

Олівія Стоун

«Чакри для початківців»

Простий путівник до енергетичної рівноваги

Київ,
ОВК,
2025

УДК 133.522.8:2-583](0.062)
С 85

Автор-розробник:
Олівія Стоун,

астролог, таролог, громадський діяч, автор численних праць з езотерики, астрології
тощо

Переклад:
Валентина Станіч

С 85 Чакри для початківців: простий путівник до енергетичної рівноваги / Олівія
Стоун. – К. : ОВК, 2025. – 127 с.

ISBN 978-617-7931-92-7

Ця книга – простий та доступний путівник світом чакр, що допоможе вам розкрити внутрішній потенціал, покращити здоров'я, емоційний стан і відновити життєву енергію. Ви дізнаєтесь, як працюють чакри, як розпізнати їхній дисбаланс та ефективно гармонізувати енергетичний потік за допомогою медитацій, дихальних практик, йоги, харчування та інших методів.

Книга призначена для початківців, які тільки знайомляться з концепцією чакр, а також для всіх, хто прагне глибше зрозуміти свій енергетичний стан і навчитися керувати ним у щоденному житті. Вона стане вашим особистим провідником на шляху до збалансованості, внутрішньої сили та духовного розвитку.

Відкрийте для себе силу енергетичного балансу та знайдіть гармонію у повсякденному житті!

Усі права захищені.

Без письмового дозволу видавництва забороняється відтворення цієї книги повністю або частково будь-якими способами та в будь-якій формі, у тому числі в мережі Інтернет.

© О. Стоун, 2025

© В. Станіч, переклад, 2025

© ОВК, 2025

Зміст

<i>Вступ.....</i>	<i>5</i>
<i>Розділ 1: Основи енергетичної системи людини.....</i>	<i>16</i>
<i>Розділ 2: Коренева чакра (Муладхара).....</i>	<i>53</i>
<i>Розділ 3: Сакральна чакра (Свадхіштхана).....</i>	<i>62</i>
<i>Розділ 4: Чакра сонячного сплетіння (Маніпура).....</i>	<i>71</i>
<i>Розділ 5: Серцева чакра (Анахата).....</i>	<i>80</i>
<i>Розділ 6: Горлова чакра (Вішудха).....</i>	<i>90</i>
<i>Розділ 7: Третє око (Аджна).....</i>	<i>100</i>
<i>Розділ 8: Коронна чакра (Сахасрара).....</i>	<i>110</i>
<i>Розділ 9: Діагностика стану чакр.....</i>	<i>118</i>
<i>Висновок.....</i>	<i>124</i>

Літературно-художнє видання

Автор:

Олівія Стоун, астролог, таролог, громадський діяч, автор численних праць з езотерики, астрології тощо

«Чакри для початківців»

Простий путівник до енергетичної рівноваги

Підписано до друку 26.02.2025 р. Формат 60 x 90 1/16.

Папір газетний. Гарнітура Times New Roman.

Ум. друк. арк. 29,19. Обл.-вид. арк. 27,06.

Тираж 3000 прим. Зам. №164565. Ціна договірна.

Видавництво «ОВК»

02206, м. Київ, вул. Малишка Андрія, буд. 21, кв. 8,

тел. +38044-426-88-69, електронний ресурс: www.owk.com.ua

(Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції – серія ДК №4570 від 17.06.2013 року)

Віддруковано на власних потужностях Видавництва.

Типографія Видавництва «ОВК»:

04074, м. Київ, вул. Коноплянська, буд. 16 Б.