

Чакры	Цвет
Муладхара (Адхара)	Золотистый
Свадхистхана (Свадхиштхана)	Красный (цвет рубина)
Манипура (Манипурака)	Красно-оранжевая
Анахата	Ярко желтая (солнце в зените) или бело-голубая (цвет молнии)
Вишуддха	Оранжево-красный (цвет пламени)
Аджня	Синий
Сахасрара	Цвет воды Маричи <sup>1</sup>

Горакша йога и Вивека Мартанда

## Чакра Вишуддха -16 лепестков

Элемент **Эфира**

Мантра основная **Ом Хам Хрим**

Мантра шакти **Ом Хам Айм**

Марма – Нила 2 шт( по бокам от шеи) – 2 ед. Легкий массаж.



Акаша мудра

Спинной мозг, гортань, глотка. Воздействует на щитовидную железу.

**а А и И у У ри РИИ ли ЛИИ э Ай о Ау амм Ах**

<sup>1</sup> Что это такое – пока секрет!

**Цвет энергии:** голубой. Цвет чакры Оранжево-красный (цвет пламени)

**Воздействие:** дыхательный центр, кровообращение, легкие, глаза, почки, эндокринная система.

Создание чувственно окрашенных образов, эмоционально-духовная деятельность.

Сила телепатической передачи. Эта чakra позволяет обрести Эфирное и нижнеастральное ясновидение. Наличие Астрального слуха, ясновыслушивание.

Творчество всех видов. Это наша последняя зона, имеющая отношение ко времени и пространству.

**Дисфункции Вишудхи:** выражаются как холодность, недоверие, упрямство, несознательность. Страх быть поглощенным, утратить контроль над собственной жизнью, желание контролировать других, навязчивость.

**Физическая дисфункция Вишудхи:** болезнь щитовидной железы, гортани, боли в горле, отражаются передним кшетрам. Задний кшетрам отражает шейные боли в области воротниковой кости.

Проработанная чakra формирует **Служение обществу в форме профессии или занятости. Поступаете ли вы по своей воле или против нее, готовы ли к жертвенности.**

На чувственном уровне демонстрируется преданность. Вместе это выражает готовность любить с полным доверием к **Божественной воле**. В то же время, это способность принять из внутреннего безграничного источника «милость», то есть осознание того, что «брать» и «давать» имеют одну природу.

Эффект от работы с Вишудхой: **спокойствие, чистота, ясность, мелодичность голоса; способность к духовной поэзии; понимание сновидений, проникновение в тайны Писаний.**