

ЗНАЧЕНИЯ КАРТ

кликни по ссылке и перейди на нужную страницу

Особенности колоды «Карты Здоровья»	3
Обереги и сакральные символы на картах	3
Техники работы	5
Расклад карт «Общая диагностика организма»	5
Расклад «Фокус»	6
Сеанс «Энергетическое исцеление»	7
Теория: Как это работает?	9
Про метод медитации	9
Визуализация здоровья	9
Мантра «Ом»	10
Описание карт	12
Психика	12
Нервная система	14
Головной мозг	15
Зрительная система	16
Слуховая система	17
Дыхательные пути	18
Легкие	19
Эндокринная система	20
Гипофиз, гипоталамус	21
Щитовидная железа	22
Иммунная система	23
Лимфатическая система	24
Кровеносная система	25
Сердце	26
Зубы, десны	27
Гортань, пищевод	28
Желудок	29

Поджелудочная железа.....	30
Двенадцатиперстная кишка.....	31
Тонкий кишечник	32
Толстый кишечник	33
Прямая кишка	34
Печень	35
Желчный пузырь.....	36
Селезенка	37
Почки	38
Мочевой пузырь	39
Репродуктивная система женская (матка, яичники)	40
Молочные железы.....	41
Предстательная железа, Репродуктивная система мужская	42
Позвоночник	43
Кости	44
Суставы	45
Мышцы, связки	46
Кожный покров	47
Аура, Тонкие тела	48
Чакры	48
Тонкие тела человека	50
Что загрязняет ауру?	52
Признаки того, что аура нуждается в очищении	53
Как очистить ауру?	54

ОСОБЕННОСТИ КОЛОДЫ «КАРТЫ ЗДОРОВЬЯ»

Карты помогут обратить внимание на явные или скрытые проблемы с состоянием внутренних органов, систем и общего тонуса организма. А в результате принять меры по восстановлению своего здоровья.

С помощью дополнительных колод метафорических карт или оракулов можно выявить вторичные выгоды заболеваний, причины психосоматических расстройств и методы психокоррекции.

Карты предназначены также для сеансов энергетического исцеления, помогают настроиться на медитацию и визуализацию здоровья органов и систем.

Карты заряжены гипнологом Алексеем Родом, что позволяет использовать их на уровне энергетики.

Канал Youtube «Алексей РОД. Светлый Мир»: [@Channeling_world](#)

Telegram-канал: [@rodaleksey](#)

Яндекс Дзен: [@rodaleksey](#)

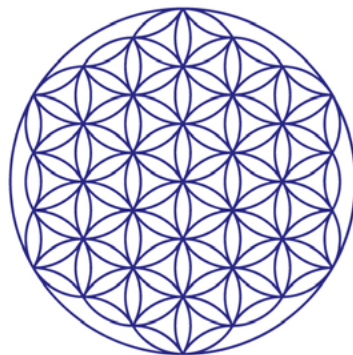
Ниже мы с вами рассмотрим техники работы с картами.

Обереги и сакральные символы на картах

На каждой карте расположены символы Здравник и Цветок жизни, которые усиливают карты и помогают настроиться на энергии исцеления.



Здравник



Цветок Жизни

Здравник (Здравбережень) — древний славянский солярный оберег в виде солнца с лучами.

Символизируя жизненную силу светила, он:

- Накапливает и передает солнечную энергию владельцу;
- Укрепляет физическое здоровье;
- Очищает сознание от негативных мыслей.

Оберег гармонизирует психику — первопричину здоровья. Славяне верили, что сбалансированное сознание = здоровое тело. Образ солнца в обереге синхронизирует все уровни психики, задавая правильный ритм.

Подходит тем, кто хочет укрепить здоровье; людям с хроническими болезнями (как поддержка); ищущим гармонию между телом и духом.

Оберег не лечит напрямую, а помогает восстановить внутренний баланс — основу исцеления.

Цветок Жизни — сакральный символ мироздания, воплощающий Вселенскую гармонию (идеальные пропорции золотого сечения) и Единство пространства и времени (матрица жизни).

Известен с древности: встречается в Египте, Китае, Мексике. Исследовался Леонардо да Винчи. У славян назывался Звездой Перуна (громовержца).

Свойства и применение:

1. Защита (на одежде, оружии, домах)
2. Энергетический баланс (накапливает позитивную энергию)
3. Гармонизация всех сфер: Здоровье, Любовь, Благополучие.

Действует как энергетический камертон, синхронизируя личную энергию с космической. Символ вне времени — для тех, кто ищет порядок в хаосе.

Купить «Карты Здоровья» можно в нашем магазине по ссылке <https://mak.arcanes.ru/shop/64/desc/zdorovie>.

Видеообзор колоды: https://vkvideo.ru/video-131837592_456240157

Видео от автора Алексея Рода:

https://vkvideo.ru/video-131837592_456240237

[к содержанию](#)

ТЕХНИКИ РАБОТЫ

Расклад карт «Общая диагностика организма»

Диагностика всех систем и органов. Понадобится ваша любимая универсальная или абстрактная колода метафорических карт. Можно брать колоды с архетипами и портретами. Можно также использовать Таро или Оракулы.

1. Мысленно или вслух обратитесь к своему бессознательному, душе, Ангел Хранителю или иным помощникам с просьбой помочь вам увидеть, на что необходимо направить свое внимание и усилия по сохранению здоровья.
2. Разложите Карты Здоровья на столе. Можно выбрать только те органы и системы, которые вам интересны, убрать, например, карту Предстательной железы (для мужчин) или Молочных желез (для женщин) в зависимости от пола.
3. На каждую карту вытянете из дополнительной колоды метафорических карт или оракула по одной карте в ответ на вопрос: *«Как себя чувствуют органы и системы моего тела?»* или *«Покажите состояние органов и систем моего тела»*.
4. Внимательно рассмотрите все карты. Есть ли среди них негативные, темные картинки, которые вызывают тревогу или отторжение? Это сигналы, на которые необходимо обратить внимание.
5. Итак, у вас есть несколько позиций, вызывающих беспокойство. Рассмотрим теперь психологические причины возможных заболеваний.

Для этого можно взять универсальную колоду метафорических карт или оракул. На каждую позицию выберете в закрытую по 1-3 карты (по желанию), отвечающие на вопрос: *«Каковы причины проблем с данным органом/системой?»* Обращаю ваше внимание на то, что здесь можно увидеть не только психосоматические причины, но и образ жизни, действия человека или обстоятельства, которые привели к проблеме со здоровьем.

6. Вооружившись полученной информацией, можно скорректировать свой образ жизни, сходить к врачу или психологу, сдать соответствующие анализы. В определенные моменты жизни такая

техника может оказать неоценимую услугу человеку, который следит за состоянием здоровья.



Внимание! Результаты носят рекомендательный характер для посещения соответствующего специалиста. Расклад не является инструментом для постановки медицинского диагноза! Не заменяет визита к врачу, сдачи анализов и соответствующих исследований!

Расклад «Фокус»

Обратит ваше внимание на тот орган, который нуждается в вашем внимании именно сейчас.

1. Мысленно или вслух обратитесь к своему бессознательному, душе, Ангел Хранителю или иным помощникам с просьбой помочь вам увидеть, на что необходимо направить свое внимание и усилия по сохранению здоровья.
2. В закрытую вытащите карту наугад из колоды. Можно также разложить все карты на столе рубашкой вверх и выбрать ту, которая каким-либо образом привлекла ваше внимание, или провести рукой над картами, прислушиваясь к ощущениям тела.

3. Далее с этой картой можно провести сеанс визуализации здоровья. Рассмотреть возможные проблемы и получить советы по исцелению с помощью дополнительных колод карт.

Сеанс «Энергетическое исцеление»

1. Взять карту органа или системы, с которой вы хотите поработать, положить ее между рук, а руки поднести к сердцу. Как будто вы молитесь.
2. Попробуйте отключить посторонние мысли. Не делайте сеанс в состоянии стресса или подавленности. Ваша задача войти в медитативное, трансовое состояние. Обратите свое внимание внутрь себя. Расслабьтесь. Закройте глаза, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Почувствуйте, как напряжение уходит из вашего тела. Представьте, что каждая клеточка организма наполняется легкостью и спокойствием.
3. Мысленно обращайтесь к Светлым силам, вашим Помощникам, Ангелу-Хранителю или к своей Душе, Высшему Я. Мысленно посылайте Энергию Любви и Света своему телу. Можно при этом визуализировать здоровый и наполненный живительной энергией орган или систему организма. В данной статье есть соответствующие картинки, которые помогут вам в этом.



4. Создайте образ себя здорового. Если у вас есть конкретное заболевание, визуализируйте, как оно исчезает. Например, если у вас проблемы с сердцем, представьте, как оно работает ровно и мощно, словно мотор у надежного автомобиля. Если вы восстанавливаетесь после травмы, вообразите, как поврежденные ткани заживают, кости срастаются, а мышцы становятся крепче. Чем ярче и детальнее ваш образ, тем лучше. Добавьте звуки, запахи, тактильные ощущения. Чем больше деталей, тем реальнее будет казаться этот образ для вашего подсознания.

Подключите эмоции. Эмоции — это топливо для визуализации. Почувствуйте радость, благодарность, облегчение от того, что вы здоровы. Чем сильнее эмоции, тем быстрее Ваш мозг начнет воспринимать этот образ как реальность.

Произносите мысленно или вслух слова: *«Я посылаю энергию Любви своему сердцу (или иному органу)»*. Можно дополнять работу пением мантры «Ом».

5. После сеанса обязательно поблагодарите те силы, к которым вы обращались за помощью.

Повторяйте такие сеансы регулярно. Визуализация — это не разовая акция, ее нужно практиковать постоянно (хотя бы в то время, когда болеете). Уделяйте 10-15 минут в день и со временем заметите, что образ становится все ярче, а вера в выздоровление — крепче. Сочетайте ее с рекомендациями врачей, здоровым образом жизни и общим позитивным настроением. И тогда вы увидите, как ваше тело начинает работать на вас, а не против вас.

Но помните: важно верить в то, что вы делаете. Если вы не верите в это или не доверяете самому себе, визуализация утрачивает значительную часть своей силы.

Ваша колода заряжена целителем и гипнологом Алексеем Родом. Карты подключены к Светлым энергиям.

Иногда нужно подзаряжать карточки, положив их ненадолго под лучи солнца, чтобы они наполнялись жизненной солнечной энергией.

ТЕОРИЯ: КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

Про метод медитации

Мозг воспринимает яркие мысленные образы как реальность. Когда вы детально визуализируете себя здоровым, это становится для мозга руководством к действию. Он мобилизует скрытые резервы, усиливает иммунный ответ и направляет организм на путь исцеления.

Научные исследования подтверждают, что медитация изменяет активность мозга, нормализуя ключевые функции организма. Улучшает пищеварение, восстанавливает сон, балансирует нервную и сердечно-сосудистую системы. Это мощная профилактика серьезных заболеваний, включая онкологию.

Гарвардские ученые обнаружили, что 8 недель регулярной медитации перестраивают работу генов: активируют те, что способствуют выздоровлению, и отключают гены болезней.

Американская кардиологическая ассоциация (2005 г.) доказала: **практика медитации увеличивает продолжительность жизни** за счет активации теломеразы — фермента, замедляющего старение клеток.

Осознанная работа с образами и энергиями через медитацию и визуализацию — это научно обоснованный путь к здоровью и долголетию.

Визуализация здоровья: как мысленные образы исцеляют тело

Визуализация — это мощная практика создания в сознании детальных образов здоровых органов или даже клеток на молекулярном уровне, наполненных живительной энергией. Этот метод основан на способности мозга направлять целебные импульсы в организм через силу мысли.

Как это работает с научной точки зрения? **Когда мы ярко представляем какой-либо процесс, нейроны головного мозга активируются так же, как если бы это происходило в реальности.**

Это запускает формирование новых нейронных связей, которые:

1. создают карту желаемого состояния (например, здоровья);
2. стимулируют тело адаптироваться к этой программе;
3. укрепляют веру в достижимость цели.

Польза визуализации:

- Помогает четко определить цели и поверить в их реализацию
- Повышает концентрацию на желаемом результате
- Укрепляет уверенность и мотивацию к действиям
- Создает понятный план восстановления здоровья
- Оказывает терапевтический эффект:
 - нормализует работу органов;
 - улучшает психоэмоциональное состояние;
 - меняет негативные установки на позитивные.

Энергия мысли = реальное воздействие!

Через визуализацию мы можем дотянуться до каждой клетки тела, передавая ей энергию исцеления. Этот процесс аналогичен физическому воздействию (например, массажу или приему лекарств), но без побочных эффектов.

Ключевой механизм состоит в том, что яркие мысленные образы открывают ворота для внутренней энергии, которая:

- Активирует естественные процессы восстановления;
- Насыщает органы жизненной силой;
- Запускает скрытые резервы организма.

Практикуя визуализацию, мы становимся творцами своего здоровья — безопасно, осознанно и в гармонии с природой тела.

Мантра «Ом»

Считается, что сама Вселенная была создана звуком и состоит из звука. Этот звук — Ом.

Мантра действует независимо от того, понимаем ли ее значение или нет, и думаем ли мы о чем-то постороннем или нет. Однако мантра становится еще эффективнее, когда мы концентрируемся на ней, осознаем ее смысл и не позволяем посторонним мыслям отвлекать.

Мантра — это инструмент для очищения ума. Когда мы сосредотачиваемся на слове, лишенном эмоциональной окраски, активность нашего мозга начинает меняться. Разум переходит в более спокойное и утонченное состояние сознания.

Мантра «Ом»:

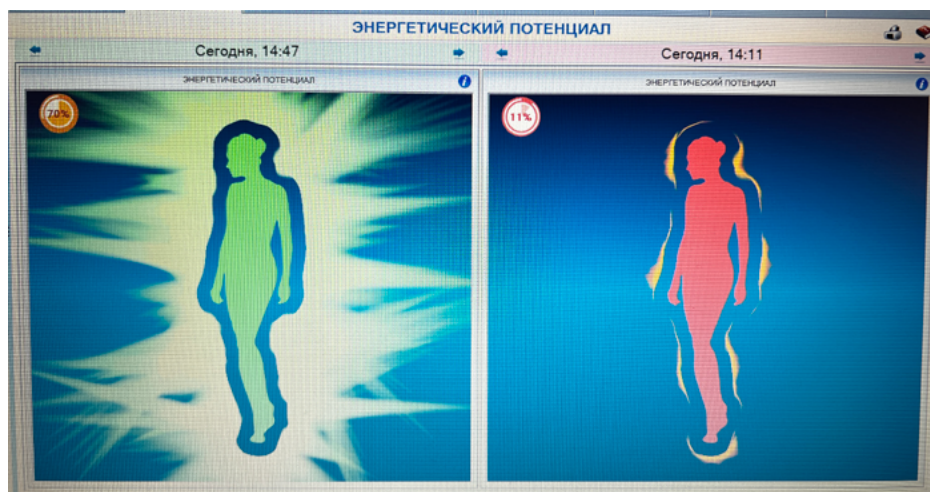
- проясняет ум,
- раскрывает энергетические каналы,
- усиливает жизненную энергию,
- расширяет и очищает ауру.

При сильном волнении мантра «Ом» действует успокаивающе. **Она придает силу всему, на что направлена.** Более того, «Ом» усиливает действие других мантр.

Мантра произносится на выдохе, дыхание должно быть равномерным и размеренным. Мантру обычно произносят, вибрируя голосом. Таким образом, «Ом» превращается в Ооооооо-мммммм. Ведь мантра — это звуковая вибрация. Звуки следует произносить нараспев и в одной тональности.

Найдите тихое место, сядьте (ложиться не надо), закройте глаза и расслабьте свое тело. Сосредоточьтесь на точке между бровями и попытайтесь успокоить свой разум. Начните повторять «Ом» вслух или про себя. Простое повторение не даст желаемого результата. Представляйте, что вы пропускаете через себя энергии Абсолюта.

Сколько раз читать мантру? Можно использовать любое количество повторений, кратных 3. Но 108 — это идеальное число. 108 упоминалось в разных источниках как сакральное, священное, магическое число. К примеру, Шива имеет 108 имен, Кришна тоже. А еще счи-



тается, что число 108 — это количество энергетических центров у любого человека.

При исполнении мантр, чтобы не сбиться со счета, используют четки. На четках 108 одинаковых бусин и одна более крупная, завершающая счет.

Перед вами снимок экрана программы для измерения уровня жизненной энергии. Слева — результат измерения до пения мантры «Ом», справа — после. Женщина пела мантру всего 3 минуты, а результат потрясающий. Попробуйте и вы!

ОПИСАНИЕ КАРТ

ПСИХИКА

Психика человека — это совокупность всех психических процессов, явлений и свойств человека, которые обуславливают его внутренний мир и взаимодействие с окружающей средой. Структура представлена тремя подсистемами: сознанием, личностью, когнитивной сферой.

Темперамент, характер, способности, мотивация, воля и эмоции человека относятся к сфере его психики.

Каждый восьмой человек в мире живет с психическим расстройством. Психические расстройства сопровождаются значительными нарушениями мышления, эмоциональной регуляции или поведения. Известно множество различных типов психических расстройств.



Психические расстройства: Тревожные расстройства (тревога, паника, фобия и др.), Депрессия, Биполярное расстройство, Посттравматические стрессовые расстройства (ПТСР), Шизофрения, Расстройства пищевого поведения, Обсессивно-компульсивное расстройство, Асоциальное поведение и диссоциальные расстройства и др.

Лечением психических расстройств занимаются разные специалисты.

Психиатр. Врач, специализирующийся на лечении психических заболеваний разной степени сложности: шизофрении, слабоумия, маниакально-депрессивного психоза и прочих расстройств, а также менее серьезных болезней — неврозов и разного рода зависимостей.

Психотерапевт. Его профиль — депрессивные расстройства, фобии и разного рода пограничные состояния.

Наличие высшего медицинского образования позволяет психотерапевту применять медикаментозную терапию, однако в процессе лечения врач в большей степени использует психотерапевтические методы — аутотренинг, гипноз, психологические игры.

Клинический психолог специализируется на диагностировании, лечении и профилактике различных психических расстройств, заболеваний и нарушений психики.

Психолог — специалист, который занимается изучением поведения, мышления и эмоций человека. Психолог не имеет права ставить медицинские диагнозы и назначать лекарства.

Невролог занимается диагностикой и лечением заболеваний нервной системы, которые могут влиять на работу головного и спинного мозга, периферических нервов и мышц.

НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Нервная система — иерархически организованная нервная ткань, пронизывающая весь организм и связывающая его в единое целое. Анатомически и функционально нервную систему человека подразделяют на центральную (головной мозг, спинной мозг) и периферическую.

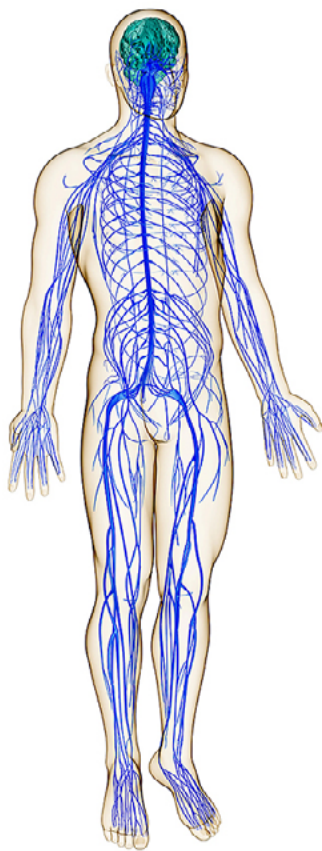
Нервная система человека выполняет три основные функции:

1. Получение информации (сенсорная функция).
2. Обработка информации (интегративная функция).
3. Передача информации (моторная функция).

Кроме того, нервная система тесно взаимодействует с эндокринной и иммунной системами, обеспечивает гомеостаз и адаптацию организма к изменяющимся условиям.

Заболевания: Инфекции, Опухоли, Аутоиммунные нарушения, Болезни периферических нервов (нейропатии, невралгии), Миелопатия, Болезни Альцгеймера, Хантингтона, Паркинсона, Психические расстройства, которые связаны с нарушениями функций нервной системы, Синдром дефицита внимания (СДВГ), Аутизм и другие.

Невролог занимается диагностикой, лечением и профилактикой заболеваний нервной системы.



ГОЛОВНОЙ МОЗГ

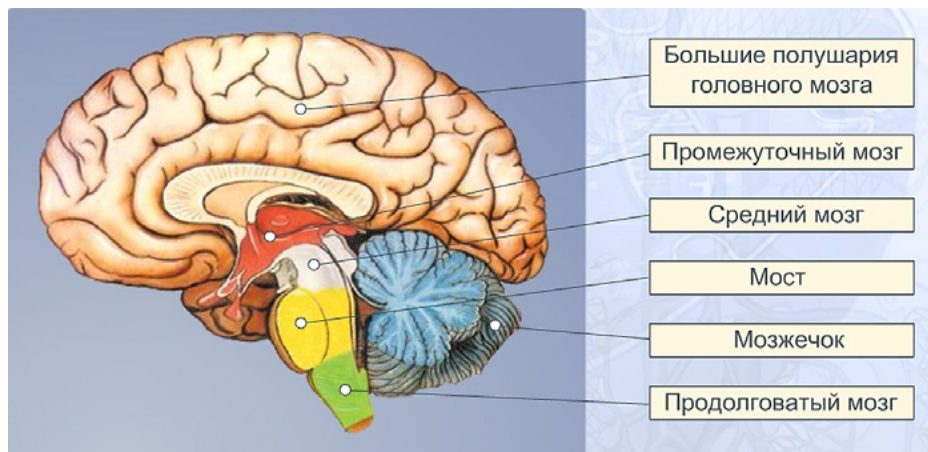
Головной мозг — это часть центральной нервной системы, находящаяся в полости черепа. Головной мозг контролирует множество телесных функций, включая частоту сердечных сокращений, способность ходить и бегать, а также такие ментальные функции, как мышление и эмоции.

В головном мозге различают пять отделов:

1. продолговатый мозг;
2. задний (мост и мозжечок);
3. средний мозг;
4. промежуточный мозг (метаталамус, эпифиз, таламус, гипоталамус, гипофиз);
5. конечный мозг (большие полушария).

Заболевания: Травмы (сотрясение), Головная боль (например, мигрень), Инсульт, Энцефалит, Менингит, Эпилепсия, Менингоэнцефалит, Опухоль, Атеросклероз сосудов, Болезнь Альцгеймера, Рассеянный склероз и другие.

Для лечения заболеваний головного мозга следует обратиться к *неврологу*. Также, если при обследовании у невролога будет найдена опухоль или аневризма, требующая хирургического лечения, то пациента передадут *нейрохирургу*. Кроме того, в некоторых случаях может понадобиться помощь *психотерапевта, психиатра* и *сомнолога*.



ЗРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Зрение человека (зрительное восприятие) — способность человека воспринимать информацию путем преобразования электромагнитного излучения светового диапазона, осуществляемая зрительной системой.

Заболевания: Травмы, Воспаления, Спазмы, Отеки, Глаукома, Катаракта, Отслойка сетчатки, Атрофия зрительного нерва, Болезни мышц глаза, Зрительные расстройства, Слепота и другие.

Офтальмология — область медицины, изучающая глаз, его анатомию, физиологию и болезни, а также разрабатывающая методы лечения и профилактики глазных болезней.



СЛУХОВАЯ СИСТЕМА

Слуховая система человека состоит из трех основных частей: Наружное ухо, Среднее ухо, Внутреннее ухо. Слух человека — это способность воспринимать звуковые волны, преобразовывать их в нервные импульсы и передавать в головной мозг.

Заболевания: Травмы, Инфекции, Воспаления (отиты и тимпаниты), Болезнь Меньера, Неврит слухового нерва, Отомикоз, Отосклероз, Ушная пробка и другие.

Если возникла боль в ухе или стал снижаться слух, то нужно обратиться к *отоларингологу*. В зависимости от симптоматики может потребоваться консультация *сурдолога* — врач, который занимается нарушениями слуха.



ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ

Дыхательная система состоит из легких и дыхательных путей.

Дыхательные пути: носовая полость, глотка, гортань, трахея, бронхи и бронхиолы. В полость носа открываются пазухи воздухоносных костей: гайморова, лобная и др. Эти пазухи называются придаточными пазухами носа. Далее ходы открываются двумя носоглоточными отверстиями (хоанами) в глотку, расположенную позади носовой и ротовой полости. Нижняя часть глотки переходит в две трубки: дыхательную (спереди) и пищевод (сзади). Таким образом, глотка является общим отделом для пищеварительной и дыхательной системы.

Заболевания: Травмы носа и носоглотки, Токсические воздействия, Инфекции, Вирусы, Ринит, Синусит, Аллергический ринит, Вазомоторный ринит, Нарушение обоняния и другие.

Оториноларингологи — это врачи лоры, которые специализируются на заболеваниях гортани, носа, а также прилегающих органов, таких как околоносовые пазухи и шейные лимфатические узлы. *Врач-пульмонолог* занимается диагностикой, лечением и профилактикой заболеваний дыхательной системы.



ЛЕГКИЕ

Легкие человека — парный орган дыхания, расположенный в грудной полости, в левой и правой ее половине. Их функция в дыхательной системе заключается в том, чтобы извлекать кислород из воздуха и передавать его в кровоток, а также выводить углекислый газ из кровотока в атмосферу в процессе газообмена.

У взрослого человека от 10 до 30 разветвлений от трахеи до бронхиол. Конечная структура в легком — альвеолы.

Заболевания: Бронхиальная астма, Абсцесс, Пневмония, Туберкулез, ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь легких), Опухоли, Инфекции, Вирусы, Токсические поражения и другие.

Врач-пульмонолог занимается диагностикой, лечением и профилактикой заболеваний дыхательной системы.



ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА

Эндокринная система — система регуляции деятельности внутренних органов посредством гормонов, выделяемых эндокринными клетками непосредственно в кровь, лимфу или спинномозговую жидкость.

Эндокринные железы составляют эндокринную систему: гипофиз, щитовидная железа, паращитовидные железы, надпочечники, поджелудочная железа, яичники у женщин, семенники у мужчин.

Гормоны служат гуморальными регуляторами физиологических процессов в различных органах и системах.

В основе **эндокринных заболеваний** лежат гиперфункция, гипофункция или дисфункция желез внутренней секреции: Опухоли, Нарушения углеводного обмена (инсулинорезистентность, диабет и др.), Метаболический синдром, Гиперкортицизм, эндокринное бесплодие, Нарушения фосфорно-кальциевого обмена, Ожирение и другие.

При появлении симптомов надо обратиться к *эндокринологу*.



ГИПОФИЗ, ГИПОТАЛАМУС

Относятся к эндокринной системе. Эндокринная система действует через гормоны — биологически активные вещества, выделяемые железами внутренней секреции непосредственно в кровь.

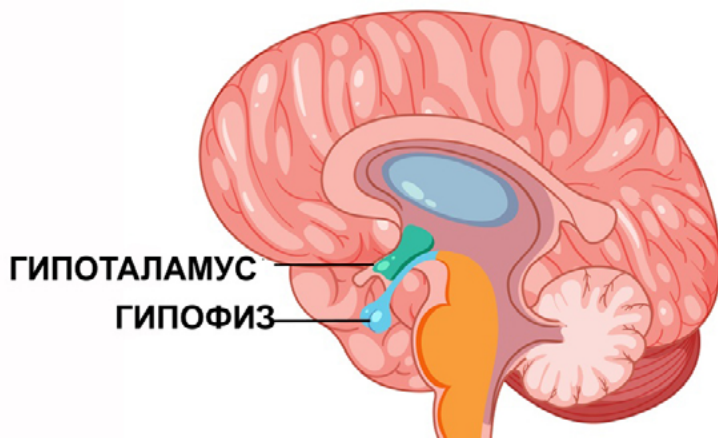
Гипоталамус — главный координатор эндокринной и нервной системы. Нарушения в работе гипоталамуса могут приводить к расстройствам терморегуляции, пищевого поведения, водного обмена и нарушению менструального цикла.

Гипофиз — главный дирижер эндокринной системы. Контролирует деятельность большинства периферических эндокринных желез. Гипофиз — это своего рода командный центр, и любые опухоли или поражения этого органа могут вызывать либо гиперсекрецию гормонов (акромегалия, болезнь Кушинга), либо дефицит (гипопитуитаризм).

Нарушение работы гипоталамо-гипофизарной системы влияет на все органы и ткани нашего организма.

Заболевания: Несахарный диабет, Опухоли, Болезнь Иценко-Кушинга, Пролактинома, Акромегалия, Тиреотропинома, Аденома гипофиза, Гипофункции или гиперфункция гипофиза и другие.

При появлении симптомов надо обратиться к *эндокринологу*.



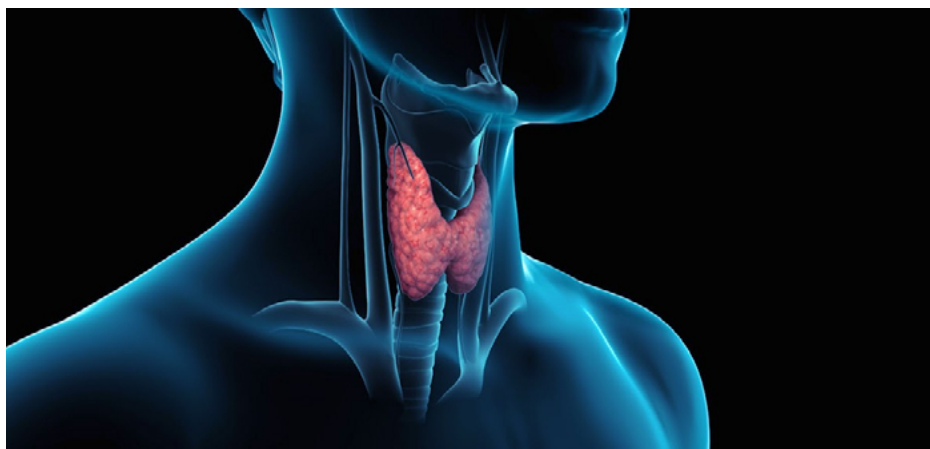
ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА

Щитовидная железа — это орган эндокринной системы, расположенный на передней поверхности шеи, под гортанью.

Вне капсулы по задней поверхности щитовидной железы располагаются несколько паращитовидных (околощитовидных) желез.

Заболевания щитовидной железы могут протекать на фоне неизменной, пониженной (гипотиреоз) или повышенной (гипертиреоз, тиреотоксикоз) эндокринной функции. Встречающийся на определенных территориях дефицит йода может привести к развитию эндемического зоба и даже кретинизма.

При появлении симптомов надо обратиться к *эндокринологу*.



ИММУННАЯ СИСТЕМА

Иммунная система — это система биологических структур и процессов организма, которая обеспечивает его защиту от инфекций, токсинов и злокачественных клеток. Для правильной работы иммунной системы необходимо, чтобы она умела распознавать широкий спектр патогенов — от вирусов до многоклеточных паразитов — и отличать их от собственных здоровых тканей организма.

Заболевания: Иммунодефицит, Аутоиммунные заболевания, Гиперчувствительность (аллергии), СПИД и другие.

Иммунолог — это специалист, который диагностирует и лечит заболевания иммунной системы.

ИММУННАЯ СИСТЕМА

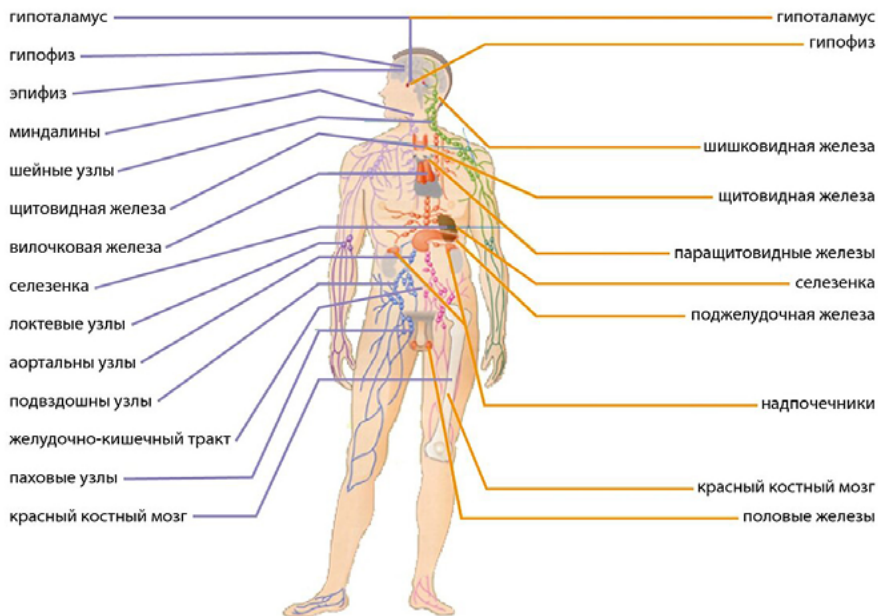
обеспечивает защиту организма от микробов, вирусов и чужеродных веществ

А

Б

ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА

состоит из желез, вырабатывающих биологические регуляторы (гормоны)



ЛИМФАТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА

Лимфатическая система — это система лимфатических сосудов и лимфатических узлов, предназначенная для транспортировки и очищения межтканевой жидкости или лимфы. Вся лимфа течет по направлению к сердцу. Это своеобразная «канализация» организма.

Функции лимфатической системы:

- защита организмов от чужеродных антигенов, патогенных микроорганизмов, токсинов;
- транспорт некоторых гормонов;
- регуляция водно-солевого обмена;
- регуляция жирового обмена.

Лимфоидные органы:

1. первичные (центральные) лимфоидные органы — это красный костный мозг и тимус;
2. вторичные лимфоидные органы — это селезенка, миндалины, аппендикс, пейеровы бляшки, лимфатические узлы.

Лимфатические узлы выполняют роль фильтров. Они очищают лимфу от патогенных микроорганизмов и чужеродных веществ.

Заболевания: Лимфедема, Лимфома, Лимфангит, Лимфаденит и другие.

Диагностикой, профилактикой и лечением патологий лимфатической системы занимается *лимфолог*.



КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

Сердечно-сосудистая (кровеносная) система — это комплекс органов, обеспечивающих циркуляцию крови в организме человека.

Сердечно-сосудистая система включает три компонента:

1. Сердце.

2. Сосуды. Различают несколько типов сосудов:

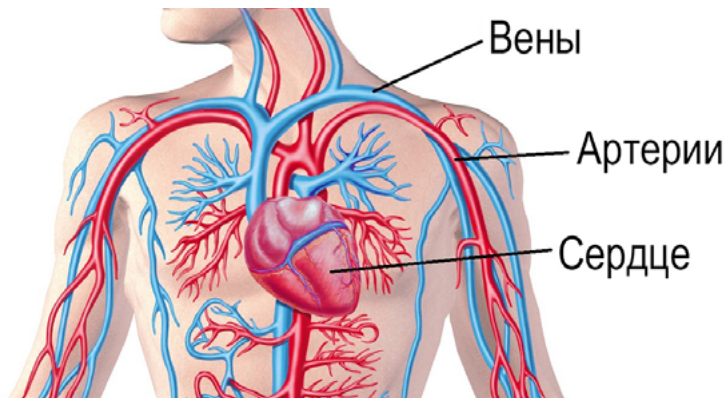
Артерии несут кровь от сердца к периферии. *Сосуды* микроциркуляторного русла: это артериолы, капилляры и венулы. *Вены* — сосуды, несущие кровь к сердцу.

3. Кровь.

Состояние сердечно-сосудистой системы напрямую влияет на общее состояние организма. Любые нарушения — от гипертонии до атеросклероза — создают риски для всех органов. Недостаточность кровообращения приводит к гипоксии тканей, снижению функций органов, развитию хронических заболеваний. Особенно страдают головной мозг, почки, сердце, печень и органы пищеварения.

Заболевания: Сосудистые заболевания головного мозга, Болезни периферических сосудов, Варикозное расширение вен, Нарушения свертываемости крови, Тромбоз, Эмболия, Лейкемия и другие.

Гематолог — медицинский специалист, который занимается диагностикой, лечением и профилактикой патологий крови и органов кроветворения. *Ангиолог* — это врач, который лечит любые сосудистые заболевания и занимается их диагностикой. Также лечением заболеваний венозных сосудов занимается *флеболог*.



СЕРДЦЕ

Сердце — это мышечно-фиброзный полый орган, который находится в полости грудной клетки. Полости сердца разделены перегородками на четыре камеры: предсердия и желудочки.

Его работа обеспечивает постоянное движение крови по сосудам, снабжение всех органов и тканей кислородом и питательными веществами, а также выведение продуктов обмена. Это единственный орган, чья непрерывная активность жизненно необходима: остановка сердечной деятельности неминуемо ведет к гибели клеток, тканей и, в конечном счете, всего организма.

Заболевания: Воспаления, Артериальная гипертензия, Гипертония, Ишемическая болезнь сердца, Нарушения ритма и проводимости сердца, Кардиомиопатии, Врожденные и приобретенные пороки сердца, Сердечная недостаточность, Миокардиты, Перикардиты, Болезни периферических сосудов, Опухоли и другие.

Врач, который занимается диагностикой и лечением заболеваний сердца и кровеносных сосудов, называется **кардиологом**.



ЗУБЫ, ДЕСНЫ

Зубы человека — это органы в ротовой полости, которые служат для первичной механической обработки пищи. Также зубы задействованы в работе речевой системы, отвечают за правильное функционирование пищеварительной и дыхательной систем организма человека.

Зубы состоят преимущественно из дентина с пульпой, коронка снаружи покрыта эмалью; а корень покрыт цементом, состоящим из специальных тканей. Зуб имеет собственный нервный аппарат, кровеносные и лимфатические сосуды. В норме у человека имеется от 28 до 32 зубов. Различают молочные (временные) и постоянные зубы.

Десна является тканевым образованием, которое окружает и поддерживает зубы, прилегая к их корням.

Заболевания: Травмы, Кариес, Флюороз, Клиновидный дефект, Эрозия зубов, Патологическая стираемость зубов, Некроз твердых тканей зуба, Гиперстезия, Пульпит, Пародонтит, Пародонтоз, Гингивит, Зубной камень и другие.

Стоматолог-терапевт занимается лечением зубов. Пародонтолог — это специалист по лечению заболеваний пародонта, то есть тканей, окружающих зубы, таких как десна, костная ткань и связочные волокна. Неправильным положением зубов в челюсти занимается ортодонт. Гнатолог знает, как правильно должен работать весь челюстной аппарат: не только зубы и челюсти, но также височно-нижнечелюстные суставы, лицевые мышцы, связки.



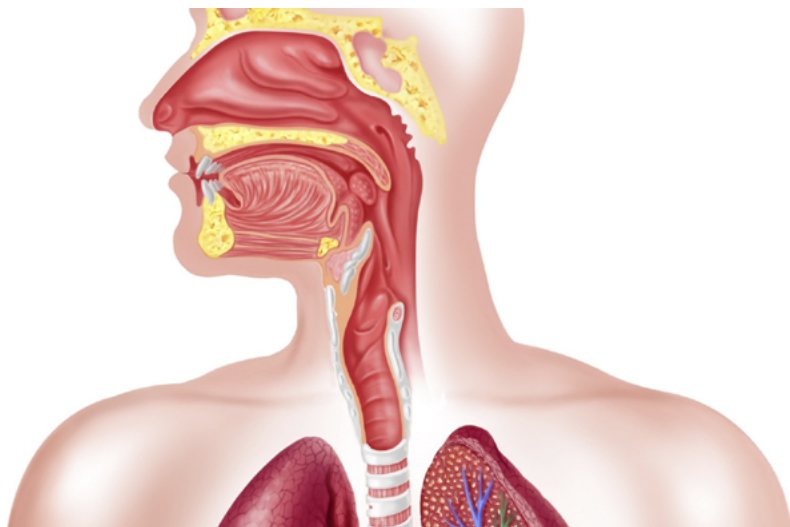
ГОРТАНЬ, ПИЩЕВОД

Пищеварительная система включает пищеварительный канал и пищеварительные железы.

Ротовая полость, глотка и пищевод — части пищеварительного канала. Слизистая глотки непосредственно переходит в слизистую пищевода. У входа в глотку имеются скопления лимфоидной ткани — миндалины. Пищевод — отдел пищеварительного тракта, соединяющий глотку с желудком.

Заболевания: Травмы, Воспаления, Опухоли, Ларингит, Фарингит, Острый тонзиллит (ангина), Трахеит, Бронхит, Грипп, Дифтерия, Скарлатина, ГЭРБ (гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь), Грыжа пищеводного отверстия диафрагмы, Ахалазия кардии, Дивертикул пищевода и другие.

При любых признаках болезней пищевода следует обратиться к *гастроэнтерологу*. *Оториноларингологи* — это врачи-лоры, которые специализируются на заболеваниях горла, а также прилегающих органов, таких как гортань.

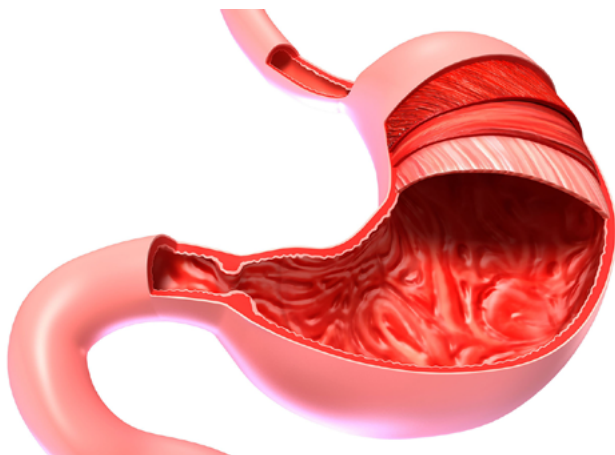


ЖЕЛУДОК

Желудок человека — это полый мышечный орган, часть пищеварительного тракта, расположен между пищеводом и двенадцатиперстной кишкой. Служит резервуаром для проглоченной пищи, осуществляет ее частичное переваривание и продвижение в двенадцатиперстную кишку.

Заболевания: Отравления, Гастрит, Язвенная болезнь, Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь (ГЭРБ), Полипы желудка, Опухоли, Функциональная диспепсия.

При проблемах с желудком необходимо обратиться к *гастроэнтерологу*.



ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА

Крупная железа, которая располагается в брюшной полости позади желудка, тесно примыкает к двенадцатиперстной кишке. Является главной пищеварительной железой, вырабатывающей многие ферменты, переваривающие белки, жиры и углеводы. Одновременно является и железой внутренней секреции, вырабатывающей инсулин и глюкагон.

Заболевания: Панкреатит, Сахарный диабет, Панкреолитиаз, Кисты, Опухоли и другие.

При проблемах необходимо обратиться к *эндокринологу*.



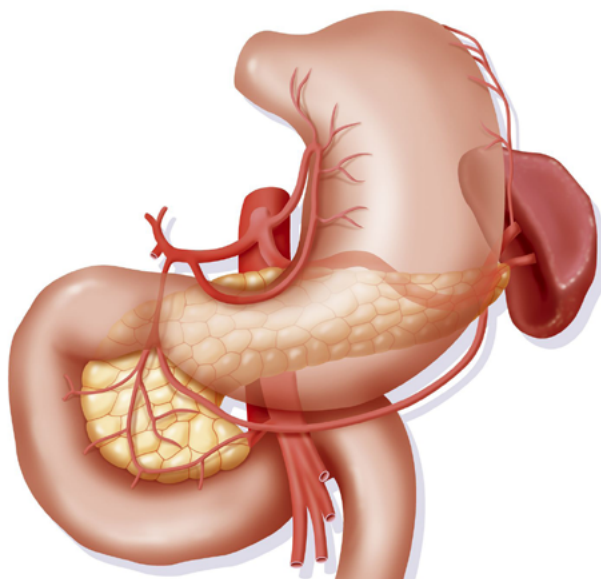
ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНАЯ КИШКА

Двенадцатиперстная кишка — начальный отдел тонкой кишки у человека, следующий сразу после привратника желудка. Характерное название связано с тем, что ее длина составляет примерно двенадцать поперечников пальца руки.

В двенадцатиперстную кишку впадают протоки поджелудочной железы и печени. Железы стенок двенадцатиперстной кишки нейтрализуют кислоту, содержащуюся в вышедшей из желудка пищевой кашице.

Заболевания: Язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки, Дуоденит, Полипы, Опухоли.

При проблемах необходимо обратиться к *гастроэнтерологу*.



ТОНКИЙ КИШЕЧНИК

Тонкая кишка — отдел пищеварительного тракта человека, расположенный между желудком и толстой кишкой. В тонкой кишке в основном и происходит процесс пищеварения. Именно в тонкой кишке также происходит всасывание большинства лекарственных веществ, ядов, токсинов и ксенобиотиков.

Тонкая кишка является самым длинным отделом пищеварительного тракта.

В тонкой кишке выделяют следующие отделы:

1. двенадцатиперстная кишка;
2. тощая кишка;
3. подвздошная кишка.

Заболевания: Колит, Энтерит, Кишечная непроходимость, Болезнь Крона, Целиакия, Меккелев дивертикул.

При проблемах необходимо обратиться к *гастроэнтерологу*.



ТОЛСТЫЙ КИШЕЧНИК

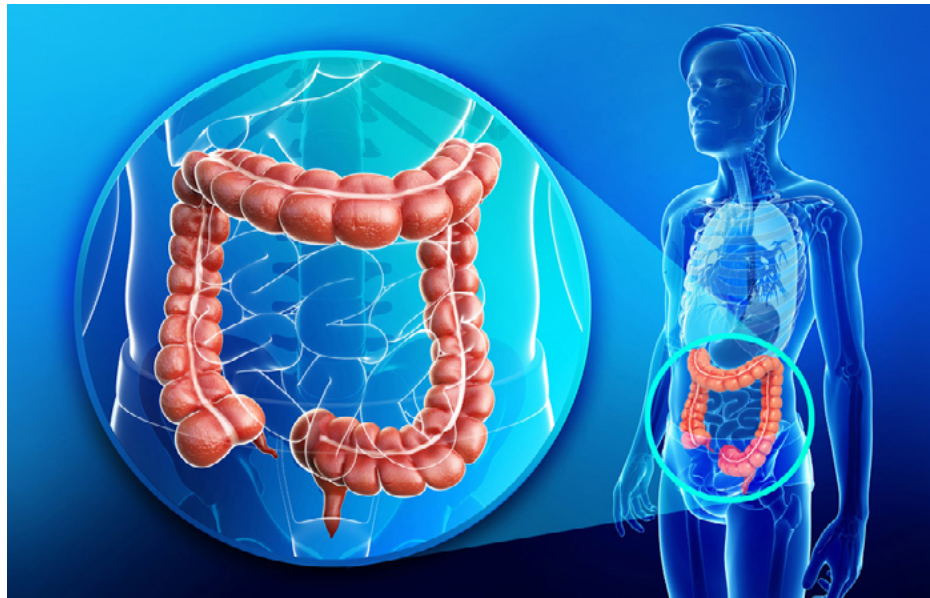
Толстая кишка — нижняя, конечная часть пищеварительного тракта, а именно дистальная часть кишечника, в которой происходит формирование из пищевой кашицы (химуса) оформленного кала.

В толстой кишке человека анатомически выделяют следующие отделы:

1. слепая кишка с аппендиксом,
2. ободочная кишка,
3. прямая кишка с заднепроходным каналом, которая заканчивается анусом.

Заболевания: Нарушения моторики (диарея, запоры), Болезнь Крона, Проктит, Язвенный колит, Полипы, Опухоли и другие.

Проктолог (колопроктолог) — врач, который специализируется на заболеваниях толстого кишечника, включая прямую кишку и анальную область.



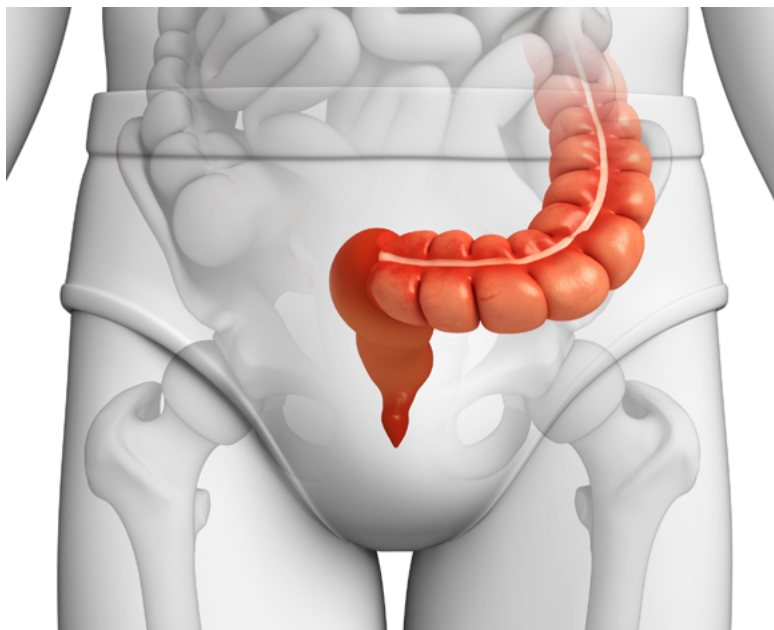
ПРЯМАЯ КИШКА

Прямая кишка — конечная часть пищеварительного тракта, названная так за то, что идет прямо и не имеет изгибов.

Функции прямой кишки: накопление кала и усвоение воды и некоторых питательных веществ.

Заболевания: Анальная трещина, Геморрой, Свищ заднего прохода, Проктит, Ректальный пролапс, Полипы, Опухоли и другие.

Проктолог (колопроктолог) — врач, который специализируется на заболеваниях толстого кишечника, включая прямую кишку и анальную область.



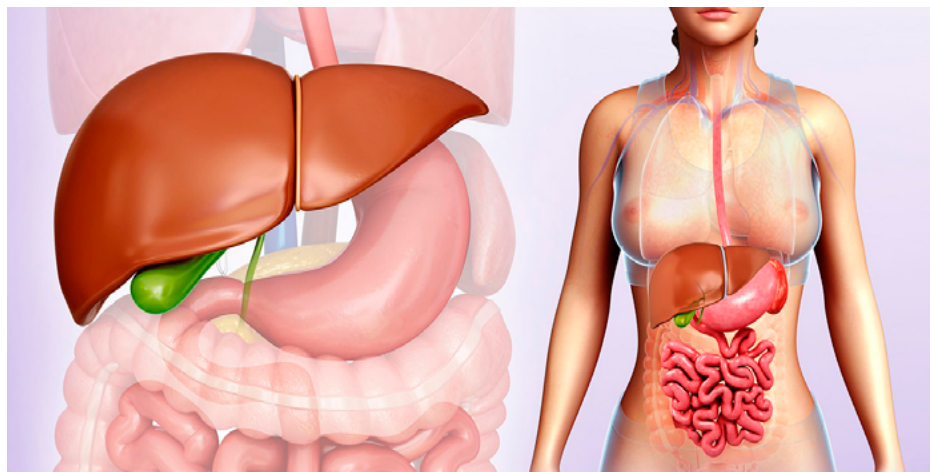
ПЕЧЕНЬ

Печень — жизненно важная железа смешанной секреции, находящаяся в брюшной полости под диафрагмой и выполняющая большое количество различных физиологических функций.

Печень участвует в поддержании постоянства внутренней среды организма, регулирует обмен веществ, секретирует желчь, необходимую для пищеварения, является биологическим фильтром, очищающим кровь от токсинов и вредных веществ, участвует в обмене витаминов и микроэлементов. Она обладает невероятной способностью к регенерации.

Заболевания: Цирроз печени, Жировой гепатоз, Гепатиты, Афлатоксикоз, Гемангиомы, Воспаления, Кисты, Инфекции, Паразиты, Опухоли и другие.

Врачебная специальность специалиста по заболеваниям печени — *гепатолог*, чаще всего это *гастроэнтеролог*, специализирующийся на патологиях печени.

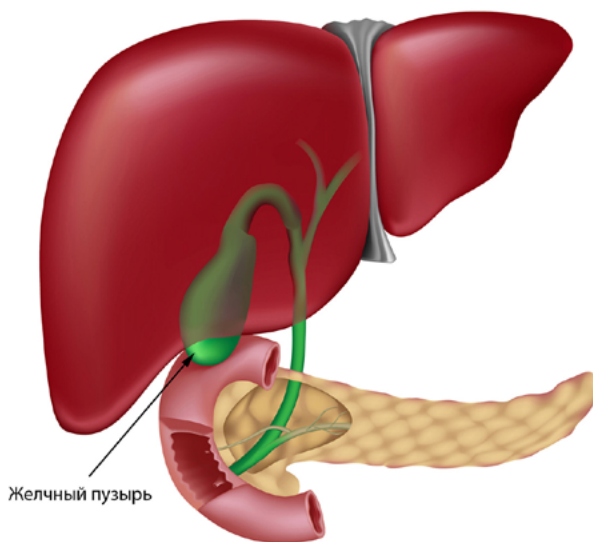


ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ

Желчный пузырь — это орган пищеварительной системы, резервуар для желчи, которая вырабатывается печенью. Основные функции желчного пузыря — аккумуляция, хранение и выведение желчи.

Заболевания: Дискинезия желчевыводящих путей, Желчнокаменная болезнь, Холецистит, Полипы, Холангит, Опухоли и другие.

При признаках нарушений функций желчного пузыря у человека следует незамедлительно обратиться к врачу для постановки диагноза. Лечение таких патологий занимается *терапевт* или *гастроэнтеролог*.



СЕЛЕЗЕНКА

Селезенка — это орган лимфатической и кровеносной системы, расположенный в левой верхней части брюшной полости под диафрагмой. Селезенка соединена с почками, толстой кишкой и желудком.

В организме селезенка выполняет множество важных функций, включая защиту от инфекций и создание новых кровяных клеток.

Заболевания: Травмы, Инфекции, Опухоли, Кисты, Воспаления, Перекрут ножки селезенки, Увеличение селезенки, Абсцесс селезенки, Инфаркт селезенки и другие.

Для лечения заболеваний селезенки могут потребоваться консультации следующих врачей: *гастроэнтеролог, гематолог, инфекционист.*



ПОЧКИ

Почки человека — парный орган, который относится к выделительной системе организма.

Основная функция: очищение крови и образование мочи. Почки фильтруют кровь, удаляя из нее продукты обмена веществ, токсины, многие лекарственные препараты, избытки минеральных веществ.

Другие функции: Регулирование кровяного давления, Контроль объема жидкости в организме, Регуляция содержания солей и pH (кислотно-щелочного баланса).

Заболевания: Инфекции (пиелонефрит, гломерулонефрит), Мочекаменная болезнь, Хроническая болезнь почек (ХБП), Поликистоз почек, Опухоли, Травмы и другие.

Диагностикой и лечением боли в почках занимаются, в первую очередь, *урологи и нефрологи*.

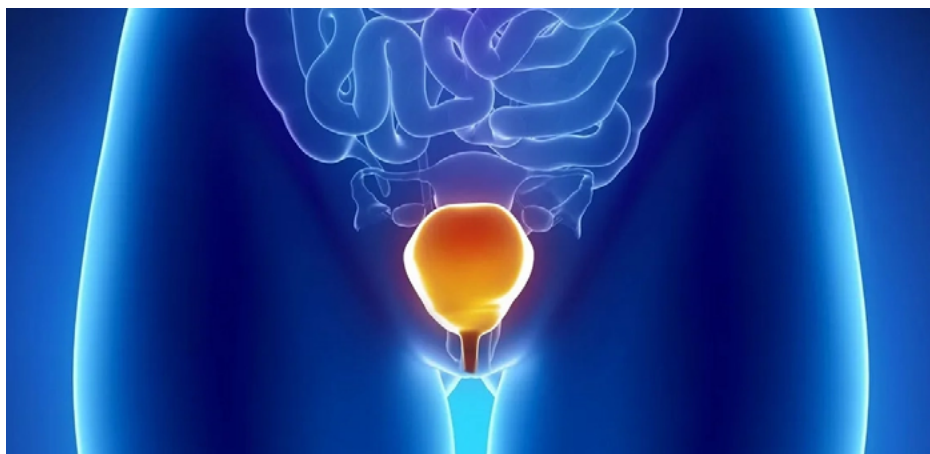


МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ

Мочевой пузырь — непарный полый орган выделительной системы человека, расположенный в малом тазу. Это резервуар мочи, из которого она выводится наружу.

Заболевания: Цистит, Гиперактивный мочевой пузырь, Мочекаменная болезнь, Шистосомоз, Дивертикулы, Травмы, Опухоли и другие.

Уролог — специалист, занимающийся диагностикой, профилактикой и терапией заболеваний мочевыделительной и мужской половой систем, а также забрюшинного пространства.



РЕПРОДУКТИВНАЯ СИСТЕМА ЖЕНСКАЯ (МАТКА, ЯИЧНИКИ)

Репродуктивная система человека — это комплекс органов мужского и женского организмов, которые обеспечивают воспроизводство людей (их репродукцию, получение потомства, продолжение рода).

Женская репродуктивная система включает:

1. Внутренние половые органы: яичники, фаллопиевы трубы, матка, влагалище.
2. Наружные половые органы: клитор, преддверие влагалища, большие и малые половые губы.

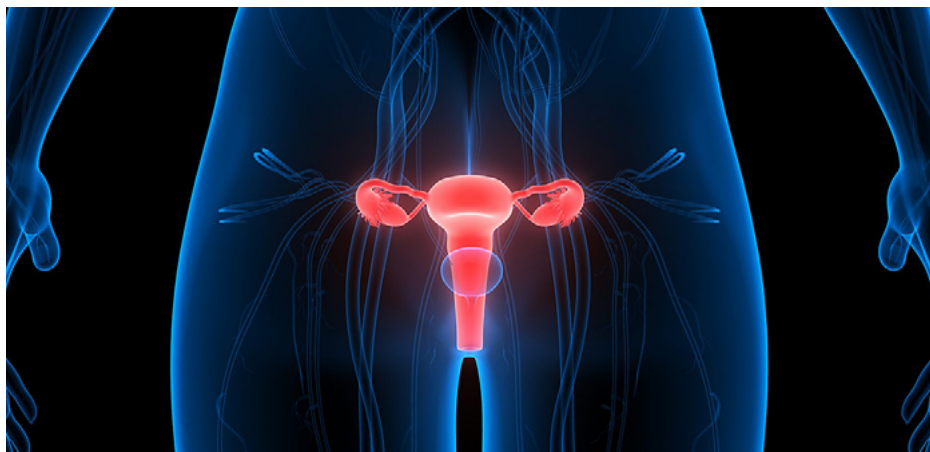
Заболевания у женщин: Миома матки, Аденомиоз, Эндометриоз, Кольпит (вагинит), Эндометрит, Инфекции, Венерические болезни и другие.

Бесплодие, Внематочная беременность, Осложнения беременности, Патологии развития плода, Выкидыши и проч.

Дисфункции яичников, Синдром поликистозных яичников (СПКЯ), Воспалительные процессы в придатках.

Заболевания репродуктивной системы женщин лечит *гинеколог*.

Венеролог — это доктор, специализирующийся на диагностике и лечении заболеваний у обоих полов, передающихся половым путем.

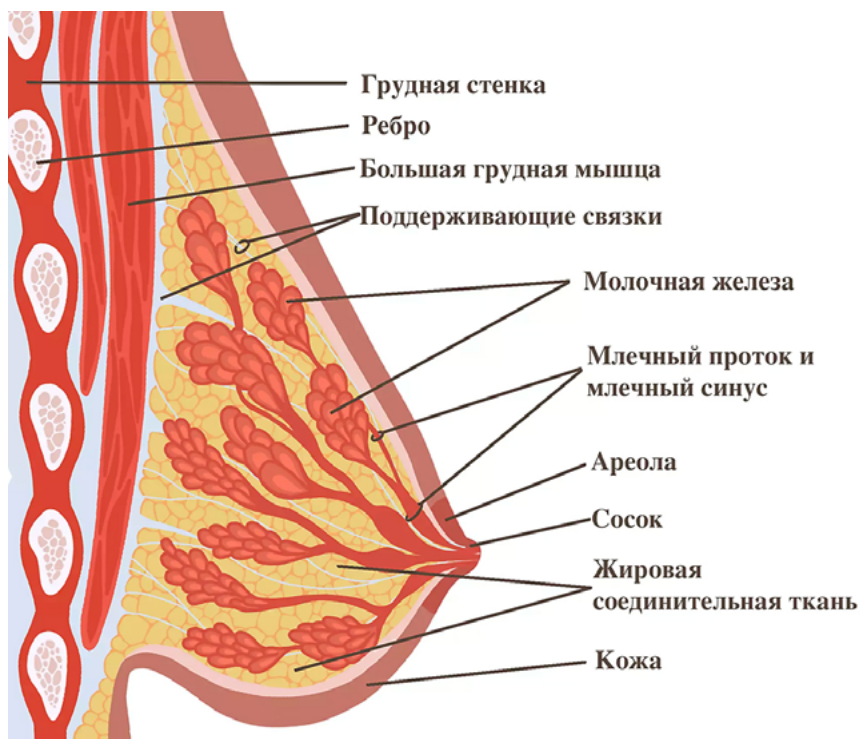


МОЛОЧНЫЕ ЖЕЛЕЗЫ

Молочная железа (грудь) — парный орган, который находится на передней поверхности грудной клетки у человека. Функции: обеспечение грудного вскармливания.

Заболевания: Мастит, Доброкачественные опухоли, Липома (жировик), Внутрисекторная папиллома, Фиброзно-кистозная мастопатия, Киста, Аденома, Онкология и другие.

Маммолог — это врач, который занимается диагностикой, лечением и профилактикой заболеваний молочных желез.



ПРЕДСТАТЕЛЬНАЯ ЖЕЛЕЗА, РЕПРОДУКТИВНАЯ СИСТЕМА МУЖСКАЯ

Мужская репродуктивная система включает:

1. Внутренние половые органы: яички, семявыносящие протоки, предстательная железа, семенные пузырьки, бульбоуретральные железы, мочеиспускательный канал.
2. Наружные половые органы: половой член, мошонка.

Основная задача репродуктивной системы мужчин — выработка мужских половых клеток (сперматозоидов) и доставка их в зону оплодотворения в ходе половых актов.

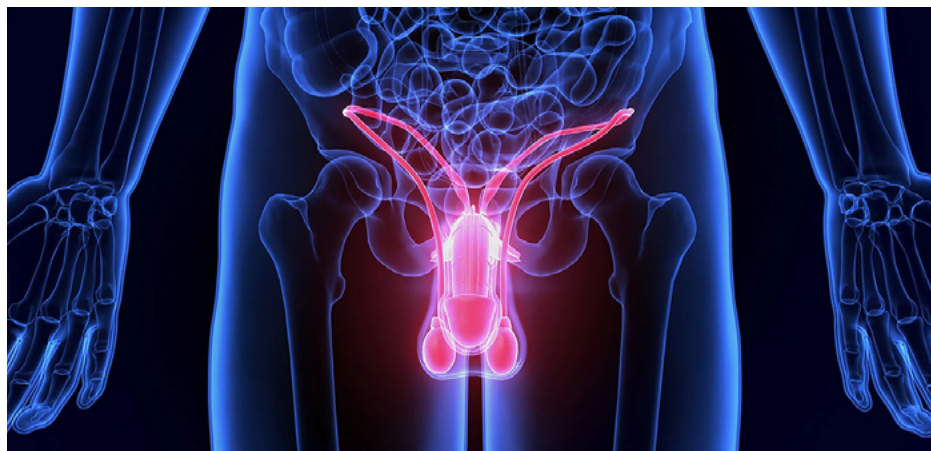
Заболевания у мужчин: Варикоцеле, Крипторхизм, Недостаточная выработка половых гормонов, Эректильная дисфункция, Ретроградная эякуляция, Обструктивное бесплодие, Инфекции, Венерические болезни и другие.

Предстательная железа (простата) — это непарный орган репродуктивной системы мужчины.

Функции предстательной железы: Выработка семенной жидкости, Контроль мочеиспускания, Регулирование эрекции, Метаболизм гормонов.

Заболевания: Доброкачественная гиперплазия предстательной железы (ДГПЖ), Простатит, Опухоли.

Заболеваниями у мужчин занимаются *уролог* и *андролог*.



ПОЗВОНОЧНИК

Позвоночник — основная часть осевого скелета человека.

Различают пять отделов позвоночника:

1. Шейный (7 позвонков). Самый подвижный отдел, обеспечивает амплитуду движений головы и шеи.
2. Грудной (12 позвонков). Относительно малоподвижный отдел, основа для крепления ребер.
3. Поясничный (5 позвонков). Несет основную нагрузку массы тела.
4. Крестцовый (5 позвонков). Позвонки здесь срастаются в единую кость — крестец. Формирует заднюю стенку таза, участвует в передаче нагрузки на нижние конечности.
5. Копчиковый (3–4 позвонка, иногда до 5). Нижний отдел, состоит из сросшихся позвонков (копчик). У взрослого человека почти неподвижен.

Между позвонками находятся *межпозвоночные диски* — прослойки упругой хрящевой ткани, которые обеспечивают гибкость позвоночника. Внутри позвоночника в позвоночном канале расположен спинной мозг.

Заболевания: Травмы позвоночника, Деформации позвоночника (Сколиоз, Гиперкифоз, Гиперлордоз), Остеохондроз, Радикулит, Спондилез, Спондилоартроз, Спондилолистез, Протрузия межпозвоночного диска, Межпозвоночная грыжа, Спинальный стеноз, Синдром фасеточных суставов, Анкилозирующий спондилит (болезнь Бехтерева) и другие.

При появлении проблем с позвоночником необходимо обратиться к специалисту — *неврологу, ортопеду или реабилитологу.*



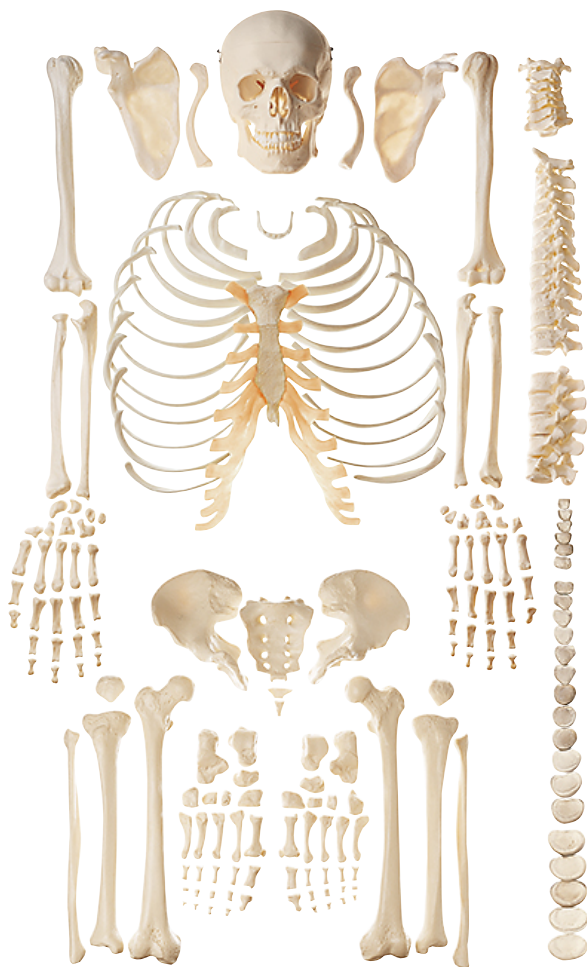
КОСТИ

Скелет взрослого человека состоит из около 206–208 костей. Они делятся на две группы: осевой скелет и добавочный скелет.

Осевой скелет: череп, грудная клетка, позвоночник. Добавочный скелет: кости поясов конечностей (плечевого и тазового) и самих конечностей (рук и ног).

Заболевания: Травмы, Переломы, Воспаления, Остеопороз, Остеомиелит, Опухоли, Рахит и другие.

При возникновении болей, особенно острых, необходимо обратиться к *травматологу* или *хирургу*.

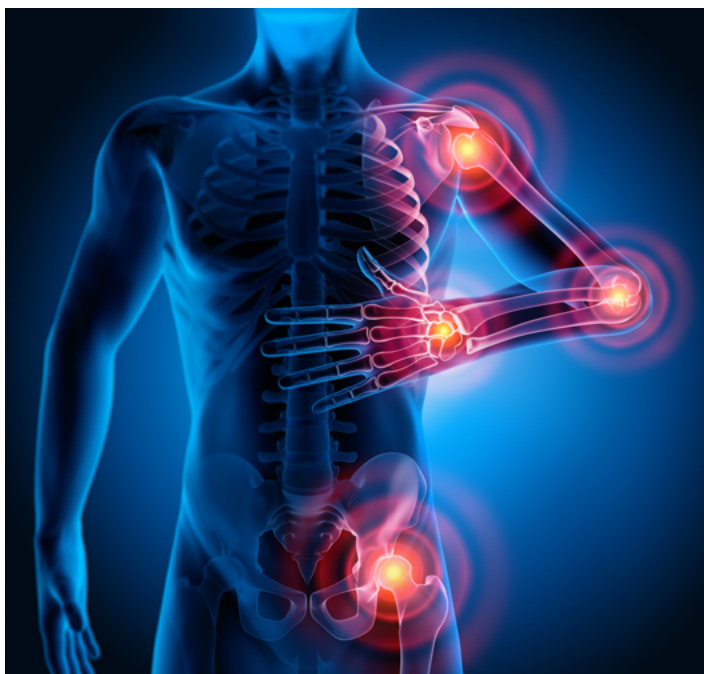


СУСТАВЫ

Сустав — это подвижное соединение костей скелета, которое обеспечивает их наибольшую подвижность относительно друг друга. Суставы обрамляют все тело человека: они соединяют кости черепа, конечностей, позвоночника. В суставах часто имеются дополнительные элементы: связки, хрящевые мениски и другие.

Заболевания: Остеоартроз, Остеоартрит, Периартрит, Бурсит, Тендинит, Дисплазия тазобедренного сустава, Подагра и другие.

Первичный осмотр при боли в суставах может произвести *терапевт*, который даст рекомендации и направление к узкому специалисту. *Артролог* занимается лечением патологий, затрагивающих суставы и околосуставные ткани. Любой дискомфорт при движении, касающийся кистей рук, пальцев верхних и нижних конечностей, стоп и коленей является поводом обратиться к *ортопеду*. *Ревматолог* при болях в суставах занимается лечением патологий воспалительного характера. Это подагра и артрит. *Хирург* и *травматолог* или *ортопед* — при серьезных видимых деформациях сустава и отсутствии эффекта от лечения.



МЫШЦЫ, СВЯЗКИ

Мышцы (мускулы) — это часть опорно-двигательного аппарата, ткань, которая, сокращаясь, приводит в движение различные части тела. Мышцы состоят из мышечных клеток в виде волокон.

Связки человека — это плотные образования из соединительной ткани, которые соединяют кости между собой или удерживают внутренние органы в определенном положении.

Сухожилие — это жесткая полоса плотной волокнистой соединительной ткани, соединяющая мышцу с костью.

Фасция — соединительнотканная оболочка, которая покрывает органы, сосуды, нервы и образует футляры для мышц у человека.

Заболевания: Травмы, Миалгия, Воспалительные миопатии (дерматомиозит, полимиозит), Нервно-мышечные расстройства (миастения), Фасциит, Компартмент-синдром и другие.

Для диагностики и лечения заболеваний мышц следует обратиться к *неврологу*. Также в зависимости от причины болевого синдрома диагностику и лечение могут проводить *травматолог-ортопед, ревматолог, хирург, терапевт или инфекционист*.



КОЖНЫЙ ПОКРОВ

Кожный покров человека представлен кожей — наружным покровом тела, который отделяет внутренние органы и ткани от окружающей среды.

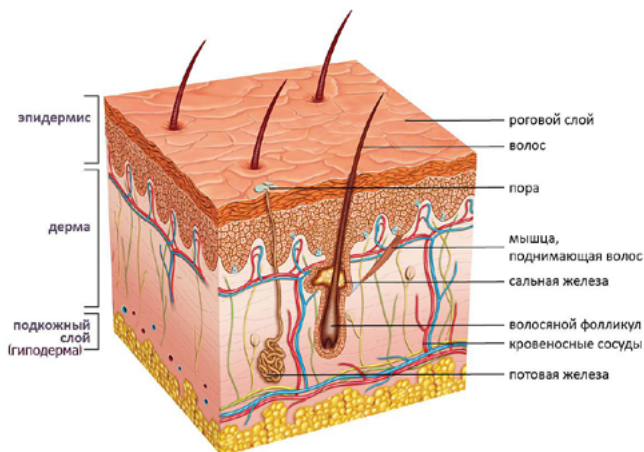
Кожа состоит из трех слоев:

1. Эпидермис — наружный слой, образован многослойным эпителием.
2. Дерма (собственно кожа) — слой из соединительной ткани. В дерме находятся потовые и сальные железы, волосные фолликулы, кровеносные и лимфатические сосуды, нервные окончания.
3. Подкожная жировая клетчатка (гиподерма).

Заболевания: Аллергии, Дерматиты, Экземы, Фурункулез, Карбункулы, Герпес, Чесотка, Лишай, Педикулез, Псориаз, Нейродермит, Угревая болезнь (акне), Розацеа, Демодекоз, Нарушение работы сальных желез и другие.

Дерматолог — врач, который специализируется на строении кожи, ее функциях, а также на профилактике, диагностике и лечении заболеваний и патологий кожи, ногтей и волос. *Дерматовенеролог* занимается заболеваниями кожи и слизистых оболочек, в том числе теми, которые могут передаваться половым путем.

Трихолог — врач, который занимается диагностикой, лечением и профилактикой заболеваний волос и кожи волосистой части головы.



АУРА, ТОНКИЕ ТЕЛА

Считается, что прежде чем болезнь проявится на физическом уровне (в организме человека) она сначала появляется в тонких телах или ауре. И если ее вовремя там выявить и проработать, то болезни можно избежать или облегчить процесс выздоровления.

Аура человека — это невидимое энергетическое поле, которое, по поверьям и эзотерическим представлениям, окружает тело. Многие имеют в виду ауру как совокупность сферы чувств, мыслей, энергетической оболочки тела и духовной энергии.

Это как свечение энергии, которую некоторые люди могут видеть или чувствовать.

Считается, что аура отражает настроение, здоровье и характер человека (например, при стрессе она может темнеть, а в радости — светиться). Например: если человек добрый и спокойный, про него могут сказать: «У него светлая аура».

В науке ауру не подтверждают, но в духовных практиках ей уделяют много внимания. Иногда ауру еще называют биополем.

ЧАКРЫ

Это энергетические центры в теле человека, которые, согласно эзотерическим и духовным учениям, являются частью ауры и управляют потоками энергии.

Чакры — как батарейки, которые распределяют энергию по телу. Если они работают правильно — человек здоров и гармоничен, если заблокированы — чувствует усталость или болезни.

7 главных чакр (от нижней к верхней):

1. Муладхара (корневая) — красная.

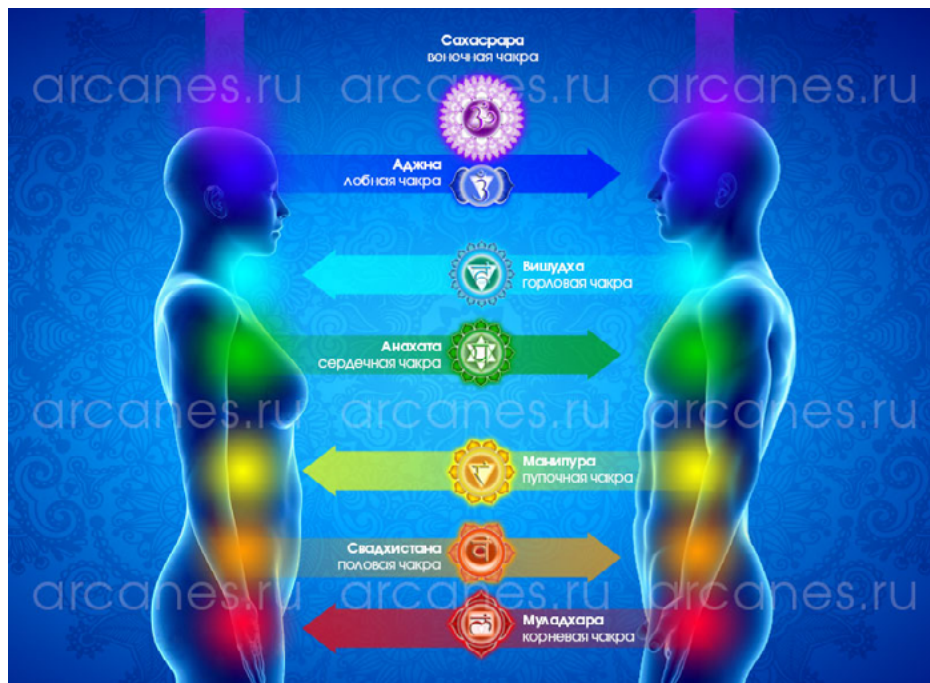
За что отвечает: выживание, безопасность, деньги.

Если нарушена: страх, жадность, проблемы с ногами.

2. Свадхистана (половая) — оранжевая.

За что отвечает: удовольствия, секс, творчество.

Если нарушена: депрессия, зависимость от удовольствий.



3. Манипура (пупочная) — желтая.

За что отвечает: сила воли, уверенность.

Если нарушена: злость, слабость, болезни желудка.

4. Анахата (сердечная) — зеленая.

За что отвечает: любовь, доброта.

Если нарушена: одиночество, проблемы с сердцем.

5. Вишуддха (горловая) — голубая.

За что отвечает: речь, самовыражение.

Если нарушена: страх говорить, болезни горла.

6. Аджна (лобная) — синяя.

За что отвечает: интуиция, мудрость.

Если нарушена: головные боли, нерешительность.

7. Сахасрара (венечная) — фиолетовая/белая.

За что отвечает: связь с Богом, Вселенной.

Если нарушена: потеря смысла жизни.

[к содержанию](#)

Аура — это общее энергополе, а чакры — ее источники питания. Если чакры чистые и активные, аура становится яркой и сильной.

ТОНКИЕ ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА

Согласно эзотерическим и духовным учениям, тонкие тела — это невидимые энергетические слои, из которых состоит аура. Они окружают физическое тело и влияют на здоровье, эмоции, мысли и даже духовное развитие.

Теософская концепция тонких тел была описана Еленой Блаватской в ее произведениях и развита ее последователями.



Основные тонкие тела (от самых плотных к самым тонким):

1. Физическое тело — наша «материальная оболочка».

За что отвечает: здоровье, сила, выносливость.

2. Эфирное тело (энергетический двойник) — ближайший слой к физическому телу.

Проявляется: как «аура здоровья», биополе.

За что отвечает: жизненная сила, работа чакр, иммунитет.

Если нарушено: усталость, болезни, низкая энергия.

3. Астральное тело (эмоциональное) — тело чувств и желаний.

Проявляется: в цветах ауры (например, красный — гнев, голубой —

спокойствие).

За что отвечает: эмоции, страхи, страсти.

Если нарушено: перепады настроения, депрессия, зависимости.

4. Ментальное тело (тело мыслей) — связано с интеллектом.

Проявляется: как «облако» идей, убеждений.

За что отвечает: логика, анализ, воображение.

Если нарушено: хаос в мыслях, навязчивые идеи.

5. Каузальное тело (причинное) — хранит карму и судьбу.

Проявляется: как «запись» прошлых поступков и их последствий.

За что отвечает: кармические уроки, важные события жизни.

6. Буддхиальное тело (интуитивное) — тело мудрости.

Проявляется: как внутренний голос, «знание без объяснений».

За что отвечает: совесть, высшие ценности.

7. Атманическое тело (духовное) — связь с Божественным.

Проявляется: как ощущение единства со Вселенной.

За что отвечает: предназначение, просветление.

Аура — это совокупность всех тонких тел, их можно представить как «слои луковицы». Чем гармоничнее каждое тело, тем ярче и чище аура.



ЧТО ЗАГРЯЗНЯЕТ АУРУ?

Загрязнение ауры — это нарушение ее целостности и чистоты, вызванное негативными внешними или внутренними факторами.

1. Эмоциональные загрязнения:

Обиды, злость, зависть — создают темные пятна в ауре.

Страхи и тревоги — образуют дыры в энергетическом поле.

Чувство вины — сжимает ауру, блокируя энергию.

2. Чужое негативное влияние:

Энергетические атаки (осознанные или нет). В народе называют сглаз, порча.

Энергетические вампиры — люди, которые высасывают вашу энергию.

Общение с токсичными людьми — их негатив прилипает к вашей ауре.

3. Внешние факторы:

Грязные места — больницы, тюрьмы, кладбища (если долго там находиться).

Техногенные излучения — Wi-Fi, 5G, гаджеты (ослабляют ауру при переизбытке).

Плохая экология — смог, загрязненная вода.

4. Вредные привычки и образ жизни:

Алкоголь, наркотики — разрушают эфирное и астральное тела.

Недосып, стресс — делают ауру «рваной» и тусклой.

Негативные мысли — как ментальный мусор.

5. Кармические причины:

Грехи прошлых жизней (если верить в реинкарнацию).

Нарушение законов Вселенной (ложь, насилие, гордыня).

Считается, что прежде чем болезнь проявится на физическом уровне (в организме человека) она сначала появляется в тонких телах или ауре. И если ее вовремя там выявить и проработать, то болезни можно избежать или облегчить процесс выздоровления.

Признаки того, что аура нуждается в очищении

Энергетические симптомы:

- Постоянная усталость даже после отдыха.
- Ощущение тяжести в теле, особенно в плечах и спине.
- Мурашки или холодок вдоль позвоночника без причины.
- Внезапная зевота при общении с определенными людьми.
- Чувство «грязного» тела после контакта с кем-то.

Эмоциональные маркеры:

- Беспричинная раздражительность.
- Необъяснимая тревожность.
- Обострение старых страхов.
- Негативные мысли-паразиты.
- Чувство, что «все против вас».

Физические проявления:

- Внезапные головные боли.
- Бессонница или кошмары.
- Потеря аппетита или наоборот — переедание.
- Холодные руки и ноги (при нормальной температуре).
- Неприятный запах от тела, не связанный с гигиеной.

Социальные индикаторы:

- Конфликты «на пустом месте».
- Люди избегают вашего общества.
- Животные ведут себя странно (лают, шипят или боятся).
- Техника ломается в вашем присутствии.
- Частые «случайные» травмы (ушибы, порезы).

Экстренные признаки (требуют срочной чистки):

- Ощущение постороннего присутствия рядом.
- Потеря вещей или их необъяснимое перемещение.
- Яркие кошмары с ощущением удушья.
- Болезни, которые врачи долго не могут диагностировать.

КАК ОЧИСТИТЬ АУРУ?

Очищение ауры — это процесс восстановления энергетического баланса, который можно проводить самостоятельно с помощью простых, но эффективных методов.

1. Очищение огнем

Свечи. Проведите зажженной церковной свечой вдоль тела (на расстоянии 10–15 см), особенно вдоль позвоночника — воск «впитывает» негатив.

Шалфей/полынь. Окуривайте себя и помещение (дым выгоняет негативную энергию).

2. Водные практики

Морская соль. Добавьте в ванну 1–2 стакана соли, полежите 20 минут (соль «смывает» прилипший негатив).

Контрастный душ. Чередуйте теплую и прохладную воду 3–5 раз, завершая холодной (это «перезагружает» энергетику).

Природные источники. Купание в реке, море или даже под дождем (особенно в грозу).

3. Природные методы

Заземление. Ходите босиком по земле, траве или песку 10–15 мин.

Деревья. Обнимите дуб (дает силу), березу (очищает) или сосну (снимает негатив).

4. Камни и кристаллы

Черный турмалин/обсидиан. Защищают и «вытягивают» негатив (носите в кармане или кладите под подушку).

Аметист/горный хрусталь. Очищают и усиливают ауру (держите у изголовья кровати).

5. Медитации и визуализации

Визуализация света. Закройте глаза, представьте золотой или белый свет, который окутывает вас, сжигая все темное.

6. Молитвы, мантры и заговоры

7. Энергетические практики, йога, цигун, дыхательные упражнения и т.п.

8. Лучшая защита — излучение светлых, чистых мыслей и чувств.

Избавление от накопившихся негативных эмоций любыми доступными способами (поговорить с психологом, прокричаться, нарисовать, выписать все на бумагу с последующим сжиганием и др.)

9. Если аура сильно повреждена, может понадобиться **помощь специалиста**: психотерапевта, гипнотерапевта, священнослужителя, энергетического целителя и т.п.

Для поддержания чистоты проводите очищение ауры раз в неделю.

! Не ищите легких путей. Белой (светлой) магии не бывает, даже когда она используется «во благо». И вы можете заплатить высокую цену за это. Помните об этом, когда захотите обратиться к ведьмам или колдунам.

Если вы хотите очиститься, занимайтесь саморазвитием, работайте над своими эмоциями и ментальными установками, идите по духовному пути, будьте в контакте со своей душой и вашими Высшими Проводниками. На определенном этапе этого пути вам может помочь Духовный Учитель, но не магические ритуалы и заклинания.