



ИСТОЧНИК МУДРОСТИ

Аму Мом  
КНИГА  
СИЛЫ

ЧАКРЫ ДЛЯ ИСЦЕЛЕНИЯ  
И ПРОСВЕЩЕНИЯ

УДК 159.964  
ББК 88.288.1  
А62

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

### **Аму Мом.**

А62 Книга Силы. Чакры для исцеления и просветления / Аму Мом. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 128 с. — (Источник мудрости).

ISBN 978-5-17-165879-3

Чакры — это энергетические центры, работа которых влияет на эмоциональное и физическое здоровье человека, гармонию и состояние сознания. Чакры принимают, накапливают и преобразуют энергию Вселенной.

Учение о чакрах известно людям уже множество столетий, но только избранные обладают секретными приемами и способами работы с чакрами.

В книге вы найдете Знание Мастера: самые эффективные упражнения и медитации, которые отточены многолетней практикой и глубинными знаниями о чакрах и энергиях. Тайные техники помогут вам усилить поток Силы Вселенной и научат использовать ее во благо.

В результате работы вы получите открытые, наполненные, сбалансированные чакры, способные исцелить не только физическое тело, но и ментальное, избавив от болезней, страданий, страхов, невезения, негатива.

Вы узнаете, как очистить энергетические каналы, услышите голос Вселенной через сигналы своего тела, обретете счастье и безусловную любовь, а чакры станут ключом к просветлению и спокойствию.

**УДК 159.964  
ББК 88.288.1**

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-5-17-165879-3

© Аму Мом, 2024  
© ООО «Издательство АСТ», 2025



# СОДЕРЖАНИЕ

От автора . . . . .	5
Вступление . . . . .	6
Энергетические поля . . . . .	8
Чакры — вихрь тонких энергий . . . . .	11
Негативные эмоции . . . . .	15
Медитация — перезагрузка мозга . . . . .	19
Почему знание о чакрах важно? . . . . .	23
Чем наполнен человек, тем и делится с миром . . . . .	32
Описание чакр . . . . .	34
Ваша первая чакра Муладхра . . . . .	45
Ваша вторая чакра Свадхистана . . . . .	49
Ваша третья чакра Манипура . . . . .	53
Ваша четвертая чакра Анахата . . . . .	58
Ваша пятая чакра Вишуддха . . . . .	64
Ваша шестая чакра Аджна . . . . .	69
Ваша седьмая чакра Сахасрара . . . . .	74
Чакровое дыхание . . . . .	77
Энергия чакр в жизни человека . . . . .	81
Ум требует внимания, а душа требует равновесия . . . . .	95
Ваше сознание многомерно, как и тело . . . . .	98
Жизнь — это вечный опыт . . . . .	127

«Хорошее» и «плохое» появляется, когда ты просыпаешься.

Очевидно, что одно и другое — это твоя мысль.

Все просто есть. На что направить внимание —  
твой ежедневный выбор.

*Аму Мом*





## ОТ АВТОРА

С точки зрения науки все, что есть в нашем мире, — энергия. Энергия с разной вибрационной частотой.

Чакры (энергетические центры) — это то, что притягивает и распределяет энергию, в том числе энергию изобилия.

Если чакры находятся в дисбалансе, это приводит к проблемам и блокам во всех сферах жизни.

**Чакра — это место, где «встречаются»  
материальное и духовное. Она имеет вид двух  
колес, формирующих водоворот получения  
и излучения энергии.**

Если наша энергия течет свободно, если она распределена правильно и находится в балансе, все сферы жизни начинают процветать. Мы не можем исцелить свою жизнь вовне, не исцелив себя изнутри.

Всегда помните, что мы получаем от Вселенной то, что транслируем. Какие энергии излучаем, то и получаем.

Внимательно проследите свою жизнь.

Кто, как не вы, ответственны за то, чем она наполнится? Момент осознания может стать вашим Перерождением, эта книга — настоящий Проводник в этом. Начнем?

***С Любовью, Аму Мом***



## ВСТУПЛЕНИЕ

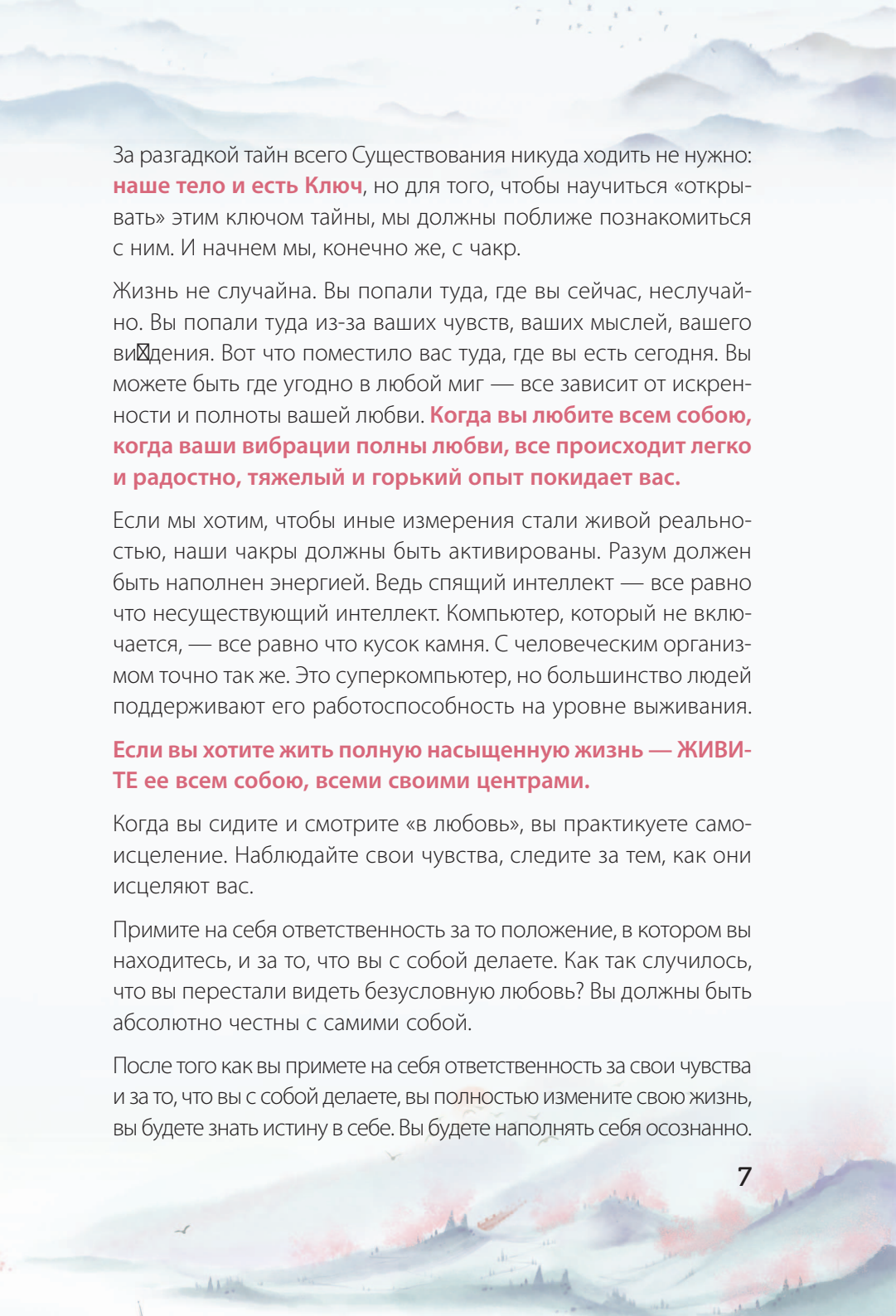
Когда мы достигаем осознанности, когда мы начинаем понимать и слышать сигналы своего тела, нам не нужно больше стараться что-то кому-то доказывать, не возникает на то необходимость. Мы начинаем находить ответы внутри себя. **Наше тело начинает «разговаривать» с нами, помогая вспоминать все Знания предков, все «языки» Неба и Земли.** Нам открываются Врата, которые никогда не были заперты, но мы не знали этого.

Теперь мы можем растворяться во Вселенной и в то же время наслаждаться каждым вдохом и выдохом.

Мы просто есть, время растворяется в нас, а мы — во времени.

Нет определенных ступеней и норм, чтобы стать на Путь Слышания. У каждого это свой путь, но есть одно необходимое знание, без которого невозможен баланс нашей жизни, — это знание собственного тела.





За разгадкой тайн всего Существования никуда ходить не нужно: **наше тело и есть Ключ**, но для того, чтобы научиться «открывать» этим ключом тайны, мы должны поближе познакомиться с ним. И начнем мы, конечно же, с чакр.

Жизнь не случайна. Вы попали туда, где вы сейчас, неслучайно. Вы попали туда из-за ваших чувств, ваших мыслей, вашего видения. Вот что поместило вас туда, где вы есть сегодня. Вы можете быть где угодно в любой миг — все зависит от искренности и полноты вашей любви. **Когда вы любите всем собою, когда ваши вибрации полны любви, все происходит легко и радостно, тяжелый и горький опыт покидает вас.**

Если мы хотим, чтобы иные измерения стали живой реальностью, наши чакры должны быть активированы. Разум должен быть наполнен энергией. Ведь спящий интеллект — все равно что несуществующий интеллект. Компьютер, который не включается, — все равно что кусок камня. С человеческим организмом точно так же. Это суперкомпьютер, но большинство людей поддерживают его работоспособность на уровне выживания.

**Если вы хотите жить полную насыщенную жизнь — ЖИВИТЕ ее всем собою, всеми своими центрами.**

Когда вы сидите и смотрите «в любовь», вы практикуете самоисцеление. Наблюдайте свои чувства, следите за тем, как они исцеляют вас.

Примите на себя ответственность за то положение, в котором вы находитесь, и за то, что вы с собой делаете. Как так случилось, что вы перестали видеть безусловную любовь? Вы должны быть абсолютно честны с самими собой.

После того как вы примете на себя ответственность за свои чувства и за то, что вы с собой делаете, вы полностью измените свою жизнь, вы будете знать истину в себе. Вы будете наполнять себя осознанно.



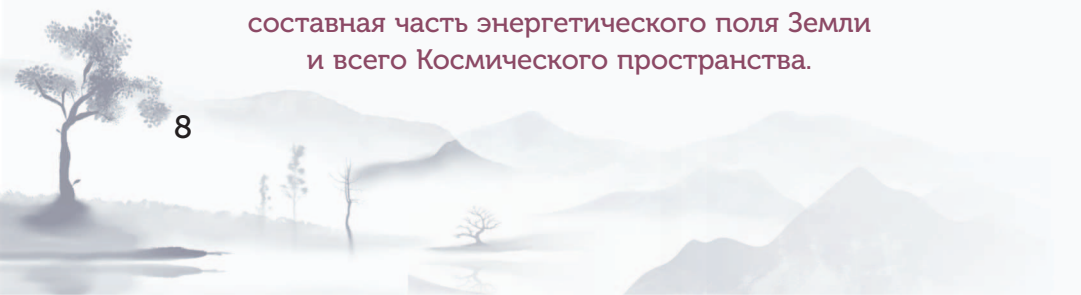
## ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ПОЛЯ

Наша жизнь поддерживается сложной и запутанной энергетической системой, без которой существование физического тела было бы невозможно. В эту систему входят **тонкие энергетические тела (аура), чакры (энергетические центры),** а также **нади (энергетические каналы, или меридианы).** Кроме того, нашу душу поддерживает и направляет огромная, не поддающаяся определению Вселенская Сила.

Энергетические тела, чакры выполняют функцию клапанов, которые пропускают колоссальную жизненную силу «порциями», потому что мы не способны получить ее во всем объеме. Мы можем вбирать ее понемногу — каждый человек в соответствии со своей индивидуальной способностью.

Энергетическое поле, или аура, — составная часть энергетических полей космоса. Энергетические поля живых существ (биополя или пси-поля) имеют достаточно сложный состав. В них входит масса полей, известных современной науке. Это и магнитные, и электрические, и, возможно, торсионные поля.

**Энергетическое поле живого существа — это составная часть энергетического поля Земли и всего Космического пространства.**



Все мы, без исключения, равно как и самые разнообразные животные, растения и неодушевленные предметы, окружены электромагнитными полями разной силы.

Множество исследований показало, что растения, например, вянут, если на их электромагнитное поле влияет отрицательная или враждебная энергия. Те же самые ощущения испытывают и люди, когда попадают под воздействие неблагоприятной энергии, которая испускается различными местами, людьми или предметами. Иногда эти ощущения воспринимаются как нечто, «чувствуемое нутром», побуждающее нас уйти из определенного места или, напротив, влекущее в определенные места, к определенным людям и притягивающее к нам определенные ситуации.

Несовместимость между энергетическими полями разных людей или человека и конкретной окружающей среды порой вызывает ощущение необъяснимой тревоги.

Каждый человек без исключения обладает способностью воспринимать энергетические поля, а также определять различные уровни этих полей, если знает о такой возможности и стремится развить ее в себе. Причина, по которой большинство людей не видят и не чувствуют их, заключается в том, что эти ощущения развиты недостаточно, а возможно, даже атрофировались. Неспособность многих людей замечать то, чего они никогда прежде не видели физическим зрением, также играет роль блокирующего фактора — вплоть до того, что неверие в существование энергетического поля может оказывать влияние на их способность замечать его.

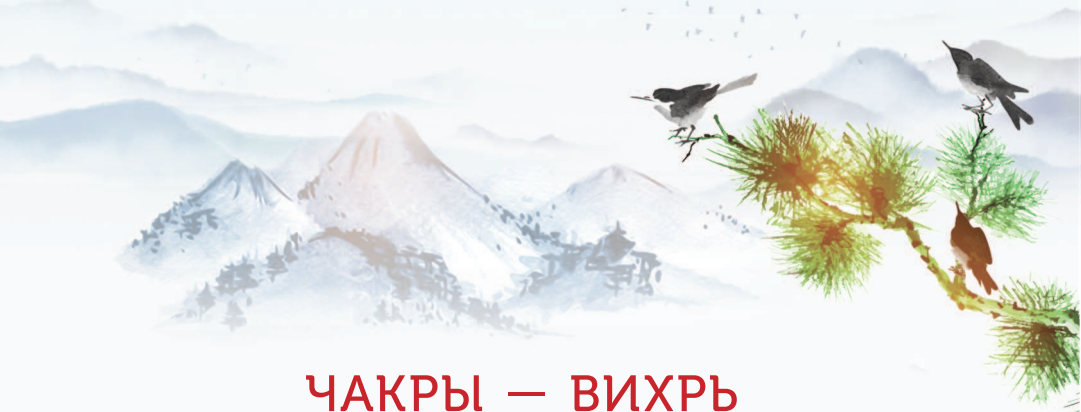


Обычно аура распространяется на расстояние 10–15 см от физического тела и состоит из ряда энергетических слоев, которые называются энергетическими телами, или «тонкими телами».

**Аура человека не является просто энергией, которая обволакивает физическое тело. Она представляет собой систему тонких тел — подразделяется на особенные энергетические слои так, что каждый слой отвечает за свою функцию и имеет свой цвет.**

В йоге аура подразделяется на семь основных слоев, но существуют и другие, расположенные выше и отвечающие за функции существования не только в физическом теле, но и за эволюционирование всей вашей сущности.





## ЧАКРЫ — ВИХРЬ ТОНКИХ ЭНЕРГИЙ

**Главную роль в создании и активизации окраски и энергии ауры играет работа чакр.**

Чакра переводится как «колесо, круг, диск». И действительно, **это энергетические центры-генераторы в энергосистеме человека.** Это энергия, которая живет внутри и непрерывно вертится. Чакры поглощают, очищают и преобразовывают энергию Вселенной и энергию человека в зависимости от его потребностей. Выглядит чакра как пульсирующий и вращающийся смерч с рукавами, водоворот. В индийской традиции чакру представляют в виде цветка лотоса с определенным количеством лепестков.

Другие народы, изучающие энергетику человека, в зависимости от культуры, называют чакры звездой, колесницей, планетой, химическим элементом. Это касается не только энергетики, а почти всех оккультных учений и течений. Если внимательно проследить, то описание таких центров имеется как в алхимии, так и в учениях индейцев Яки, каббале, викке и прочих эзотерических трудах.






Слово «чакра» также часто переводится как «вихрь», потому что в действительности **чакра и есть вихрь тонких энергий с разными вибрациями**. Посредством своих вихрей эти чакры, по сути являющиеся энергетическими центрами, втягивают тонкие энергии из окружающей среды и внешней части человеческого существа, продуцируют все необходимые нашему существу тонкие энергии.

Чакру сравнивают с цветком со многими лепестками, имеющими свой цвет. Цветок может быть сжат, закрыт, свернут в бутон, а может распуститься и раскрыться широко. Чакра бывает свернутой, но крепкой и сильной, а бывает маленькой и незаметной.

Чакра раскрывается, колесо начинает вращаться, и огромный мир разворачивается. Если колесо вращается с перебоями, этот мир искажается. Колесо теряет равновесие — это выход из колеи, крушение судьбы. Пропорции и гармония во вращении колес — двигатель, раскрывающий беспредельное.

Чакры расположены в эфирном теле человека вдоль позвоночного столба. Они соединены между собой центральным каналом,



известным как **сушумна**. Он совпадает с позвоночником, поэтому основные центры своими «стеблями» почти соприкасаются с главными нервными сплетениями и эндокринными железами. Чакры связаны с областями головного и спинного мозга, управляющими эндокринной системой — железами внутренней секреции, вырабатывающими гормоны. При определенной настройке организма каждый гормон вызывает появление сверхспособностей своего типа.

В человеческой энергосистеме существуют десятки тысяч чакр, среди которых выделяется семь крупнейших и самых важных. От них зависит работа всех остальных чакр. Каждая из этих семи чакр отвечает за определенный аспект человеческого существования. В совокупности же их работа формирует вид и качество энергетических тел человека и всех аспектов его жизни.

**Чакра — это своего рода антенна, принимающая и передающая свойственные ей энергии.**

**В простейшем восприятии чакры — это энергетические насосы, нервные центры, собирающие и распределяющие физическую, умственную, эмоциональную и духовную энергии.**

Связь с соответствующими тонкими телами, а значит, и с соответствующими Планами Бытия у чакр очень тесная. **Состояние тонкого тела влияет на состояние связанной с ним чакры.** Функция чакры — осуществлять связь энергии внутри и вне тела.

Чакры обеспечивают психологическое взаимодействие человека со средой, исполнение человеком взятых на себя задач, то есть каждая чакра связана с проявлением человека в среде в его деятельности.