221
Эфирные поля. . . . .	223
Особые поля . . . . .	223
Аура . . . . .	224
Семь лучей . . . . .	232
Точка соединения: группа энергетических линий . . . . .	233

#### **ЧАСТЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ КАНАЛЫ: КАНАЛЫ СВЕТА . . . 235**

28. История меридианов — основа терапии. . . . .	238
29. Система меридианов. . . . .	241
Основные принципы ци. . . . .	249
30. Теории существования, целей и функций меридианов. . . . .	254
Биомеханическая теория . . . . .	254
Биоэлектромагнитная теория . . . . .	255
Теория постоянных волн . . . . .	255
Теория соединительной ткани . . . . .	260
Теория каналов. . . . .	263
31. История науки о меридианах . . . . .	268
32. Главные меридианы . . . . .	275
Количество меридианов и принятые сокращения . . . . .	275
Главные и второстепенные меридианы . . . . .	276

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Меридиан легкого . . . . .	277
2. Меридиан толстого кишечника . . . . .	277
3. Меридиан желудка . . . . .	278
4. Меридиан селезенки . . . . .	279
5. Меридиан сердца . . . . .	279
6. Меридиан тонкого кишечника . . . . .	280
7. Меридиан мочевого пузыря . . . . .	280
8. Меридиан почек . . . . .	281
9. Меридиан перикарда . . . . .	282
10. Меридиан тройного обогревателя . . . . .	283
11. Меридиан желчного пузыря . . . . .	284
12. Меридиан печени . . . . .	285
13. Передний срединный меридиан (рен мей) . . . . .	286
14. Задний срединный меридиан (ду мей) . . . . .	286
Меридианы головы . . . . .	286
33. Основные акупунктурные точки . . . . .	287
Пять перемещаемых точек . . . . .	287
Точки пяти элементов . . . . .	288
Основные точки . . . . .	288
Другие важные точки . . . . .	289
34. Пять элементов и связанные с ними теории диагностики . . . . .	291
Созидательное взаимодействие . . . . .	293
Разрушительное взаимодействие . . . . .	293
Три жизненно важных сокровища . . . . .	294
Шесть атмосферных состояний . . . . .	295
Четыре уровня, или Ступени . . . . .	298
Шесть этапов, или Каналов . . . . .	300
Восемь ведущих принципов . . . . .	305
Тройной обогреватель (сань цзяо, тройной сжигатель) . . . . .	306
35. Семь эмоций и соответствующие органы . . . . .	308
Три основных эмоциональных рисунка . . . . .	309
Семь эмоций и органов . . . . .	310
Качества пищи, исцеляющие эмоции . . . . .	311
Подобное: меридианы и другие энергетические каналы . . . . .	314

<b>ЧАСТЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ТЕЛА:</b>	
<b>ЧАКРЫ И ДРУГИЕ ПЕРЕКЛЮЧАТЕЛИ СВЕТА</b> .....	319
36. Энергетические тела .....	322
Ключевые энергетические центры: чакры .....	323
Обзор: что такое чакра .....	324
Индуистская модель чакр .....	325
Тантрическая модель чакр .....	325
Традиционная китайская модель чакр .....	326
Западная точка зрения на чакры .....	326
История учения о чакрах .....	329
37. Кундалини — объединяющая сила .....	332
Процесс кундалини .....	334
38. Соотношение научных принципов с теорией чакр .....	336
Научные исследования .....	338
39. Мировая система чакр .....	343
Семь индуистских чакр .....	343
Типы чакр в индуизме .....	365
Нади: каналы или энергия .....	371
Пранаяма: жизненное дыхание .....	382
За пределами чакр: индуистская система энергетических тел .....	383
Системы энергетических тел в других культурах .....	391
Гималайская модель чакр бонпо:	
тибетская энергетическая система .....	391
Система двенадцати чакр .....	411
Двенадцатичакровая система и духовные точки .....	414
Чакры и эндокринные железы .....	415
Развитие чакр и возраст .....	416
Структура чакры .....	418
Энергетические тела двенадцатичакровой системы .....	425
40. Иудейская мистическая энергетическая система:	
древняя каббала .....	432
Десять сефирот .....	434
Исцеление при помощи тел света .....	440

<b>ЧАСТЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ</b> .....	441
Акупунктура.....	442
Терапия аура-сома .....	448
Аюрведа.....	449
Система каллигариса — секреты кожи: объединение L-полей и T-полей.....	461
Оценка чакр: форма, спин и скорость.....	463
Чакры и минералы.....	469
Чакры и элементы.....	472
Исцеление цветом.....	477
Цветопунктура.....	484
Диета и традиционная китайская медицина .....	487
Эмоционально освобождающая техника.....	488
Целительская система четырех путей.....	490
Геометрия и звук в исцелении .....	492
Травы и традиционная китайская медицина.....	494
Гомеопатия.....	496
Кинезиология, или «мышечное тестирование» .....	499
Магниты и меридианная терапия .....	501
Массаж.....	504
Связь зубов с меридианами.....	509
Мудры: энергетические символы .....	510
Нумерология: качества гармонии.....	514
Полярная терапия.....	517
Цигун: движущийся по меридианам .....	518
Радионика: исцеление через поле.....	521
Рейки: получение универсальной жизненной энергии по каналам .....	526
Исцеление звуком .....	526
Традиционное китайское диагностирование .....	536
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	558

## ОТ ИЗДАТЕЛЬСТВА



**М**едицина делится на западную и восточную. К западной мы обращаемся, когда все симптомы болезни налицо — боль, температура, отек, кровотечение — и необходимо срочное медикаментозное вмешательство. Восточная медицина лечит не болезнь, а человека в целом, восстанавливая его энергетический баланс, направляя движение энергии в ослабленный орган. Западной медицине мы обязаны антибиотиками и сердечными препаратами, без которых в некоторых ситуациях не обойтись, восточной — комплексному подходу к человеку, когда исцеляют его разум, тело и дух. Западной медицине несколько сотен лет, восточной — тысячи. Мы предлагаем читателю освоить эффективные энергетические практики, дошедшие до нас сквозь века.

Данное издание предназначено для тех, кто хочет быть здоровым всегда, в любом возрасте, кто не любит сидеть в бесконечных очередях поликлиник и больниц, кому надоело выкачивание огромных денег в платных клиниках и при этом часто спорный диагноз, кто готов знать о своем организме больше, чем врач районной поликлиники.

Базовые знания о принципах движения жизненной энергии по организму, простые и доступные способы восстановления нарушенного энергообмена есть первое условие нормальной здоровой жизни. Никакие таблетки, никакие прививки и платные приемы не понадобятся человеку, который выполнил первый и самый важный завет древних: «Познай самого себя».

## ВВЕДЕНИЕ

*Наступит день, когда с помощью космоса,  
ветров, приливов и гравитации мы сможем  
использовать божественную энергию  
любви. И в этот день второй раз в истории  
человечества мы откроем огонь.*

ПЬЕР ТЕЙЯР ДЕ ШАРДЕН

**К**ак профессиональному лекарю стать лучшим, насколько это возможно, в своем деле? Каким образом пациент может получить оптимальное лечение? Система западной аллопатической (обычной по сравнению с нетрадиционной) медицины не дает ответов на эти вопросы. Нужно просто взглянуть на повышающийся уровень онкологических, сердечно-сосудистых, ментальных заболеваний, связанных со стрессовыми состояниями, чтобы понять, что границы исцеления должны простираться шире. Для достижения совершенства необходимо принимать во внимание и то, что не является очевидным, видимым. Мы отправимся в путешествие по сложному миру тонких энергий.

Основная цель этой книги — помочь профессионалу совершить переход от «хорошего» доктора к «великому». Также она будет полезна и современному пациенту — человеку, страдающему каким-либо заболеванием. Всем нам необходимо понять информацию, содержащуюся в данной книге, о реальности, находящейся за гранью очевидного, о веществе, составляющем материальный мир.

Эта книга — энциклопедия тонкой энергетической анатомии, энергоструктур, являющихся фундаментом физической реальности и наших физических тел. Это также справочник по методам и техникам работы с тонкими энергиями. Цель этой работы — сделать возможными те перемены в потоке энергии, которые приведут к подлинному исцелению.

Любая медицина по существу является энергетической, так как энергия — это одна из составляющих нашего мира. И очень важно помнить, что все известные медицинские феномены сначала пребывали в тонкой сфере. Рентгеновские лучи, бактерии и даже биохимические свойства аспирина когда-то было невозможно увидеть. Многие тонкие энергии, о которых вы узнаете из этой книги, измерили недавно, и мы полагаем, что остальные тоже будут когда-то определены. Недостаток научных доказательств — не повод отказываться от работы в тонких системах, ведь он никак не отразился на эффективности энергетических практик, дошедших до нас сквозь века.

Современным целителям необходимо научиться смотреть глубже, за грань очевидного, чтобы обнаружить истинные причины заболевания. Им следует приложить усилия, чтобы стать профессионалами, работающими с тонкими энергиями.

Что же такое тонкая энергия? За гранью физической реальности находятся тонкие, невидимые энергии, создающие и питающие всякую материю. Так называемый реальный мир, который можно потрогать, ощутить его запах и вкус, услышать и увидеть, целиком состоит из этих энергий. *Любая реальность создана из органичной и изменяемой системы тонких энергий.* Мы должны работать с энергиями, которые привели к дисбалансу и вызвали болезнь, то есть бороться с причинами, а не с симптомами. Тем самым мы

расширим область медицины, включив в нее все силы, направленные на борьбу с болезнью и сохранение здоровья.

До недавнего времени медицина делилась на западную и восточную. Западные практики стремятся избавиться от симптомов с помощью научных методов. Мы должны уважать этот подход — что бы мы делали без антибиотиков и сердечных препаратов? Однако медицина Запада вышла на мировую арену относительно недавно. В течение тысяч лет практиковали ту медицину, которую мы сегодня называем *восточной*.

Восточная медицина — это комплексный подход к лечению человека, когда исцеляют его разум, тело и дух, а не устраняют симптомы. На Западе такую практику мы называем *дополнительной* или *альтернативной* медициной. В других частях света восточная медицина называется *традиционной*, это медицина существующей культуры.

Западный и восточный методы кажутся диаметрально противоположными, а расхождения между ними — непреодолимыми. Но в действительности они дополняют друг друга, и в наше время возникло новое течение под названием *«интегрированное лечение»* — союз восточной и западной медицинской практики.

Западный, восточный и интегрированный подходы — жизненно важные составляющие. Но существует еще один компонент истинного исцеления. Это *тонкая энергетическая медицина*. Любое заболевание связано с потоком энергий, поэтому оптимальное лечение включает в себя работу с энергетическими проблемами.

Все состоит из энергий: молекулы, патогены (болезнетворные микроорганизмы), лекарства и даже эмоции; каждая