



НАРОДНАЯ
МЕДИЦИНА
ВОСТОКА

— НАТАЛИЯ КОВАЛЕВА —

ИСКУССТВО АГНИ-ЙОГИ

7 КЛЮЧЕЙ К ЗДОРОВЬЮ
ТЕЛА И СОЗНАНИЯ



МОСКВА

УДК 615.89:141.339
ББК 53.59+86
К56

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
Vectomart, Wonder Vibes Studio, Marinastock Isa /
Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Ковалева, Наталия.
К56 Искусство Агни-йоги. 7 ключей к здоровью тела
и сознания / Наталия Ковалева. — Москва : Эксмо,
2026. — 320 с. — (Главные секреты медицины Востока).

ISBN 978-5-04-230218-3

Учение об Агни-йоге, полученное Еленой и Николаем Рерихами от учителя Мориа, раскрывает древние знания медицины Востока о невидимой природе человека. В этой книге читателю предлагаются не только теоретические основы концепции Агни-йоги, но также приводятся практические методы самооздоровления с помощью этого учения — психологические и дыхательные практики, способы восстановления эмоционального равновесия и защиты от влияния внешнего стресса.

Издание адресовано всем, кто интересуется альтернативными подходами к здоровью, восточной философией и практиками самооздоровления, а также стремится понять глубинные причины современных заболеваний и научиться контролировать свое самочувствие.

УДК 615.89:141.339
ББК 53.59+86

ISBN 978-5-04-230218-3

© Ковалева Н.Е., текст, 2025
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2026



СОДЕРЖАНИЕ



Предисловие.....	7
Часть 1. Чего мы о себе не знаем?.....	11
Глава 1. Твое невидимое тело	13
<i>Космос видимый и невидимый.....</i>	<i>13</i>
<i>Состояния материи и планы бытия</i>	<i>17</i>
<i>Тайна «внутреннего человека»</i>	<i>20</i>
<i>Видимо-невидимое.....</i>	<i>24</i>
<i>Чакры и тонкое тело: свидетельства ясновидящих</i>	<i>32</i>
<i>Нервные центры и огненные энергии:</i>	
<i>немного истории.....</i>	<i>40</i>
<i>Наука знает о тонком теле</i>	<i>45</i>
<i>Функции тонких тел и энергетических центров.....</i>	<i>59</i>
Глава 2. Психическая энергия	68
<i>Панацея — в тебе самом</i>	<i>68</i>
<i>Энергия сознания</i>	<i>72</i>
<i>Где хранится психическая энергия?</i>	<i>76</i>
<i>И творец, и разрушитель</i>	<i>79</i>

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Накопление и расточение психической энергии</i>	84
<i>Тайна иммунитета</i>	90
Глава 3. Космос и болезни.....	100
<i>Эфирное тело и космические энергии</i>	100
<i>Медицинская астрология — наука будущего</i>	109
<i>Двойник, чакры и нервная система</i>	115
<i>Что такое огненные эпидемии?</i>	120
Глава 4. Космический экзамен	128
<i>Неизвестные причины массовой заболеваемости</i>	128
<i>Ассимиляция и Огненное крещение</i>	135
<i>«Своим судом осудятся»</i>	138
Глава 5. Огненные болезни: кому «не поздоровится»?	141
<i>Утонченность сопровождается уязвимостью</i>	142
<i>«Поврежденные души»</i>	146
<i>Эмоционально-ментальная дисциплина и ее роль в поддержании здоровья</i>	148
<i>К себе мудро: золотой, или срединный, путь</i>	152
<i>Жертвы эпохи перемен</i>	154
<i>Почему страдают дети?</i>	159

Содержание

Часть 2. Кому не страшны болезни, или Энергетическая психология Агни-Йоги.....163

Глава 6. Психосоматика	165
<i>Тайна огненного иммунитета</i>	165
<i>Как мысли влияют на тело?</i>	178
Глава 7. Психогигиена	190
<i>Гигиена духа</i>	190
<i>Исследования Георгия Лаховского</i>	195
<i>Советы доктора Амена</i>	198
<i>«Бой с тенью»: практические приемы</i>	201
Глава 8. Психопатогены: скрытая опасность.....	209
<i>Семь психопатогенов, от которых обязательно надо освободиться</i>	209
<i>№ 1 Раздражение и гнев</i>	213
<i>№ 2 Обидчивость</i>	232
<i>№ 3 Волнение, тревожность, беспокойство</i>	239
<i>№ 4 Страх</i>	244
<i>№ 5 Огорчение и эмоциональное расстройство</i>	248
<i>№ 6 Уныние и хандра</i>	254
<i>№ 7 Навязчивые мысли</i>	258
Глава 9. Основы психоэнергетической защиты	266
<i>Беспардонные токсики и вежливые энерговампиры</i>	266
<i>Из жизни энергетических вампиров</i>	274
<i>Как защититься от «людей с больными излучениями»?.....</i>	278

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 10. «Таинственные болезни»	282
<i>Магия и колдовство: суеверие или реальность?</i>	282
<i>Научные исследования колдовства</i>	286
<i>Колдовство в жизни: от политики до спорта</i>	291
«Колдуны мысли»	297
<i>Серая магия с черным финалом</i>	303
<i>Целительство или вредительство?</i>	305
<i>Как защититься от негативного психоэнергетического воздействия?</i>	308
Вместо послесловия	316
Библиография	318
Источники	318
Литература.....	320



ПРЕДИСЛОВИЕ



История восточной медицины уходит корнями в незапамятную древность. А все ее тайны и секреты имеют единую теоретическую основу — уникальное знание о невидимой внутренней природе человеческого организма, имеющего многомерную структуру. Это знание было изложено во всех подробностях в учении Агни-Йоги, или Живой Этики, полученном Еленой и Николаем Рерихами от таинственного философа Востока Махатмы Мория. В течение долгих веков это знание было сокровенным, доступным лишь посвященным. Агни-Йога открыла всему миру подлинную сокровищницу древнейших познаний человечества, сохраненных традициями восточной медицины.

Знания о том, что физическое тело человека скрывает в себе невидимые и нефизические элементы — тонкие тела и энергетические центры (чакры), — лежит в основе всех практических методов лечения, применяющихся целителями Востока. Многие западные ученые тоже постепенно приходят к мысли о том, что организм устроен гораздо

сложнее, чем принято считать в официальной медицине, и что, помимо психофизиологических, в нем происходят и различные биоэнергоинформационные процессы. Открытия, сделанные в ходе экспериментальных исследований, подтверждают основные постулаты восточной философии и медицины о многомерном строении человеческого существа.

Излишне упоминать о том, насколько важно для медиков знать природу человеческого организма во всей ее сложности. Еще в прошлом веке соавтор учения Агни-Йоги Елена Ивановна Рерих советовала одному из своих последователей, врачу А. М. Асееву:

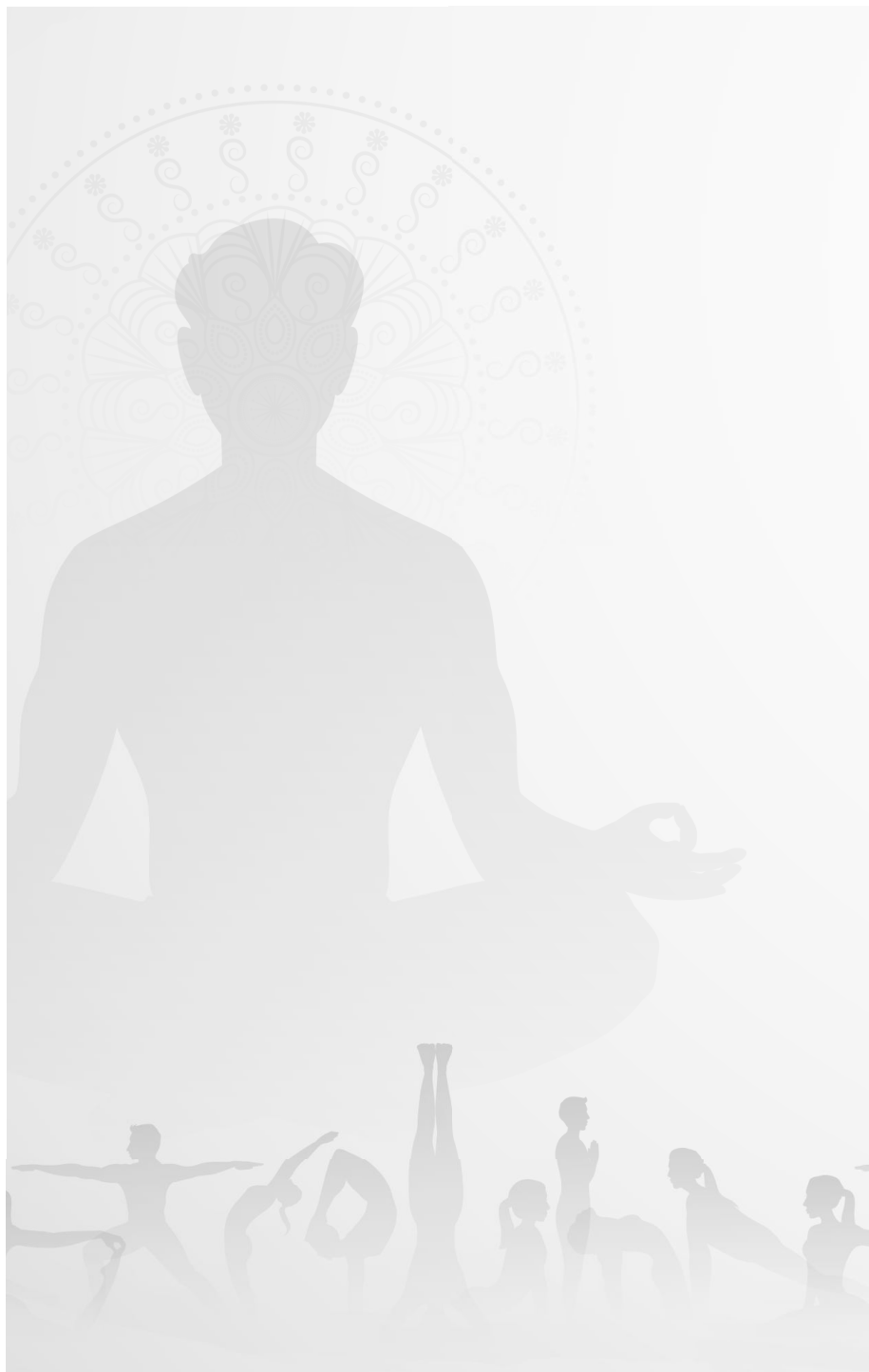
«Вы могли бы обрести большие знания о функциях внутреннего человека, этого главного источника здоровья, но и главного фактора всяких заболеваний, допущенных излишествами и, прежде всего, падением нравственности. Новая медицина будет в основе иметь ознакомление именно с внутренним человеком, оявленным (так у Е. И. Рерих) нам в функциях желез и нервной системы. Нервная система — главнейшая область в организме человека, но современная медицина мало времени уделяет на изучение ее, и самая мощная ступень к обнаруживанию скрытых болезней в человеке остается неиспользованной.

Медицина будущего именно займется не лечением следствий, но изучением причин заболеваний. Лечение одних следствий приводит иногда даже к новым осложнениям в организме»*.

* Рерих Е. И. Из письма без даты, сентябрь 1949. — *Прим. авт.*

ПРЕДИСЛОВИЕ

Цель данной книги состоит как раз в том, чтобы изложить в предельно краткой форме учение древнеиндийской медицины о функциях внутреннего человека. Помимо теоретических основ, в ней содержатся и практические методы самооздоровления, разработанные на основе психологических рекомендаций Агни-Йоги. А чтобы читатель мог оценить актуальность и научную ценность этих сведений, в книге приводятся данные современных исследований и рекомендации врачей, совпадающие с мнением восточных мудрецов и целителей.



Часть I _____

ЧЕГО МЫ О СЕБЕ НЕ ЗНАЕМ?





ГЛАВА 1



ТВОЕ НЕВИДИМОЕ ТЕЛО

КОСМОС ВИДИМЫЙ И НЕВИДИМЫЙ

Первая и главная тайна нашего здоровья — это истинная природа нашего иммунитета, иными словами, жизнеспособности организма и его возможности противостоять различным неблагоприятным факторам, от инфекций до экологических угроз.

Каковы механизмы работы иммунитета? Многие ученые пытались раскрыть эту тайну, высказывали различные идеи и теории на этот счет. Тем не менее, как признают сами медики, тайна иммунитета по-прежнему остается тайной, во всяком случае, для официальной науки.

Но, как ни удивительно, есть мало кому известная традиция философско-медицинских знаний, приоткрывающих завесу над этой извечной тайной.

Эта традиция сложилась в глубокой древности на Востоке, в Индии и Египте. Наиболее подробно это таинственное знание было изложено в древнеиндийской философии. На ее основе возникла и медицинская наука Древней Индии — Аюрведа. Название этой школе дало самое знаменитое собрание медицинских текстов — Аюрведа. На русский язык это название переводится как «знание жизни», «наука жизни» или «наука о долголетию».

Как известно, идейную основу Аюрведы составляет учение о человеке, изложенное в древнеиндийской философии. Современная наука не уделяет внимания древнейшим представлениям о природе человеческого организма, а зря! Если бы ученые нашей эпохи отнеслись к великому древнему знанию более серьезно — тайна основных механизмов, обеспечивающих иммунитет, возможно, уже была бы раскрыта.

Официальная медицина связывает проявление иммунитета только с биохимическими свойствами физического тела. Совсем недавно ученые Запада все же стали признавать, что на состояние организма огромное влияние оказывают психодуховные процессы, способные неожиданным для медиков способом изменить течение болезни. Но на чем основываются эти процессы и какие механизмы они запускают в нашем теле, наука Запада не знает.

Восточные мудрецы и целители утверждали: чтобы понять, что лежит в основе жизнеспособности организма (а следовательно, и здоровья), надо прежде всего раскрыть тайну его истинной структуры. А с точки

зрения древнеиндийской философии и медицины герметизма* наш организм устроен не так, как учит современная медицина. Что же говорится о природе человеческого существа в древних трактатах?

Согласно древнеиндийской и герметической философским традициям человек представляет собой микрокосм — миниатюрную копию Космоса. Структура его организма повторяет строение всего Мироздания. А Космос образован разными видами материи, не только физическим. Соответственно, и в организме человека присутствует не только физическая материя. Как же устроен Космос?

Во всем Мироздании существует семь основных планов бытия. Это физический, эфирный, астральный, ментальный, Огненный, Буддхический и Атмический планы. Каждый план образован своим, одноименным видом материи.

Кроме того, авторы Агни-Йоги выделяют среди этих видов материи три основных ее состояния: физическое, или плотное, а также тонкое и огненное.

* Герметизм — синкретическое религиозно-философское учение о мире и человеке, создателем которого считается легендарный мудрец Гермес Трисмегист. Возникшее в Египетской Александрии в I–IV веках н. э., это учение включало в себя многие мистико-философские познания древности, в том числе астрологию, магию, а также теорию и практику медицины. — Прим. авт.