Поющие чаши

Упражнения для личной гармонии

Аннеке Хойзер



Москва — Санкт-Петербург
«ДИЛЯ»
2008

ББК 53.55
Х70

Singing Bowl
Exercises for Personal Harmony
Anneke Huyser

Jacket design and layout: Jaap Koning
Photography: Benelux Press, Annelies Schoth, Mathieu Mentink, Hans Tuinman, Jaap Koning, Ruud Prins (Foton), Hanna ten Zijthof, et. al.
E-mail: info@binkeykok.com
www.binkeykok.com

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

Книга не является учебником по медицине.
Все рекомендации, приведенные в ней, следует использовать только после согласования с лечащим врачом.

Хойзер А.
Х70 Поющие чаши. Упражнения для личной гармонии / Пер. с англ. — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2008. — 128 с.
ISBN 978-5-88503-299-5

Книга посвящена одному из методов звукотерапии — лечению с помощью поющих тибетских чаш. Приводится символика чаш, соотношение их металлов с планетами. Объясняется, как энергии планет, отраженные в частотах вибрации чаш, помогают самотрансформации. Упражнения помогают подобрать для себя чашу, использовать ее для лечения, провести массаж.

© Binkey Kok Publications BV, Havelte, Holland, 1999
© Перевод «Издательство «ДИЛЯ», 2005
© «ДИЛЯ», 2008

ISBN 978-5-88503-299-5

Оглавление

Благодарности 5
Предисловие 7
Введение 9

Глава 1
Звук есть энергия. Звук есть цвет. Звук есть форма. Звук преобразует форму. Звук может исцелять. 15
Упражнение 1. Слушаем мир вокруг себя 20
Упражнение 2. Слушаем наш внутренний мир 22
Упражнение 3. Слушаем разумом 24
Упражнение 4. Слушаем с помощью интуиции 26

Глава 2
Поющие чаши из бронзы: индивидуальные и уникальные инструменты 29
Упражнение 5. Как убедиться, что поющая чаша подходит вам 39

Глава 3
Металлы и планеты 43

Глава 4
Символизм планет и цветов 59

Глава 5
Исцеление и преобразование 79

Глава 6
Практическое применение поющих чаш 87
Упражнение 6. Извлечение звука из чаши 90
Упражнение 7. Восприятие вибраций поющей чаши 91
Упражнение 8. Сравнение воздействия тонов разных поющих чаш 93
Упражнение 9. Использование голоса при обращении с поющими чашами 94
Упражнение 10. Самомассаж с помощью поющих чаш 103
Упражнение 11. Сочетание музыки поющих чаш с повествованием и стихами 121
Упражнение 12: Групповая импровизация 122
Об авторе 126
Дискография 126

Знаете ли вы, что у вас есть собственный основной тон, на котором вы вибрируете изо дня в день, и что этот тон меняется в зависимости от перемен в вашей жизни? То, что звук представляет собой энергию, давно известно. Выполняя данные в книге упражнения, вы сможете пользоваться вибрационной энергией поющих чаш, чтобы регулировать, восстанавливать и поддерживать вашу личную гармонию.

Аннеке Хойзер уделяет внимание символизму чаш и колотушек, рассказывает о связи металлов, из которых изготовлены чаши, с планетами, о том, как планетарные энергии, отражающиеся в частотах определенных чаш, могут быть использованы для личной трансформации. Она приводит информацию о частотах цветов, чтобы вы могли сочетать принципы звуковой и цветовой терапии, в книгу включена также общая информация о семи главных чакрах тела и том, каким образом на них воздействуют поющие чаши. С помощью приводимых в данном издании упражнений вы научитесь:

- *определять, каким образом слушаете звуки;*
- *определять свой основной тон и выбирать чашу, которая соответствует вашей индивидуальной частоте;*
- *извлекать звук из поющей чаши;*
- *работать с планетарными тонами;*
- *воспринимать врачующие колебания чаш;*
- *производить массаж или самомассаж посредством поющих чаш;*
- *использовать поющие чаши в процессе повествования и при других занятиях.*

ISBN 978-5-88503-299-5
9 785885 035408

Издательство
ДИЛЯ
www.dilya.ru