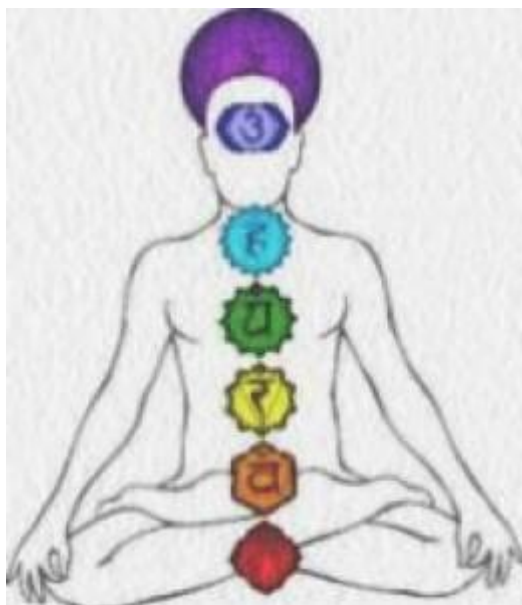


ČAKRY



Slovo **ČAKRA** pochází ze sánkrutu a znamená kolo nebo disk. Hinduistické texty, zabývající se prouděním energie v lidském těle, používají tento výraz pro centra v našem těle, která mají schopnost přijímat energii, určitým způsobem ji přetvářet a opět vyzařovat. **Čakry** nestojí samostatně, navzájem odděleny, naopak jsou propojeny sítí "kanálů", takže **kvalita fungování jedné z čaker se nutně odrazí i na ostatních.**

Tradičně se uvádí **SEDM HLAVNÍCH ČAKER**, umístěných nad sebou ve středu trupu. Zobrazují se jako lotosové květy, z nichž každý rezonuje o jiných frekvencích a odpovídá určité barvě duhy. Dále je pak **40 čaker vedlejších** a ostatní (cca 88 000) jsou menšího významu. Jednotlivé čakry se otáčejí buď doleva nebo doprava.

Čakry, které se u muže otáčejí doprava (ve směru hodinových ručiček), se u ženy točí doleva a naopak. Směr otáčení se také mění od čakry k čakře. První - základní čakra muže se otáčí doprava (ženy doleva), druhá čakra muže doleva (ženy doprava), atd. Pravotočivost a levotočivost čaker se střídají a tvarují muže a ženu rozdílným způsobem, což vede k doplňování energií v každé životní oblasti a k vyvážení jin a jang. Vědomosti o otáčení čaker se uplatňují při některých formách léčení (např. **AROMATERAPII A LÉČENÍ DRAHÝMI KAMENY** apod., kdy se napodobuje otáčivý pohyb čaker).

Někdy mohou být některé, většina, vyjíměčně všechny, **čakry blokovány**, což způsobuje, že životní energie nemůže volně proudit (u blokových čaker je jejich frekvence vibrací nízká a někdy až nezatelná). Tyto blokace mohou být nejčastěji způsobeny strachem, zklamáním, napětím, šokem a negativními vlivy na člověka z okolí. Tyto blokady lze **UVOLNIT** a čakry **HARMONIZOVAT** například tím, že čakry vystavíme vibracím energie

takových frekvencí, na kterých harmonicky fungující čakra bez jakýchkoli blokad kmitá naprosto přirozeně (takovéto frekvence vibrací se nacházejí například u drahokamů, eterických olejů, čistých zářivých barev, tónů apod.

Jakmile přichází do čaker vibrace, které jsou čistší a jejich frekvence vyšší než ty stávající, rozkmitají se čakry rychleji a blokády postupně mizí. Když se při tomto procesu očišťování uvolňuje z blokad zadržovaná energie, vstoupí jejich obsahy ještě jednou do našeho vědomí. Tak můžeme znovu zažít pocity, kterými byly blokády způsobeny - různé naše strachy, hněv i bolesti, také mohou nastat na přechodnou dobu akutní fáze některých chronických nemocí. Ponechte těmto reakcím volný průběh, nezasahujte do nich a nezkoumejte je. Nepotlačujte ani smích ani slzy. Jakmile se však blokády odstraní a čakry zharmonizují, vrátí se nám hluboká radost ze života, uvolnění a jasnost.

Existuje mnoho způsobů, **JAK ZJISTIT MOŽNOU BLOKACI** jednotlivých čaker. Nejjednodušší, spolehlivé a "snadno" proveditelné jsou tyto způsoby: kyvadlo, cítění rukama a pozorování aury. Pozorování aury však většinou není možné bez předchozího nácviku a tréninku a zatím ne každý dokáže auru vidět. Podobné je to i s "osaháváním" čaker rukama, kdy můžeme cítit sílu proudící energie. Nejvhodnější a nejjednodušší je tedy použití kyvadla. Harmonická čakra způsobuje velké kruhy, opisovány ve směru otáčivého pohybu čakry, nad narušenou čakrou kyvadélko opisuje kruhy malé nebo dokonce žádné.

DRAHÉ KAMENY nosíme v blízkosti čakry, kterou harmonizujeme nebo si připravujeme k pití "**kamennou**" vodu. (voda pramenitá, do které vhodíme kámen, který chcete, aby vás ovlivňoval, necháte nejméně 3 hodiny nabít na sluneční svitu, pijeme 3x denně hrnek)

BARVY používáme tak, že se **oblékáme do barev** té čakry, kterou právě harmonizujeme (zejména v místě, kde se na těle nachází), **konzumujeme potraviny** těchto barev (červená - řepa, jahody, oranžová pomeranč, mrkev, žlutá - ananas, žl. paprika, apod...), **pijeme barevnou vodu.**

Při práci na čakrách bychom si měli uvědomit, že se jedná o propojený systém.

„ROZHÝBÁNÍ“ JEDNÉ ČAKRY OVLIVNÍME I ČAKRY ZBÝVAJÍCÍ. Abychom předešli nežádoucím účinkům, ať je to přílišné utlačení jedné energie na úkor jiné, nebo naopak nekontrolovatelné projevy nadměrně vybuzené čakry, nezapomínejme na harmonizační cvičení. Ta mohou mít podobu vizualizace a sladění jednotlivých čaker, zpěvu matry "óm" - základního zvuku vesmíru nebo prodýchávání kanálu (středu páteře, respektive středu míchy), na němž jsou hlavní čakry umístěny a kterým proudí mezi čakrami energie.

Popis čaker, jejich funkce a možnosti, jak je harmonizovat

První čakra - Muladhara nazývá se též čakra kořene nebo základní čakra

Barva: červená

Element : Země

Smyslová funkce : čich

Základní princip: tělesná vůle - být

Části těla: vše pevné - tzn. kosti, zuby, páteř, nehty, tlusté střevo, prostata, stvorba krve, stavba buněk, konečník

Žláza: nadledvinky - prodují adrenalin a noradrenalin, které mají za úkol přizpůsobovat krevní oběh momentální potřebě. Tak je tělo připravené k akci amůže okamžitě reagovat požadovaným způsobem. Také mají vliv na vyrovnávání teploty v těle.

Vyživuje: tlusté střevo a pohybový aparát

Základní čakra nás spojuje s fyzickým světem. Dává sílu prosadit se a vytrvat.Převádí kosmické energie na těleno-pozemskou rovinu, zároveň proudí touto čakrou energie země do celého našeho systému. Působí na na budování existence, materiální zabezpečení a uchování si vlastního druhu rodiny. První čakra je životně důležitý základ a pramenvitální síly pro vyšší čakry. Poskytuje nám pevnou půdu pod nohama, na které si můžeme stavět náš život. První čakra by měla být v rovnováze se sedmou čakrou, abychom si udrželi svou vnitřní rovnováhu. Pokud čakra je otevřená a harmonicky funguje, zažíváme hluboké spojení se Zemí a jejími tvory, vitalitu, spokojenost, stabilitu a vnitřní sílu.Naopak při zablokování nebo uzavření čakry je tělesná konstrukce slabá a máme málo duševní síly.

Harmonická funkce

Je -li první čakra otevřená s a harmonicky funguje, zažíváte hluboké osobní spojení se Zemí a jejími tvory, spokojenost, vitalitu, stabilní a vnitřní sílu. Cítíte se být zařazení do přirozeného běhu života. Zažíváte zemi, kde můžeš dostat všeho co je zapotřebí - jídlo, bezpečí, ochranu,.... Tím se otvíráte zemi a vše co se vám dostává přijímáte s vděčností.

Disharmonická funkce

Při jednostranné dominaci nebo chybné funkci této čakry krouží vaše myšlení jen kolem materiálního vlastnictví a jistoty , stejně jako kolem smyslových požitků ... jídla, alkoholu, sexu. To co se vám líbí chcete také vlastnit, aniž by jsi přemýšleli o následcích. Zároveň vám může být velmi zatěžko otevřeně brát i dávat. Máte tendenci se pojistit. Neschopnost něčeho

se vzdát je nezdárka vyjádřena ve formě zácpy a tloušťky. V extrémních případech jednáte předrážděně a hněvivě, zuřivě či agresivně. Nesmírné prosazování vlastních přání.

Nedostatečná funkce

Při zablokované nebo uzavřené základní čakře je vaše tělesná konzistence slabá a máte málo duševní i fyzické síly na překonání čehokoliv. Mnoho věcí vám v životě dělá starosti. Možná máte také pocit, že ztrácíte půdu pod nohama nebo se cítíte zcela nepřítomeni. Proto vám život připadá jako břímě ne jako život.

Řeč těla:

Základní čakra je umístěna v oblasti křížové kosti, kostrče, konečníku, moč.měchýře, a pohlavního otvoru. Když se někdo necítí bezpečně nebo pociťuje úzkost, je běžné, že si tuto oblast chrání rukama nebo nohama. Obtočené nohy kolem sebe značí hlukokou nejistotu a nedostatek sebedůvěry. Tito lidé mají často obranné postavení, odmítají nové myšlenky, které by jim mohli otřást jejich vratkým životem. Nevyrovnanost také můžete vidět u lidí, kteří nejsou schopni klidně stát nebo posedět. Je to výraz jejich pocitu, že neumějí pevně stát na zemi. také oblasti, kde se v těle nadměrně ukládá tuk, vyjadřuje potřebu ochrany v těchto místech. Velký zadek znamená přání být ochraňován v bezpečí, silné nohy (hlavně u žen) slouží jako zátěž někomu, kdo tu ve skutečnosti nechce být a odráží nejistotu a přecitlivělost.

Nemoci spojené se základní čakrou

Zácpa, hemeroidy, zánět tlustého střeva, průjem, chladné neprokrvené prsty u nohou a rukou, frekvence močení, zánět močového měchýře, osteartóza kyčelního kloubu, ledvinové kameny, hypertenze, hypotenze, impotence, vrozené deformace chodidel.

Jak čistit a harmonizovat první čakru

Pozorováním krvavě rudého vycházejícího nebo zapadajícího slunce.

Účinky zvuků - je vhodná monotónní hudba se silným zdůrazňovaným rytmem.

Účinky barev - aktivuje se jasně svítící červenou barvou

Účinky drahokamů

Achát - podporuje vážnost, pevnost, vyrovnanost, pomáhá rozpouštět záporné emoce a chrání vnitřní podstatu člověka. Probouzí postoj úcty k vlastnímu tělu a působí stavebně na rozmnožovací orgány. Plátek řezaného achátu s jeskyňkou krystalickou uprostřed, poskytuje rostoucímu životu v tobě bezpečí a ochranu.(ať tělesnému nebo duchovnímu). Dodává důvěru, ulehčuje porod.

Hematit - dává pevnost, sílu, působí stavebně na tělo, mobilizuje skryté síly, pomáhá při stavech slabosti a podporuje uzdravování po nemoci.

Krvavý jaspis - zeleno-červený jaspis tě spojuje s elementární silou země. Učí nesobeckosti, skromnosti, posiluje krev, půjčuje vitalitu, stabilitu, trpělivost. Pročišťuje tělo a umožňuje, že si umíme ze síly a klidu vytvořit pocit bezpečí.

Granát - dává životní sílu, vůle, úspěch. Povzbuzuje sexualitu. Pomáhá při nemoci pohlavních orgánů, posiluje krevní oběh.

Červený korál - dodává životní sílu a energii, podporuje tvorbu krve, dává stabilitu a pružnost.

Rubín - energie, harmonie mezi tělesnou a duševní láskou, což přináší nové zážitky, čistí pleť

Účinky vůní

Hřebíček - olej hřebíčku pomáhá při uvolňování nahromaděné energie v základní čakře. Podporuje schopnost uvolňovat všechny úzkostně struktury vzniklé z ochrany a bezpečnosti, a otevřít se tak čerstvým energiím.

Cedr - vůně cedru spojuje se zemitými silami a podstatou přírody, dodává klid a bezpečí

Druhá čakra - Svadhisthana, nazývaná i sakrální čakra nebo centrum kříže

Barva : oranžová

Element : voda

Smyslová funkce: chuť

Základní princip: tvořivé rozmnožování bytí

Části těla: hýždě, rozmnožovací orgány, ledviny, močový měchýř, vše tekuté - míza, krev, sperma, trávicí šťávy

Vyživuje: střední trakt, ledviny, močově-pohlavní systém

Žlázy - varlata, vaječníky, prostata

Druhá čakra je centrum původních, nefiltrovaných emocí, sexuální energie a tvořivých sil. Je přiřazena elementu vody, ze kterého postává vše živé. Prostřednictvím této čakry máme přístup k oplodňujícím a vstřícným energiím, které pronikají přírodou. Zažíváme sebe jako část tvořivého procesu, který projevujeme skrze pocity a tvořivého jednání. Tato čakra je považována za sídlo Šakti, ženského aspektu boha, ve formě tvořivé rodící síly. U muže zahrnuje její působnost oblast pohlavních orgánů, které v sobě nesou impuls k tvoření nového života, avšak voda také odplavuje a očišťuje to se projeví v oblasti detoxikační a vyměšující. Na úrovni duševní po prožíváme jako uvolnění a odplavení pocitů.

Harmonická funkce

Harmonická funkce se projevuje v přirozeném splývání s proudem života a svými pocity. Jste vůči lidem a hlavně kůli druhému pohlaví přirození a otevření. Sexuální spojení s druhým člověkem je radost a láska v jednom.

Disharmonická funkce

Chybná funkce druhé čakry má svůj původ hlavně v období puberty. Probouzí se sexuální síly vyvolávající nejistotu. Někdy je to, ale také nedostatek něžnosti a tělesné blízkosti v dětství. Jiný možný následek tohoto přístupu je, že používáte sex jako drogu. To znamená, že jste správně nepoznali tvořivý potenciál těchto sil a použil je nesprávným směrem.

Nedostatečná funkce

Nedostatečná funkce vzniká ve většině případů již v dětství. Možná vám chyběli dotyky, mazlení a něžnosti. V pubertě jste deroucí se sexualitu zablokovali, potlačili. Možná to zapříčinila malá sebedůvěra. Toto potlačení má za následek nedostatek sebeúcty, neprůchodnost emocí a sexuální chladnost.

Řeč těla: Rozhodující oblast je křížová čakra. Představuje schopnost tvořit a mít prostor k tvoření. Položení rukou do oblasti podbříšku může být výrazem strachu z citového ranění a nebo odmítnutí. Tyto věci je třeba mít na paměti, když jednáme s někým, jehož řeč těla má vztah ke křížové čakře. Takový člověk potřebuje prostor spojený s nepodmíněnou láskou, aby se mohl plně projevit.

Nemoci spojené s křížovou čakrou:

Dráždivý tračník, menstruační cyklus, premenstruační syndrom, menstr. krvácení, cysty na vaječnících, endometrióza, nemoci varlat, nemoci prostaty

Jak čistit a harmonizovat čakru

Účinky přírody: Druhou čakru oživuje měsíční světlo, dotyk s čistou, průzračnou vodou i pohled na ni. Měsíc obzvlášť v úplňku, stimuluje pocity. Tiché posezení u čisté vodní hladiny, koupel v ní nebo pár doušků čistého pramene pomáhá očistit tvou duši a osvobodit ji od citových bloků a stresů, aby život mohl zase volně proudit.

Účinky hudby: K aktivování se hodí plynulá hudba, vzbuzující pocit nezkalené životní radosti. Ke zklidnění čakry naslouchejte zpěvu ptáků, zvuku tekoucí vody, vodotrysku, nebo meditační hudbu se zvuky přírody.

Účinky barev: Druhou čakru aktivuje jasná oranžová barva, která zprostředkovává oživující energii. Podporuje sebeúctu a vzbuzuje radost ze smyslových požitků.

Účinky drahokamů:

Karneol: Spojuje tě s krásou a tvořivou silou země. Pomáhá prožívat každý okamžik a posiluje koncentraci.

Měsíční kámen: otvírá vlastní bohatství pocitů. Zbavuje strachu a působí harmonicky na citovou rovnováhu. V tělesné rovině podporuje čištění mízního systému a u žen vyváženost hormonálního hospodářství.

Účinky vůní

Ylang ylang je jedno z nejznámějších afrodiziak. Otvírá se smyslovému vnímání. Jeho sladká vůně dává pocit bezpečí. Nahromaděné a zadržované emoce se rozplynou.

Santal: používá se na zlepšení sexuality. Povzbuzuje fantazii a probouzí radost z činnosti.

Třetí čakra - Manipura, nazývaná též čakra solar plexu, čakra sleziny, žaludku, jater, či čakra pupku

Barva: žlutá a zlatožlutá

Element: oheň

Smyslová funkce: zrak

Část těla: spodní část zad, trávicí systém, žaludek, játra, slezina, dutina břišní, žlučník, nervový systém

Žláza: slinivka břišní (játra), hrají důležitou roli při zpracování a trávení potravy.

Vyživuje: játra, slezinu, zažívací orgány

Třetí čakra je sídlem emocí - hněvu, strachu, viny, žárlivosti, sobectví, nezdravých tužeb. Je přiřazena elementu ohně, což znamená teplo, energie, aktivita. **Čakra** představuje naše centrum síly. Tudy přijímáme sluneční energii, která kromě toho vyživuje éterické vibrační pole a tím dodává vitalitu také tělu fyzickému a udržuje ho. **Třetí čakrou** vstupujeme do aktivního vztahu ke třetím lidem. Je to oblast, ze které vychází z našeho těla emoční energie. Odtud, jsou řízeny sympatie a antipatie, schopnost trvalých vazeb a mezilidské vztahy.

Čakra solar-plexu je také v přímém spojení s astrálním vibračním polem, nazývaným také polem přání či žádosti, které jsou nositelem našich emocí. Odpovídající funkci nalezneme na těl. úrovni u jater. Játra ve spolupráci s trávicím systémem analyzují přijatou potravu, nepoužitou oddělují a z použitelného získávají užitečné látky, které pak dodávají na příslušná místa. Čakrou vnímáme přímé vibrace ostatních lidí, když cítíme hrozící nebezpečí- čakra se stáhne, což je obranný mechanismus. Nenastává to, ale v případě, máme-li hodně světla v sobě, které vytváří kolem nás ochranný obal.

Harmonická funkce

Třetí čakra, když je otevřená a funguje harmonicky, máte v sobě pocit míru, vnitřní harmonie, jste spokojeni s postavením v životě. Můžete být sami se sebou vyrovnaní a zároveň respektujete přání a pocity druhých. Máte v sobě jas, který obklopuje i vaše tělo, chrání vás před negativními vibracemi a vyzařuje do vašeho okolí. Máte-li navíc otevřenu šestou a sedmou čakru, poznáváte, že vše viditelné je složeno z různých vibrací světla. Plní se ti vaše přání, protože jste úzce spjati se silou světla, co si přejete přitahujete jako magnet.

Disharmonická funkce

Při jednostranném vlivu nebo chybné funkci třetí čakry. Všechno má být podle vašeho názoru, chcete ovládat svůj svět, prosazovat svou moc a dobývat. Avšak cítíte, že jsi k tomu hnáni vnitřním neklidem a nespokojeností. Pravděpodobně jste zažili málo uznání a potvrzení sebe sama, proto jsi si nemohli vyvinout skutečnou sebeúctu, která se vám nedostávala a kterou teď hledáš ve vnějším světě. Chybí tu vnitřní uvolněnost, připadá vám těžké vypřahnout a uvolnit se. Také lehce vybuchnete, ve vaší podrážděnosti se projevuje mnoho hněvu, které jste během času spolykali bez dalšího zpracování.

Nedostatečná funkce

S nedostatečnou funkcí třetí čakry se cítíte často bez odvahy a poraženi. Všude vidíte překážky, které se vám stavějí do cesty. V dětství ze strachu, abys neztratili uznání vychovatelů, rodičů, učitelů, ... jste potlačili své pocity a spolkli jich víc, než jste dokázali zvládnout. V obtížných situacích máte houpavý strach v žaludku nebo jste nervózní, máte těkavé jednání. Neobvyklé zážitky vám přinášejí strach a neklid.

Řeč těla: solar plexus je čakra, která nejčastěji potřebuje ochranu, protože touto čakrou člověk vnímá změny vibrace v atmosféře, zvláště pokud se týkají emocí. Ruce překřížené na žaludku mohou znamenat rozvážnost, ale i , že je vám někdo nesympatický. V tomto případě ukazuje na potřebu ochránit se před člověkem.

Nemoci spojené se Solar plexem

Cukrovka, slinivka břišní, zánět slinivky břišní, nemoci jater, žlučové kameny, dvanácterníkový vřed, kýla, jícnový reflux, celiakie (tenké střevo), slezina

Jak očistit a harmonizovat čakru:

Účinky přírody: Sluníčko koresponduje se světlem, teplem, silou čakry solar-plexu. Pozorování ozářeného pole zralého obilí nebo řepky dá zážitek hojnosti a odezvu na teplo a sílu Slunce.

Účinky hudby: třetí čakra se aktivuje ohnivými rytmy. K její harmonizaci může být použita orchestrální hudba. Při hypeaktivitě je vhodná každá uvolňující hudba.

Účinky barev: třetí čakru posiluje aktivuje žlutá sluneční barva. Oživuje nervovou činnost myšlení, podporuje kontakt a výměnu s osotatními lidmi. Zabraňuje pocitu únavy, dává veselost, volnost, uklidňuje duševní problémy a onemocnění.

Účinky polodrahokamů:

Tygrí oko - podporuje vnější a vnitřní zrak. Zbystřuje rozum a pomáhá poznat vlastní chyby a těžít z nich.

Jantar - dává teplo, naději, radost, ukazuje jak život realizovat, propůjčuje šťastnou ruku při podnikání. V tělesné rovině očišťuje organizmus, vyrovnává trávicí systém, posiluje a čistí játra.

Topas - zlatožlutý topas tě naplňuje silou slunce, prohlubuje vědomí, bdělost, jasnost, radost živost. Zbavuje zatěžujících pocitů, temných myšlenek, což pomáhá při úzkostech a depresích. Posiluje a podporuje tělesné trávení.

Citrín - poskytuje pohodu, teplo, živost, jistotu a naději, pomáhá zpracovat životní zážitky a integrovat je do osobnosti. Přitahuje vnitřní a vnější hojnost, podporuje tě při ukutečňování cílů. V tělesné rovině podporuje vylučovat jedovaté látky, oživuje nervovou činnost.

Účinky vůní:

Levandule - levandulový olej uklidňuje a uvolňuje hypeaktivitu třetí čakry.

Rozmarýn - rozmarýnový olej je obzvlášť vhodný při nedostatečné funkci třetí čakry, oživuje a povzbuzuje, pomáhá překonávat lenost a podporuje připravenost k jednání

Bergamont - vibrace tohoto oleje, připravovaného z plodů stromu bergamont, v sobě mají mnoho světla. Jeho vůně posiluje životní energie. Dodává sebedůvěru a sebejistotu.

Čtvrtá čakra - anaháta, nazývaná také čakra srdce

Barva: zelená, růžová, zlatá

Element: vzduch

Smyslová funkce: hmat

Základní princip: odevzdanost

Část těla: srdce, horní část za s hrudníkem, hrudní dutina, spodní část plic, krev, krevní oběh, kůže

Žláza - brzlík - reguluje růst řídí mízní systém v těle. Povzbuzuje a posiluje imunitní systém.

Vyživuje: srdeční a cévní systém, hrudní koš, páteř a ruce

Čakra srdce vytváří střed systému čaker. V ní se spojují tři spodní fyzicko-emoční centra se třemi horními duchovními. Jejím symbolem je šestiúhelník. Elementem je vzduch a smyslem

hmat, což naznačuje nestálost srdce, kontakt, dojetí, přijímání dotyků. Nacházíme zde schopnost vcítovat se, soucítit, naladit se na druhé, prožívat. Úloha čakry je sjednocení skrze lásku. Každá touha po kontaktu, po splnutí, harmonii a lásce se projevuje prostřednictvím čakry srdce. Ve své očistěné formě je srdce centrem opravdové lásky, které není možno mít či ztratit. Každým záporom vytváříme oddělenost a negativitu. Potitivní "ano" naproti tomu vytváří vibrace, ve kterých se negativní pocity nemohou udržet a mizí.

Harmonická funkce

Je-li čakra srdce dokonale otevřená a působí v harmonii s ostatními čakrami, stáváte se prostředníkem lásky. Vibrace dokáží přeměňovat tvůj svět, sjednocovat a usmiřovat. Vyzařujete teplo, lásku a energii, což otvírá srdce ostatních, navozuje důvěru a dává radost. Soucit a ochota jsou pro vás samozřejmostí.

Disharmonická funkce

Chybná funkce čakry se může projevovat různým způsobem. např. rádi byste dávali a byli byste tu vždycky pro druhé, nejste však spokojeni se zdrojem lásky. Nebo se cítíte mocní a silní a dáváte tuto sílu jiným, ale nejste schopni přijímat lásku, otevřít se, abyste ji mohli pojmout. Říkáte si možná, že lásku druhých nepotřebujete.

Nedostatečná funkce

Nedostatečná funkce srdce vás dělá lehce zranitelnými a závislými na lásce a náklonnosti ostatních. Když jste odmítnuti, cítíte se hluboce zasaženi, obzvláště pokud jste se jednou otevřeli. Pak se uzavřete do ulity a jste smutní.

Řeč těla: Děti, které se často postaví do rohu místnosti s rukama překříženými rukama na prsou chrání své bolavé srdce. Tento zvyk si nesou až do dospělosti, projevují se tak, kdykoliv potřebují útěchu. Dotyk se stal z jednou z nejdůležitějších prvků doplňkových terapií, protože bohužel v dnešní době je mnoho lidí, kterých se po dlouhá léta nikdo nedotkl nebo je nikdo nepohládl.

Jak očistit a harmonizovat čakru

Účinky přírody: Každá tichá procházka v nedotknuté přírodě, každý květ přináší poselství lásky - obzvláště růžové květy.

Účinky zvuků: každá klasická hudba

Účinky barev: zelená barva nás povzbudí, navozuje sympatie, pocit míru. Jemné vibrace růžové barvy uvolňují zatvrdliny v těle. Vzbuzuje pocit lásky a něhy.

Účinky drahokamů:

Růžový křemen - něžný růžový křemen podporuje jemnost, něhu, lásku, obklopuje duši láskyplnými vibrace, které léčí rány srdce, vzniklé hrubostí, tvrdostí, nepozorností. Tvá duše se může dále otevírat lásce a lásku dávat.

Turmalín: růžovo-červený turmalín tě vyvádí z příčin zúžených pocitových struktur, otevírá se a rozšiřuje srdce. Léčí .

Kuncit - podporuje přímočarost, přivádí tě na cestu dokonalé lásky

Smaragd - je to kámen všeobjímající lásky, posiluje a harmonizuje lásku, dává klid a harmonii, přitahuje léčivé síly.

Nefrit ,Jadeit - přináší mír, harmonii, moudrost srdce, spravedlnost, skromnost, uklidňuje srdce, pomáhá při neklidu, podporuje klidné sny

Účinky vůní: . Růžový olej - jeho něžné láskyplné srdce hojí rány srdce. Povzbuzuje a zjemňuje smyslné radosti.

Pátá čakra - Višuddhi, nazývá se také krční čakra nebo komunikační centrum

Barva: světle modrá, stříbrná a zelenavě modrá

Element: éter

Smyslová funkce: sluch

Základní princip: rezonance s Bytím

Části těla: oblast krku (šíje), týlu, spodní partie čelisti, uši, ústrojí hlasu, hrtan, horní část plic, paže, průdušky.

Žláza : štítná žláza - hraje významnou roli při růstu kostry a vnitřních orgánů. Stará se o vyváženost mezi tělesným a duchovním růstem a reguluje látkovou výměnu, tím také způsob a rychlost, jak přeměňuje výživu v energii a jak tuto energii spotřebováváme. Reguluje výměnu jódu a hospodaření s vápníkem v krvi a tkáních.

Vyživuje: dýchací orgány, krk, orgány sluchového aparátu, kůži

V čakře se nachází centrum lidských vyjadřovacích schopností, komunikace a inspirace. Je spojeno s menší vedlejší čakrou týl. Tyto dvě čakry bývají považovány za jedinou. Svoji funkcí je čakra týlu tak úzce spjata s krční čakrou, že ji lze opravdu spojit s pátou čakrou. Pátá čakra vytváří spojení spodních čaker s čakrami hlavy. Slouží jako most mezi naším myšlením a cítěním, mezi našimi impulsy a reakcemi na ně, propojuje obsahy všech čaker s naším světem. Přes krční čakru vyjadřujeme vše smích , pláč, pocity, radosti strachu, vzteku, lásky, přání, myšlení, myšlenky, názory a vnímání našeho světa. Komunikace našeho vnitřního života s vnějškem je prostřednictvím mluveného slova, gesty, mimikou, uměleckými projevy (tanec, kreslení, hudba,..)

Harmonická funkce

Úplně otevřenou krční čakrou vyjadřujete otevřeně a bez obav své pocity, myšlenky a vnitřní poznatky. Jste schopni ukázat svoji sílu i slabost. Vaše vnitřní upřímnost vůči sobě samému i ostatním se projevuje v přímosti vašeho jednání. Máte schopnost vyjádřit tvořivě sebe sama s celou svou osobností. Avšak také umíte mlčet, je-li to zapotřebí. Máte také dar naslouchat druhým, naslouchat srdcem. Váš hlas je plný a příjemný. Nenecháváte se příliš ovlivňovat jinými lidmi. Naopak si zachováváte svou nezávislost a svobodu. Z vaší vnitřní nezávislosti a ze svobodného projevu celé vaší bytosti vám vzniká hluboká radost a pocit plnosti a integrity.

Disharmonická funkce

Když jsou blokovány energie krční čakry, je rušeno porozumění mezi hlavou a tělem. Bude vám zatěžko reflektovat své vlastní pocity a projevujete své zadržované emoce často v nepromyšleném chování, anebo se uzavřete ve své intelektualitě. Místo toho se pokoušíte vše zakrýt gesty a mnohými slovy, za kterými skutečně skrýváte svou skutečnou podstatu.

Vaše řeč je buď neuhlazená a hrubá, nebo spíše věčná a studená. Možná i koktáte. Váš hlas je poměrně silný, vaše slova, ale nemají hlubší význam. Nesnesete, abyste působili dojem slabocha a pokoušíte se stát za každou cenu silným. Tak se dostáváte pod velký tlak. Výsledek je ten, že se schováváte do krunýře, vystrčíte ramena a schováte hlavu mezi ně, aby jste se tak ochránili před další možnou zátěží nebo novým útokem.

Disharmonická čakra je také u lidí, kteří zneužívají svá slova k manipulaci druhých lidí. Tvé vnitřní poznání se neodvažuješ nikomu ukázat a projevovat ho. Toto poznání se, ale někdy domáhá projevu, můžou tak vzniknout básně, obrazy, písně.

Nedostatečná funkce

Při nedostatečné funkci páté čakry upadáte do těžkostí, jak se projevit, vyjádřit, představit. Držítete se zpátky, jste spíše plašší, tichounčí, uzavření, nebo mluvíte jen o nedůležitých věcech.

Když se musíte projevit máte jakoby knedlík v krku a váš hlas je stísněný. Ještě častěji než v disharmonické funkci zde častěji nacházíme koktání. Jste vůči ostatním lidem nejistí a obáváte se jejich soudu. Proto se orientujete na jejich mínění a často nevíte co chcete. Nemáte přístup k vaší duši a jejím poselstvím a ani důvěru ve své intuitivní síly. Když se pátá čakra nerozvíjí během života, nastává celkové ztuhnutí. Tebou vymezený rámec bytí, uvnitř kterého trávíte život a vyjadřujete svůj potenciál, je velmi úzký, jedinou realitu považujete vnější svět.

Řeč těla: Stáhlo se mi hrdlo, Mám v krku knedlík, zadrhnutí hlasu, když se narazí na něco nepříjemného. Sklon k červenání. Lidé, kteří nechtějí přijmout nové myšlenky nebo nemají rádi změny, nosí oděvy těsně ke krku nebo mají vysoký límec, šátek, šálu. Do oblasti krční čakry patří také uši, lidé, kteří si dávají ruce přes uši, když něco povídáte, tím říkají mnoho o své neochotě naslouchat.

Nemoci těla: Astma, zvýšená činnost štítné žlázy, bolesti v krku, záněty krční mandlí, sluchové potíže, ušní šelesti, horní cesty trávicí soustavy, afty, zuby, mentální anorexie, roztoušená skleroza.

Možnosti čištění a aktivování páté čakry

Účinky přírody: Jasná a průhledná modrá barva nebe vyvolává rezonanci v tvé krční čakře. Abyste mohli plně vnímat lehněte si v přírodě a pozorujte modrou oblohu. Pocítíte jak vaše úzkosti a fixace se postupně v krční čakře a jejím dosahu uvolní.

Zrcadlení modrého nebe na vodní hladině působí na tvé pocity osvobozujícím dojmem. Tiché šplouchání vln bude přinášet poselství tvých skrytých emocí.

Účinky zvuků: Hudba a zpěv na horní harmonické tóny, sakrální a meditativní zpěv působí na krční čakru oživujícím dojmem. Největší účinek na harmonizaci a uvolnění páté čakry má hudba New Age s dozvukem (ozvěnou).

Účinky barev: 5. čakře přináší jasná modrá barva. Tato barva dává klid a otevírá duchovní inspiraci.

Účinky drahokamů

Akvamarín - světle modrá barva akvamarínu má povzbuzující účinek na duši. Podporuje komunikaci s vnitřním já a přináší světlo a jasno do duše. Vlivem akvamarínu se duše stává místem nesobecké lásky a léčivé síly. Jeho vlny dodávají duši čisotu, svobodu a šířku.

Tyrkys - pomáhá vyjadřovat duchovní idee a poznatky a integrovat je do života na Zemi. Přitahuje pozitivní energie a chrání tělo i duši před negativními vlivy.

Chalcedon - působí pozitivně na štítnou žlázu. Má uklidňující účinek na stav mysli, působí proti podrážděnosti a přecitlivělosti. Svým uklidňujícím vlivem otevírá cestu k vnitřní inspiraci a podporuje schopnost sebevýrazu slovem a písmem.

Účinky vůní

Šalvěj - čerstvá trpká vůně šalvěje vysílá léčivé vlny do oblasti řeči. Uvolňuje ztuhliny v krční čakře, aby naše slova zněla harmonicky a zvučně a mohla zprostředkovávat úmysl naší duše co nejlépe.

Eukalyptus - Čerstvá vůně eukalyptového oleje dodává jasnost a šířku. Jeho vlny nás otevrou pro vnitřní inspiraci a dodávají našemu výrazu původnost a kreativitu.

Šestá čakra - Adžňa, čakra čela, také nazývaná třetí oko, oko moudrosti, vnitřní oko nebo příkazová čakra

Barva. indigově modrá, také žlutá a fialová

Smyslová funkce: všechny smysly, také nadsmyslové vnímání

Základní princip: poznání bytí

Části těla: obličej, oči, uši, dutiny, centrální nervový systém, malý mozek

Žláza: podvěsek mozkový (hypofýza) - svojí činností ovládá funkci všech ostatních žláz. Zajišťuje harmonickou souhru všech žláz.

Vyživuje: orgány hlavy, kromě toho je spojena s meridiány močového měchýře a střevního traktu

Úkol a funkce šesté čakry

Šestou čakrou se dovršuje vědomé vnímání bytí. Je to sídlo vyšších duchovních sil, intelektuálních schopností rozlišování, paměti, vůle. Na tělesné rovině nejvyšší řídicí centrum centrálního nervového systému. Vlastní barva je indigově modrá, žlutá, fialová, tyto barvy poukazují na rozdílné funkce na různých úrovních vědomí.

Každé realizace v našem životě předcházejí myšlenky a představy, které mohou vycházet buď z podvědomých emočních vzorů, nebo může být jejich zdrojem poznání skutečnosti.

Šestá čakra je v našem životě sídlem uvědomovacích procesů, můžeme tak vytvářet nové reality a staré rušit. Obvykle však probíhá proces automaticky, většina myšlenek, které určují náš život, je ovládána našimi zafixovanými emočními reakcemi a je programována našimi i cizími soudy a předsudky. A tak je často náš duch, sluhou emocemi nabitých myšlenek, které nás mohou částečně ovládat. Vývojem a postupným otevíráním našeho vědomí můžeme tento proces stále více ovládat.

Harmonická funkce

Čakra funguje harmonicky i když není zcela otevřená. Projevuje se to v bystrém rozumu a duševních schopnostech. Znakem částečně otevřené harmonicky fungující čakry může být jak komplexní pohled na určité vědecké bádání, tak poznání hlubokých fylozofických pravd. Pravděpodobně máš také dobře vyvinutu schopnost vizualizace a chápeš mnohé souvislosti intuitivně. Tvůj duch je soustředěný a otevřený mystickým pravdám. Možná někdy pozoruješ, že se tvoje myšlenky a představy spontálně uskutečňují.

Disharmonická funkce

Nejčastější projev této čakry je zatížení hlavy. Jste člověk, který žije výlučně svým intelektem a rozumem. Tím, že se pokoušíte řídit rozumem, platí pro vás jen takové pravdy, které zprostředkovává vaše racionální myšlení. Vaše intelektuální schopnosti jsou možná opravdu výrazné a máte dar bystře analyzovat, avšak chybí vám celkový pohled a schopnost integrace do kosmické sounáležitosti.

Platí jen to, co je rozumem pochopitelné a vědeckými metodami ověřitelné a dokazatelné. Vnitřní duchovní poznání odmítáte jako nevědecké a nerealistické. Mezi projevy disharmonické čakry spadají také pokusy, jak působit na druhé lidi za účelem demonstrace, vlastní moci nebo uspokojení vlastních myšlenek. V takovém případě bývá ještě obvykle porušena čakra solar-plexu a málo rozvinutá čakra srdce a čakra temene hlavy.

Další účinek špatně vedené energie v šesté čakře se projeví, je-li narušena první čakra a ostatní čakry jsou zablokované. Pak se může stát, že máte sice přístup k rovinám vnímání, ale nerozeznáte však opravdový význam vnímaných obrazů a informací.

Nedostatečná funkce Je-li tok energie šestou čakrou výrazně omezen, je pro vás jedinou opravdovou skutečností vnější viditelný svět. Váš život zaručují materiální přání, tělesné potřeby a neovladatelné emoce. Duchovní diskuze jsou pro tebe namáhavé a neužitečné. Duchovní pravdy odmítáte pouze jako doměnky anebo nesmysly bez praktického významu. Vaše myšlení se orientuje podle předvládajícího mínění ve společnosti. V náročných situacích pak lehce ztrácíte hlavu. Možná býváte také zapomětlivý Poruchy zraku, které bývají s nedostatečnou funkcí čakry spojeny, jsou upozorněním, aby ses dívali více dovnitř a poznali i ty oblasti, které jsou pod viditelným povrchem.

Řeč těla: obvyklým znamením, že je někdo citlivý na to, aby se viděl takový, jaký doopravdy je, jsou černé brýle, vlasy spadající přes oči zakrývající si oči rukama. V podstatě se lidé ukrývají, protože jsou přesvědčeni, že ve vnějším světě nejde dosáhnout harmonie. Tito lidé jsou citliví na kritiku, když se k nim přiblížíte. Vyhýbají se očnímu kontaktu, dívají se do země. Potřebují být ujištěni, že je s nimi vše v pořádku a že se nemusí dále schovávat, že je máte rádi.

Nemoci spojené s třetím okem:

Tlakové bolesti hlavy, migréna, problémy s viděním, krátkozrakost, dalekozrakost, zelený zákal, skvrny v zorném poli oka, zánět horních cest dýchacích a potíže s dutinami, výtok z nosu, zánět vedlejších nosních dutin

Jak očistit a harmonizovat čakru

Účinky přírody: šestou čakru stimuluje pozorování temně modré noční oblohy plné hvězd. Tento zážitek otevírá ducha pro nekonečnou šířku a hloubku projeveného Stvoření.

Účinky zvuků: všechny zvuky, které otevírají a zklidňují tvého ducha a vyvolávají obrazy nebo pocity kosmické hloubky jsou vhodné k harmonizaci a oživení šesté čakry. např. skladba v hudbě New age. Tímto způsobem také působí některá klasická díla např. J.S. Bach.

Účinky barev : otevření a vyjasnění šesté čakry prohlubuje temně modrá barva (indigo). Dává vnitřní klid, jasnost, a hloubku, posiluje a uzdravuje smysly a otevírá je jemnějším úrovním vnímání.

Účinky drahokamů

Lapis lazuli - dává hloubkovou radost ze zázraku života a vesmíru. Zprostředkovává duši zážitek z kosmu a otvírá ji věčnému životu. Vede tvého ducha do nita, umocňuje jeho sílu a pomáhá k poznání vyšších souvislostí.

Indigově modrý safír - otvírá ducha kosmickému vědění a věčným pravdám. Přináší hledající duši jasno na duchovní cestě.

Sodalit - rozjasňuje rozum, vede ho k hlubokým myšlenkám. Dává mírnost a posiluje nervy. Pomáhá odstraňovat zavedené způsoby myšlení. Dává důvěru a sílu zastávat vlastní názory a přináší ideje a poznatky do běžného života.

Účinky vůní:

Máta peprnná - osvěžující vůně máty uvolňuje blokády v oblasti šesté čakry a pomáhá při odstraňování starých omezených myšlenkových struktur. Posiluje sílu koncentrace.

Jasmín - jemnou květinovou vůni jasmínu se otvírá náš duch obrazům a vizím, které v sobě nesou poselství hlubších pravd. Vibrace jasmínové vůně zjemňují vnímání a spojují energie šesté čakry s energiemi čakry srdce.

Sedmá čakra - Sahasrára - také korunní čakra, čakra temene hlavy

Barva: fialová, bílá, a zlatá

Základní princip: Čiré Bytí

Části těla: velký mozek

Žláza: šišinka mozková (epifýza) - vlivy nejsou jednoznačné. S největší pravděpodobností působí na celý organismus.

Vyživuje: mozkové žlázy

Úloha a funkce sedmé čakry

Sedmá čakra je sídlem nejvyšší dokonalosti v člověku. Podobně jako jsou obsaženy v bílé barvě všechny barvy, obsahuje nejvyšší čakra všechny energie nižších center. Sedmá čakra je výchozím bodem pro projevy energií všech ostatních čaker. Je to místo odkud začala naše cesta životem, sem se vrátíme na konci našeho vývoje. Naše osobní pole energií splývá s polem energií Universa. Co jsme zprvu chápali intelektem a později intuicí, je nám nyní zcela jasné. Rozvíjením sedmé čakry se také uvolňují poslední blokády v ostatních čakrách a jejich energie začínají kmitat na nejvyšších pro ně možných frekvencích.

Harmonická funkce

V sedmé čakře nedochází k blokádám ve vlastním slova smyslu, může být pouze méně či více vyvinuta. Když se začíná korunní čakra otevírat, budete zažívat stále častěji okamžiky, při kterých bude mizet oddělenost vašeho vnitřního bytí a vnějšího života. vaše vědomí bude dokonale ztišené a široké a v tomto klidu zažijete svou vlastní podstatu jako všudypřítomné bytí. S postupným rozvíjením sedmé čakry nastanou tyto okamžiky stále častěji a poté přejdou v trvalou skutečnost.

Projevy uzavřené sedmé čakry

Bez otevření sedmé čakry budete mít stále pocit oddělenosti od plnosti bytí, stále nebudete zcela zbaveni pocitu strachu. Tímto strachem se bude udržovat poslední zbytek blokády ve vašich čakrách. Nemohou se rozvinout do celé své šíře svých možností, jednotlivé energie nevibrují v plném souladu a tím ani v harmonii se sebou navzájem.

Řeč těla: Naprosté zoufalství člověk vyjadřuje tím, že si položí ruce na temeno. Cítí, že mu chybí spojení se životem a je ztracen. Tito lidé potřebují milující vedení, které by jim pomohlo světlo znovu získat. Lásku, lásku, lásku.

Nemoci spojené s korunní čakrou:

Deprese, parkinsonova nemoc, schizofrenie, epilepsie, senilní demence

Možnosti čištění a aktivování sedmé čakry

Šířka a neohraničenost, blízkost nebe a uvolnění se od událostí tvého osobního života.

Účinky zvuků: hudbou korunní čakry je ticho. V tichu je celá naše bytost vyjimečně bdělá a vnímavá. Vhodná je, ale každá hudba, která navozuje příjemnou atmosféru.

Účinky barev: korunní čakru rozšiřují a otevírají fialová a bílá

Účinky drahokamů

Ametyst - dává živý klid, ve kterém zanikají všechny strachy a disharmonie, budí důvěru a odevzdanost vůči silám Universa. Podporuje meditaci a inspiraci..

Křišťál - vede člověka k celistvosti, která v sobě harmonicky sjednocuje pestrou mnohovárnost života. Přináší jasnost a světlo ducha i duši, podporuje duchovní poznání. Pomáhá duši splynout s duší Universa. Uvolňuje blokády a dává novou energii.

Účinky vůní:

Kadidlo - jeho vůně povznáší ducha i duši a čistí atmosféru. Nechává zapomenout na každodennost, prohlubuje schopnost víry.

Lotos - vůně lotosu vede vnímavou a připravenou duši na cestu k jednotě s Bohem.