

@daria_danilovich

ЧАКРЫ ЧЕЛОВЕКА

их значение





@daria_danilovich

ОБО МНЕ

Даша, мама двоих детей

2 года жила в Ченнаи, Индия, где впервые познакомилась с гармонией физических нагрузок и полного расслабления.

С тех пор на протяжении 8 лет практикую йогу.

Сейчас живу в Швейцарии, получила международный сертификат «Om Yoga Health Society» и преподаю new yoga в Женеве.

Будучи мамой, я понимаю важность отдыха, расслабления и гармонии с собой.

На своих занятиях преподаю «мягкую» йогу, которая благоприятно влияет на душевное спокойствие и физическое состояние тела.

ЧАКРЫ это особые энергетические центры в энергоструктуре человека, которые отвечают за поглощение необходимых организму спектров энергии и информации из окружающего пространства, а также за вывод (выделение) энергии и информации из организма человека.

То есть через чакры человека происходит энерго-информационный двусторонний обмен с окружающей средой.

Чакры фильтруют и поставляют в организм из окружающего энергетического хаоса необходимые объемы энергии в своих спектрах частот (каждая чакра работает в своем частотном диапазоне и в своей индивидуальной кодировке), а также выводят из организма человека избыточную, отработанную или информационно-кодированную (для связи с другими) энергетику.



Первая чакра

МУЛАДХАРА

(корневая чакра)

Цвет: красный.

Кристаллы: рубин, гранат, обсидиан.

Расположение: основание позвоночника.

Первая чакра называется Муладхара (иногда её также называют корневая чакра либо нижняя чакра). Она связывает тело человека с Землей. Чакра Муладхара отвечает за то, что человеку нужно в первую очередь, чтобы выжить: еда, вода, тепло, убежище, защита, одежда. Продолжение рода также относится сюда.

Для того, чтобы эта чакра была в здоровом состоянии, вам необходимо найти такое место в природе, где вы чувствовали бы себя хорошо. Одним людям нравятся горы, другим цветущие сады, кому-то нравятся большие каньоны, а кому-то озеро и лес. Есть такие люди, которые чувствуют себя хорошо только в городе. Одним словом, вам нужно общаться с природой, которая вам по душе.

Если человек не может обеспечить себя вещами первой необходимости (еда, вода, жилье, одежда и т.д.), то он сразу же почувствует на себе влияние чакры Муладхара. Этот человек попросту не сможет больше сконцентрироваться ни на чем другом. В том числе он не сможет заниматься другими чакрами. Решение этой проблемы очевидное: нужно уравновесить это стремление к выживанию.



ВТОРАЯ ЧАКРА

СВАДХИСТАНА

(сексуальная чакра /
половая чакра)

Цвет: оранжевый.

Кристалл: сердолик, янтарь.

Расположение: область таза.

Чакра Свадхистана отвечает за то, на сколько вы удовлетворены в жизни. Если первая чакра ограничивается выживанием, то здесь вы должны получать удовольствие от какого-то процесса.

Свадхистана жаждет как можно больше удовольствия и наслаждения. К такому образу жизни можно легко привыкнуть: наркотики, алкоголь, табак, секс и т.д. Но вы не должны позволять вашей второй чакре поглощать всю вашу энергию.

Проблема в том, что в момент наслаждения вы «теряете голову». Все, что нужно сделать, это осознавать каждое мгновение удовольствия. Если же вы заметили, что у вас не все хорошо со второй чакрой, но при этом ничего не будете предпринимать, то поиск удовольствий в жизни никогда не закончиться и ни к чему не приведет.

Есть простой способ узнать, что чакра Свадхистана находится не в уравновешенном состоянии. Обратите внимание на свою привлекательность. Если вы считаете себя от природы привлекательным и вам не нужны другие методы, чтобы улучшить свою внешность, то, скорее всего, у вас все в порядке со второй чакрой. Также обратите внимание на чувства ревности и зависти. Они являются сигналами к неправильной работе Свадхистана и если при этом у вас плохо работает первая чакра, то эти чувства будут усиливаться.



Третья чакра

МАНИПУРА

(солнечного сплетения)

Цвет: желтый.

Кристалл: сянтарь, желтый турмалин, цитрин и топаз.

Расположение: солнечное сплетение.

Чакра Манипура отвечает за силу и уверенность в себе, за самоконтроль и самодисциплину. Одно из самых важных свойств данной чакры – способность выбирать. Она помогает вам сказать «да», когда вы согласны, и «нет», когда не согласны с чем-то.

Благодаря хорошей работе этой чакры вы сможете не поддаваться влиянию других людей и действовать на свое усмотрение, что дает нам в жизни важную вещь – свободу.

Когда мы говорили о предыдущих двух чакрах, то выяснили, что для первой будет достаточно просто выжить в этом мире, для второй – насладиться, для третьей же важно, чтобы человек постоянно развивал свою дисциплину и самоконтроль.

Если у человека не уравновешена третья чакра Манипура, то в его жизни могут часто происходить энергетические конфликты, в которых он, якобы, получает некоторую часть жизненной энергии. Если человек занимается в жизни не тем, что ему нравится, то, скорее всего, можно заметить, как у этого человека неправильно работает чакра Манипура. Ведь он подчиняется воли другого человека и делает не то, что требует его собственное сердце.

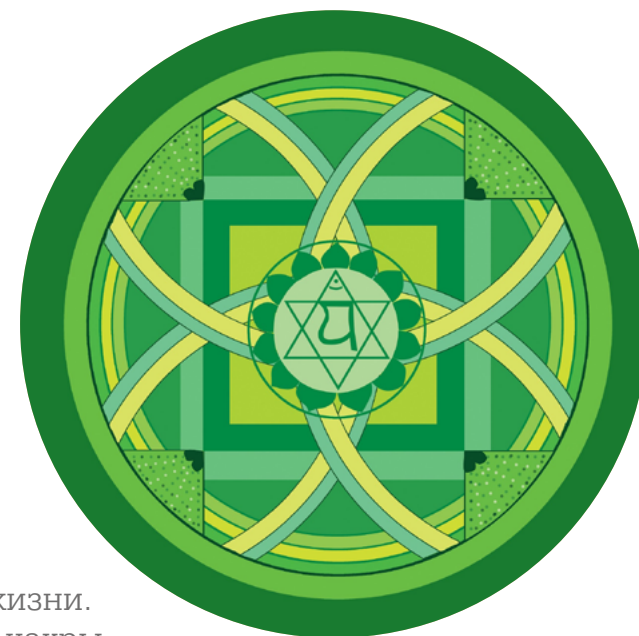


ЧЕТВЕРТАЯ ЧАКРА АНАХАТА (сердечная чакра)

Цвет: зеленый.

Кристалл: авантюрин, розовый кварц.

Расположение: сердце.



Четвертая чакра Анахата отвечает за то, чтобы в вашей жизни была Любовь.

Пробудить в своем сердце любовь - одна из самых важных целей в человеческой жизни.

Чакра Анахата - это средняя чакра на теле человека, которая отделяет три низших чакры, от трех верхних. Это первый энергетический центр человека, который направлен не на личную энергию, а на попытку стереть грань между людьми в мире и ощутить единство природы.

Сердце является тем местом, которое связывает ваше эго и вашу духовную жизнь.

Если у вас порой наступают моменты, когда вы, чувствуя полную гармонию, начинаете совершать добрые поступки, то это можно назвать первым пробуждением четвертой чакры любви.

Вызывая у себя состояние гармонии, радости, любви к окружающим, вы тем самым притягиваете к себе все больше людей, у которых вызываете подобные состояния. Если же четвертая чакра неуравновешенная, то вам будет сложно отказать другому человеку и вы начнете потакать требованиям окружающих, что не всегда будет лучше для вас. Вас могут преследовать чувство вины и стыда, которые нельзя отнести к позитивным чувствам.

Чтобы перейти на уровень выше от третьей к четвертой чакре, вам понадобится немало времени и сил. Вы должны будете развить в себе любовь к жизни и осознать, что мир устроен как одно целое.



Пятая чакра

ВИШУДДХА

(СГОРЛОВАЯ ЧАКРА)

Цвет: небесно-голубой.

Кристалл: целестин, аквамарин, хризопраз.

Расположение: шея.

Пятая чакра Вишуддха отвечает за ваши созидательные способности. У каждого человека заложен определенный творческий дар, талант. Однако, не все люди открывают его для себя и, соответственно, не пользуются в полной мере.

Выполняя творческую работу, человек чувствует вдохновения и радость от своего занятия. Кроме того, человек пользуется своей пятой чакрой в момент решения каких-либо задач. Иногда решение приходит вам в голову спонтанно. Такие моменты называют моментами озарения.

Если открытие и нормальное функционирование пятого центра говорит о том, что человек осознал свою уникальность и неповторимость, осмыслил свои знания об окружающем мире и привел их в свою истину, то есть и обратная сторона. Неуравновешенность центра можно заметить, когда человек намеренно пытается противостоять чужому мнению. Если кто-то высказывает свой взгляд на определенные вещи, то такой человек обязательно скажет: «Нет, ты не прав. Я прав.»

Также о нарушении работы чакры Вишуддха может говорить ситуация, в которой человек не может высказать свое мнение, потому что считает, что оно не правильное либо никому не интересно.



Шестая чакра

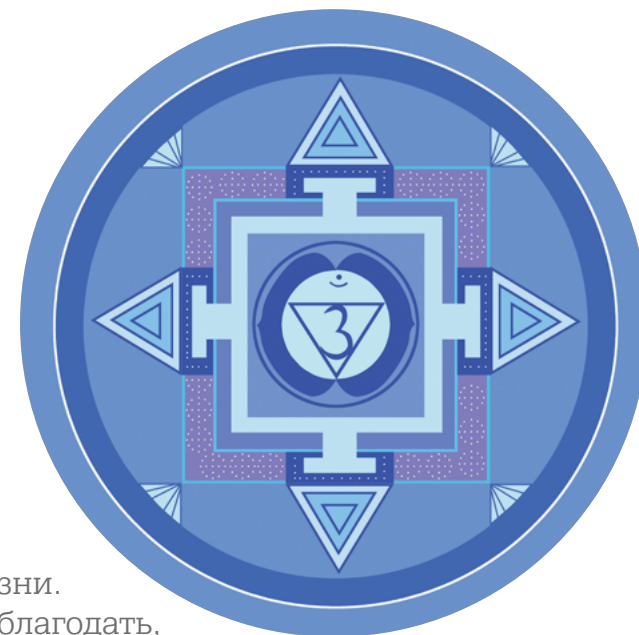
АДЖНА

(чакра третий глаз)

Цвет: синий.

Кристалл: флюорит, индиговый турмалин.

Расположение: лоб, точка над переносицей.



Шестая чакра Аджна отвечает за ваши фантазии и воображаемый мир.

Её пробуждение происходит, когда вы стремитесь понять тайны мира и смысл жизни.

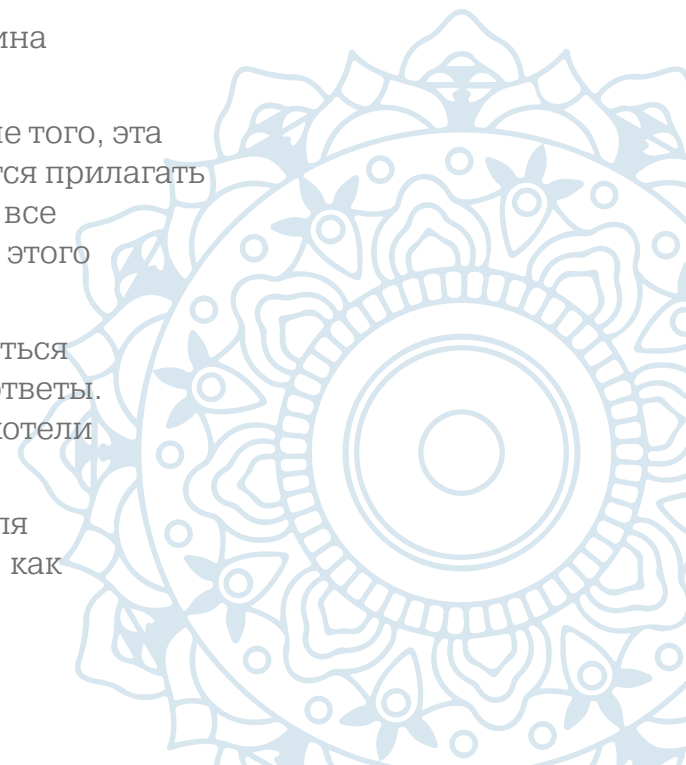
Чакра Аджна отвечает за то, чтобы в вашей жизни присутствовало вдохновение и благодать, которые позволяют вам уйти от реальности повседневной жизни.

Для того, чтобы привести в порядок шестую чакру, вам понадобится творческая дисциплина и духовная зрелость.

Правильная работа чакры Аджна приносит в вашу жизнь гармонию и наслаждение. Кроме того, эта чакра влияет на интуицию человека. Доверяя ей, вы заметите, что вам больше не требуется прилагать усилий для того, чтобы осуществить что-то задуманное в жизни. Вам может казаться, что все ситуации подстраиваются под вас и вы появляетесь в нужное время в нужном месте. Для этого придется пройти сложный и кропотливый путь работы над собой.

Если вы потеряли или до сих пор не нашли смысл жизни, то вам следует сконцентрироваться на шестой чакре Аджна. Вы можете использовать руны или карты Таро, чтобы получить ответы. В жизни вам будет предоставлено достаточно возможностей. Главное, чтобы вы сами захотели воспользоваться ими.

Эффект «третьего глаза» либо искажение реальности можно получить с помощью алкоголя и наркотиков. Но это ощущение будет ложным. Тем не менее, эти состояния показывают, как работает шестая чакра.



СЕДЬМАЯ ЧАКРА САХАСРАРА (КОРОННАЯ ЧАКРА)

Цвет: фиолетовый или белый.

Кристалл: прозрачный кварц.

Расположение: верхняя точка головы.

Седьмая чакра Сахасрара отвечает за соединения с Божеством, раскрытие духовного потенциала, прозрения. Автор одной из книг о чакрах человека предположил, что к этому уровню сознания пришли люди, которые сейчас находятся в психиатрической больнице (не все, конечно). Но они не связаны с низшими чакрами, поэтому могут жить в своей реальности, которая отличается от нашей.

Люди, которые полностью прошли путь развития от низших чакр к верхней чакре Сахасрара, начинают жить под руководством Бога, при этом черпая энергию из бесконечно источника.

Полностью достичь уровня равновесия шестой чакры людям не дано. А если и дано, то лишь немногим. Тем не менее, иногда человек может ощутить кратковременное влияние этой чакры. После такого влияния меняются приоритеты и взгляды на жизнь.

