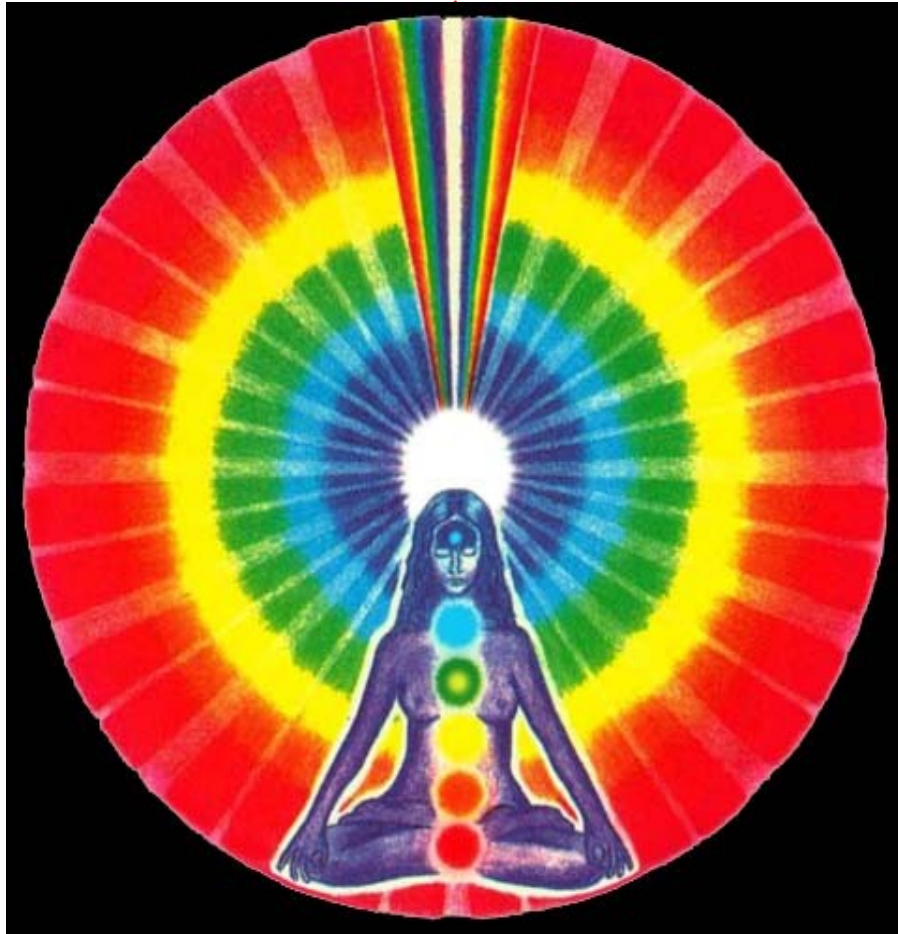


Εισαγωγή στην Ψυχοβιοενέργεια Τα τσάκρα



*Αυθεντική εικόνα από το βιβλίο Chakra-Handbook
των Shalila Sharamon and Bodo j. Baginski*

Το ανθρώπινο σύστημα CHAKRA

Οι πληροφορίες που περιέχονται σε αυτό το έγγραφο προέρχονται από διάφορα άλλα έγγραφα και σημειώσεις από βιβλία και από διάφορες πηγές ξεχασμένες στον χρόνο και από τα παρακάτω κείμενα:

Wisdom of the Mystic Masters by Joseph Weed

The Chakra Handbook by Shalila Sharamon and Bodo J. Baginski

The Chakras by C.W. Leadbeater

Eastern Body Western Mind by Anodea Judith

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Λέγεται πως όταν ξεκινάς να αναπτύσσεις τις αισθήσεις σου, ένας νέος και συναρπαστικός κόσμος ανοίγεται μπροστά σου, ο κρυμμένος κόσμος ξαφνικά ξεπροβάλλει μπροστά σου, η αντίληψη σου ανυψώνεται οι σκέψεις και τα συναισθήματα εκφράζονται μπροστά στα ίδια σου τα μάτια με χρώματα και μορφές.

Υπάρχει κάτι πολύ περισσότερο στο ανθρώπινο σώμα πέρα του φυσικού σώματος. Δυστυχώς πολλοί θεωρούν το υλικό σώμα και τον υλικό κόσμο ως την μόνη πραγματικότητα που υπάρχει. Πιστεύουν αυτό διότι μόνο αυτά αντιλαμβάνονται με τις αισθήσεις τους και με το περιορισμένο λογικό νου. Αλλά υπάρχουν πλήθος ενεργειακά σώματα μέσα και έξω από το υλικό σώμα. Αυτά τα ενεργειακά σώματα είναι:

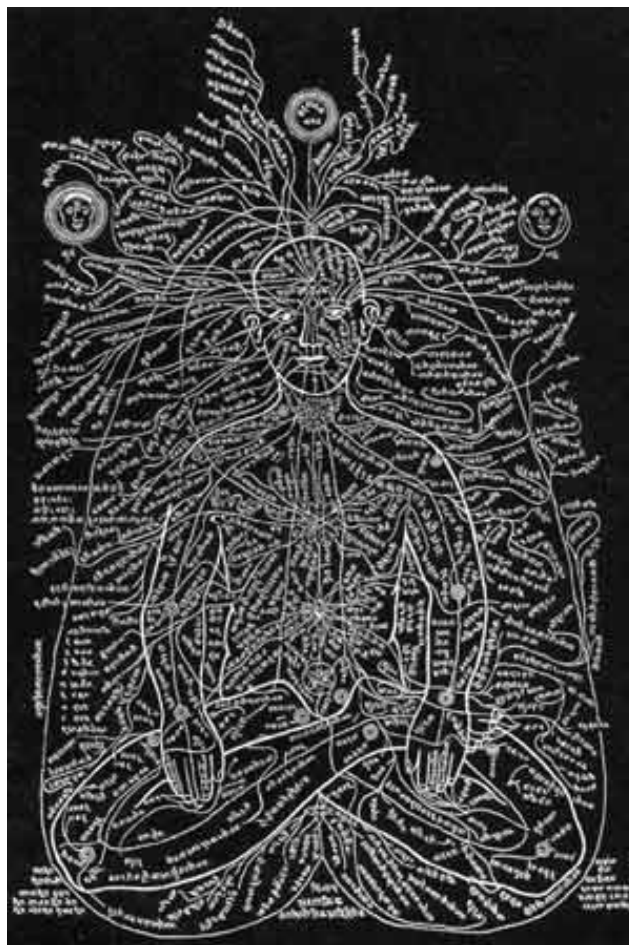
1. Το αιθερικό σώμα
2. Το αστρικό ή συναισθηματικό σώμα
3. Το νοητικό σώμα
4. Το πνευματικό σώμα

Κάθε ενεργειακό σώμα κατέχει την δικιά του συχνότητα δόνησης από το χαμηλότερο δονούμενο (αιθερικό) στο υψηλότερο δονούμενο (πνευματικό).

Επιπρόσθετα υπάρχει ένα πολύπλοκο ενεργειακό σύστημα το οποίο λειτουργεί βάσει του οποίου το φυσικό σώμα δεν θα μπορούσε να υπάρχει χωρίς αυτό. Αυτό το ενεργειακό σύστημα αποτελείται από τα ενεργειακά σώματα και:

1. Τα Τσάκρας ή ενεργειακά κέντρα
2. τα Ναντίς ή ενεργειακά κανάλια

Ναντί είναι μια Σανσκριτική λέξη που σημαίνει “αγωγός” ή “φλέβα”. Τα Ναντίς είναι σαν ένα δίκτυο αγωγών που μεταφέρουν πράνα (ζωτική ενέργεια) δια μέσω του ανθρώπινου ενεργειακού συστήματος.



Εικόνα 1

Η παραπάνω εικόνα δείχνει το σύστημα των τσάκρας και το μεγάλο σύστημα δευτερευόντων τσάκρας, συμπεριλαμβανομένου το πολύπλοκο σύστημα των ναντίς. Τα ναντίς ενώνονται σε 14 κύριους αγωγούς που αντιστοιχούν στα πρωτεύοντα και δευτερεύοντα τσάκρα.

Αρχαία Ινδικά κείμενα αναφέρουν ότι υπάρχουν 72.000 ναντίς στο ανθρώπινο σώμα ενώ άλλα πιο αρχαία αναφέρουν 350.000 ναντίς. Τα πιο σημαντικά ναντίς είναι τα σουσουύμνα (sushumna), ίντα (ida), πίγκαλα (rigala). Τα ναντίς του ενός ενεργειακού σώματος ενώνονται με τα ναντίς του άλλου μέσω των ενεργειακών κέντρων δλδ των τσάκρας.

Τι είναι η πράνα;

Πράνα είναι η αρχική ζωτική ενέργεια όλων των μορφών ενέργειας και εκδηλώνεται σε διάφορες συχνότητες. Το επίπεδο της συνειδητότητας του κάθε όντος καθορίζει τις

συχνότητες της πράνα που μπορεί να λαμβάνει και να αποθηκεύει. Μια εκδήλωση της πράνα ενυπάρχει στον αέρα και ένας τρόπος να ληφθεί είναι μέσω της αναπνοής και ασκήσεων αναπνοής.

Η πράνα είναι ισοδύναμη με την δύναμη της ζωτικότητας. Η ζωτικότητα ακτινοβολείται σε όλα τα επίπεδα συνείδησης και εκδηλώνεται στο φυσικό, συναισθηματικό και πνευματικό πεδίο. Αυτή η δύναμη δεν είναι ηλεκτρισμός.

Μια κοινή περιγραφή αυτής της ζωτικής ενέργειας είναι η ασημένια αχλή η οποία προεκτείνεται μερικά εκατοστά από το δέρμα. Μπορείτε να δείτε αυτήν την αχλή κάτω από ειδικές συνθήκες χρησιμοποιώντας υπεριώδη φως ή τα μάτια σας.

Είναι δυνατόν να δει κανείς αυτήν την αιθερική ενέργεια;

Ναι. Να μια τεχνική που δουλεύει για μένα : Κάτω από λιγοστό φως, κατά προτίμηση την νύχτα, προεκτείνεται το χέρι σας μπροστά σας, μετά μην εστιάζεται με το βλέμμα σας κάπου συγκεκριμένα ώστε τα εξωτερικά μέρη του αμφιβληστροειδή να έρθουν σε λειτουργία. Θα δείτε ένα ασαφές πεδίο φωτός γύρω από το χέρι σας. Αυτό που χρειάζεται να κάνετε είναι να μάθετε πώς να βλέπετε αυτό το πεδίο. Αυτό το πεδίο είναι το αιθερικό σώμα. Αυτό που χρειάζεται να κάνετε είναι να μάθετε πώς να βλέπετε τον αέρα στο σκοτάδι. Με εξάσκηση θα μπορέσετε να δείτε το αιθερικό σας και εσείς.

Υπάρχει η αύρα που σχετίζεται με το νοητικό σώμα όπου είναι το πεδίο όπου οι σκέψεις λαμβάνουν μέρος, και υπάρχει και η αύρα που σχετίζεται με το αστρικό σώμα όπου τα συναισθήματα λαμβάνουν μέρος αλλά εμείς εστιάζουμε στο αιθερικό σώμα.

Πώς η πράνα διανέμεται στο σώμα;

Το φυσικό σώμα με το αίμα κουβαλάει χημικές ουσίες σε ρευστή μορφή, δίνει οξυγόνο στον βιολογικό ιστό και παίρνει πίσω το διοξείδιο του άνθρακα από αυτόν. Λοιπόν οι ακτινοβολίες της πράνα απορροφάν και κουβαλάν ζωτικότητα ή πράνα από την ατμόσφαιρα και αποβάλλουν άχρηστη ύλη με τον ίδιο τρόπο.

Η ενέργεια της ζωτικότητας διαφέρει από τον ηλεκτρισμό, το φως και τη θερμότητα. Η ζωτικότητα προκαλεί ταλάντευση των ατόμων ως ενότητα, που συγκρίνεται με αυτή της κίνησης των ατόμων. Η ζωτικότητα των ατόμων προέρχεται από μέσα, εσωτερικά, και όχι από έξω. Ενώνεται με την ενέργεια που το άτομο έχει ως ύλη. Όταν αυτή η ενέργεια ενωθεί με το άτομο ύλης δίνει την ιδιότητα της έλξης στο άτομο και το άτομο έλκει άλλα έξι άτομα και σχηματίζουν ένα σφαιρίδιο (globules).

Έτσι το σφαιρίδιο φορτίζεται με την δύναμη της πράνα. Τα σφαιρίδια είναι πολύ καλά για εμάς. Κάτω από ειδικές καταστάσεις μπορεί να γίνουν αντιληπτά στον ουρανό και στην ατμόσφαιρα σαν κουκκίδες που πετάνε εδώ και κει, ή σαν μαύρα στίγματα στην φωτεινότητα του γαλάζιου ουρανού.

Τι είναι τα Τσάκρας;

Τα τσάκρας είναι ενεργειακά κέντρα. Λειτουργούν σαν δέκτες και μεταλλάκτες των διάφορων μορφών πράνα. Μέσω των ναντίς τα τσάκρας

μεταφέρουν εσωτερικά ζωτική ενέργεια και την μεταμορφώνουν σε δονήσεις συγκεκριμένων συχνοτήτων που απαιτούνται από τα ενεργειακά σώματα καθώς αυτά αναπτύσσονται.

Κάθε τσάκρα συνδέεται με τα στοιχεία της γης, νερού, αέρα, πυρός και νου, ο νους είναι το όργανο της συνείδησης. Αυτά τα στοιχεία είναι καταστάσεις της ύλης και όχι κάτι άλλο. Είναι αντίστοιχα στους όρους, στερεό, υγρό, πυρώδες, αέρινο και πνευματικό, μερικές φορές είναι και σύμβολα των επιπέδων της συνείδησης.

Η λέξη τσάκρα είναι Σανσκριτική και σημαίνει “τροχός”. Τα ανθρώπινα τσάκρα είναι σε μορφή τροχών ή δινών και βρίσκονται στην επιφάνεια του αιθερικού σώματος.

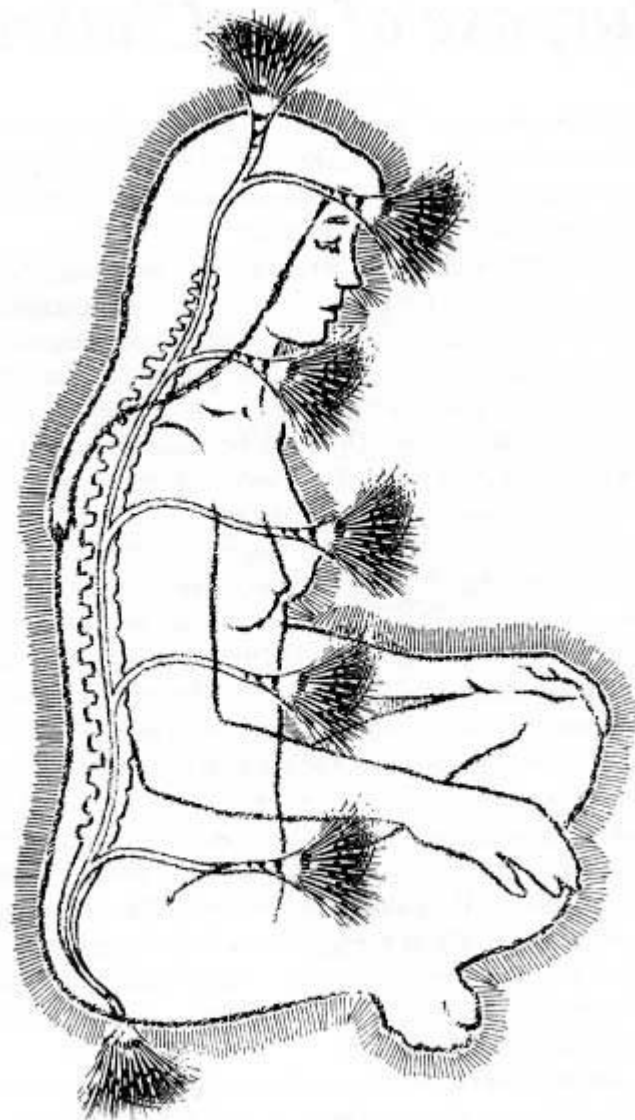
Παραδοσιακές γραφές αναφέρουν ότι υπάρχουν 88.000 τσάκρα στο ανθρώπινο αιθερικό σώμα και είναι ιδιαίτερα μικροσκοπικά και παίζουν δευτερεύοντες ρόλους στο ενεργειακό σύστημα. Ωστόσο υπάρχουν 40 δευτερεύοντα τσάκρα τα οποία είναι σημαντικά, αυτά βρίσκονται στο ύψος της σπλήνας, πίσω από το λαιμό, στις παλάμες των χεριών και τις πατούσες των ποδιών. Αλλά εδώ θα αναφερθούμε μόνο στα 7 βασικά τσάκρα.



Αν παρατηρήσουμε ένα οποιοδήποτε κυκλικά αναπτυγμένο ανθό θα έχουμε μια γενική εικόνα των τσάκρα.

Τα επτά κύρια τσάκρα βρίσκονται κατά μήκος του κάθετου άξονα της σπονδυλικής στήλης και ανοίγονται πάνω σε αυτήν. Αυτά τα περιστροφικά ενεργειακά κέντρα βρίσκονται συνεχώς σε κίνηση και περιστρέφονται, ελκύουν, λαμβάνουν και ακτινοβολούν ενέργεια.

Στο κέντρο κάθε τσάκρα, στο πιο βαθύ του σημείο, υπάρχει ένας στήμονας, ένα κανάλι το οποίο προεκτείνεται προς την σπονδυλική στήλη και ενώνεται με αυτήν, έτσι ενώνεται κάθε τσάκρα με την sushumna, το πιο σημαντικό ενεργειακό κανάλι, το οποίο ανεβαίνει μέσω της σπονδυλικής στήλης στο κεφάλι.



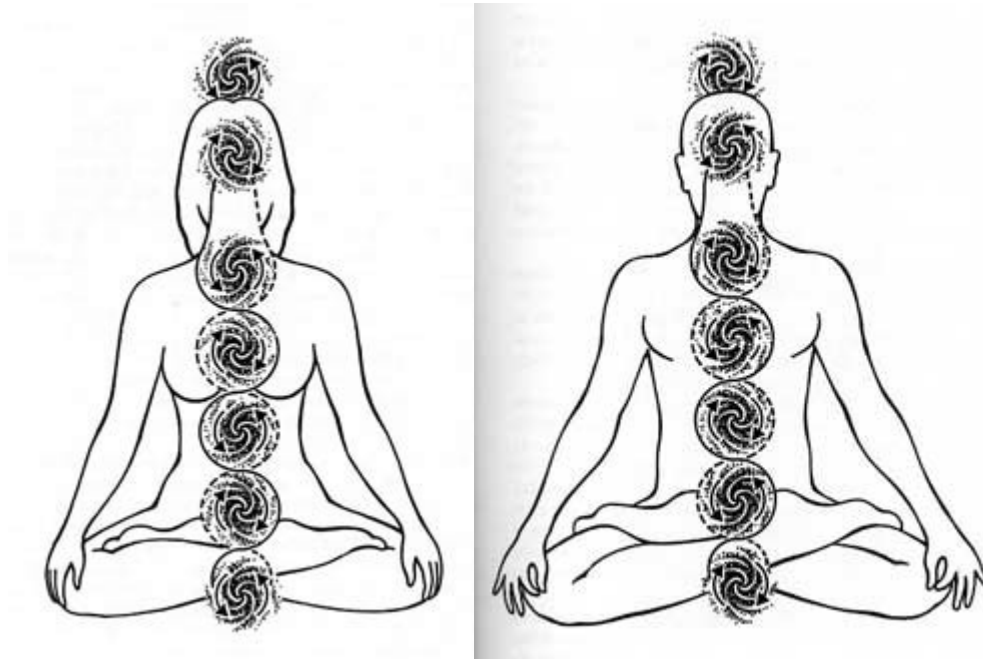
Εικόνα 2

Σαν άνθος, ένας μίσχος εκτείνεται από την σπονδυλική στήλη στο σχήμα όμοιο με το άνθος ενός λωτού. Σκεφτείτε την σπονδυλική στήλη μας ως ένα κεντρικό κανάλι.

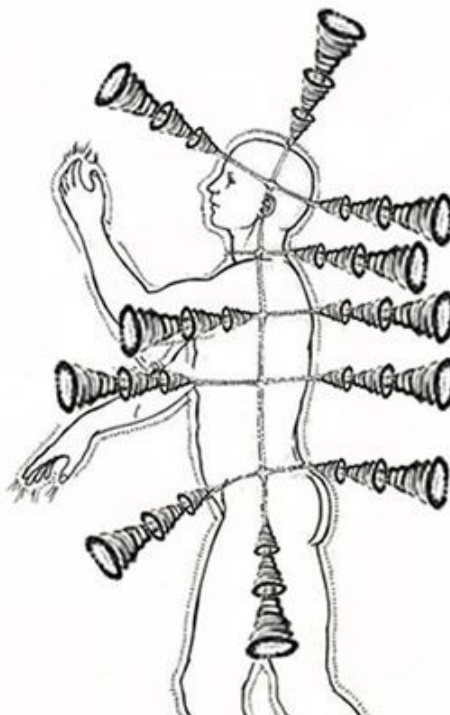
Για τους περισσότερους, τα τσάκρα εκτείνονται περίπου μερικά εκατοστά προς όλες τις διευθύνσεις από το σημείο που βρίσκονται. Όταν δεν είναι αναπτυγμένα, εμφανίζονται σαν μικροί κύκλοι περίπου 2 εκατοστά σε διάμετρο, αλλά όταν αναπτυχθούν ανθίζουν και εμφανίζουν δίνες σαν μικρούς ήλιους πολλών εκατοστών σε διάμετρο.

Καθώς κάποιος τα αναπτύσσει τα τσάκρα εκτείνονται πολύ μακρύτερα του σώματος, οι συχνότητες τους αυξάνονται και τα χρώματά τους γίνονται ξεκάθαρα και πιο φωτεινά.

Βάσει το φύλο καθενός, τα τσάκρα περιστρέφονται είτε δεξιόστροφα είτε αριστερόστροφα. Για παράδειγμα όταν σε έναν άντρα το τσάκρα περιστρέφεται όπως οι δείκτες του ρολογιού σε μια γυναίκα θα περιστρέφεται αντίστροφα. Αυτό κάνει τις ενέργειες των δύο να αλληλοσυμπληρώνονται. Κάθε περιστροφή βάσει των δεικτών του ρολογιού είναι αρσενική και βάσει της Κινέζικης φιλοσοφίας Γιανγκ, κάθε αντίστροφη περιστροφή των δεικτών του ρολογιού είναι θηλυκή και Γινγκ.

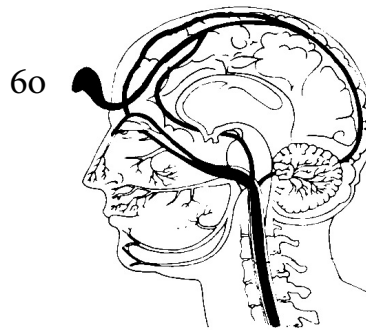
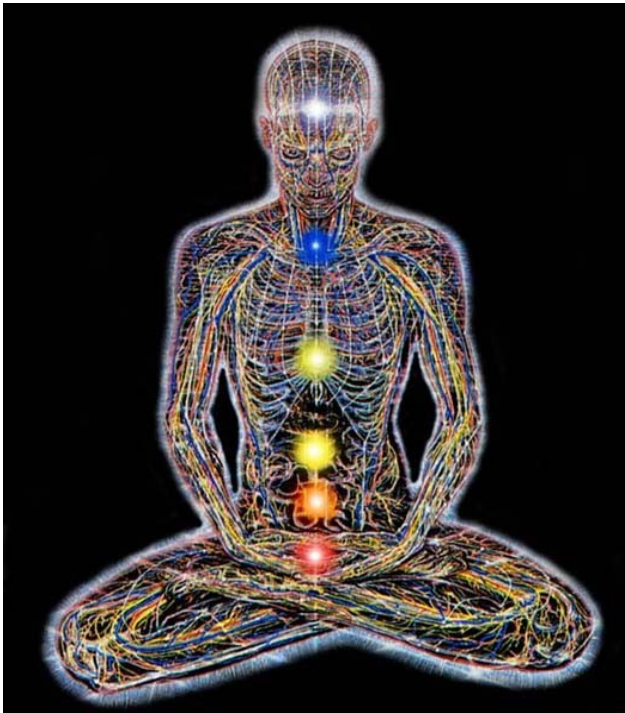


Πρέπει να σημειωθεί ότι η κατεύθυνση περιστροφής κάθε τσάκρα διαφέρει από τσάκρα σε τσάκρα. Κάθε τσάκρα περιστρέφεται σε διαφορετική κατεύθυνση, και η παραπάνω εικόνα είναι απλά ενδεικτική.



Τα επτά βασικά ανθρώπινα τσάκρα

Τα επτά βασικά ανθρώπινα τσάκρα είναι:



- (7ο) Chakra Στέμματος
- (6ο) Τρίτο μάτι
- (5ο) Chakra λαιμού
- (4ο) Chakra καρδιάς
- (3ο) Ηλιακό πλέγμα
- (2ο) Ιερό Chakra
- (1ο) Chakra βάσης

Το **1ο** τσάκρα ονομάζεται **τσάκρα της βάσης**. Τοποθετείται στο ύψος μεταξύ του πρωκτού και των γενετικών οργάνων και συνδέεται με τον κόκκυγα. Το τσάκρα της βάσης ανοίγει προς τα κάτω. Όταν είναι σθεναρό είναι πύρινο, κόκκινο – πορτοκαλί σε χρώμα.

Το **2ο** τσάκρα ονομάζεται **Ιερό τσάκρα ή τσάκρα της σπλήνας**. Τοποθετείται στο ύψος πάνω από την σπλήνα αν και Σανσκριτικά βιβλία το αντικαθιστούν στην τοποθεσία με αυτήν κάτω από τον ομφαλό. Είναι σαν μια δίνη ηλίου στο χρώμα, χρυσό και ανοίγει προς τα εμπρός.

Το **3ο** τσάκρα ονομάζεται **τσάκρα του Ηλιακού πλέγματος**. Τοποθετείται δύο δάχτυλα πάνω από τον ομφαλό και συνδέεται με το αστρικό σώμα ή το συναισθηματικό σώμα. Μέσω του 3ου τσάκρα απορροφάμε την ηλιακή ενέργεια η οποία τρέφει το αιθερικό σώμα και το οποία με την σειρά του ενεργοποιεί το φυσικό σώμα. Εδώ είναι που εκδηλώνεται η ενέργεια των συναισθημάτων μας, ειδικά τα συναισθήματα απέχθειας και μίσους. Σαν χρώμα εμφανίζεται χρυσό.

Το **4ο** τσάκρα ονομάζεται το **τσάκρα της καρδιάς**. Είναι το κέντρο του συστήματος των τσάκρα. Τοποθετείται στο κέντρο του στήθους στο ύψος της καρδιάς και συνδέει τα τρία κατώτερα και συναισθηματικά τσάκρα με τα ανώτερα και πνευματικά τσάκρα. Το χρώμα του εμφανίζεται πρωτίστως πράσινο.

Το **5ο** τσάκρα ονομάζεται το **τσάκρα του λαιμού**. Τοποθετείται μεταξύ του λαιμού και του λάρυγγα πίσω από το μήλο του Αδάμ. Ανοίγει προς τα εμπρός. Συνδέεται με ένα δευτερεύον τσάκρα που βρίσκεται ακριβώς από πίσω στο σβέρκο και ανοίγει προς τα πίσω. Οι πιο πολλοί θεωρούν τα δύο αυτά τσάκρα ως ένα. Το χρώμα του είναι βαθύ μπλε ή και ασημί σαν το φεγγαρόφωτο πάνω σε νερό. Μπλε και πράσινο κυριαρχούν.

Το **6ο** τσάκρα ονομάζεται **τσάκρα του Τρίτου Ματιού**. Συνδέεται με την υπόφυση και τοποθετείται μεταξύ των φρυδιών. Εδώ λαμβάνει μέρος η αντίληψη του όντος. Είναι η έδρα των ψυχικών μας δυνάμεων. Στο φυσικό πεδίο είναι το υψηλότερο κέντρο εντολών του κεντρικού νευρικού συστήματος. Εμφανίζεται το μισό κυρίως ροζ με αρκετό κίτρινο και το άλλο μισό είναι κυρίως πορφυρό με μπλε.

Το **7ο** τσάκρα ονομάζεται **Στέμμα**. Τοποθετείται στην επίφυση. Η επίφυση βρίσκεται στον ύψος των αυτιών. Το Στέμμα ανοίγει προς τα πάνω στην κορυφή του κεφαλιού. Έχει χρώμα όλες τις αποχρώσεις του πρίσματος και κυρίως είναι βιολετί.

Μερικά λόγια για το τσάκρα του Στέμματος.

Το στέμμα ανθίζει συνήθως στο τέλος. Στο μέγεθος είναι το ίδιο με τα άλλα καθώς το άτομο προοδεύει στην πνευματική ανάπτυξη αυξάνει σταθερά μέχρι που καλύπτει την κορυφή όλης της κεφαλής.

Σαν τα άλλα τσάκρα το στέμμα βρίσκεται σε κλειστή κατάσταση στο αιθερικό σώμα και οι θείες ενέργειες ρέουν από έξω προς τα μέσα όπως και στα άλλα τσάκρα. Αλλά καθώς το άτομο αρχίζει να αναπτύσσεται πνευματικά και κατάλαβει την θέση του μέσα στο σύμπαν, ως τον βασιλιά της θεότητας του φωτός διαμέσου της ανάπτυξης των τσάκρα του, το τσάκρα του στέμματος αντιστρέφει την λειτουργία του και αρχίζει να ακτινοβολεί και να εκπέμπει ενέργεια. Έτσι σε ένα αναπτυγμένο πνευματικά ον το στέμμα είναι η πνευματική του δόξα και αποτελεί το στέμμα της δόξας της ύπαρξης για το ον αυτό !

Αυτήν την αλήθεια την γνωρίζανε από παλιά οι αρχαίοι άνθρωποι και είχαν απεικονίσεις αυτής της κατάστασης για πνευματικούς ανθρώπους και Θεούς απεικονίζοντας την άλω γύρω από τα κεφάλια των όντων.

Παρακάτω φαίνεται το στέμμα του αιθερικού σώματος σε απεικονίσεις για την Θεά Αφροδίτη και τον Βούδα. Για περισσότερα δείτε εδώ

http://en.wikipedia.org/wiki/Halo_%28religious_iconography%29



Αφροδίτη με άλω γύρω από την κεφαλή



Αφροδίτη με άλω γύρω από την κεφαλή



Βούδας με άλω γύρω από την κεφαλή

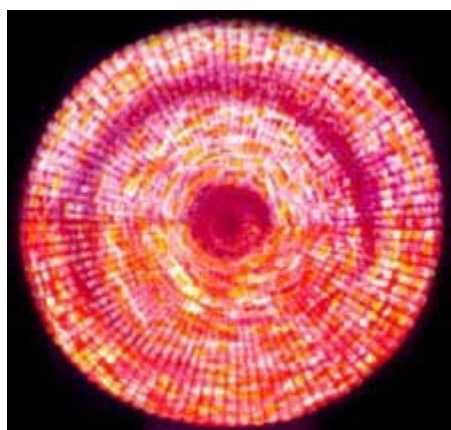


Βούδας με άλω γύρω από την κεφαλή.

Κάθε τσάκρα περιστρέφεται αενάως. Στο στόμιο του τσάκρα, μια θεία δύναμη από υψηλότερα πεδία ρέει. Χωρίς αυτήν την εισροή της πρωταρχικής ενέργειας το φυσικό σώμα δεν θα μπορούσε να υπάρξει.

Τα ενεργειακά κέντρα, τσάκρας, βρίσκονται σε συνεχή λειτουργία σε όλους μας. Στα άτομα που δεν τα αναπτύσσουν έχουν μια αργή περιστροφή, απλά λειτουργώντας έτσι ώστε η ενέργεια να εισρέει για την συντήρηση της ζωής και τίποτα άλλο πέρα από αυτό. Στα άτομα που τα αναπτύσσουν λειτουργούν έτσι ώστε να απορροφούν μεγάλα ποσά ενέργειας.

Η θεία ενέργεια η οποία εμποτίζει κάθε τσάκρα από έξω, ανέρχεται σε δεξιές γωνίες στον εαυτό της με δευτερεύουσες δυνάμεις σε μία κυκλική ταλάντευση. Σκεφτείτε το σαν ένας μαγνήτης ο οποίος παράγει ρεύμα γύρω από μία σπείρα με δεξιές περιελίξεις κατά τον άξονα του.



Αφού εισέλθει στο στρόβιλο, η αρχική δύναμη ακτινοβολεί από αυτόν σε δεξιές γωνίες ως ευθείες γραμμές διαμέσου του κέντρου όπου είναι ο αφαλός (πλήμνη) του τροχού και των ακτινοβολιών της αρχικής δυνάμεως όπου ακτινοβολεί.

Οι δυνάμεις αυτών των ακτίνων φαίνεται να ενώνουν μαζί το αστρικό και το αιθερικό σώμα. Ο αριθμός ακτίνων διαφέρει σε κάθε τσάκρα. Κάθε ακτίνα παρομοιάζεται με ένα πέταλο άνθους. Για αυτό τα τσάκρα περιγράφονται σαν άνθη με πέταλα.

Κάθε δευτερεύουσα δύναμη, η οποία σαρώνει γύρω της δισκοειδής μορφής του τσάκρα έχει το δικό του μήκος κύματος και κινείται σε ακτίνες-πέταλα διαφόρων μεγεθών. Ο αριθμός των πετάλων εξαρτάται από τον αριθμό των ακτίνων του τσάκρα. Οι δευτερεύουσες δυνάμεις πλέκονται γύρω από τις πρώτες σαν ένα πλεκτό καλάθι γύρω από τα τσάκρα. Ο αριθμός του μήκος των κυμάτων αυτών είναι απειροστός.

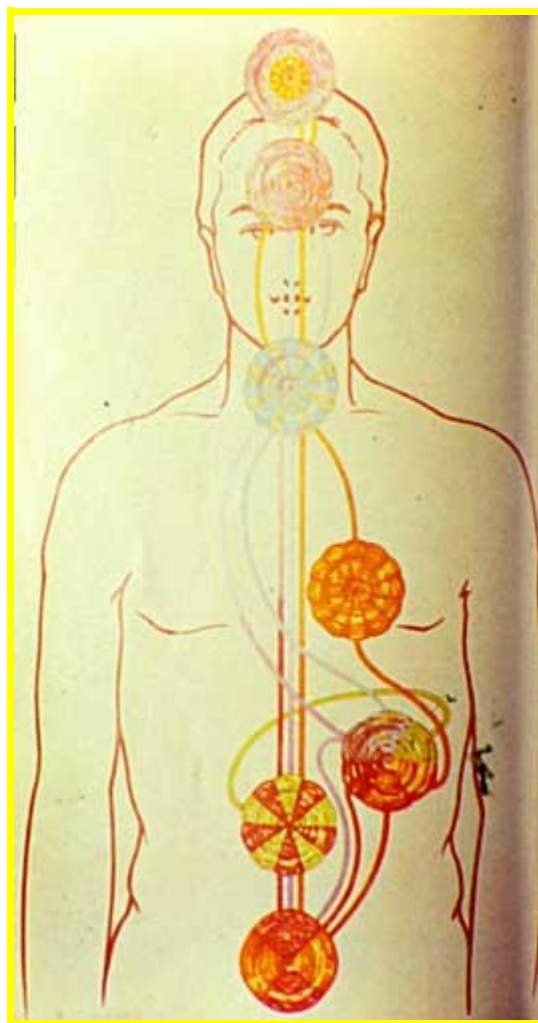
Όλα τα πέταλα έχουν ένα τρεμοφέγγισμα και όλα έχουν ένα κυρίαρχο χρώμα.

Γιατί τα χρώματα αντιστοιχίζονται σε τσάκρα;

Κάθε τσάκρα περιέχει όλες τις αποχρώσεις των χρωμάτων, ωστόσο ένα χρώμα υπερिσχύει. Αυτά τα χρώματα αντιστοιχούν στην αρχική λειτουργία του τσάκρα. Κάθε επτατομικό σωματίδιο της πράνα, το globule, περιέχει ζωτική και ηλιακή ουσία. Όταν το

άτομο της πράνα περάσει μέσα από το 2ο τσάκρα, για παράδειγμα, αρχίζει να αποσυντίθεται σε ακτίνες διαφόρων χρωμάτων. Καθώς αυτά τα επτά άτομα στροβιλίζονται στην δίνη του τσάκρα γραπώνονται ένα από αυτά και έτσι όλα αυτά φορτίζονται με την κίτρινη ροή μιας ακτίνας του τσάκρα, όσα φορτίστηκαν με το πράσινο χρώμα μιας άλλης ακτίνας και έτσι συνεχίζεται ο χρωματισμός των ατόμων της πράνα. Όσο για το ένα άτομο που γραπώθηκε εξαφανίζεται μέσα στην δίνη του τσάκρα. Κάθε ακτίνα από τα εναπομείναντα άτομα ακτινοβολεί σε διάφορα σημεία και αυτές οι ακτίνες ζωογονούν το σώμα.

Η **Εικόνα 3** παρακάτω δείχνει διαγραμματικά τα μονοπάτια αυτών των συμπιεσμένων ατόμων της πράνα.



Εικόνα 3

Να σημειωθεί ότι οι αποχρώσεις της πράνα δεν είναι είναι χρώματα που βλέπουμε όπως στο πρίσμα με το ηλιακό φως. Είναι χρώματα που φαίνονται σε ανώτερες καταστάσεις συνείδησης.

Τα έξη άτομα της πράνα ακτινοβολούν τα εξής χρώματα: βιολετί, μπλε, πράσινο, κίτρινο, πορτοκαλί, βαθύ κόκκινο, και το 7ο άτομο που απορροφάται από το τσάκρα είναι ρόδινο-κόκκινο.

Η ζωτικότητα λοιπόν είναι επταπλή στην δομή της, αλλά ρέει μέσα από το σώμα σε 5 ρεύματα. Αυτά είναι:

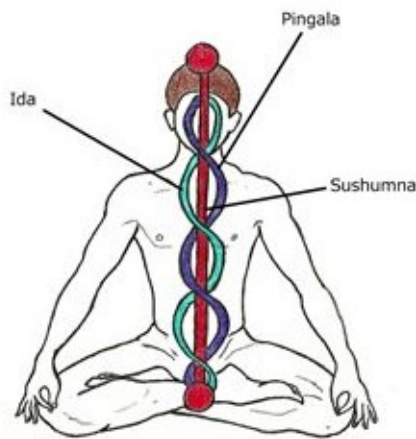
- (1) το βιολετί – μπλε ρεύμα
- (2) το κίτρινο ρεύμα
- (3) το πράσινο ρεύμα
- (4) το ρόδινο ρεύμα
- (5) το πορτοκαλί-κόκκινο ρεύμα

Έτσι δεν πρέπει να μας εκπλήσσει το γεγονός της αντιστοιχίας μεταξύ των χρωμάτων των ρευμάτων της πράνα με αυτά των τσάκρα. Αυτά τα ρεύματα είναι:

Κόκκινη πράνα εισέρχεται στο 1ο τσάκρα της Βάσης.
Ρόδινο πράνα εισέρχεται στο 2ο τσάκρα το Ιερό.
Κίτρινο πράνα εισέρχεται στο 3ο τσάκρα του Ηλιακού πλέγματος.
Πράσινο πράνα εισέρχεται στο 4ο τσάκρα της καρδιάς.
Ανοιχτό μπλε πράνα εισέρχεται στο 5ο τσάκρα του λαιμού.
Βαθύ μπλε πράνα εισέρχεται στο 6ο τσάκρα του Τρίτου Ματιού.
Βιολετί πράνα εισέρχεται στο 7ο τσάκρα του Στέμματος.

Sushumna

Οι περισσότερες σημαντικές και βασικές μορφές ενέργειας εισέρχονται στο ανθρώπινο σύστημα μέσω του τσάκρα της βάσης και του τσάκρα της κεφαλής. Αυτά τα δύο τσάκρα συνδέονται με ένα κανάλι που λέγεται σουσουύμνα.



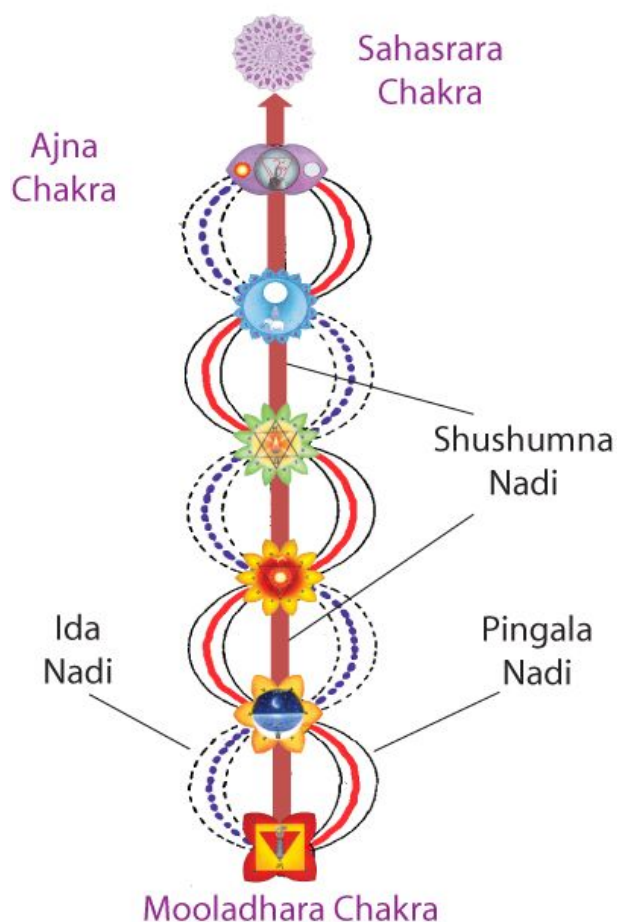
Ida, Pingla, Sushumna

Το σουσουύμνα απλώνεται από την κορυφή έως την βάση του κατακόρυφου άξονα της σπονδυλικής στήλης και βρίσκεται μέσα σε αυτήν. Ενώνει το τσάκρα του στέμματος με αυτό της βάσης. Επίσης καθώς κατεβαίνει συνδέει όλα τα ενδιάμεσα τσάκρα μέσω των σημείων του κάθε τσάκρα με την σπονδυλική στήλη. Κάθε τσάκρα μέσω αυτού του στήμονα παρέχει την ζωτική ενέργεια στο σώμα.

τελειώνει στην πάνω περιοχή του αριστερού ρουθουνιού.

Αυτό το ρεύμα συμπεριλαμβάνει άλλα ρεύματα ενέργειας μέσα του τα οποία ρέουν μεταξύ της σπονδυλικής στήλης και προεκτείνονται προς τα έξω διαμορφώνοντας ένα πεδίο ενέργειας γύρω από το σώμα την αύρα η οποία κρατά το αιθερικό μας σώμα. Σκεφτείτε την σπονδυλική στήλη σαν μία κεραία που εκπέμπει ένα πεδίο γύρω της.

Nadi Locations



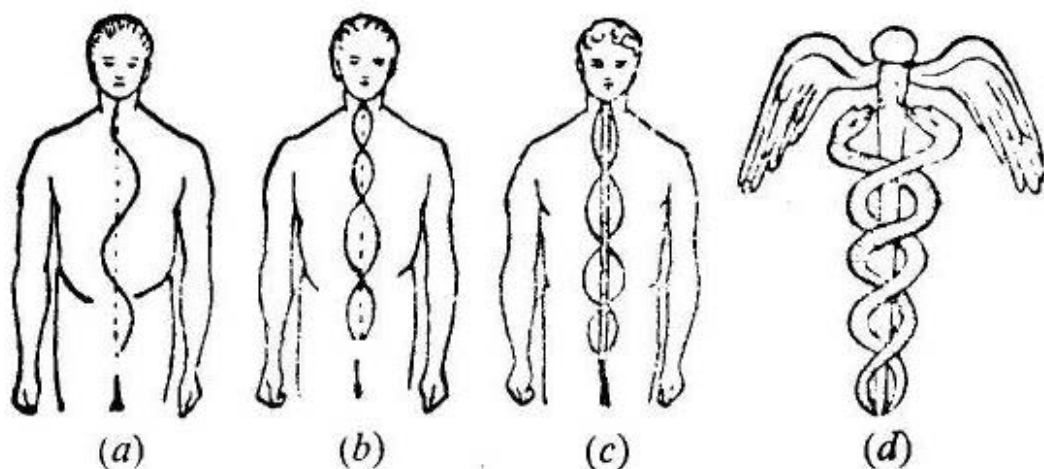
Εικόνα 6

Πέρα από την Σουσουμνα υπάρχουν άλλα δύο κανάλια που είναι βασικά και σημαντικά τα ίντα και πίνγκαλα.

Το κανάλι πίνγκαλα είναι ο αγωγός της ενέργειας του ήλιου. Είναι γεμάτο θερμότητα και ενεργητικότητα. Ξεκινά από το δεξί μέρος του τσάκρα της βάσης και τελειώνει στην πάνω περιοχή του δεξιού ρουθουνιού.

Το κανάλι ίντα είναι ο αγωγός της ενέργειας της σελήνης. Είναι γεμάτο ηρεμία και πραότητα και γαλήνη. Ξεκινά από το αριστερό μέρος του τσάκρα της βάσης και

Αυτά τα δύο κανάλια πλέκονται από την βάση προς τα άνω γύρω από το κανάλι σουσουμνα σε κάθε τσάκρα, συναντώνται στο 6ο τσάκρα και εκεί κατέρχονται πάλι προς τα κάτω μέχρι την βάση πάλι γύρω από το κανάλι σουσουμνα όπως δείχνει η εικόνα 6. Έτσι η ενέργεια ανέρχεται και κατέρχεται σε αυτά τα κανάλια μεταξύ των τσάκρα της βάσης και της κορυφής.



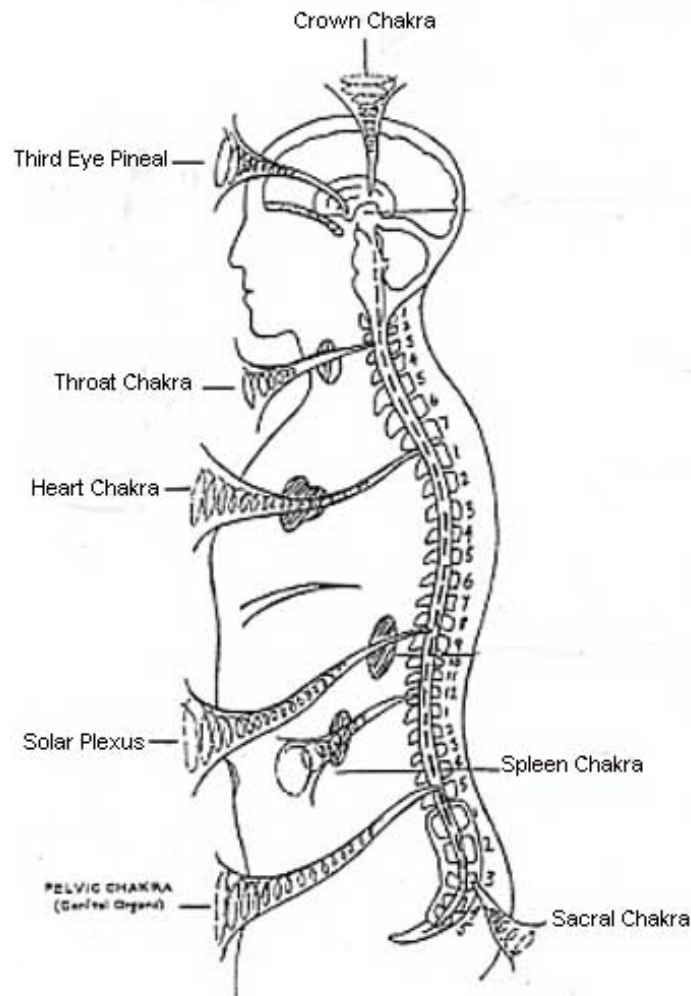
Εικόνα 7

Μόνο όταν κάποιος επιχειρήσει να αφυπνίσει την ενέργεια μέσα του εμφανίζεται το επικίνδυνο φίδι της φωτιάς (κουνταλίνι). Σκεφτείτε αυτήν την ενέργεια σαν μια σφαίρα που είναι μέσα σε άλλη σφαίρα και αυτή σε άλλη και ούτω κάθε εξής.

Η ακίνδυνη φωτιά – ενέργεια της εξωτερικής σφαίρας ταξιδεύει προς τα άνω μέσα από τα κανάλια της σπονδυλικής στήλης χρησιμοποιώντας και τα τρία κανάλια, σουσούμνα, ίντα, πίνγκαλα ταυτόχρονα.

Ο C.W. Leadbeater στο *"The Hidden Life in Freemasonry"* εξηγεί, "... στον πρώτο βαθμό ενεργοποιείται το κανάλι ίντα, η θηλυκή πλευρά και έτσι το άτομο ξεκινά να ελέγχει τα συναισθήματα, στο δεύτερο βαθμό ενεργοποιείται το πίνγκαλα ή η αρσενική πλευρά και το άτομο ελέγχει το μυαλό τον νου, στον τρίτο βαθμό ενεργοποιείται το σουσούμνα και ο μύστης αρχίζει να ωθεί την ενέργεια του έξω από αυτόν μεταθέτοντας την συνείδηση του έξω από αυτόν ώστε να ταξιδεύει εκτός σώματος και να θυμάται τα βιώματα.

Επαναλαμβάνω ότι κάθε τσάκρα στο βαθύτερο του σημείο έχει ένα μικρό κανάλι, έναν στήμονα που συνδέει αυτό με το κεντρικό κανάλι σουσούμνα της σπονδυλικής στήλης και τροφοδοτεί το κάθε σώμα με ενέργεια. Τα τσάκρα είναι τα σημεία εισόδου της ενέργειας πρانا στα ενεργειακά σώματα. Το τσάκρα της κεφαλής όταν το άτομο "φωτιστεί" αντιστρέφει την λειτουργία του και από εκεί που λάμβανε πρانا τώρα εκπέμπει ενέργεια στα άλλα όντα.



Εικόνα 8

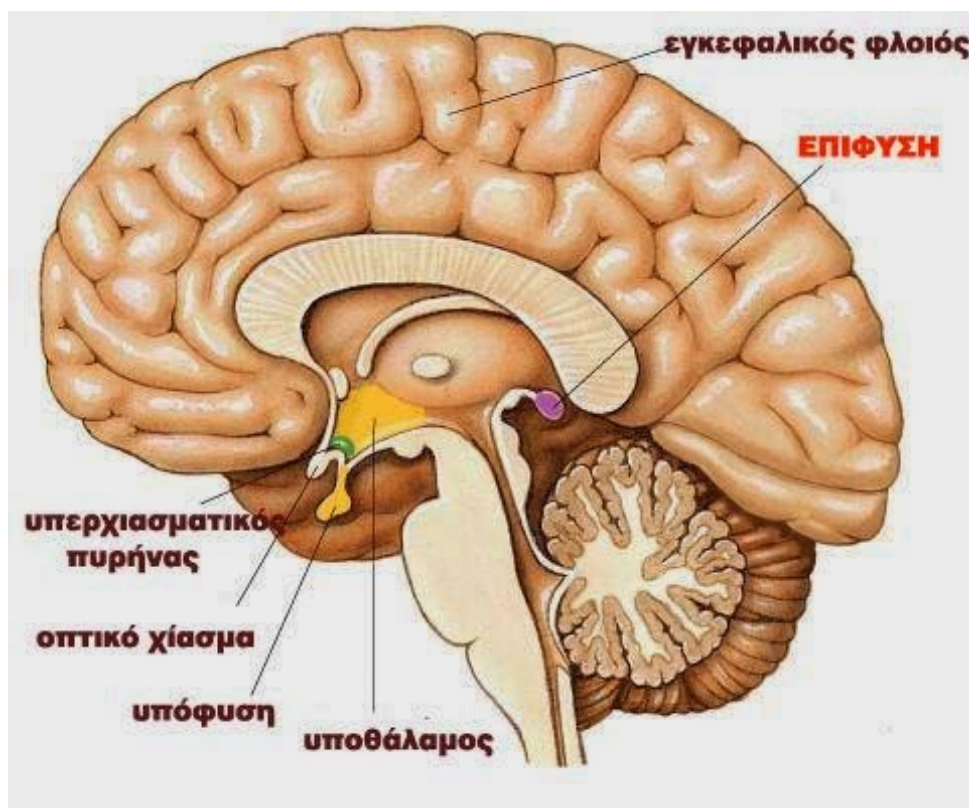
Στην εικόνα 8 μπορείτε να δείτε την γενική θέση των τσάκρα και των καναλιών στημόνων που τα συνδέουν με τα εσωτερικά κανάλια στην σπονδυλική στήλη.

Όπως βλέπετε οι στήμονες λυγίζουν προς τα κάτω στο ηλιακό πλέγμα, καρδιακό πλέγμα και το πλέγμα του λαιμού. Ο λόγος που γίνεται αυτό είναι ότι εμπλέκεται το εγκεφαλο-νοτιαίο σύστημα και το νευρικό συμπαθητικό σύστημα που δεν θα αναλύσουμε άλλο εδώ.

Πριν αφήσουμε αυτό το κεφάλαιο πρέπει να σημειωθεί ότι το τσάκρα της κεφαλής δεν συνδέεται με το συμπαθητικό πλέγμα του φυσικού σώματος.

Το τσάκρα της κεφαλής σχετίζεται με την επίφυση και την υπόφυση και σχετίζεται με την ανάπτυξη του εγκεφάλου και του συστήματος των νεύρων της σπονδυλικής στήλης.

Η επίφυση είναι ξεχωριστή από την υπόφυση και ενδιάμεσα τις χωρίζει χονδροειδής ιστός. Για πολλούς οι αστρικές δίνες αντιστοιχούν στο 6ο και 7ο τσάκρα συγκλίνοντας στην υπόφυση – η υπόφυση θεωρείται ο μοναδικός σύνδεσμος ως όργανο μεταξύ του φυσικού και των ανώτερων πεδίων.



Για άλλους η υπόφυση έχει την φυσική τάση ή την θέση ώστε να συμπέσει με την επίφυση οποία ζωογονοποιείται και συνδέεται απευθείας με τα χαμηλότερα πνευματικά πεδία χωρίς να χρειάζεται να περνά διαμέσου των άλλων αστρικών πεδίων.

Ο σκοπός εδώ είναι να αναπτυχθεί η γέφυρα μεταξύ του 6ου και 7ου τσάκρα συνδέοντας τα. Αυτός ο σύνδεσμος ονομάζεται ανταχκαράνα (*antahkarana*) ή απλά η "ψυχική γέφυρα".

Αυτή η ψυχική γέφυρα είναι ο σύνδεσμος μεταξύ του ανώτερου εαυτού και της προσωπικότητας.

Καθώς αναπτύσσονται τα ανώτερα τσάκρα, αυτή η ψυχική γέφυρα μεγαλώνει και δυναμώνει, και αποτελεί την βάση των ψυχικών δυνάμεων. Αυτή η γέφυρα δεν νοείται σε υλικό πεδίο μεταξύ των ιστών του εγκεφάλου αλλά σε ψυχικό πεδίο με πνευματική έννοια. Απλά σε αυτά τα σημεία του σώματος εμφανίζονται οι στρόβιλοι ενέργειας, τα τσάκρα και επηρεάζουν αυτά τα όργανα. Στην ουσία καθώς μεγαλώνουν οι δίνες των τσάκρα στο 6ο και 7ο σημείο του σώματος κάποια στιγμή συνδέονται ενεργειακά.

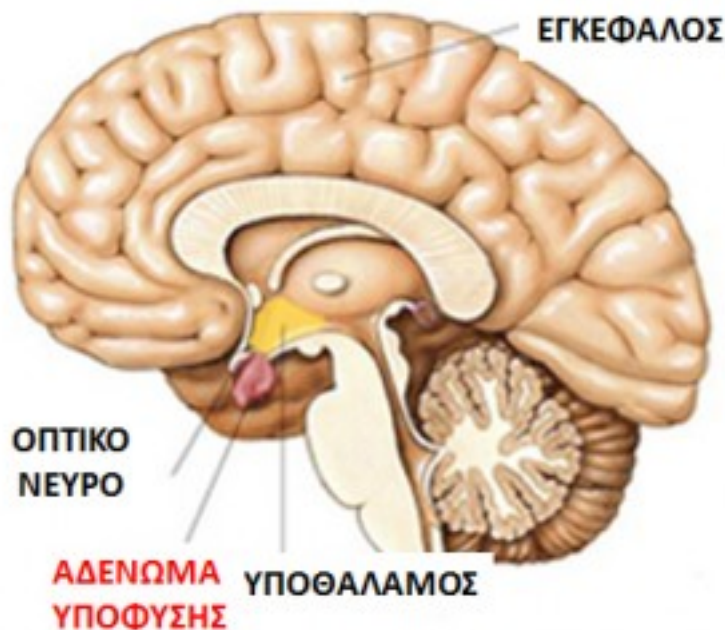
Το 6ο τσάκρα σχετίζεται με την υπόφυση, και το 7ο με την επίφυση.

Μερικά κείμενα αναφέρουν το 6ο τσάκρα ως το τρίτο μάτι διότι όταν είναι ενεργό αυτό το τσάκρα εκεί προβάλλονται τα οράματα και το remote-viewing, άλλα κείμενα λένε το 7ο τσάκρα ως τρίτο μάτι, μερικοί νομίζουν ότι παλαιότερα υπήρχε ένα τρίτο μάτι βιολογικά και με την εξέλιξη εξαφανίστηκε.

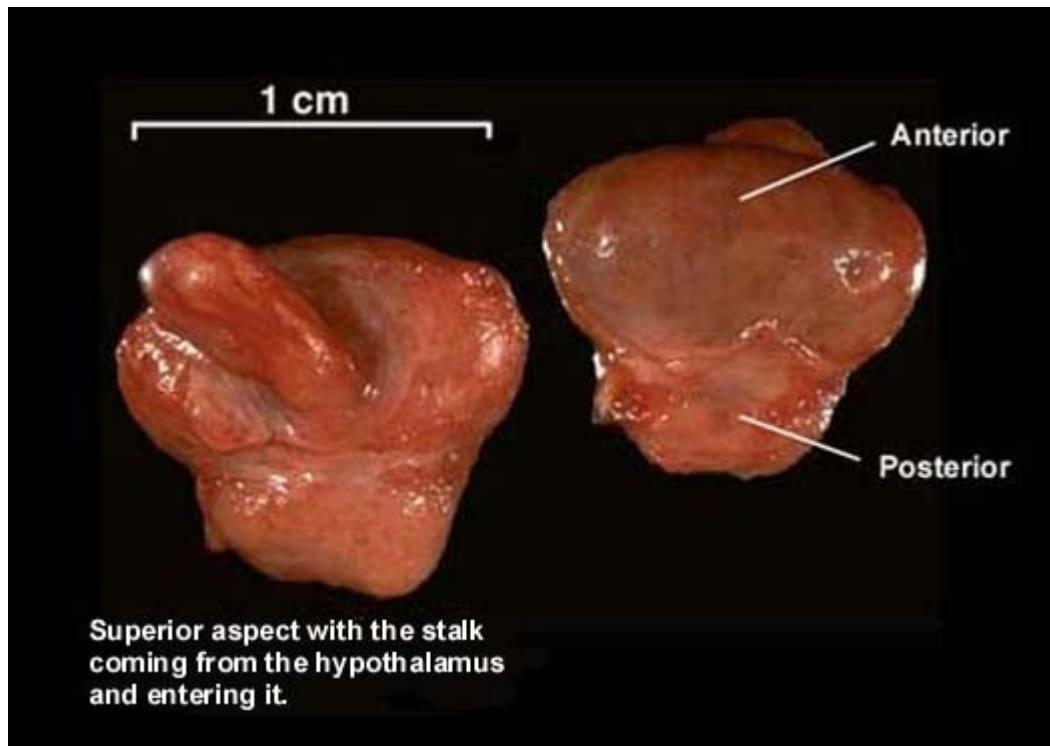
Όπως και να έχει δεν μπορείτε να δείτε οράματα καθαρά και ζωντανά χωρίς να αναπτύξετε ταυτόχρονα το 6ο και 7ο τσάκρα.

Ας εξετάσουμε τα δύο υψηλότερα τσάκρα καλύτερα.

Η υπόφυση



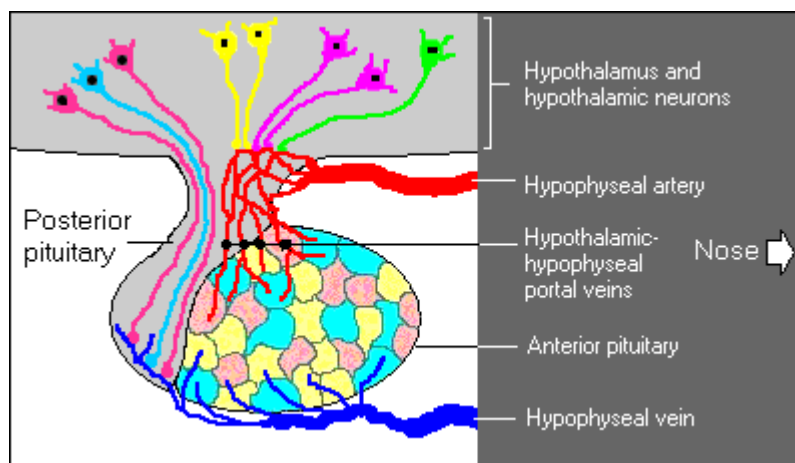
Η υπόφυση είναι ένα στρογγυλό όργανο, στο μέγεθος ενός μπιζελιού, και βρίσκεται ακριβώς πίσω από την γέφυρα της μύτης στο κέντρο στην βάση του κρανίου/εγκεφάλου. Ζυγίζει 1/2 γραμμάρια και παράγει 0.00001 γραμμάρια ορμόνης κάθε μέρα και συνδέεται στο υποθάλαμο μέσω νεύρων. Είναι ένας σημαντικός σύνδεσμος μεταξύ του νευρικού συστήματος και του ενδοκρινικού συστήματος.



Η υπόφυση αποτελείται από τρεις λοβούς:

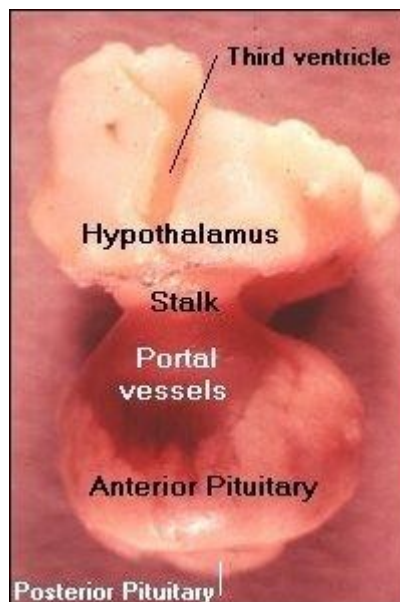
- (1) πρόσθιο (εκκρίνει πρωτεΐνες και ορμόνες)
- (2) ενδιάμεσο
- (3) οπίσθιο (είναι μια προέκταση του υποθαλάμου)

Κάθε λοβός παράγει ορμόνες οι οποίες επηρεάζουν την ανάπτυξη, σεξουαλική ανάπτυξη, μεταβολισμό, και το αναπαραγωγικό σύστημα, συγκεκριμένα τις ωοθήκες και τους όρχεις καθώς και το επινεφρίδιο, τα νεφρά, τα στήθη, το έντερο, την ουροδόχο κύστη, την μήτρα, το στομάχι και την σπλήνα.



Ο οπίσθιος λοβός αποτελείται από νευρίτες των νευρώνων του υποθαλάμου οι οποίοι

προεκτείνονται προς τα κάτω σαν μεγάλη δέσμη πίσω από τον πρόσθιο λοβό. Επίσης διαμορφώνουν τον ποδίσκο του υποθαλάμου.



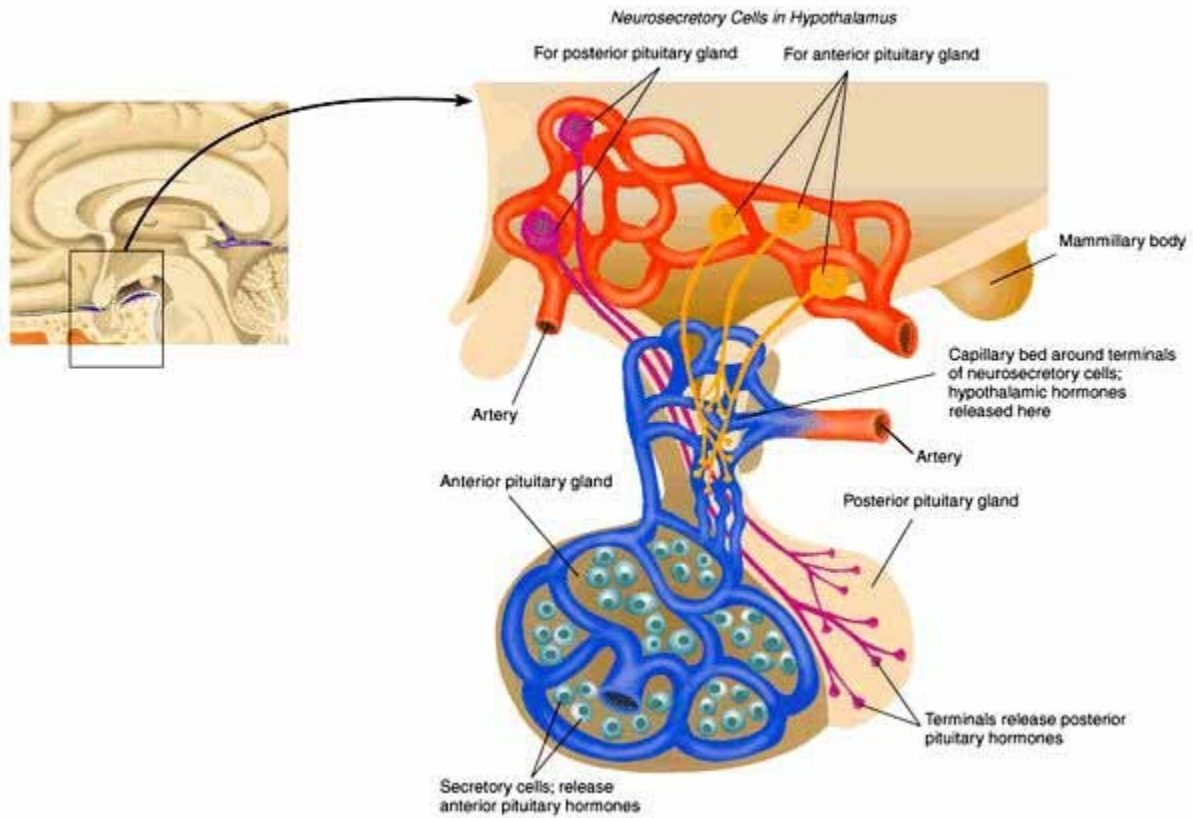
Η παραπάνω εικόνα είναι η υπόφυση ενός αρνιού και μπορείτε να δείτε τους λοβούς και την ένωση τους και πως είναι αυτό το όργανο.

Η έκκριση ορμόνης από τον εμπρόσθιο λοβό της υπόφυσης αυστηρά ελέγχεται από τις ορμόνες του υποθαλάμου. Ο υποθάλαμος είναι ένα σύμπλεγμα εγκεφαλικών κυττάρων ακριβώς πάνω από την υπόφυση, ο οποίος μεταδίδει μηνύματα από το σώμα προς τον εγκέφαλο.

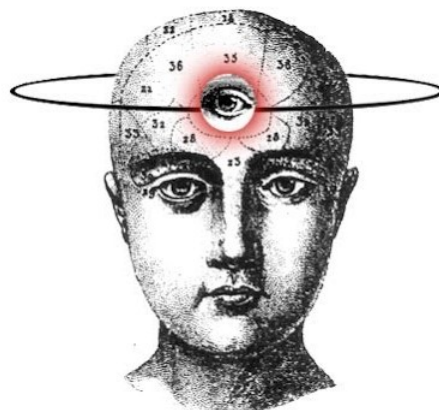
Για χρόνια η υπόφυση πιστευόταν ότι είναι το κυρίαρχο όργανο του σώματος, αλλά τώρα γνωρίζουμε ότι αυτόν τον ρόλο τον παίζει ο υποθάλαμος. Ο υποθάλαμος είναι ο σύνδεσμος της υπόφυσης με το σώμα.

Ο υποθάλαμος ανταποκρίνεται στις ανάγκες του σώματος από διεγέρσεις των νεύρων στην υπόφυση, η οποία μετατρέπει αυτά τα σήματα σε ορμόνες για τις ανάγκες του σώματος. Αυτές οι ορμόνες μετά κυκλοφορούν στο σώμα με το αίμα στους ιστούς μαζί με άλλες ενδοκρίνες.

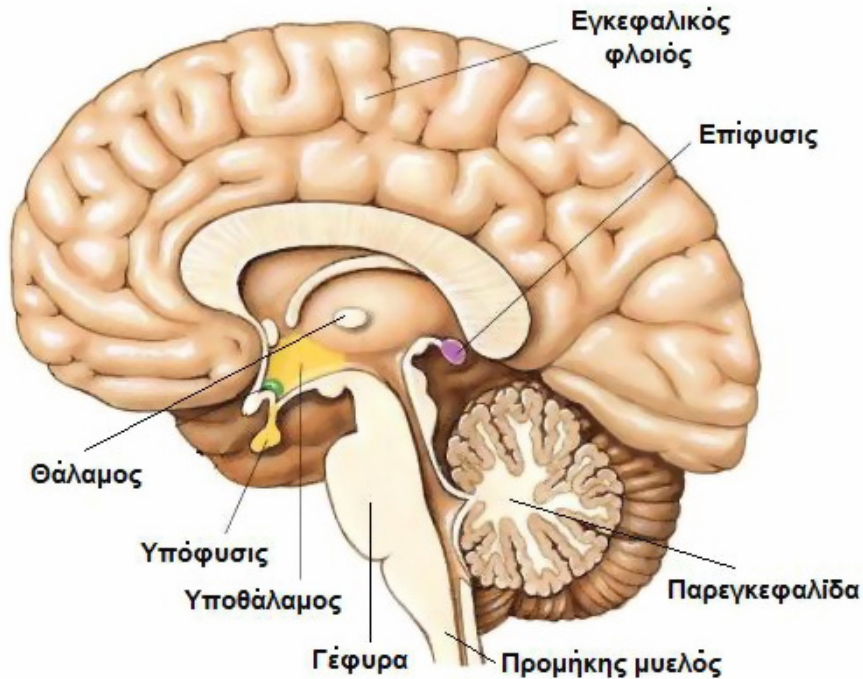
► The Pituitary Gland



Τώρα γνωρίζετε τα βασικά για την φυσιολογία και βιολογία της υπόφυσης.
Αλλά πώς συνδέεται η υπόφυση με το 6ο τσάκρα και το τρίτο μάτι;

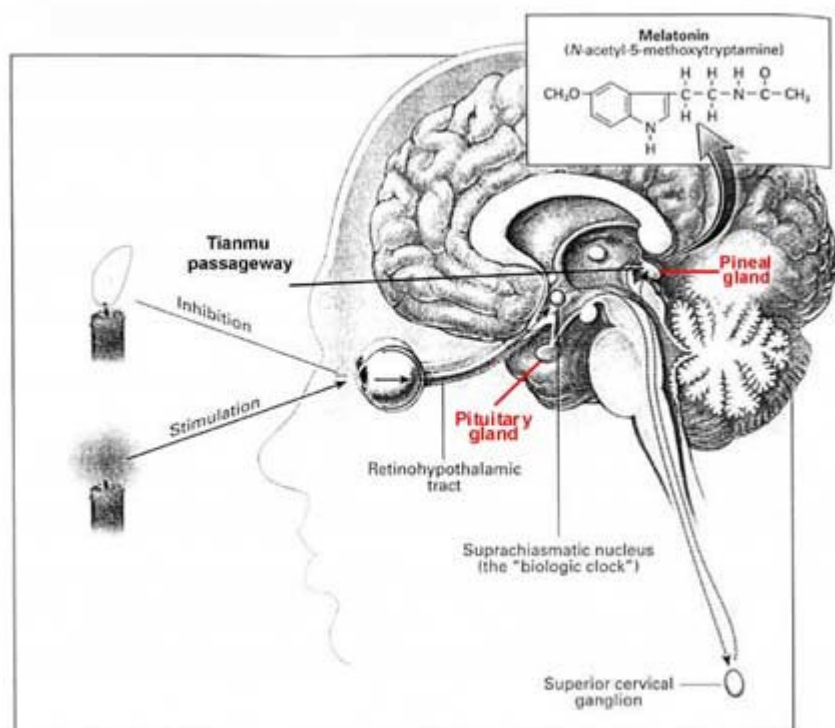


Η επίφυση



Η επίφυση είναι ένα κωνικό όργανο στο μέγεθος ενός μπιζελιού και βρίσκεται σε μια μικροσκοπική "σπηλιά" πίσω και πάνω από την υπόφυση σχεδόν στο κέντρο του εγκεφάλου. Συνδέεται στο τρίτο κοίλωμα του εγκεφάλου και παράγει την ορμόνη μελατονίνη η οποία εκκρίνεται την νύχτα λόγω απουσίας φωτός.

Όταν το φως εισέρχεται στον αμφιβληστροειδή των ματιών, το σήμα στέλνεται μέσω νεύρων σε μια περιοχή του υποθαλάμου που ονομάζεται υπερχιασματικός πυρήνας. Αυτή η οδός νομάζεται ρετινοϋποθαλαμική οδός. Από τον υπερχιασματικό πυρήνα, διεγέρσεις των νεύρων μέσω του συμπαθητικού νευρικού συστήματος ταξιδεύουν προς την επίφυση και εμποδίζουν την έκκριση της μελατονίνης. Την νύχτα που υπάρχει απουσία φωτός η επίφυση δεν λαμβάνει αυτές τις διεγέρσεις και αρχίζει να εκκρίνει την μελατονίνη.



Η μελατονίνη επηρεάζει τις ανθρώπινες δραστηριότητες. Η μελατονίνη έχει βασικά ρόλο ως βιολογικό ρολόι του ανθρώπινου οργανισμού. Έχει αντιοξειδωτικές ιδιότητες και ενισχύει το ανοσολογικό σύστημα δηλαδή το σύστημα άμυνας του σώματος μας. Αυξάνει την παραγωγή των λεμφοκυττάρων τύπου T που είναι βασικός πυλώνας της αμυντικής ικανότητας του ανοσολογικού συστήματος.

Η μελατονίνη μπορεί να βρεθεί στο ζωικό βασίλειο, Στα ερπετά, πουλιά, βρίσκεται κοντά δέρμα. Η αντίληψη για το αν είναι μέρα ή νύχτα καθορίζεται από την επίφυση και δεν είναι αναγκαίο να δούμε το φως για να καταλάβουμε αν είναι μέρα ή νύχτα. Μια άποψη αναφέρει ότι λόγω αυτής της αντίληψης ονομάζεται "τρίτο μάτι".

Η ανατομία έχει αποκαλύψει ότι το μπροστινό μέρος της επίφυσης αποτελείται με την δομή ενός κανονικού ματιού. Έτσι υπάρχει μέσα στον εγκέφαλο ως ένα υπόλειμμα ματιού.

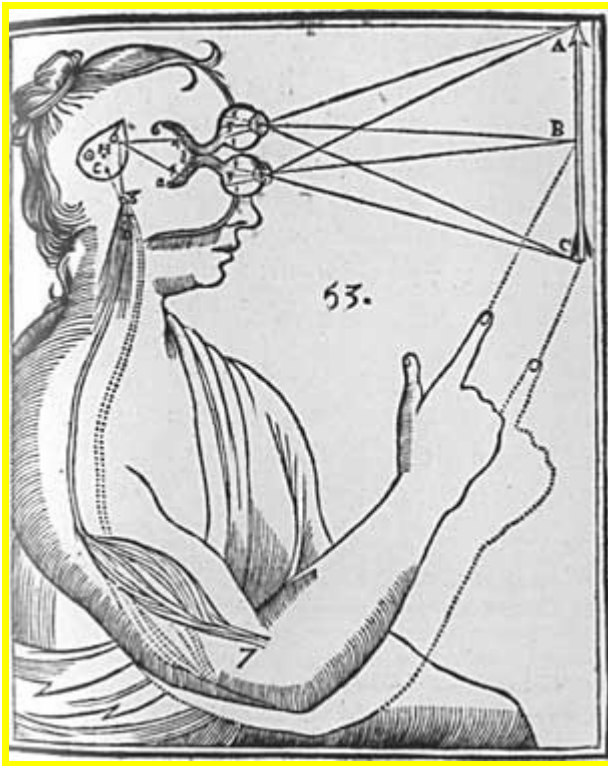
Η επίφυση αντιδρά απευθείας στο φως αλλά πως;

Η θεωρία της απευθείας σύνδεσης των οπτικών νευρών με την επίφυση μάλλον δεν είναι σωστή. Άρα με ποιον τρόπο το φως εισέρχεται στην επίφυση;

Το μαγικό τρίτο μάτι και το Αjna τσάκρα αναφέρονται από πολλές θρησκείες ότι βρίσκεται στο μεσόφρυδο και σχετίζεται με το φως.

Τον 2ο αιώνα ο Γαληνός ήταν ο πρώτος που ανέφερε το τρίτο μάτι στην δύση. Πίστευε ότι ήταν η βαλβίδα που έλεγχε την σκέψη.

Το 18ο αιώνα ο Γάλλος επιστήμονας και φιλόσοφος Καρτέσιος πίστευε ότι ήταν ο βασικός μηχανισμός της όρασης και η έδρα της ψυχής.



Το 1644 η θεωρία του Καρτέσιου για την όραση και η σύνδεση της με την επίφυση απεικονίζεται στην ξυλογραφία της διπλανής εικόνας. Πίστευε ότι το φως υποδέχεται από τα μάτια και μεταδίδεται στην επίφυση και ότι η επίφυση είναι ο σύνδεσμος της ψυχής και του σώματος.

“Στον άνθρωπο η ψυχή και το σώμα εφάπτονται το ένα στο άλλο σε ένα μόνο σημείο στην επίφυση του κεφαλιού.”

πηγή: www.princeton.edu

Το 1918 ο Nils Holmgrenin, ένας Σουηδός ανατόμος αναφέρθηκε στην επίφυση ως “το τρίτο μάτι”, επειδή ανακάλυψε κύτταρα τα οποία έμοιαζαν με τα κύτταρα του αμφιβληστροειδή σε βατράχια και

καρχαρίες. Πρόσφατες μελέτες ήδη έχουν ανακαλύψει ότι η επίφυση περιέχει φωτουποδοχείς ονομαζόμενους “τρίτο μάτι”. - πηγή: www.suneye.org

Τώρα ας αναρωτηθούμε μια σημαντική ερώτηση, όταν κλείνουμε τα μάτια μας ή κοιμόμαστε γιατί βλέπουμε εικόνες ως όνειρα ή ονειροπολήσεις αφού δεν περνάει το φως από τα μάτια μας;

Λέγεται ότι το τρίτο μάτι είναι μια ανοιχτή θύρα για το υποσυνείδητο, αυτό μπορεί να είναι αλήθεια. Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι είχαν σαν σύμβολο στο μέτωπο τους μία κόμπρα, ένα φίδι ή αλλιώς έναν δράκο, όπως λεγόντουσαν τα φίδια στην αρχαιότητα. Όμως δράκος προέρχεται από το δέρκομαι που σημαίνει: **δέρκομαι** τέρμα (τ>δ)+ κο-έω (= παρατηρώ)- βλέπω καθαρά, διακρίνω, κυρίως επί οξείας οράσεως (βλέπουσα μέχρι το τέρμα).

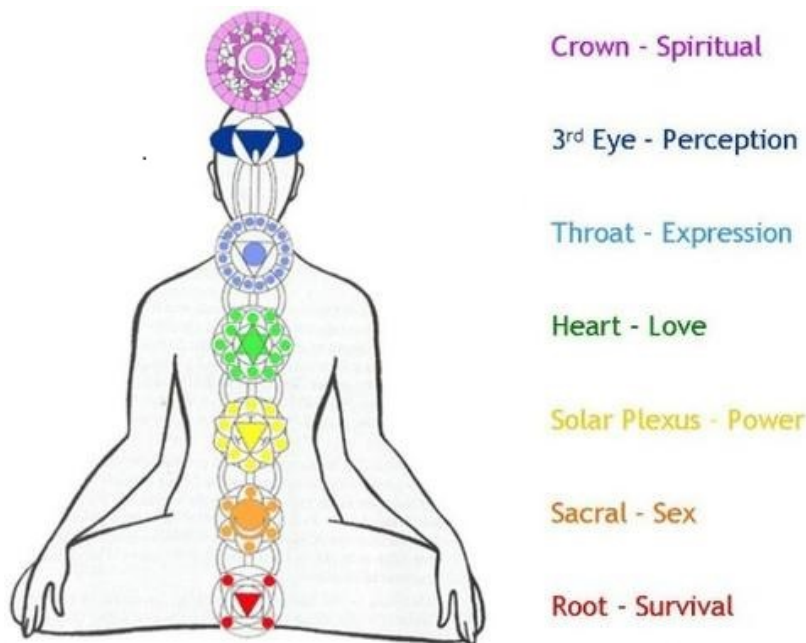
Όταν ενεργοποιηθεί η επίφυση το άτομο αρχίζει να έχει πρόσβαση πνευματικά οπτικά τόσο στο εσωτερικό της ψυχής του όσο και στο φυσικό πεδίο ως απομακρυσμένη όραση όσο και σε άλλα πεδία όπως το αστρικό.

Εσωτερικές σχολές γνωρίζουν ότι αυτή η περιοχή του εγκεφάλου συνδέει το φυσικό πεδίο με το πνευματικό πεδίο. Η ανάπτυξη των ψυχικών ικανοτήτων πάντα συνδεόταν στενά με την επίφυση.

Το τσάκρα της κεφαλής (ή του στέμματος αλλιώς), είναι ένας ενεργειακός στρόβιλος όπου ανοίγει και στην περιστροφική του δίνη ρουφάει τα άτομα της πράνα όπως είπαμε. Αυτά τα άτομα είναι υπεύθυνα για την ανάπτυξη των πνευματικών ικανοτήτων. Η είσοδος πράνα από το στέμμα ενεργοποιεί το τρίτο μάτι και τα οράματα, την διόραση και το remote viewing. Έτσι είτε κάποιος κοιμάται είτε είναι ξύπνιος δεν είναι το φως υπεύθυνο για τις εικόνες εντός των ονείρων και οραμάτων αλλά η πράνα που εισέρχεται εντός του σώματος του ανθρώπου. Καθώς η πράνα εισέρχεται από το στέμμα οι δονήσεις του αστρικού σώματος αυξάνουν και τότε το σώμα αυτό αποδεσμεύεται από το φυσικό και αποκτά συνείδηση, μνήμη, και ικανότητα οράσεως με πνευματικό τρόπο και όχι βιολογικό. Έτσι γίνεται η αστρική προβολή, τα όνειρα και η ενθύμηση των βιωμάτων αυτών.

Μιας και μάθετε να ενεργοποιείτε το Τρίτο μάτι θα έχετε πρόσβαση σε άλλα πεδία συνείδησης τα οποία είναι θαυμαστά, διότι εκεί ταξιδεύεις με την θέληση και όχι με το σώμα και τους υλικούς περιορισμούς. Υπάρχει η αίσθηση της μετεώρισης και του πετάγματος και πολλά άλλα. Αλλά για να γίνει αυτό πρέπει να αναπτυχθεί μια ειδική σχέση μεταξύ της υπόφυσης της επίφυσης και να ανοιχτούν το 6ο και 7ο τσάκρα ώστε να δέχεστε την πράνα. Όταν γίνει αυτό η επίφυση και η υπόφυση συνδέονται ενεργειακά και ενεργοποιείται το φως μέσα στον νου, δλδ η φώτιση. Με αυτήν την φώτιση το αστρικό σώμα μπορεί να φύγει από το σώμα.

Κατά μια έννοια τα τσάκρα είναι κάτι σαν όργανα για το αστρικό σώμα, όχι με την έννοια των βιολογικών οργάνων όπως τα μάτια, τα αυτιά κτλ με τα οποία ο άνθρωπος αισθάνεται το περιβάλλον του αλλά με την έννοια ότι με τα τσάκρα στο αστρικό πεδίο κάποιος μπορεί να δει αντικείμενα από πάνω, από πίσω με την δύναμη της θέλησης χωρίς να νοιάζεται αν θα κινήσει το κεφάλι του.



Τα 7 βασικά τσάκρα μπορούν να κατηγοριοποιηθούν σε τρεις ομάδες:

- (1) Χαμηλή
- (2) Μεσαία
- (3) Υψηλή

Η χαμηλή ομάδα περιέχει τα δύο τσάκρα της βάσης, το ιερό, και της σπλήνας. Τα οποία σκοπός τους είναι να τελούν δύο βασικές λειτουργίες. Να λαμβάνουν δύο δυνάμεις το φίδι της φωτιάς από την γη και την ζωτικότητα από τον ήλιο.

Η μεσαία ομάδα περιέχει τα επόμενα τρία τσάκρα του ηλιακού πλέγματος, της καρδιάς, και του λαιμού. Τα τσάκρα αυτά δουλεύουν με τις δυνάμεις που αναπτύσσουν την προσωπικότητα. Φαίνεται ότι τρέφουν νευρικά κέντρα στο σώμα.

Η υψηλή ομάδα περιέχει το τσάκρα του τρίτου ματιού και του στέμματος. Τα τσάκρα αυτά στέκονται ξεχωριστά από τα υπόλοιπα. Ενεργοποιούνται μόνο όταν ικανή πνευματική ανάπτυξη έχει επιτευχθεί από το άτομο.

Παρακάτω δίνονται μερικές πολύ συνοπτικές πληροφορίες σχετικά με τις ομάδες μεσαία και υψηλή των τσάκρα, και οι επιδράσεις τους που έχουν στο άτομο:

Ηλιακό Τσάκρα (3ο τσάκρα)



Όταν το τσάκρα του Ηλιακού πλέγματος ανοίγει το άτομο αρχίζει να έχει συνείδηση του αστρικού πεδίου και τις επιδράσεις του πάνω του και κατά συνέπεια αρχίζει να νιώθει άλλες φορές ευχάριστα και άλλες φορές δυσάρεστα προς αυτές τις καταστάσεις κάθε φορά χωρίς να γνωρίζει το γιατί.

Τσάκρα της Καρδιάς (4ο τσάκρα)



Η ενεργοποίηση του τσάκρα της καρδιάς κάνει το άτομο να έχει επίγνωση της ευθυμίας και της λύπης και δυστυχίας των άλλων ατόμων με ψυχικό τρόπο, πολλές φορές με διαισθηση ή εμπάθεια (empathy). Στην πραγματικότητα γίνεται δέκτης των συναισθημάτων των άλλων. Η συναισθηματική κατάσταση των άλλων επηρεάζει το άτομο τηλεπαθητικά και το άτομο αρχίζει να έχει εναλλαγές στην διάθεση χωρίς να καταλαβαίνει το γιατί αν δεν γνωρίζει την θεωρία των τσάκρα.

Τσάκρα του Λαιμού (5ο τσάκρα)



Η δραστηριότητα του τσάκρα του λαιμού ενεργοποιεί στο άτομο την διακοή και το άτομο αρχίζει να ακούει φωνές, που μερικές φορές είναι ευχάριστες και άλλες φορές δυσάρεστες, υβριστικές και γενικά όλων των ειδών της εκδήλωσης της προσωπικότητας. Κάποιες φορές ακούνε μουσική ή άλλους ήχους όπως κρότοι, καμπανάκια, ήχοι ζώων κτλ που μπορεί να παραξενεύσουν το άτομο ή να το τρομάξουν.

Τσάκρα του τρίτου ματιού (6ο τσάκρα)



Όταν το τσάκρα του τρίτου ματιού ενεργοποιηθεί το άτομο ξεκινά να βλέπει οράματα. Αρχικά είναι μέρη και τοποθεσίες, χρώματα, σύννεφα χρωματιστά κτλ. Αυτό είναι η απομακρυσμένη όραση, remote viewing.

Το τρίτο μάτι συνδέεται με την πνευματική όραση και με έναν άλλο τρόπο. Όταν ενεργοποιείται η ενέργεια από τον στρόβιλο ενέργειας (τσάκρα) αρχίζει να προεκτείνεται σαν μικρός αγωγός προς τα εμπρός και να διαμορφώνει μια περιοχή προβολής μπροστά στο μέτωπο. Αυτήν την λειτουργία την συμβόλιζαν με ένα φίδι και ήταν το σύμβολο των Φαραώ που κατείχαν αυτήν την ιδιότητα. Το φίδι κόμπρα στο μέτωπο των Φαραώ αναφερόταν σε αυτήν την πνευματική λειτουργία. Ο ενεργειακός αγωγός

αυτός του τρίτου ματιού στο άκρο του μπορεί να μεγεθύνεται ή να μικραίνει λειτουργώντας έτσι σαν εργαλείο εστίασης. Έτσι με αυτό το αστρικό "όργανο" μπορεί να μελετηθούν λεπτομέρειες μικρές ή μεγάλες στο αντικείμενο παρατήρησης. Σε άλλες παρομοιώσεις σε διάφορα βιβλία αναφέρεται αυτό το χαρακτηριστικό της εστίασης ως την ικανότητα του ατόμου να γίνεται πολύ μεγάλο ή πολύ μικρό, όπως ακριβώς στο μυθιστόρημα η Αλίκη στην χώρα των θαυμάτων.

Τσάκρα του στέμματος (7ο τσάκρα)



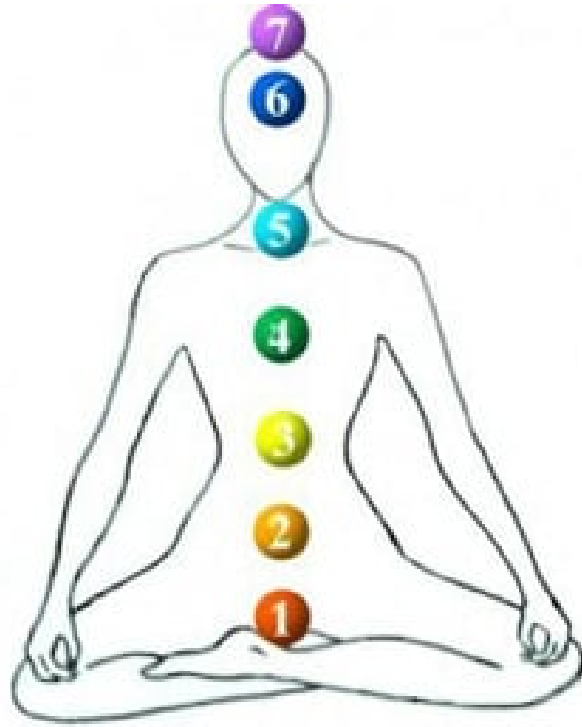
Όταν το τσάκρα της κεφαλής ενεργοποιηθεί το άτομο είναι ικανό να αφήνει το σώμα του με πλήρη συνείδηση και να επιστρέφει θυμώντας κάθε λεπτομέρεια του ταξιδιού του χωρίς να έχει το συνηθισμένο διάλειμμα του ύπνου και των ονείρων και της εναλλαγής της ημέρας και νύχτας. Αυτή η ικανότητα σε κάποιον απροετοίμαστο είναι τρομερά εξουθενωτική και ενεργοβόρα.

Τι είναι η Κουνταλίνη (Kundalini)

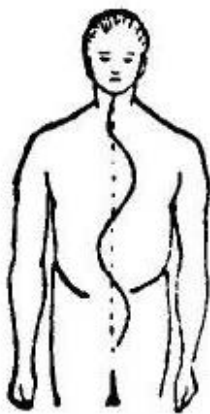
Η κουνταλίνη είναι μια αόρατη δύναμη στο ενεργειακό σώμα του ανθρώπου. Εντοπίζεται σαν να βρίσκεται σε μια "φωλιά" και αποτελείται από 7 ομόκεντρες σφαίρες ενέργειας την μία μέσα στην άλλη.

Αυτές οι 7 ομόκεντρες σφαίρες ενέργειας υπάρχουν στο τσάκρα της βάσης κοντά στον κόγγυγα. Σε έναν συνηθισμένο άνθρωπο μόνο η εξωτερική σφαίρα είναι ενεργή ενώ οι άλλες είναι σε αδράνεια.

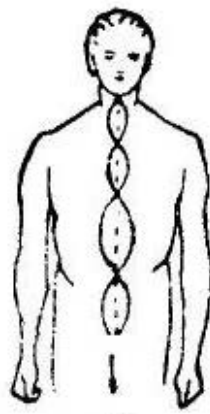
Ένας τρόπος για να ενεργοποιήσετε τα τσάκρα είναι με το να ξυπνήσετε αυτήν την ενέργεια, με το να απελευθερώσετε τις υπόλοιπες 6 σφαίρες και να τις αφήσετε να ανέλθουν προς τα πάνω διαπερνώντας τα τσάκρα και γεμίζοντας τα με ενέργεια.



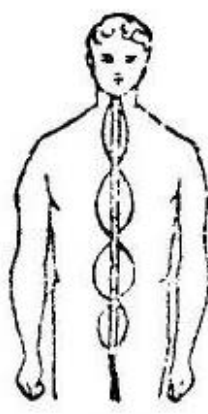
Η κουνταλίνη κοιμάται σαν ένα κουλουριασμένο φίδι και όταν ξυπνάει εισέρχεται στο ενεργειακό σύστημα του ανθρώπου από το τσάκρα της βάσης. Η κουνταλίνη ρέει μέσα από το κανάλι της σπονδυλικής στήλης, σουσούμνα, και ανέρχεται προς τα άνω διαπερνώντας όλα τα τσάκρα. Καθώς ανέρχεται τροφοδοτεί με ενέργεια τα τσάκρα και με δονήσεις κάνοντας τα να ανοίγουν και να αυξάνεται η κατάσταση δόνησης τους.



(a)



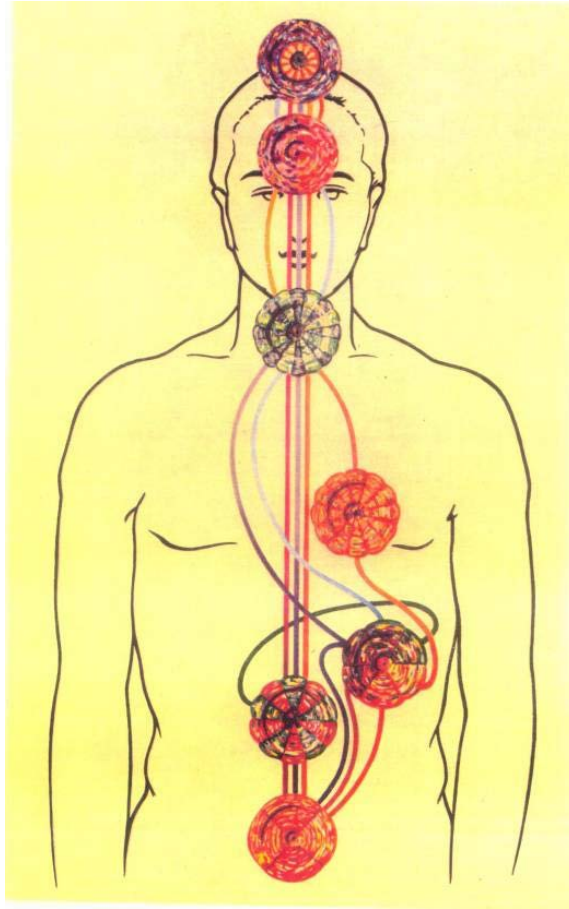
(b)



(c)



(d)



Καθώς η κουνταλίνη ανέρχεται δονεί κάθε τσάκρα στην δικιά του συχνότητα. Ο βαθμός απόδοσης κάθε τσάκρα εξαρτάται από τον βαθμό συνείδησης του ατόμου για κάθε μέρος της ύπαρξης που κάθε τσάκρα λειτουργεί. (Για παράδειγμα αν το άτομο έχει ενεργό το τσάκρα που είναι υπεύθυνο για το άκουσμα ήχων τότε αυτή η ικανότητα αυξάνει, αν ακόμη το άτομο δεν έχει αυτή την αντίληψη το τσάκρα έχει λιγότερη απόδοση). Επίσης η απόδοση εξαρτάται από τυχόν μπλοκαρίσματα ενέργειας που προκαλούν αρνητικά συναισθήματα όπως φόβος, άγχος, αγωνία επιβίωσης κτλ. Όσο πιο απελευθερωμένο είναι ένα άτομο από άγχος, φοβίες, ενοχές κτλ και όσο πιο αυξημένη συνείδηση έχει τόσο καλύτερη απόδοση έχει η ροή της κουνταλίνη στο ενεργειακό του σώμα.

Παρακαλώ διαβάστε τα επόμενα προσεκτικά:

Ένα ταξίδι της Κουνταλίνη διαμέσω των τσάκρα

Παρακάτω υπάρχει μία πολύ, πολύ, πολύ περιληπτική περιγραφή:

1. Όταν το φίδι-φωτιά ξυπνήσει στο άτομο στο αστρικό επίπεδο, κατευθύνεται στο δεύτερο τσάκρα το οποίο αντιστοιχεί στην φυσική σπλήνα και μέσω αυτού του σημείου ζωογονοποιεί όλο το αστρικό σώμα.
2. Μετά κατευθύνεται στο Ηλιακό πλέγμα, τρίτο τσάκρα, και ενεργοποιεί την συνείδηση σε κάθε πνευματική αντίληψη και ικανότητα που θα φανερωθεί μετά.
3. Μετά κατευθύνεται στο 4ο τσάκρα, και ενεργοποιεί την ικανότητα της διαίσθησης και της εμπάθειας, και το άτομο αρχίζει να λαμβάνει απομακρυσμένα τα συναισθήματα άλλων.
4. Μετά κατευθύνεται στο 5ο τσάκρα του λαιμού και δίνει την ικανότητα της διακοής στο αστρικό πεδίο.
5. Μετά κατευθύνεται στο 6ο τσάκρα και αναπτύσσει την ικανότητα της διόρασης.
6. Τέλος κατευθύνεται στην κεφαλή και στο 7ο τσάκρα και δίνει την ικανότητα της συνεχούς συνείδησης και της αστρικού ταξιδιού.

Σκεφτείτε την κουνταλίνη σαν μία υγρή φωτιά η οποία ρέει μέσα στο σώμα όταν ενεργοποιηθεί. Για τους περισσότερους αυτή η δύναμη μένει αδρανής για όλη τους την ζωή.

Υπάρχουν διάφορες μέθοδοι που μπορείτε να ξυπνήσετε την κουνταλίνη. Μερικές μέθοδοι είναι η ισχυρή θέληση, ασκήσεις αναπνοών, ήχοι μάντρα, διάφορες κινήσεις, κτλ.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ

Λέγεται ότι είναι προτιμότερο να αφήσει κάποιος την κουνταλίνη να κοιμάται μέχρι το άτομο να αποκτήσει μια ισχυρή θέληση, ηθική και αγνό τρόπο σκέψης ώστε να μπορέσει να την ελέγξει, και να την ενεργοποιήσει χωρίς να τραυματιστεί.

Αλλά το πιο σημαντικό.

Κανείς δεν πρέπει να μπει στον πειρασμό να πειραματιστεί χωρίς την παρακολούθηση ενός δασκάλου που να μπορεί να βλέπει τι γίνεται, διότι οι κίνδυνοι είναι πολύ σοβαροί και πολύ αληθινοί.

Η επικίνδυνη πλευρά τής κουνταλίνη

Εάν η κουνταλίνη γίνει ανεξέλεγκτη συχνά προκαλεί πόνο στο φυσικό σώμα, μπορεί επίσης να καταστρέψει την ζωή! Αλλά δεν είναι μόνο αυτά τα κακά, μπορεί να βλάψει ακόμη και τα ενεργειακά σώματα πέραν του φυσικού.

Εάν ξυπνήσει πρόωρα, μία συνηθισμένη παρενέργεια είναι να στραφεί αντί προς τα άνω προς τα κάτω και αντί να φέρει πνευματική ανάταση το ακριβώς αντίθετο, να ξυπνήσει τις πιο κολασμένες επιθυμίες και πάθη κάνοντας κάποιον ανίκανο να αντισταθεί. Τέτοιοι άνθρωποι γίνονται τέρατα της αχρειότητας και συνδέονται με την κατώτερη τάξη της ύπαρξης, κάτι που για να ξεπεραστεί θα χρειαστεί παραπάνω από μια ενσάρκωση.

Άλλες δυσάρεστες πιθανότητες είναι να επηρεάσει το πνεύμα και να αυξηθεί η ματαιοδοξία σε απίστευτο βαθμό. Αυτή η κατάσταση μπορεί να φέρει μεγάλο βαθμό πνευματικής ικανότητας αλλά όχι θετικής, αυξάνει την σατανική υπερηφάνεια αδιανόητα υπερβολικά σε ένα πρόσωπο.

Η κουνταλίνη δεν είναι κοινή ενέργεια. Είναι ατίθαση. Μόνο με την καθοδήγηση ενός δασκάλου ο οποίος σας παρατηρεί πρέπει να γίνεται η προσπάθεια αφύπνισης της. Σύμφωνα με τα λόγια στο Hathayoga Pradipika: Η κουνταλίνη δίνει απελευθέρωση στους γιόγκις και δεσμά στους ηλίθιους.”

Πέρα από την κουνταλίνη υπάρχει άλλη μία δύναμη η οποία εισέρχεται στο σώμα από το τσάκρα της κεφαλής και ρέει προς τα κάτω μέσα από την σπονδυλική στήλη και περνά μέσα από τα τσάκρα. Είναι μια αγνή και θεία δύναμη ζωτικής σημασίας. Τα αρχαία κείμενα της Ινδίας αποκαλούν αυτήν, ενέργεια του Θεού Σίβα, που η απλή παρουσία της ενεργοποιεί την μεταμόρφωση προς το Θείο.



Να θυμάστε τα τσάκρα λειτουργούν ως δέκτες ενέργειας και των δονήσεων τους και πληροφοριών που ενυπάρχουν στο φυσικό πεδίο και που μας συνδέουν με απεριόριστες κοσμικές ενέργειες.

Επίσης πρέπει να σημειωθεί ότι τα τσάκρα ακτινοβολούν ενέργεια στο περίγυρο μας. Μέσω των τσάκρα μας μπορούμε να στείλουμε ενέργεια σε δονήσεις με το περιεχόμενο των σκέψεων μας, έτσι μπορούμε να δώσουμε αγάπη, συμπάθεια, θεραπεία κτλ. Βέβαια μπορούμε να στείλουμε και αρνητικά συναισθήματα και σκέψεις. Όλες αυτές οι ενέργειες θα επηρεάσουν τους γύρω μας που θα τις δεχτούν και κάποια ενέργεια θα προσκολληθεί σε υλικά αντικείμενα και θα δονείται στον χώρο μέσα από αυτά.

Οι περισσότεροι από μας είμαστε τόσο δεμένοι με την υλική πραγματικότητα που νομίζουμε ότι η συνείδηση μας αντιλαμβάνεται μόνο αυτήν την κατάσταση. Έτσι δεν γνωρίζουμε σχεδόν τίποτα από την αστρική κατάσταση. Ο μόνος τρόπος για να φέρουμε τον εαυτό μας σε κατάσταση να βιώσει και άλλες μορφές συνείδησης όπως η αστρική είναι να κάνουμε συνεχή εξάσκηση μεθόδων ενεργοποίησης των τσάκρα. Και όταν λέμε συνεχής, εννοούμε συνεχής!

Πώς να ξυπνήσετε τα τσάκρα σας!

Μπορείτε να ξυπνήσετε τα τσάκρα σας με μια ποικιλία μεθόδων, που μπορείτε να μάθετε από διάφορα βιβλία. Αλλά το σημαντικότερο από όλα που πρέπει να δώσω έμφαση είναι ότι για να πετύχει αυτό το "πάσχισμα" απαιτείται αποφασιστικότητα και θέληση μεγάλης διάρκειας, αλλιώς, *οι ασκήσεις αν και φαίνονται απλές δεν δίνουν αποτελέσματα σε μια μέρα, σε μια βδομάδα ή σε ένα μήνα! Αν απογοητευτείτε από αυτό η έλλειψη θελήσεως θα σας έχει νικήσει. Πρέπει να κάνετε τις ασκήσεις ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ! Δεν υπάρχει άλλος τρόπος πρέπει εσείς να κάνετε την εργασία.*

Οι επόμενες σελίδες θα σας καθοδηγήσουν σε διάφορες τεχνικές και ασκήσεις για να σας βοηθήσουν να ξυπνήσετε/ανοίξετε/ενεργοποιήσετε τα τσάκρας σας και τον ανώτερο εαυτό σας, συμπεριλαμβανομένου την ενδυνάμωση των ψυχικών σας ικανοτήτων φωτίζοντας την υψηλή σας συνείδηση και ανοίγοντας ένα παράθυρο ή πόρτα προς το συνειδητό νου για το αστρικό πεδίο.

Μερικές από αυτές τις τεχνικές και ασκήσεις είναι μυστικά καλά φυλαγμένα που ασκούνταν και κατανοούνταν μόνο από εσωτερικές σχολές μέσα στα χρόνια. Γνωρίζοντας αυτά μερικοί μπορεί να νιώσουν άβολα διότι πιστεύουν ότι τα μυστικά αυτά δίνονται στις μάζες και διότι πιστεύουν ότι πρέπει να φυλάγονται μόνο για αυτούς που πρέπει να γνωρίζουν.

Λοιπόν η απάντησή μου σε αυτούς είναι απλή: Μην ανησυχείτε το 99,999% του πληθυσμού του πλανήτη δεν θα καταλάβει ακόμη και αν όλα τα μυστικά αποκαλυφθούν. Ακόμη και να δοθεί η γνώση οι περισσότεροι θα αποτύχουν διότι δεν θα έχουν την υπομονή, τον ζήλο και την θέληση να ασκήσουν και να τελειοποιήσουν αυτά τα μυστικά. Αυτές οι ασκήσεις και οι τεχνικές είναι για αυτούς που θέλουν πραγματικά να αναπτυχθούν και όχι για αυτούς που θέλουν απλά να παίξουν. Όπως λέει μια έκφραση “μπορείς να οδηγήσεις το άλογο στο νερό, αλλά δεν μπορείς να το κάνεις να πιει το νερό.

Έτσι με όλα αυτά που είπα, θέλω να γνωρίζετε ότι δεν είναι αναγκαίο να κατέχετε κάποια μεταφυσική δύναμη για να ασχοληθείτε με τα τσάκρας. Όλα όσα χρειάζεστε είναι η γνώση πώς να κάνετε τις ασκήσεις και την θεωρία πώς δουλεύει το σύστημα της ενέργειας. Κατανοώντας το σύστημα ενέργειας και την λειτουργία των τσάκρας θα σας βοηθήσει να μάθετε πράγματα για τον εαυτό σας, θα σας αναπτύξει σε ένα θαυμάσιο πνευματικό ον και θα έχετε μια θαυμαστή εξέλιξη και θα χαρείτε την ζωή και προπαντός θα αποβάλλετε πολλούς φόβους για τα μεταφυσικά συνηθίζοντας καταστάσεις όπως διακοή, διόραση κτλ.

Θέλετε να αρχίσουμε;

Οι ασκήσεις που ακολουθούν υπάρχουν στο βιβλίο ***Wisdom of the Mystic Masters* του Joseph Weed, *The Chakra Handbook* του Shalila Sharamon & Bodo J. Baginski**, και πάρθηκαν από πολλές άλλες σημειώσεις ξεχασμένες στον χρόνο.

Το άνοιγμα των τσάκρας ένα ταξίδι προς τον αληθινό εαυτό.

Είναι ένας ολιστικός τρόπος να ξεδιπλώνετε την δυναμική που έχετε ως ανθρώπινο ον. Δεν υπάρχουν σύντομες μέθοδοι! Αν δουλέψετε στα τσάκρας σας και ειδικά στα τρία ανώτερα της υψηλής ομάδας σε ένα χρόνο από τώρα θα μπορείτε να κάνετε πράγματα που ούτε φαντάζεστε και νομίζατε αδύνατα.

Ο βασικός νόμος του σύμπαντος είναι ότι η ενέργεια ρέει διαμέσω. Για αυτό τον λόγο βιώνουμε χάσιμο ενέργειας όταν στρέφουμε την προσοχή μας σε πρόσωπα ή αντικείμενα ίσης ή χαμηλότερης ενέργειας από την δικιά μας. Αυτό ονομάζεται “νόμος της καθόδου της ενέργειας”. Ωστόσο το αντίθετο γίνεται όταν η προσοχή μας σε υπάρξεις υψηλότερης δονήσεως, σε αυτήν την περίπτωση λαμβάνουμε ενέργεια.

Σημείωση: Επειδή το τσάκρα της καρδιάς είναι το πιο σημαντικό τσάκρα, παρακαλώ δώστε περισσότερο προσοχή στο τσάκρα της καρδιάς και αναπτύξτε το πλήρως. Είναι ένα από τα δύο τσάκρα που απευθείας συνδέεται με τον ανώτερο σας εαυτό και μέσα από αυτό οι ενέργειες εισέρχονται στο σώμα. Το άλλο τσάκρα είναι της κεφαλής ή του στέμματος όπως λέγεται.

Τα τσάκρα προτείνεται να ανοιχτούν με συγκεκριμένη σειρά για την αποφυγή καταστάσεων που δεν θα μπορείτε να ελέγξετε σε κάθε άλλη περίπτωση.

Για παράδειγμα αν δεν αναπτυχθεί η συμπόνια στο τσάκρα της καρδιάς και έρθετε αντιμέτωποι με φωνές και οράματα από το άνοιγμα του τσάκρα του λαιμού και του τρίτου ματιού κινδυνεύετε να γίνετε επιθετικοί και αρνητικοί στα βιώματα αυτά.

Για τον λόγο αυτό προτείνεται μια συγκεκριμένη σειρά ανοίγματος των τσάκρα. Αυτή είναι:

1ο Τσάκρα Καρδιάς, 2ο Τσάκρα Τρίτου ματιού, 3ο Τσάκρα κορόνας, 4ο Τσάκρα λαιμού και μετά τα τσάκρα της κατώτερης ομάδας (1ο βάσης, 2ο ιερό, 3ο ηλιακού πλέγματος).

Οι παρακάτω ασκήσεις είναι σχεδιασμένες για να σας βοηθήσουν να καθαρίσετε και να αναπτύξετε το τσάκρα της καρδιάς.

Το 4ο τσάκρα, το τσάκρα της καρδιάς

Διαλογισμός:

Αυτές δεν είναι ασκήσεις της Χάθα Γιόγκα. Δεν θα πρέπει να υπάρχει συμπίεση στην αναπνοή. Η αναπνοή σας πρέπει να είναι κανονική αλλά βαθιά.

1. Καθίστε ευθυτενής σε μια καρέκλα με ίσια πλάτη. Αυτό που πρέπει να κάνετε είναι να έχετε ίσια την σπονδυλική σας στήλη και όχι λυγισμένη ή καμπουριασμένη. Κλείστε κάθε πηγή ήχου και φροντίστε να μην σας διακόψει κάποιος. Επειδή το νευρικό σύστημα χαλαρώνει στις ασκήσεις διαλογισμού δεν πρέπει να υπάρχουν απότομες μεταβολές ή ξαφνιάσματα όπως χτύποι τηλεφώνου, κάποιος να εισέλθει στο δωμάτιο κτλ.

2. Κλείστε τα μάτια σας και στρέψτε την προσοχή σας στην καρδιά.

3. Φανταστείτε ότι εισέρχεστε στην καρδιά σας.

4. Προς έκπληξη σας δείτε ότι στέκεστε σε ένα πράσινο λιβάδι στην εξοχή. Ο ουρανός από πάνω είναι φωτεινός ρόζ. Μπροστά σας βρίσκεται ένας καταπράσινος λόφος και στην κορυφή του ένας ναός. Ο ναός αυτός είναι η καρδιά σας. Κρατήστε αυτόν τον οραματισμό.

5. Τώρα σκαρφαλώστε στον λόφο. Ανεβαίνετε την πλαγιά προς τον ναό. Ανεβαίνετε τα σκαλοπατάκια του ναού και εισέρχεστε από την είσοδο. Παρατηρείστε την εμφάνιση του ναού. Είναι καθαρά ή έχει σκόνη;

6. Περπατάτε στο εσωτερικό όπου έχει μια απαλή ομίχλη και ένα φως μέσα της. Πλησιάστε το κεντρικό σημείο του ναού. Η φλόγα τώρα φαίνεται και μεγαλώνει καθώς πλησιάζετε. Κυματίζει και παίζει μέσα στην ομίχλη στον ρυθμό που η καρδιά σας χτυπά στο κέντρο του ναού.

7. Θαυμάστε την φλόγα. Στείλτε της την ενέργεια σας. Δείτε την να μεγαλώνει και να αγγίζει την οροφή του ναού 40 μέτρα ψηλά. Τροφοδοτείτε την φλόγα της καρδιάς σας. Την αναπτύσσετε. Αναπνεύστε βαθιά και συνειδητοποιείτε βαθιά μέσα σας ότι ενέργεια στο κέντρο του τσάκρα της καρδιάς εισέρχεται και μεγαλώνει και αυτό ανθίζει και ο στρόβιλος ενέργειας σε αυτό το σημείο ανοίγει.

8. Ανοίξτε τα μάτια σας και καθίστε ήσυχα για 5 λεπτά πριν σηκωθείτε και τελειώσετε την άσκηση.

Ασκηθείτε με αυτόν τον διαλογισμό όχι πάνω από 2 φορές την εβδομάδα για αρχή.

Μουσική: Ακούτε κλασική, new age, μουσική των θρησκειών της Δύσης και της Ανατολής. Αφήστε να ξυπνήσει μέσα σας η δύναμη της αγάπης.

Ήχος: Ηχήστε το φωνήεν "Αα" σε τόνο Φα.

Mantra: Γιάμ

Χρώμα: Πράσινο, όπως τα λιβάδια, τα δάση, παρέχει αρμονία και συμπάθεια. Αισθανθείτε την συμπάθεια και την εσωτερική γαλήνη και ειρήνη. Το ροζ χαλαρώνει τις εντάσεις στην καρδιά μας και ξυπνάει συναισθήματα αγάπης και επίσης διεγείρει την δημιουργική δραστηριότητα.

Αρωματικό: Η ευωδία των αιθέριων ελαίων των Ρόδων εναρμονίζει την ευζωία μας και ξυπνά την αντίληψη μας για αγάπη, ομορφιά και αρμονία σε όλους του τομείς της Δημιουργίας.

Yoga: Bhakti Yoga

Γίνεται πολύς λόγος για τα Αρχαία Αιγυπτιακά μυστήρια και την εισαγωγή του μύστη σε αυτά. Αποφάσισα να σας πω τι προσωπικά πιστεύω για το τι ήταν αυτά τα μυστήρια και η εισαγωγή σε αυτά. Η τελευταία άσκηση θα σας καθοδηγήσει σωστά σε αυτό το ταξίδι.

Τι ήταν ακριβώς η μύηση στα μυστήρια;

Η μύηση σημαίνει να γίνει κάποιος ενσυνείδητος για τα υψηλότερα πνευματικά πεδία. Αυτή η συνειδητοποίηση συμπεριλάμβανε χρόνια άσκησης πνευματικής και φυσικής ώστε να δυναμώσουν τα νεύρα για να είναι ικανά να δεχτούν τις δονήσεις ενέργειας των ανώτερων πεδίων χωρίς να πάθει βλάβη ο μύστης.

Ο ήχος πάντα έπαιζε ένα σημαντικό ρόλο στην ψυχική ανάπτυξη. Κάθε έσχατος ήχος που είναι σχεδιασμένος να προκαλεί μια ψυχική επίδραση στον άνθρωπο ονομάζεται μάντραμ. Τα πιο σημαντικά μάντραμ είναι τα: "θώου", "έημ", "μεχ" και "ουρρ".

Το "θώου" επηρεάζει το τσάκρα του λαιμού.

Το "έημ" επηρεάζει το τσάκρα της καρδιάς.

Το "μεχ" επηρεάζει το νευρικό σύστημα και το τσάκρα της καρδιάς.

Το "ουρ" επαναφέρει την ισορροπία μετά από μια αναστάτωση και καθαρίζει τα τσάκρα από δονήσεις που τα μπλοκάρουν.

Περισσότερες ασκήσεις για το τσάκρα της καρδιάς:

(1) Στρέψτε την προσοχή σας στην καρδιά. Οραματιστείτε την ενέργεια να ρέει μέσα και γύρω από την καρδιά σας σαν ένα ροζ σύννεφο και εκφωνείτε τα διάφορα μάντραμ της καρδιάς. Ασκηθείτε με αυτήν την άσκηση για 2 φορές την εβδομάδα.

Για τις υπόλοιπες μέρες της εβδομάδος εξασκείστε μία ή περισσότερες ασκήσεις από τις παρακάτω:

(2) Μάντραμ: Καθίστε άνετα με τα πόδια να ακουμπάνε στο πάτωμα, την σπονδυλική σας στήλη ίσια και το κεφάλι σας όρθιο. Ηχήστε απαλά και σχεδόν ηχηρά το παρακάτω μάντραμ επτά φορές χωρίς πάυση και χωρίς να αλλάξετε τόνο.

Pa-Μέη-Pa-Ma-Pa-Μέη

(3) Χρώματα και μάντραμ: Καθίστε όπως πριν. Οραματιστείτε ένα ροζ σύννεφο να σας περιβάλει στο ύψος της καρδιάς. Οραματιστείτε το σύννεφο να δονείτε όμοια με τους χτύπους της καρδιάς σας. Ηχήστε απαλά το παρακάτω μάντραμ:

Ooo-Ooo-Ooo-Ooo-Ooo-Ooo-Ooo-Ooo-Oομμ

Οι ήχοι πρέπει να συνδυάζονται με τον οραματισμό του ροζ σύννεφου.

(4) Ροή ενέργειας. Καθίστε όπως πριν. Οραματιστείτε ένα ΛΕΥΚΟ σύννεφο δονούμενης ενέργειας πάνω από το κεφάλι σας. Το σύννεφο θα πρέπει να είναι πολύ λευκό σαν το χιόνι που αστράφτει στην λιακάδα. Θα πρέπει να ξέρετε ότι αυτό το σύννεφο περιέχει ενέργεια ζωτικής μορφής του υψηλότερου είδους. Έπειτα με την θέληση σας φέρτε το σύννεφο αυτό προς τα κάτω στο ύψος της καρδιάς και δείτε το να εισέρχεται στο σώμα από τα αριστερά της σπονδυλικής στήλης από την ωμοπλάτη.

Οι παραπάνω ασκήσεις θα σας δώσουν μια μεγάλη ποσότητα ενέργειας στο τσάκρα της καρδιάς και αν δεν κάνετε κάτι για να την μπλοκάρετε ή να την απωθήσετε προς τα κάτω τσάκρα μέσα σε 2 μήνες θα δείτε τις αλλαγές στον εαυτό σας.

Μην κάνετε το λάθος να κατασπαταλήσετε αυτήν την πολύτιμη ενέργεια σε ανάξια σχέδια (π.χ. ρομαντικά ειδύλλια, κτλ). Αν επιτρέψετε να σας βοηθήσει αυτή η ενέργεια όπως μπορεί θα δείτε σιγά σιγά ότι θα αρχίσετε να μπορείτε να κατανοείτε τους άλλους καλύτερα, να αισθάνεστε τα συναισθήματα τους χωρίς να σας τα λένε, να διαβάζετε τις σκέψεις τους κτλ. Προσπαθήστε να καταλάβετε ότι αυτές οι ασκήσεις είναι θεμελιώδεις για την ασφαλή ανάπτυξη των τσάκρα της υψηλής ομάδος (7ο, 6ο, 5ο).

Σημείωση: Θέλω να γνωρίζετε ότι έχω αφήσει απέξω όλες τις ασκήσεις που είναι εισαγωγικές για τις ασκήσεις των τσάκρα ως ο οραματισμός ενός ροζ σύννεφου για ένα λεπτό, η αλλαγή χρώματος σε μπλε, μετά σε άσπρο, η ακρόαση ενός ήχου βιολιού για ένα λεπτό, η άσκηση της σκέψης μιας μόνο σκέψης κτλ. Όλα αυτά είναι τα βασικά στοιχεία του διαλογισμού και θα πρέπει να τα γνωρίζετε πριν ξεκινήσετε οραματισμούς και συγκέντρωση σε ασκήσεις των τσάκρα.

Επίσης αισθανθείτε άνετα να αυξήσετε τις επαναλήψεις πέρα των 2 φορές που επισήμανα προηγουμένως. Δεν θα πρέπει όμως να το παρακάνετε διότι αυτό θα επιβραδύνει την ανάπτυξη των τσάκρα σας.

Οι ασκήσεις που ακολουθούν είναι λίγο διαφορετικές από αυτές που έχουν δοθεί για το τσάκρα της καρδιάς και αυτών ειδικά της κατώτερης ομάδας το ιερό τσάκρα, του ηλιακού πλέγματος κτλ. Ήδη τα αναπτύσσουμε αρκετά με το να τρώμε, να πίνουμε και να κάνουμε σεξ.

Με τις επόμενες ασκήσεις καταρχήν θα ασκείθαιτε με τον οραματισμό χρωμάτων, με την ήχηση μάντραμ, έπειτα θα συνδυάσετε ήχο και χρώμα και ούτω κάθε εξής. Αυτές οι ασκήσεις πρέπει να γίνουν σταδιακά από απλές προς πιο πολύπλοκες για να είναι αποτελεσματικές. Μην πάτε κατευθείαν στα δύσκολα και σύνθετα, ασκηθείτε σταδιακά και με υπομονή.

Αν προσπεράσετε τις αρχικές ασκήσεις δεν θα γίνει κάτι ουσιαστικό το μυαλό σας θα κουραστεί και επειδή δεν είναι συνηθισμένο σε αυτές τις ασκήσεις θα βρίσκει προφάσεις να ξεφεύγει και θα χάνετε εύκολα την προσοχή σας με αποτέλεσμα να πάει στράφι όλη η άσκηση. Χρειάζεστε απλά και σταδιακά βήματα από τα πιο απλά στα πιο σύνθετα.

Ο σκοπός είναι να ανοίξετε τα ψυχικά σας κέντρα ώστε να έρθουν σε σας ενέργειες υψηλής δονήσεως και αυτές να είναι κάτω από τον έλεγχο σας και όχι εσείς κάτω από τον έλεγχο αυτών και έρμαιο τους. Το φυσικό δοχείο της ψυχής σας δεν μπορεί να εκπληρώσει αυτές τις ενέργειες μέχρι να εκπαιδευτεί και να αναπτυχθεί. Αν όμως ασκηθείτε σωστά, σταδιακά, στην σωστή χρονική περίοδο θα πετύχετε αυτούς τους σκοπούς.

Το 6ο και 7ο τσάκρα του τρίτου ματιού και της κορόνας.

Το 6ο και 7ο τσάκρα διαμορφώνουν το κέντρο της κεφαλής. Φυσιολογικώς σχετίζονται με την επίφυση και υπόφυση. Πρέπει να αναπτύξετε τα τσάκρα αυτά πριν αναπτύξετε το τσάκρα του λαιμού που είναι το 5ο τσάκρα.

Η υπόφυση είναι το φυσικό όργανο το οποίο μεταφέρει τις εντυπώσεις και τις ιδέες μας. Είναι ένα πολύ μικρό σε μέγεθος όργανο στον εγκέφαλο μας περίπου 1/8 της ίντσας σε διάμετρο και εντοπίζεται πίσω από την μύτη 1 ίντσα ανάμεσα στα μάτια.

Η επίφυση βρίσκεται πίσω από την υπόφυση σχεδόν στο κέντρο του εγκεφάλου. Είναι επίσης ένα μικρό όργανο σχεδόν σε διαστάσεις το ίδιο με την υπόφυση. Αυτό το όργανο φέρει σε επαφή την ψυχή με το εξωτερικό υλικό περιβάλλον, μέσω αυτού του οργάνου αναπτύσσονται οι ανώτερες ψυχικές ικανότητες.

Η ψυχή είναι ο λεγόμενος Ανώτερος Εαυτός. Λέγεται έτσι διότι η ψυχή είναι η πλήρης συνείδηση που γνωρίζει σε ένα ευρύτερο πεδίο το τι γίνεται και καθοδηγεί μέσω του σώματος ένα κατώτερο μέρος συνείδησης εμάς στο υλικό πεδίο. Εμείς αντιλαμβανόμαστε το κατώτερο είδος συνείδησης και αγνοούμε τον Ανώτερο Εαυτό.

Αν όμως αρχίσουμε να αναπτύσσουμε τα τσάκρα μας που είναι οι ψυχικοί δέκτες/πομποί μας τότε ερχόμαστε σε επαφή με αυτήν την συνείδηση και αναγνωρίζουμε την μέχρι τώρα κρυφή της ύπαρξη. Η επαφή αυτή με τον ανώτερο εαυτό είναι σαν μια γέφυρα επικοινωνίας μεταξύ της κατώτερης αντίληψης με την ανώτερη μας και ονομάζεται **ανταχκάρνα**.

Στην αρχή αυτή η σύνδεση θα είναι μικρή και η επικοινωνία σχετικά σπάνια. Αλλά καθώς ανοίγετε και ξεμπλοκάρετε τους δέκτες σας, τα τσάκρα, η επικοινωνία αυτή θα μεγαλώνει.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ: Οι ασκήσεις του τρίτου ματιού πρέπει να αρχίσουν **ΠΡΙΝ** τις ασκήσεις του τσάκρα της κεφαλής.

Επίσης το πρώτο τσάκρα που πρέπει να ανοίξει είναι της καρδιάς και μετά τα ανώτερα της κεφαλής.

Κάθε τι σε στάδια και σε αρκετό χρόνο. Να το θυμάστε.

6ο Τσάκρα Τρίτο μάτι

Μουσική: Κάθε ήχος που θα σας χαλαρώσει και θα ανοίξει το μυαλό σε εικόνες και συναισθήματα ακόμη και άλλων διαστάσεων. Μουσική New Age. Κλασσική μουσική Μότσαρτ, Μπαχ, θα δραστηριοποιήσει και θα εναρμονίσει το τρίτο μάτι.

Ήχος: νότα ΛΑ σε φωνήεν "ε"

Mantra: Κσαμ

Χρώμα: Κίτρινο και διάφανες ίντιγκο έχουν μία ενέργεια εξαγνισμού και ενεργοποίησης του 6ου τσάκρα.

Άρωμα: Δυόσμος μέντα, ξεμπλοκάρουν το 6ο τσάκρα και βοηθάνε να απαλλαγείτε από όρια και περιορισμούς που έχετε θέσει στον εαυτό σας και δεν σας αφήνουν ελεύθερους. Καθαρίζουν και φέρνουν διαύγεια στον νου και ενδυναμώνουν την συγκέντρωση.

Το γιασεμί επίσης ανοίγει το μυαλό σε εικόνες και μας συντονίζει με μηνύματα με

βαθύτερο περιεχόμενο. Οξύνει τις αισθήσεις και συνδυάζει τις ενέργειες του τρίτου ματιού με το τσάκρα της καρδιάς.

Yoga: Jnana Yoga είναι η γιόγκα της επίγνωσης βασισμένη στην ανάπτυξη του μυαλού και την ικανότητα του να ξεχωρίζει το πραγματικό από τις ψευδαισθήσεις, το αιώνιο και το εφήμερο.

Η **Yantra Yoga** είναι μέθοδος παρουσίασης εικόνων και συμβόλων που απεικονίζουν το Θείο ον σε όλες του τις μορφές. Βοηθάνε στον οραματισμό.

Οι ασκήσεις που ακολουθούν συνδυάζουν οραματισμό, ήχους και αναπνοές.

(1) Μάνταμ: Καθίστε με όρθιο τον κορμό. Κλείστε τα μάτια. Ηχήστε τον ήχο PA-MA 7 φορές. Παύση. Επανάληψη 9 φορές. Οι εισπνοές πρέπει να είναι γρήγορες και βαθιές. Σιγουρευτείτε να έχετε όρθια και σφιχτούς τους ραχιαίους μεις και στερεούς τους κοιλιακούς σε όλη την διάρκεια της άσκησης. Αυτό θα κάνει τα ψυχικά κέντρα να είναι πιο ενεργά, και πιο πολύ το τσάκρα της καρδιάς.

(2) Οραματιστείτε ένα φωτεινό κίτρινο, με απαλό πράσινο σαν το φως του ήλιου να πέφτει ανάμεσα από τα φύλλα των δένδρων καθώς ηχείτε το παρακάτω μάντραμ 3 φορές: PA-PA-PA, MA-MA-MA PA-A-A -- MA-A-A

(3) Ροή ενέργειας: Οραματιστείτε το κίτρινο φως του ήλιου. Το φως κατευθύνεται κατευθείαν στο τρίτο μάτι μέσα στην υπόφυση. Πείτε σιγανά 3 φορές PA-A-A, MA-A-A

Το αποτέλεσμα των ασκήσεων του τρίτου ματιού θα έχει τα εξής: αύξηση της ικανότητας παρατήρησης, γρήγορο ρυθμό και ταχύτητα σκέψης, και βελτίωση της μνήμης. ΕΦΟΣΟΝ υπάρξουν αυτά τα χαρακτηριστικά μπορείτε να προχωρήσετε στην ενεργοποίηση των επόμενων τσάκρα και μάλιστα της κεφαλής.

Στο μεταξύ μέχρι να ενεργοποιηθεί το τρίτο μάτι, συνεχίστε κανονικά την διαδικασία ενεργοποίησης των κατώτερων τσάκρα και το πιο σημαντικό της καρδιάς! Μην σταματήσετε την διαδικασία.

ΑΦΟΥ ΑΝΑΠΤΥΧΘΕΙ Η ΥΠΟΦΥΣΗ ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΕ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΕΠΙΦΥΣΗΣ ΜΕ ΤΙΣ ΕΠΟΜΕΝΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

7ο Τσάκρα

Τσάκρα του Στέματος

Επίφυση

Διαλογισμός: Ξοδέψτε χρόνο απομονωμένοι στην κορυφή ενός βουνού ή σε ένα μέρος μακριά από τις γήινες ανάγκες της πόλης και αφήστε πίσω σας τα γεγονότα της προσωπικής σας ζωής. Αισθανθείτε μία αίσθηση κενού χώρου και απουσίας περιορισμών.

Μουσική: Ο καλύτερος ήχος για αυτήν την άσκηση είναι η ΗΣΥΧΙΑ.

Ήχος: Ο ήχος “Μ” ανοίγει το τσάκρα της κορόνας. Μοιάζει να έχει μια άπειρη δόνηση και πρέπει να ηχείτε σε νότα Σι. Αντιπροσωπεύει την ενότητα και την αγνότητα, την συνείδηση χωρίς μορφή και χωρίς όρια η οποία περιέχει την ύλη στην αφανή εκδήλωση της.

Μάντραμ: OM

Χρώμα: Βιολετί και άσπρο έχουν ένα αποτέλεσμα επέκτασης και ανοίγματος.

Το βιολετί φέρει μια μεταμόρφωση στον νου και στην ψυχή και ανοίγει το πνεύμα προς τις πνευματικές διαστάσεις.

Το άσπρο περιέχει όλα τα χρώματα του φάσματος. Ενοποιεί και συνθέτει τα διάφορα επίπεδα της ζωής σε μια ένωση υψηλού διανοητικού επιπέδου και ανοίγει την ψυχή στο θείο φως, στην γνώση και στην θεραπεία.

Άρωμα: Το λιβάνι είναι το κλασσικό άρωμα το οποίο αρωματίζει σε θρησκευτικές τελετές όπου υπάρχει η λειτουργία του τσάκρα της κορόνας. Η ευωδία του μια αναζωογονητική επίδραση στον νου και στην ψυχή και εξαγνίζει την ατμόσφαιρα από άλλες ενέργειες.

Τα άνθη του νούφαρου είναι σύμβολα ομορφιάς και πνευματικής ολοκλήρωσης. Ωστόσο το φωτισμένο ον ζει στην λάσπη (όπως το νούφαρο), η λάσπη είναι σύμβολο της ύλης και της ζωής στην Γη, δηλ μέσα στην ύλη, αυτή η ζωή δεν επηρεάζει το φωτισμένο ον και την ένωση του με το Θείο Ον. Φως και αρμονία διαχέονται από ένα τέτοιο ον και του αρέσει να μοιράζει αγάπη, χαρά, και γνώση στον κόσμο. Η οσμή του νούφαρου φέρει το ίδιο μήνυμα διαχέει την όμορφη ευωδία μέσα από την λάσπη και είναι έτοιμο να ενωθεί με τον Θεό η έτοιμη ψυχή.

Για τώρα, προτείνεται να κάνετε μία μόνο άσκηση για τον Ανώτερο Εαυτό, η οποία περιγράφεται παρακάτω. Θα δείτε ότι αυτή η άσκηση είναι συνδυασμός όλων των τεχνικών οι οποίες προσφέρονται μέχρι τώρα.

(1) Καθίστε με όρθια την σπονδυλική στήλη όπως πρώτα. Επικεντρωθείτε στην επίφυση η οποία βρίσκεται στο κέντρο του εγκεφάλου στο ύψος των αυτιών.

(2) Οραματιστείτε ένα ΒΙΟΛΕΤΙ χρώμα που σκιάζει προς το ροζ. Δείτε αυτό το χρώμα σαν ομίχλη που περιβάλλει και κατακλύζει την επίφυση.

Ηχείτε τον ήχο ΑΟΥΜ 7 φορές με πλήρη φωνή.

Παύση. Ησυχία 7 στιγμών.

Παύση. Ηχείστε ξανά 7 στιγμές το ΑΟΥΜ.

Σημείωση: Όταν σιωπηλά ηχείτε έναν ήχο κατάλληλα είναι πιο αποτελεσματικό από την ηχητική εκφορά για την ενεργοποίηση της επίφυσης. Αυτό είναι μια αλήθεια. Για αυτό μελετήστε το!

Η ηχητική εκφορά του ΑΟΥΜ πρέπει να τελειώνει σε έναν βόμβο. Εντοπίστε αυτή την δόνηση στην επίφυση. Νιώστε σαν να κάνει ένα μασάζ στην επίφυση μέχρι να ανταποκριθεί με μια όμοια δόνηση που θα νιώσετε.

Ασκείστε αυτήν την σειρά, ήχος, σιγή, ήχος κάθε 2 φορές την ημέρα κατά προτίμηση το πρωί νωρίς κατά την ανατολή του ήλιου. Συνεχίστε αυτήν την άσκηση για πολλές εβδομάδες ΠΡΙΝ συνεχίσετε με το τσάκρα του λαιμού, 5ο τσάκρα.

Το 5ο Τσάκρα του λαιμού

Το τσάκρα του λαιμού βρίσκεται ακριβώς μπροστά από το μήλο του Αδάμ στον λαιμό.

Διαλογισμός: Διαλογιστείτε στο διαφανές μπλε του καθαρού ουρανού. Το μπλε του ουρανού στην επιφάνεια του νερού έχει ένα απελευθερωτικό αποτέλεσμα. Χαλαρώστε, ξαπλώστε πίσω σε κάποιο πεδίο με χλόη και αγναντεύτε τον ουρανό.

Μουσική: Κάθε μουσική με υψηλές πλούσιες νότες καθώς και μουσική γραμμένη ειδικά για διαλογισμό θα έχει αποτέλεσμα. Εφέ με ηχώ βοηθάνε.

Ήχος: Η συλλαβή “εε” σε τόνο Σολ.

Mantra: ΧΑΜ

Χρώμα: Μια φωτεινή μπλε απόχρωση θα δημιουργήσει ηρεμία και θα σας ανοίξει σε πνευματική έμπνευση.

Άρωμα: Το φασκόμηλο στέλνει θεραπευτικές δονήσεις στην “έδρα της γλώσσας”. Ο ευκάλυπτος σαν λάδι ή σαν άρωμα καθαρίζει και διευρύνει το 5ο τσάκρα.

Yoga: Mantra Yoga – τα Μάντρα είναι διαλογιστικές ψαλμωδίες οι οποίες καθρεφτίζουν συγκεκριμένες όψεις του θείου. Μπορούν να προφέρονται σιωπηλά, να τραγουδώνται ή να ψέλνονται.

(1) Καθίστε στην στάση ασάνα με όρθια την σπονδυλική στήλη όπως περιγράφεται προηγουμένως.

(2) Εστιάστε με την προσοχή σας στον θυροειδή αδένα.

Οραματιστείτε ότι περιβάλλεται από πορτοκαλί φωτεινό φως και ηχείστε το επόμενο μάντραμ με πλήρη φωνή:

ΘΩ-ΘΩ-ΡΑΜΑ-ΘΩ

Το ΘΩ ηχείται σε ΦΑ δίεση στην οκτάβα πανω από το μέσο Ντο.
Το ΡΑΜΑ ηχείται σε ΛΑ σε οκτάβα πάνω από το μέσο Ντο.
Ηχείστε 5 φορές σε επανάληψη.

Ασκειθείτε με αυτήν την άσκηση 1Χ ανά ημέρα, ξεκινώντας 2 εβδομάδες **META** τις ασκήσεις της επίφυσης. Από το σημείο αυτό μπορείτε να ασκείτε και τις δύο ασκήσεις

μαζί την μία μετά την άλλη. Η συχνότητα επαναλήψεων των ασκήσεων δεν είναι τόσο σημαντική όσο η ένταση της σκέψης που θα καταβάλετε στην άσκηση. Η πρόοδος σας εξαρτάται από αυτήν.

Τώρα εργάζεστε σε υψηλή ψυχική ανάπτυξη. Σταδιακά στην αρχή και πιο γοργά έπειτα θα αρχίσετε να αλλάζετε. Θα αρχίσετε να αντιλαμβάνεστε τις σκέψεις των άλλων και στην αρχή θα τις θεωρείτε δικιές σας χωρίς να ξεχωρίζετε ότι το σήμα το λαμβάνετε από τους άλλους. Αλλά καθώς η εμπειρία θα επαναλαμβάνεται το μυαλό σας θα αρχίσει να αντιλαμβάνεται τις διαφορές και κάποια στιγμή θα αποκτήσει εκείνη την επειρία όπου θα ξεχωρίζει τις εσερχόμενες σκέψεις από αυτές που παράγει το ίδιο.

Τώρα θα χρειαστεί να εναρμονίσετε τα τσάκρα της καρδιάς, στέματος και λαιμού.

Συγχρονισμός

Συνεχίστε τις ασκήσεις όλων των τσάκρα. Μην σταματήσετε την διαδικασία!

Εργαστείτε σε στάδια. Αναπτύξτε κάθε τσάκρα ξεχωριστά κάθε φορά όπως έχει ειπωθεί. Μην ακολουθείτε συντομεύσεις. Δεν θα σας βοηθήσουν. Πάντα να ασκήστε σταδιακά.

Θα έρθει μια μέρα που θα ακούσετε καθαρά μια φωνή μέσα σας συνήθως να λέει το όνομα σας. Αυτό θα είναι μια ένδειξη ότι η διαδικασία ανάπτυξης σας παρακολουθείται και ότι εσείς έχετε φτάσει σε ένα στάδιο ανάπτυξης που είστε έτοιμοι για ένα ανώτερο στάδιο εκπαίδευσης, η οποία εκπαίδευση πλέον θα είναι τηλεπαθητική.

Από ψυχολογικής μεριάς αυτό σημαίνει ότι τα ανώτερα τσάκρα σας έχουν αρχίσει να λειτουργούν και ο συγχρονισμός τους αρχίζει να αναπτύσσεται. Επίσης σημαίνει ότι τα δύο ημισφαίρια του εγκεφάλου ενώνονται σαν λειτουργία σαν μία μονάδα.

Αφού έχετε αναπτύξει τα τσάκρα της καρδιάς, λαιμού και στέματος είναι ώρα για να τα συγχρονίσετε. Οι επόμενες ασκήσεις θα επιταχύνουν αυτόν τον συγχρονισμό.

Μέρος πρώτο.

Καθίστε ως συνήθως με ίσιο το κεφάλι και την σπονδυλική στήλη. Εστιάστε στο τσάκρα της καρδιάς, και οραματιστείτε ότι το βλέπετε να περιβάλλεται από ένα λουτρό ροζ σύννεφου.

Μετρήστε μέχρι το 7 σιγά σιγά.

Κρατήστε την αναπνοή και μετρήστε μέχρι το 10, και καθώς κάνετε αυτό στρέψτε την προσοχή σας προς την επίφυση του τσάκρα του στέματος. Οραματιστείτε ότι το ροζ σύννεφο περιβάλει και την επίφυση.

Μετρήστε ξανά μέχρι το 7 ενώ κρατάτε την προσοχή σας στο τσάκρα του στέματος.

Τέλος, ξεφυσήστε όλο τον αέρα από τα πνευμόνια σας και κρατήστε την αναπνοή σας να μην έρθει άλλος αέρας για 10 στιγμές. Καθώς κάνετε αυτό δείτε ένα ροζ σύννεφο να

επεκτείνετε και να αγκαλιάζει όλο σας το σώμα.

Μέρος δεύτερο

Έπειτα στρέψτε την προσοχή σας στο τσάκρα του λαιμού και δείτε το να το περιβάλλει μπλε φως, όπως ο γαλανός ουρανός.

Εισπνεύσετε μετρώντας μέχρι το 7.

Μετά στρέψτε την προσοχή σας στο τσάκρα του στέμματος και οραματιστείτε το γαλάζιο σύννεφο να περικλείει το κεφάλι σας και μετρήστε μέχρι το 10.

Κρατήστε το γαλάζιο σύννεφο καθώς εκπνέετε μετρώντας μέχρι το 7.

Κρατήστε την αναπνοή σας εκτός των πνευμόνων σας μέχρι το 10 και οραματιστείτε το γαλάζιο σύννεφο να τυλίγει όλο το σώμα σας.

Μέρος τρίτο.

Τώρα στρέψτε την προσοχή σας στο τσάκρα του τρίτου ματιού στο μεσόφρυδο και οραματιστείτε ένα λευκό φως να περικλείει το μεσόφρυδο σας και την υπόφυση.

Εισπνεύσετε μέχρι το 7.

Κρατήστε την αναπνοή σας μέχρι το 10 και οραματιστείτε ένα λευκό σύννεφο να περιβάλλει τόσο την υπόφυση όσο και την επίφυση. Φέρτε αυτά τα δύο σύννεφα σε συγχρονισμό στο μυαλό σας.

Έπειτα απελευθερώστε την αναπνοή σας μέχρι το 7 και κρατήστε το ολοκληρωμένο κέντρο του κεφαλιού σας σε ένα λευκό φως.

Μην αναπνέετε για 10 στιγμές, και οραματιστείτε το λευκό φως να περιβάλλει όλο σας το σώμα και να απλώνεται 2-3 μέτρα μακριά από εσάς.

Ηχήστε τον ήχο "ΑΟΥΜ" 3 στιγμές και σηκωθείτε ξεχνώντας όλη την άσκηση αμέσως. Ασχοληθείτε με κάτι άλλο.

Το τρίτο μέρος είναι η πιο δυνατή άσκηση. Καθώς παρατηρείτε είναι σχεδιασμένη να συγχρονίζει όλα τα τρία ανώτερα τσάκρα. Για να είναι αποτελεσματική πρέπει να εκτελεσθεί σταδιακά. Μην κάνετε το λάθος να αρχίσετε τον συγχρονισμό προτού ενεργοποιηθούν τα τσάκρα σας. Δεν θα σας γίνει κάποια ζημιά αλλά ούτε και θα δείτε κάποιο όφελος από αυτό.

Πηγή: *Wisdom of the Mystic Masters* by Joseph Weed

Τέλος των ασκήσεων συγχρονισμού.

Ανάπτυξη τών τσάκρα – Το τελικό αποτέλεσμα.

Μιας και αρχίσετε να αναπτύσσετε τα τσάκρα σας ειδικά τα ανώτερα (καρδιάς, λαιμού, τρίτου ματιού, και στέμματος), θα δείτε κάποιες αλλαγές στον εαυτό σας.

Μπορεί να χρειάζεστε λιγότερο ύπνο και να νιώθετε περισσότερο ενέργεια μέσα σας και να αρχίσετε να βλέπετε πιο έντονα και ζωντανά όνειρα τα οποία θα σας οδηγήσουν σιγά σιγά στο αστρικό πεδίο, εάν το θελήσετε.

Οι οργανωμένες θρησκείες θα κατέχουν λιγότερο την προσοχή σας διότι θα βιώνετε πραγματικά τον πνευματικό κόσμο και θα δείτε τις διαφορές και τις αποκλίσεις των διδασκαλιών και των κηρυγμάτων τους. Θα νιώθετε ένα έντονο αίσθημα συμπόνιας για όλα τα όντα τόσο έντονο που θα είναι σαν μια απέραντη αγάπη για όλους, μια αγάπη άνευ ορίων και συνθηκών. Έτσι θα κατανοείτε τις δυσκολίες και την άσχημη και κατώτερη θέση των άλλων όντων σε σχέση με σας που έχετε ξεφύγει από αυτήν την κατάσταση της θλίψης.

Να θυμάστε ότι η ενέργεια που λαμβάνετε ή παράγετε θα ακολουθήσει τον νόμο της καθόδου. Θα θέλει να κατέβει προς το ηλιακό πλέγμα προς τα κατώτερα σας τσάκρα, εάν το επιτρέψετε ή παραδοθείτε στις επιθυμίες που αυτά μπορεί να προκαλούν όπως ανάγκη για σεξ, ευχαρίστηση μέσω φαγητού κτλ... Κάθε σκέψη και συναισθημα σας απαιτεί ενέργεια.

Καθώς τα ανώτερα τσάκρα αναπτύσσονται, πολλές επιθυμίες των κατώτερων τσάκρα θα πυροδοτούνται όπως το σεξ, το φαγητό, η επιθυμία για άνεση, πολυτέλεια, η τεμπελιά, κτλ. Όλα αυτά αρχικά μπορεί να μοιάζουν εύκολα στον έλεγχο τους αλλά καθώς θα τους δίνετε λιγότερο προσοχή και ενέργεια αυτά θα δυναμώνουν και θα απαιτούν ενέργεια για να λειτουργήσουν.

Αν απλά ο αυτοέλεγχος και η αυτοσυγκράτηση σας φαινόταν δύσκολη τότε θα πρέπει να συνηθίσετε και κάτι νέο – την ορθή κρίση – η οποία είναι ακόμη πιο δύσκολη μπροστά σε κάθε πειρασμό και επιθυμία που λαμβάνει εκλογικευμένη μορφή. Καθώς τα ψυχικά σας κέντρα θα ανοίγουν σαν γενικός κανόνας είναι ότι το πρώτο τσάκρα που θα αρχίσει να ανοίγει είναι του ηλιακού πλέγματος. Αυτό το τσάκρα όμως όταν πρωτοανοίγει δίνει τον κόσμο των ψευδαισθήσεων. Αν γοητευτείτε και αποδεχτείτε τις ψευδαισθήσεις τότε ο οργανισμός σας θα σας δίνει όλο και πιο πολλές με τελικό αποτέλεσμα να απορυθμιστεί και με κίνδυνο να τρελαθείτε και να χαθείτε μέσα σε έναν κόσμο με εικόνες, μορφές, μυρωδιές, ήχους κτλ. Το ηλιακό τσάκρα ανοίγει την πόρτα για τον αστρικό πεδίο. Εδώ θα δείτε οράματα, θα ακούσετε ήχους, θα μυρίσετε μυρωδιές, θα δείτε όντα, στα κατώτερα επίπεδα είναι τα είδωλα των ψυχών ανθρώπων (δεν είναι ψυχές) τα οποία είναι ότι έχει απομείνει από τις ενέργειες των κατώτερων τσάκρα κτλ. Θα δείτε όντα σαν φαντάσματα. Γενικά εδώ υπάρχει ο κίνδυνος να εντυπωσιαστείτε και να θέλετε να δείτε και άλλο, και άλλο. Μην το κάνετε είναι παγίδα για να μείνετε και να συνηθίσετε απλά τις δονήσεις ενός άλλου πεδίου και να εγκλωβιστείτε μέσα σε αυτό όπως ήδη είστε μέσα στο πεδίο που ήδη ζείτε. Ο στόχος σας θα πρέπει να είναι να έχετε την δυνατότητα να επισκέπτεστε αυτά τα πεδία αλλά αυτά να μην σας περιορίζουν την κατάσταση της ύπαρξης. Τόσο αγώνα κάνετε για να αποδεσμευτείτε από το δικό μας φυσικό πεδίο μην μείνετε σε κάποιο άλλο. Η διαίσθηση και διακοή και η ικανότητα αποδέσμευσης από τα πεδία υπάρξεως είναι τα χαρίσματα των ανώτερων τσάκρα.

Αν αφήσετε ή αποδεχτείτε κάποιο αστρικό πεδίο τότε θα ζήσετε μέσα σε αυτό και ενώ θα είστε με το φυσικό σώμα στο δικό μας το μυαλό θα βλέπει μικτές καταστάσεις και από αυτό το πεδίο και από το άλλο που θα σας έχει γοητεύσει. Το αποτέλεσμα θα είναι

να βλέπετε ψευδαισθήσεις για το δικό μας πεδίο όπως λέγονται. Θα πρέπει να διαχωρίσετε τις καταστάσεις και να έχετε αυτοέλεγχο. Αν γνωρίζετε τι μπορεί να σας συμβεί τότε εύκολα θα αντιληφθείτε την κατάσταση που μπορεί να σας συμβεί. Διατηρείστε την ικανότητα να ξεχωρίζετε το δικό μας πεδίο από τα άλλα. Το αληθές από την ψευδαισθήση. Μην επιτρέψετε και μην αποδεχτείτε την μίξη των πεδίων, καλό είναι να είναι χωριστά. Θα πρέπει να έχετε αυτοπειθαρχία. Μόνο μετά από καιρό αυτοπειθαρχίας θα αρχίσετε εθελούσια να ξεχωρίζετε τις καταστάσεις μεταξύ των πεδίων και εθελούσια και με πλήρη έλεγχο θα μεταβαίνετε από το ένα στο άλλο. Και καλό είναι αυτό να γίνετε σε κατάσταση ύπνου και στην κατάσταση εγρήγορσης να μην το επιχειρείτε ώστε να λειτουργείτε ομαλώς στο δικό μας πεδίο, ώστε να ζείτε μια ζωή φυσιολογική.

Η καλύτερη λύση για να γίνουν όλα αυτά είναι να έχετε αναπτύξει τα άλλα πνευματικά σας όργανα. Να μπορείτε να δείτε με το τρίτο μάτι, να ακούτε με την διακοή με το τσάκρα του λαιμού και έτσι να βλέπετε τα πεδία του αστρικού όπως είναι και όχι μικτά με τον δικό μας κόσμο σαν ψευδαισθήση. Έτσι γίνεται ο καλύτερος έλεγχος και διαχωρισμός των πληροφοριών που θα λαμβάνετε. Αλλιώς θα έχετε ασάφειες και δεν θα μπορείτε να καταλάβετε τι εννοεί η τάδε πληροφορία, η τάδε φωνή το τάδε όνειρο. Για αυτό τον λόγο οι παραπάνω ασκήσεις επέμεναν να αναπτύξετε πρώτα τα τσάκρα καρδιάς, λαιμού, τρίτου ματιού και μετά στέμματος, για να έχετε ανεπτυγμένα τα αισθητήρια πνευματικά όργανα και να αποφύγετε τις ψευδαισθήσεις και όποιες επικίνδυνες καταστάσεις συνεπάγονται από αυτές.

Πηγή από το βιβλίο: *Wisdom of the Mystic Masters* by Joseph Weed

Μερικές συμβουλές

Αυτό που επιχειρήσα να κάνω σε αυτό το έγγραφο είναι να συγκεντρώσω όσο πιο περιεκτικά γίνεται την εμπειρία ετών και αυτό που παίρνει χρόνια για να αποκτηθεί άρτια!

Έχω αφήσει εκτός θέματα όπως τον πνευματικό και φυσικό σκοπό των τσάκρα, την επεξήγηση της λειτουργίας τους, επίσης ασκήσεις προκαταρκτικές για αναπνοές και οραματισμό.

Αλλά επειδή μερικές πληροφορίες είναι ζωτικής σημασίας για να τις γνωρίζετε και να τις κατανοήσετε, νιώθω ότι έπρεπε να σας τις μεταδώσω ώστε να γνωρίζετε τα υπέρ και τα κατά, κατά την διάρκεια της μύησης σας αν αρχίσετε αυτό το ταξίδι της γνώσης της ψυχικής ενέργειας και αυτοδιαχείρισης της.

Κάποιοι βασικοί κανόνες

(1) Υπάρχει η φυσική ενέργεια η οποία προέρχεται από τη μάζα των υλικών στοιχείων που εξετάζει η φυσική όσο και ψυχική ενέργεια. Λαμβάνουμε φυσική ενέργεια με την κατανάλωση τροφής και μεταβολισμό αυτής. Το ίδιο λαμβάνουμε και ψυχική ενέργεια από την ενέργεια που υπάρχει γύρω μας, και από αυτήν που εκπέμπουν τα άλλα όντα. Τα τσάκρα λειτουργούν σαν δέκτες και σαν πομποί ενέργειας.

(2) Η ενέργεια δονείτε σε διαφορετικές συχνότητες, από την χαμηλότερη (φυσική), έως την υψηλότερη (ψυχική).

(3) Αγοράστε ένα βιβλίο Γιόγκα και μάθετε τα μυστικά των αναπνοών. Αυτό είναι μια σημαντική διαδικασία για την όλη διαχείριση ενέργειας. Οι ασκήσεις αναπνοών πρέπει να γίνονται κάθε μέρα.

(4) Μάθετε να είστε σε εγρήγορση. Αυτό σημαίνει ότι θα παρατηρείτε τις σκέψεις σας και τι αντίκτυπο έχουν σε εσάς και εκτός από εσάς. Σκεφτήκατε κάτι και νιώσατε μια θερμοκρασία στο σώμα σας, νιώσατε ένα άγγιγμα, έγινε ένας κρότος την ώρα που κάνατε μια σκέψη, με μια σκέψη μαγνητίστηκε η προσοχή σας σε μια εικόνα, σε κάποια λόγια ενός περαστικού; Αυτό είναι η εγρήγορση. Στην αρχή μάθετε να παρατηρείτε αυτά τα φαινόμενα, μετά θα μάθετε γιατί συμβαίνουν. Το γιατί συμβαίνουν είναι η απόλυτη γνώση της αιτίας και του αποτελέσματος, είναι η γνώση της χρήσης του Κάρμα.

(5) Καθώς θα γίνεστε πιο εγρήγοροι στις πράξεις, και σκέψεις σας και στις πληροφορίες γενικά θα δείτε ότι έχετε υιοθετήσει ένα ανώτερο επίπεδο ύπαρξης και πολλά από τα επίγεια προβλήματα σας τώρα θα σας μοιάζουν ασήμαντα, θα έχετε με άλλα να ασχοληθείτε.

(6) Με μια υψηλή εγρήγορση μπορείτε να παρατηρείτε καλύτερα το τι σας συμβαίνει, θα μάθετε ποιες σκέψεις είναι δικές σας και ποιες προέρχονται από άλλους, θα δείτε ποιες επιθυμίες άλλων σας έρχονται και τις νομίζετε δικές σας και πώς δικές σας πηγαίνουν σε άλλους και νομίζουν ότι είναι δικές τους. Με υψηλή εγρήγορση θα μάθετε να είστε πιο παρατηρητικοί και θα θέλετε να μάθετε γιατί συμβαίνει κάτι σε εσάς ή γιατί κάνετε μια αυτόματη ψυχική αντίδραση σε άλλους. Με λίγα λόγια σιγά σιγά θα μάθετε όχι μόνο ότι υπάρχει κάρμα αλλά και πώς αυτό λειτουργεί. Αυτό είναι μια πανίσχυρη γνώση! Θα ξέρετε τι θα γίνει αν κάνετε κάτι και πώς να πράξετε σε κάτι που γίνεται και υπάρχουν αφανή πνευματικά αίτια. Αυτό είναι η πραγματική δύναμη!

(7) Είστε το τελικό αποτέλεσμα των δικών σας αποφάσεων είτε αυτές είναι σκέψεις είτε πράξεις. Το Κάρμα είναι ο νόμος των αιτιών και των αποτελεσμάτων και πώς αυτά λειτουργούν με μια ελεύθερη επιλογή.

(8) Ζούμε σε έναν κόσμο δονήσεων με συχνότητες κάθε μιας δόνησης. Όπως εμείς κάνουμε αστρικά ταξίδια σε υψηλότερες ή χαμηλότερες δονήσεις έτσι και άλλα όντα επισκέπτονται το δικό μας πεδίο δονήσεων. Όλος ο κόσμος ωστόσο είναι φτιαγμένος από ένα εύρος δονήσεων. Ένα ον απελευθερωμένο με την ικανότητα να επισκέπτεται άλλα πεδία δονήσεων αντιλαμβάνεται ότι όλος ο κόσμος είναι μια ψευδαίσθηση για αυτό. Για αυτό λένε ότι ο κόσμος είναι μια ψευδαίσθηση πολλοί Βουδιστές και Ινδοί. Είναι το αποτέλεσμα των επιλογών των αυτόνομων οντοτήτων και της λειτουργίας τους. Τα όντα αναγνωρίζουν κάθε δόνηση με αυτό που σκέφτονται, και με αυτό που τα αισθητήρια όργανα τους λένε δηλ με αυτό που βλέπουνε, ακούνε, γεύονται κτλ. Αλλά αυτό το πλέγμα ενεργειών συνεχώς επηρεάζεται από κάθε ον που σκέφτεται και ζει μέσα του. Κάθε ον παράγει ενέργεια και την εκπέμπει και κάθε ον λαμβάνει τις ενέργειες άλλων όντων. Όλα τα όντα είναι αυτόνομα αλλά συνδεδεμένα μεταξύ τους σε μία γιγαντιαία ύπαρξη η οποία είναι μία και μοναδική.

(9) Οι καλές ή κακές σας επιθυμίες, σκέψεις, προθέσεις έχουν ένα αντίκτυπο σε άλλους ακόμη και πρώτου γίνουν στην πράξη.

(10) Η συνείδηση είναι η αρχή της σοφίας. Μάθετε να ακούτε την φωνή της συνείδησης σας κάθε φορά που συναντάτε μια νέα κατάσταση και θα μάθετε ότι έχετε μέσα σας μια αλάνθαστη καθοδήγηση που σας εναρμονίζει με το πρέπον και το καρμικά "νόμιμο". Όταν θα κάνετε αυτό θα δείτε ότι θα εξοφλείτε περισσότερα χρέη από αυτά που θα συνάπτετε από άγνοια. Η συνείδηση και η εγρήγορση μετατρέπουν την άγνοια σε γνώση και σοφία.

(11) Μάθετε να ζείτε χωρίς έπαρση σε αυτά που κάνετε και να ζείτε περισσότερο για τις ανάγκες των άλλων παρά για την δικιά σας ικανοποίηση. Αντιμετωπίστε το άρρωστο με καλή θέληση και το μίσος με αγάπη και αφοπλίστε και διαλύστε τις επιβλαβείς προθέσεις των άλλων. Αποφύγετε το κακό προσωπικό κάρμα. Εξουδετερώστε τις κακές δονήσεις με καλές. Ξέρω αυτό είναι εύκολο να λέγεται και δύσκολο στην πράξη. Ωστόσο αυτός πρέπει να είναι ο ηθικός κώδικας σας έστω και αν δεν τα καταφέρνετε στην αρχή, συνεχίστε να επιζητείτε αυτό και θα λάβετε βοήθεια και γνώση το τι να κάνετε στα αδιέξοδα σας.

(12) Μπορείτε να αλλάξετε τις καρμικές πράξεις με την επίγνωση των αιτιών και το τι αυτές προκαλούν. Όταν αποκτήσετε αυτήν την γνώση θα μπορείτε να χειρίζεστε την καρμική δύναμη για να φέρετε το επιθυμητό αποτέλεσμα. Μην αφήνεστε να είστε ένα πιόνι των περιστάσεων.

(13) Με το να αλλάξετε συμπεριφορά, αλλάζετε τις δονήσεις σας, με άλλες δονήσεις επηρεάζετε τους άλλους με άλλο τρόπο και έτσι αλλάζετε το μέλλον.

(14) Νιώστε ελεύθεροι να προσθέσετε ή να μετατρέψετε κάποια σημεία των ασκήσεων.

(15) Υπάρχουν μόνο μετρημένες στα δάχτυλα σοβαρές εσωτερικές σχολές που θα σας δώσουν αυτές τις πληροφορίες και σωστά βιβλία αν τύχει να διαβάσετε. Να θυμάστε ότι πολλοί λίγοι άνθρωποι γνωρίζουν τα μυστικά αυτά που περιγράφηκαν σε αυτή την περίληψη. Αφήστε μόνο του το κλειδί αυτών των σημειώσεων που σας δόθηκε, θα έρθουν σε αυτές τις πληροφορίες οι κατάλληλοι άνθρωποι όπως "έτυχε" και σε σας.

(16) Πολλά από αυτά τα μυστικά είναι πραγματικά αρχαία. Χρονολογούνται ακόμη από την εποχή του Τουθμωσή του 3ου στην Αίγυπτο το 1479 π.Χ.



Τουθμωσίς III

(17) Μαθαίνουμε με το να κάνουμε, από τις πράξεις μας. Κάνε τις σωστές πράξεις και απελευθερωθείτε από τους περιορισμούς της ύλης και κάθε άλλης δόνησης κάθε πεδίου. Γίνετε πραγματικά ελεύθεροι.

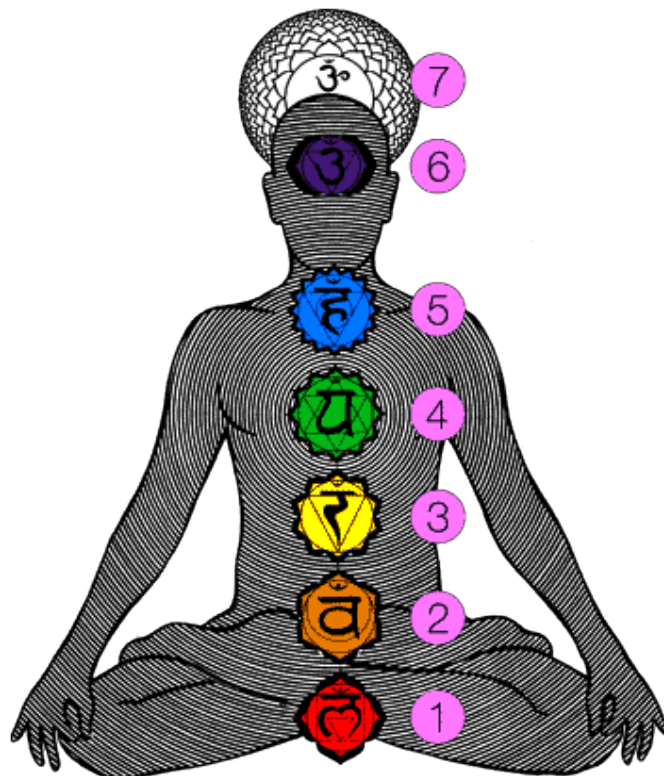
(18) Οι τεχνικές σας δόθηκαν. Από δω και πέρα εσείς βάζετε την θέληση. Είναι στο χέρι σας.

Πηγή: *Wisdom of the Mystic Masters* by Joseph Weed

Ας δούμε τα τσάκρα σας !!!



1. The Crown Chakra
2. The Third Eye Chakra
3. The Throat Chakra
4. The Heart Chakra
5. The Solar Plexus Chakra
6. The Sacral Chakra
7. The Base/Root Chakra



Τσάκρα της Βάσης



Χρώμα: Κόκκινο της φωτιάς

Στοιχείο: Γη

Αίσθηση: Όσφρηση

Βασική αρχή λειτουργίας: Η φυσική θέληση του όντος σε αντιδιαστολή με την πνευματική θέληση του 7ου τσάκρα.

Αντιστοιχίες στο σώμα: Σπονδυλική στήλη, κόκαλα, δόντια, νύχια, πρωκτός, έντερο, προστάτης, αίμα, δόμηση κυττάρων.

Αδένες: Επινεφρίδια: παράγει την αδρεναλίνη και ρυθμίζει την θερμοκρασία στο σώμα.

Αν έχετε παράξενες μυρωδιές, αν σας κάνουν ψυχικές επιθέσεις με επιβολή πάνω στην θέληση σας, αν έχετε αδύναμη θέληση, αν έχετε προβλήματα στα οστά, δόντια, κόκαλα, νύχια, ερεθισμούς στον πρωκτό, έντερο, προστάτη, αν η θερμοκρασία του σώματος αλλάζει όλα αυτά είναι ενδείξεις ότι υπάρχει ενέργεια στο τσάκρα της βάσης.

Αν παράγετε πολύ αδρεναλίνη, αν θυμώνετε και γίνεστε ευέξαπτοι τότε το τσάκρα δεν λειτουργεί αρμονικά.

Όταν αισθάνεστε ζέστη λαμβάνετε ενέργεια, και όταν αισθάνεστε κρύο χάνετε ενέργεια.

Αν σας ρουφάνε ή δίνετε ενέργεια τότε συνήθως θα κρυώνετε, αν σας δίνουν ενέργεια τότε θα ζεσταίνεστε. Αυτά θα πρέπει να τα προσέχετε στις συναναστροφές σας, καθώς

μιλάτε με άλλους καθώς κάνετε σκέψεις προς άλλους για να δείτε ποιες σκέψεις δίνουν ενέργεια προς εμάς και ποιες μας κάνουν να δίνουμε προς άλλους ή να χάνουμε ενέργεια.

Σκοπός και Λειτουργία

Το πρώτο τσάκρα, της βάσης, τοποθετείται μεταξύ του πρωκτού και των γενετικών οργάνων. Συνδέεται με τον κόκκυγα και ανοίγει προς τα κάτω. Μας συνδέει με το φυσικό πεδίο και αφήνει την ενέργεια της γης να μπει μέσα στο ενεργειακό μας σύστημα. Όταν είναι ανοιχτό δεχόμαστε με χαρά την ζωή στην γη και χαιρόμαστε και ευχαριστιόμαστε την ζωή. Η ενέργεια της γης μας παρέχετε και μας γεμίζει με αίσθημα δημιουργικότητας και το άτομο του αρέσει να αυτοεκφράζεται και να θέλει να επιτυ-τυγχάνει τους σκοπούς στην ζωή του. Η σεξουαλικότητα μας και η δημιουργία ιδιών σχετίζεται με το πρώτο τσάκρα.

Το τσάκρα της βάσης είναι η πηγή της ζωής και της ζωτικής δύναμης και η βάση για όλα τα άλλα τσάκρα. Εδώ η ανεξάντλητη δύναμη της κουνταλίνη ξυπνάει. Από εδώ ξεκινούν όλα τα κανάλια ενέργειας, τα σουσούμνα, τα ίντα, και τα πίνγκαλα.

Το τσάκρα της βάσης είναι το τσάκρα με το οποίο συνδεόμαστε με το συλλογικό ασυνείδητο. Η γνώση προς το συλλογικό ασυνείδητο ενώνεται σαν ενέργεια με το τσάκρα της βάσης. Το τσάκρα της βάσης πρέπει πάντα να λειτουργεί σε αρμονία με τα άλλα τσάκρα για να υπάρχει ψυχική ισορροπία. Αν υπάρχει κάποια ψυχική διαταραχή το τσάκρα της βάσης λειτουργεί δυσαρμονικά και συνήθως μπαίνουμε σε καταστάσεις άμυνας και άρνησης ενεργειών από άλλους και γινόμαστε ευέξαπτοι λόγω της άρνησης λήψης ενέργειας. Η άρνηση λήψης ενέργειας είναι χρήσιμη μόνο για τις βλαβερές δονήσεις, δρα σαν στρόφιγγα που κλείνει και μας προστατεύει. Αν όμως αισθανόμαστε για κάποιο λόγο απειλή, αρνούμαστε τις εισερχόμενες ενέργειες και αυτό μακροπρόθεσμα έχει ως συνέπεια να γινόμαστε αρνητικοί και ευέξαπτοι.

Αρμονική Λειτουργία

Εάν το τσάκρα της βάσης είναι ανοιχτό και λειτουργεί αρμονικά, θα βιώνετε ένα βαθύ αίσθημα σχέσης με την φύση και την Γαία. Θα σέβεστε και θα αγαπάτε κάθε μορφή ζωής τα ζώα, τα φυτά, θα χαίρεστε να βρίσκεστε ανάμεσα σε δέντρα, ρυάκια σε βουνά κτλ. Η ζωή σας θα είναι γεμάτη ικανοποίηση από την ζωή σας πάνω στην γη και από τις σχέσεις σας με τα άλλα όντα. Θα αισθάνεστε την γη σαν ένα μεγάλο σπίτι, σαν ένα μεγάλο καταφύγιο που είναι δικό σας, όλων μας και μας ανήκει. Θα είστε πραγματικά ευγνώμονες για την ζωή σας πάνω στην γη.

Δυσαρμονική Λειτουργία

Εάν το τσάκρα της βάσης σας λειτουργεί χωρίς ισορροπία ή δυσλειτουργεί τότε το πιο γνωστό σύμπτωμα είναι η εριστική συμπεριφορά. Αν είστε ευέξαπτοι, αν επαναστατείτε στην ιδέα της κατοχής αγαθών του αισθήματος ασφάλειας ή σε αυτά που άλλοι προσπαθούν να σας δώσουν, πολλές φορές είναι και ενέργεια μέσω συναισθημάτων, τότε το τσάκρα της βάσης σας δεν λειτουργεί ομαλά. Αν είστε κλειστοί στην αγάπη, στα συναισθήματα, είναι η κλασσική συμπεριφορά άρνησης. Αρνείστε να δεχτείτε. Και ο οργανισμός στην προσπάθεια του να μην δεχθεί τις άλλες ενέργειες επαναστατεί και

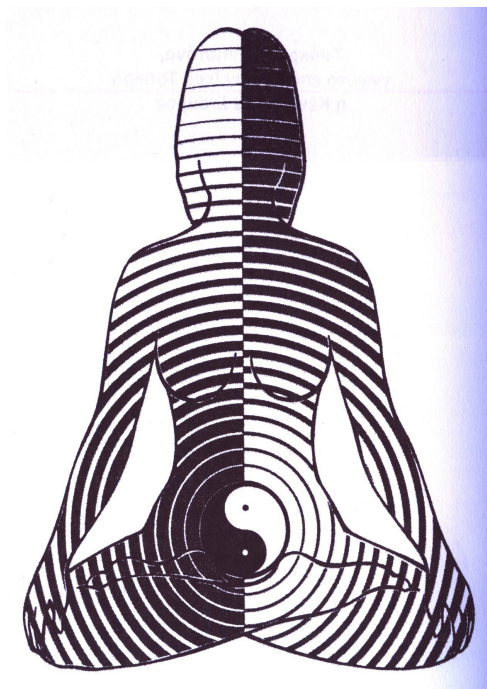
ερεθίζεται και έτσι γίνεστε ευέξαπτος και θυμωμένος. Όμως ο οργανισμός θέλει να βιώσει κατά βάθος θετικά συναισθήματα και να ζει όμορφα. Έτσι αφού απορρίπτει των άλλων στρέφεται προς τα μέσα. Προσπαθεί να βρει την καλοπέραση μέσα από τις υλικές απολαύσεις όπως το φαγητό, και το σεξ (συνήθως αυνανισμό) κατά το πλείστον. Ένα άτομο με δυσλειτουργικό τσάκρα της βάσης είναι θυμωμένο, ευέξαπτο, καλοπερασάκιας, λάγνος, και λαίμαργος, και δεν αποδέχεται τους άλλους κρατάει αποστάσεις, γίνεται ένας εγωιστής. Συνήθως τα άτομα αυτά είναι υπέρβαρα επειδή τους αρέσει η απόλαυση του φαγητού σε υπερβολικό βαθμό αλλά και επειδή παραμελούν τον εαυτό τους όπως παραμελούν τους άλλους και δεν θέλουν να μοχθήσουν έτσι δεν γυμνάζονται.

Οι πράξεις σας να επαναστατείτε γύρω σας ικανοποιώντας τις προσωπικές σας ανάγκες σας κάνει ασυνείδητα να παραβλέπετε τις ανάγκες των άλλων. Σε ακραίες περιπτώσεις όταν αντιμετωπίζετε προκλήσεις και δυσκολίες αντιδράτε με το παραμικρό και γίνεστε βίαιοι, αναστατωμένοι και επιθετικοί. Υπάρχουν αισθήματα οργής και μίσους. Όλα αυτά είναι στην πραγματικότητα αμυντικοί μηχανισμοί. Τα αρνητικά συναισθήματα διώχνουν τις ενέργειες που προσπαθούν να εισέλθουν στο ενεργειακό σας σύστημα, λειτουργούν σαν φρουροί άρνησης άλλων ενεργειών προς εσάς. Σε μια ομαλή λειτουργία αυτά τα συναισθήματα έχουν αυτήν την χρήση και σκοπό, να διώξουν κάποια βλαβερή δόνηση. Αν όμως το άτομο έχει κάποιο ψυχικό τραύμα κάποιο ψυχικό μπλοκάρισμα του παρελθόντος που του έχει μείνει σαν τραύμα τότε αυτό ασκεί μεγάλη επιρροή στο ενεργειακό σύστημα και απωθεί κάθε νέα ενέργεια αγάπης, ή άλλη ενέργεια που προσπαθεί να εισέλθει στο ενεργειακό σύστημα του ατόμου. Αυτή η λειτουργία υπό τις συνθήκες κάποιου ψυχολογικού τραύματος ή μπλοκαρίσματος είναι μια δυσλειτουργία, μια ενεργειακή διαταραχή.

Αν το τσάκρα της βάσης σας είναι μπλοκαρισμένο ή κλειστό θα έχετε μικρές αντοχές στο ψυχολογικό και φυσικό επίπεδο, μπορεί να κουράζεστε εύκολα και να θέλετε να κοιμηθείτε παραπάνω. Πολλά πράγματα στην ζωή θα σας ανησυχούν. Θα είστε συνέχεια με αισθήματα αβεβαιότητας. Θα σας λείπει η θέληση και η δύναμη να πετύχετε στόχους, θα εγκαταλείπετε εύκολα ότι ξεκινάτε ή θα χάνετε το ενδιαφέρον σας εύκολα. Θα αντιμετωπίζετε την ζωή στην Γη σαν καταναγκαστικό έργο και όχι σαν μια απόλαυση. Θα αναζητάτε απολαύσεις και θα αποφεύγετε τον μόχθο.

Εάν αναπτύξετε τα υψηλά τσάκρα και παραμελήσετε το τσάκρα της βάσης θα έχετε ένα αίσθημα ότι δεν ανήκετε σε αυτό τον κόσμο. Αν το 2ο τσάκρα και το 3ο είναι επίσης μπλοκαρισμένα τότε ανορεξία μπορεί να εμφανιστεί.

Ιερό τσάκρα



Χρώμα: Πορτοκαλί

Στοιχείο: Νερό και κάθε υγρό

Αίσθηση: Γεύση

Βασική αρχή: Δημιουργική αναπαραγωγή του όντος

Αντιστοιχίες στο σώμα: Πυελική ζώνη, αναπαραγωγικά όργανα, νεφρά, ουροδόχος κύστη. Όλα τα βιολογικά υγρά όπως αίμα, σάλιο, έμμηνα κτλ.

Αδένες: Γενετικοί αδένες, ωθήκες, προστάτης, όρχεις

Σκοπός και λειτουργία

Το δεύτερο τσάκρα βρίσκεται πάνω από τα γενετικά όργανα. Συνδέεται με το 1ο τσάκρα και ανοίγει προς τα εμπρός. Λαμβάνουμε και γονιμοποιούμε τις ενέργειες που διαποτίζουν την φύση μέσω του ιερού τσάκρα. Τα γενετικά όργανα και το ένστικτο της δημιουργίας νέας ζωής εδράζει εδώ και επηρεάζεται από το 2ο τσάκρα. Συνδέεται με την πηγή της βιολογικής ζωής το νερό και ψυχολογικά είναι ο συναισθηματικός κόσμος.

Το νερό καθαρίζει και εξαγνίζει διότι είναι ο φορέας της ζωής, είναι αυτό που διώχνει τον θάνατο και ότι τον προκαλεί όπως βλαβερές δονήσεις και ασθένειες. Καθαρίζει έτσι

τα ενεργειακά μπλοκαρίσματα. Στο φυσικό επίπεδο ένα ντους με τρεχούμενο νερό δίνει την εντύπωση της ροής ενέργειας προς εμάς. Υποσυνείδητα είναι η ροή θετικών συναισθημάτων προς εμάς. Με ένα ντους με τρεχούμενο νερό ανοιγόμαστε συναισθηματικά και ενεργειακά και έτσι οι εισερχόμενες θετικές δονήσεις μας ξεμπλοκάρουν. Με ανοιχτό το 2ο τσάκρα αντιμετωπίζουμε την ζωή σαν κάτι νέο, ως ένα νέο όμορφο ξεκίνημα. Οι νέες σχέσεις, τα νέα σχέδια, τα νέα ξεκινήματα συνδέονται με το 2ο τσάκρα.

Αρμονική Λειτουργία

Ένα ανοιχτό και αρμονικό 2ο τσάκρα σας επιτρέπει να ανοίγεστε με ευκολία στους άλλους ειδικά σε άτομα του αντίθετου φύλου. Η σεξουαλική ένωση σας με το τον σύντροφο σας ανθίζει σε ένα δημιουργικό περιβάλλον. Αισθάνεστε την ανταλλαγή ενεργειών ειδικά από άτομα αντίθετου φύλου. Μπορείτε να αισθανθείτε τις σκέψεις των άλλων, μια ενέργεια σαν ένα άγγιγμα στην επιδερμίδα, συγχρονίζεστε εύκολα με τις σκέψεις και τα συναισθήματα του συντρόφου σας.

Δυσαρμονική Λειτουργία

Το Ιερό τσάκρα ζωντανεύει και ανθίζει στην εφηβεία. Τότε είναι που μπορεί να δυσλειτουργήσει και να παραμείνει σε αυτήν την κατάσταση και στα επόμενα χρόνια. Οι εκπαιδευτές και οι δάσκαλοι σπάνια συνήθως δίνουν σεξουαλική διαπαιδαγώγηση στα παιδιά στην εφηβεία και πιο σπάνια για την ενεργειακή τους κατάσταση. Κατά την διάρκεια της νηπιακής ηλικίας μπορεί να μην δόθηκε η απαραίτητη προσοχή και επαφή της μητέρας με το παιδί. Η επαφή είναι σημαντική για την ανταλλαγή δονήσεων από την μητέρα στο παιδί. Επίσης μπορεί οι γονείς να είχαν σταματήσει την σεξουαλική τους ζωή και με τις δονήσεις τους να επηρέασαν το παιδί. Ως αποτέλεσμα όλων αυτών είναι η δυσλειτουργία του ιερού τσάκρα. Οι σεξουαλικές ενέργειες που αναπτύσσονται και δεν εκδηλώνονται βρίσκουν άλλο τρόπο έκφρασης όπως υπερβολικές σεξουαλικές φαντασιώσεις καταπιεσμένες επιθυμίες. Το άτομο μπορεί να βιώνει το σεξ σαν ναρκωτικό για την εφορία των ουσιών που εκκρίνει ο εγκέφαλος κτλ. Αυτό που πρέπει να γίνει είναι να κατανοήσετε ότι η σεξουαλικότητα σας έχει λοξοδρομήσει. Αυτές οι ενέργειες φέρουν αβεβαιότητα και σεξουαλική ένταση μεταξύ των φύλων και στην προσπάθεια σύναψης σχέσεων.

Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι να καταπιέζει τα συναισθήματα του να μην τα αφήνει να εκδηλώνονται να έχει αποσύρει τις σεξουαλικές του κεραιές και να μην δίνει σημασία στα σεξουαλικά μηνύματα. Κατά την διάρκεια της εφηβείας μπορεί αργότερα να μπλοκάρει τελείως την σεξουαλικότητα του. Αυτό κάνει να έχει το άτομο αυτό χαμηλή αυτοπεποίθηση και συναισθηματική παράλυση και σεξουαλική ψυχρότητα. Μπορεί το άτομο να νιώθει ότι η ζωή δεν αξίζει και μπορεί να αποπειραθεί να βλάψει τον εαυτό του όπως να αυτοκτονήσει.

Ηλιακό πλέγμα, τσάκρα



Χρώμα: Κίτρινο - Χρυσό

Στοιχείο: Φωτιά

Αίσθηση: Όραση

Βασική αρχή: Μορφοποίηση των πραγμάτων

Αντιστοιχίες στο σώμα: Μέση, υπογάστριο, πεπτικό σύστημα, στομάχι, συκώτι, σπλήνα, χολή, αυτόνομο νευρικό σύστημα

Αδένες: Πάγκρεας

Σκοπός και λειτουργία

Το τρίτο τσάκρα (Ηλιακού πλέγματος) τοποθετείται δύο δάχτυλα πιο πάνω από τον ομφαλό και ανοίγει προς τα εμπρός. Η λειτουργία του είναι αρκετά περίπλοκη. Αντιπροσωπεύει τον ήλιο και το ενεργειακό μας κέντρο. Απορροφάμε την ηλιακή ακτινοβολία μέσω του τρίτου τσάκρα η οποία τρέφει το αιθερικό μας σώμα και ενεργοποιεί και διατηρεί το υλικό μας σώμα. Επίσης τα συναισθήματα μας σαν δονήσεις φεύγουν από το τρίτο τσάκρα.

Η έδρα της προσωπικότητάς μας βασίζεται στις δονήσεις του τρίτου τσάκρα. Η κοινωνική μας υπόσταση, η επιθυμία μας να επιβεβαιωνόμαστε, η θέληση μας να πετυχαίνουμε, η δίψα μας για δύναμη, όλα αυτά επηρεάζονται από το τσάκρα του ηλιακού μας πλέγματος, το τρίτο τσάκρα.

Η πιο σημαντική του λειτουργία είναι ότι εξαγνίζει τις δονήσεις των κατώτερων τσάκρα. Επιθυμίες και ευχές φιλτράρονται από το 3ο τσάκρα και καθαρές αγνές δονήσεις περνάνε προς τα ανώτερα τσάκρα που είναι πιο πνευματικά. Ένα μπλοκάρισμα στο τρίτο τσάκρα έχει ως συνέπεια διεστραμμένες δονήσεις να περνάνε προς τα πνευματικά τσάκρα διαμορφώνοντας μια προσωπικότητα όπως θα λέγαμε βαθιά πνευματική αλλά σατανική και διεστραμμένη αποκλίνουσα του φυσιολογικού. Ένα υπερδιεργεμένο τρίτο τσάκρα αναζητά υπερβολικά την αγνότητα, απεχθάνεται κάθε βρώμικη σκέψη και συμπεριφορά και μπορεί ο άνθρωπος να απομονωθεί διότι βλέπει παντού γύρω του ακάθαρτες σκέψεις και συμπεριφορές και έτσι αναζητά την απομόνωση σε ένα ψυχικά αποστειρωμένο περιβάλλον. Η σωστή λειτουργία του πρέπει να είναι στο μέσο, ούτε μπλοκαρισμένο ούτε υπερδιεργεμένο.

Το ηλιακό πλέγμα συνδέεται απευθείας με το αστρικό σώμα, το οποίο είναι το κέντρο των ευχών και επιθυμιών μας. Αν αποδεχόμαστε τα συναισθήματά μας, τις ευχές μας και τις εμπειρίες της ζωής μας αυτό θα βοηθήσει στην ηρεμία του ηλιακού πλέγματος και στο άνοιγμα του τρίτου τσάκρα προς τα εμπρός αυξάνοντας το εσωτερικό μας φως και την ζωή μας στις δύσκολες καταστάσεις της ζωής. Αν δεν αποδεχόμαστε την ζωή το τρίτο τσάκρα παραμένει μπλοκαρισμένο και δυσλειτουργεί δημιουργώντας μας εντάσεις για το θέμα της επιβίωσης, ανικανοποίητους πόθους και επιθυμίες κτλ.

Η διάθεση μας επηρεάζεται από την ένταση του εσωτερικού μας φωτός. Όταν το τρίτο τσάκρα είναι ανοιχτό αισθανόμαστε γεμάτοι από την ζωή, πλήρης χαράς και εσωτερικής αγαλλίασης. Εάν είναι μπλοκαρισμένο αισθανόμαστε σκοτεινοί και σε έλλειψη ισορροπίας. Επίσης είναι σημαντικό να τονίσουμε ότι αυτές τις δονήσεις εκπέμπουμε προς τα έξω και στους άλλους και τους μεταδίδουμε το πώς αισθανόμαστε. Έτσι άλλοι θα μας αποφύγουν και άλλοι θα μας παρηγορήσουν, άλλους θα έλκουμε και άλλους θα απωθούμε.

Επίσης αντιλαμβανόμαστε τις δονήσεις των άλλων ανθρώπων, δηλ την ψυχική τους λειτουργία η οποία καθορίζεται από τι σκέφτονται και τι προθέσεις έχουν, με το τσάκρα του ηλιακού πλέγματος. Όταν αισθάνεστε ένα προαίσθημα για κάποιον, τότε μιλάει το τρίτο τσάκρα σας.

Αρμονική Λειτουργία

Αισθάνεστε ειρήνη και εσωτερική αρμονία με τον εαυτό σας και την ζωή γενικά και την θέση σας στον κόσμο μέσα. Έχετε αποδεχθεί το πώς είστε ολοκληρωτικά και αισθάνεστε σεβασμό για το πώς είναι οι άλλοι τόσο ψυχικά όσο και εμφανισιακά. Επίσης έχετε αποδεχτεί τις επιθυμίες, τα συναισθήματα και τις ευχές και τις εμπειρίες σας στην ζωή. Ότι και να σας έρθει στην ζωή το υποδέχεστε καλοπροαίρετα γνωρίζοντας ότι κάτι θα μάθετε από κάθε διαδικασία καλή ή κακή. Ο τρόπος αποδοχής σας του εαυτού σας και του κόσμου σας οδηγεί σε μια πληρότητα και μια βαθιά ένωση με το παν. Αυτό το συναίσθημα μπορεί να συνδυάζεται με την λειτουργία του τσάκρα της βάσης που παράγει την αντίληψη για την επιβίωση. Αποδέχετε κάθε μεριά της ζωής και προπάντων τις δυσκολίες της ζωής. Έχετε ισχυρό αίσθημα επιβίωσης και ισχυρό αίσθημα γνώσης ότι θα αντιμετωπίσετε κάθε τι την ζωή και θα αποδεχτείτε την ζωή όπως και να σας έρθει. Αυτό σας δημιουργεί μια αίσθηση πληρότητας και το τρίτο τσάκρα λειτουργεί αρμονικά σε εσάς.

Επιπρόσθετα εάν το τρίτο μάτι, 6ο τσάκρα και το τσάκρα του στέμματος, 7ο τσάκρα είναι επίσης ανοιχτά αναγνωρίζετε ότι όλα τα υλικά όντα και υπάρξεις είναι διάφορες συχνότητες ενέργειας. Από την στιγμή που αναγνωρίζετε την ύπαρξη σαν διαφορετικές συχνότητες ενέργειας και εσείς είστε πλήρως ανοιχτοί με τα ανώτερα τσάκρα σας συνδέεστε με κάθε συχνότητα της υπάρξεως. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα κάθε σκέψη σας και ευχή και επιθυμία σας να εκπληρώνεται αμέσως αφού υπάρχει ο συντονισμός των ανώτερων ενεργειών. Έτσι κάθε τι που αναζητάτε το ελκύετε προς τα εσάς μέσω των ανώτερων τσάκρα σας και της έκφρασης των επιθυμιών σας από το τρίτο τσάκρα προς το περιβάλλον.

Δυσαρμονική λειτουργία

Όταν το τρίτο τσάκρα δυσλειτουργεί, θέλετε να εκμεταλλεύεστε το κάθε τι σύμφωνα με τις δικές σας επιθυμίες, θέλετε να ελέγχετε τα πάντα να κατακτάτε και να ασκείτε παντού την ισχύ σας. Μπορεί να είστε ένας δυνάστης ενώ εσείς να αισθάνεστε ηγέτης. Μια εσωτερική ανησυχία και δυσaréσκεια σας διακατέχει. Αναπτύσσετε ένα χαρακτήρα που θέλει συνεχώς να είναι υπερδραστήριος και απασχολούμενος. Αυτή η υπερδραστήρια ενασχόληση είναι ο τρόπος σας να καλύπτετε την ανεπάρκεια των επιθυμιών σας. Το τρίτο τσάκρα σχετίζεται με τις επιθυμίες και όταν είναι μπλοκαρισμένο και δεν ρέει η ενέργεια προς αυτό γίνεστε ανικανοποίητοι στις επιθυμίες σας και αρχίζετε να διαμορφώνεται όλη την προαναφερθείσα συμπεριφορά. Η υπέρδραστηριότητά σας δεν σας αφήνει να χαλαρώσετε, να αφήσετε λίγο τα πράγματα, να σταματήσετε να τα ελέγχετε συνεχώς. Πρέπει να καταλάβετε ότι η υλική ευμάρεια και η αναγνώριση δεν θα σας δώσουν την ευτυχία που αναζητάτε με τις επιθυμίες σας.

Η αποδοχή και η υλική ευμάρεια είναι σημαντικά για εσάς. Τα αληθινά αισθήματά σας είναι μπλοκαρισμένα και αδυνατείτε να τα εκφράσετε. Αναστατώνεστε εύκολα και γίνεστε εριστικοί. Ο θυμός είναι μια μορφή έκφρασης των ανικανοποίητων συναισθημάτων σας και του θυμού που μαζεύετε τόσο καιρό κάθε φορά που δεν είχατε αυτό που θέλατε. Συχνά ερεθίζεστε με θυμό όταν δεν παίρνετε αυτό που θέλετε. Μπορεί να πιστεύετε ότι υπάρχουν εμπόδια από το να αποκτήσετε αυτό που θέλετε. Σε μακροχρόνιες καταστάσεις μπλοκαρίσματος όταν έρχεστε αντιμέτωποι με δυσκολίες δεν αντέχετε και νευριάζετε και σιγά αυτό γίνεται με όλο και μικρότερες αντοχές με αποτέλεσμα να νευριάζετε τελικά με το παραμικρό. Αρχίζετε να βλέπετε παντού αποτυχίες και σκέφτεστε συνέχεια άσχημα τέλη και βάζετε συνέχεια κακές υποθετικές εξελίξεις των υποθέσεων σας. Βλέπετε παντού το κακό. Τελικά βλέπετε παντού δυστυχία όπου και αν στραφείτε.

Το τσάκρα της καρδιάς



Χρώμα: Πράσινο, ροζ, χρυσό.

Στοιχείο: Αέρας

Αίσθηση: Αφή

Βασική αρχή: Αφιέρωση, εγκατάλειψη του εγώ για το χατίρι και τις ανάγκες των άλλων.

Αντιστοιχίες στο σώμα: Καρδιά, πάνω πλάτη, θώρακας και θωρακική κοιλότητα, κάτω περιοχή των πνευμόνων, αίμα και κυκλοφοριακό σύστημα και δέρμα.

Αδένες: Θύμος, ο οποίος ελέγχει και ρυθμίζει το λεμφικό σύστημα και διεγείρει και ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα.

Σκοπός και λειτουργία

Το 4ο τσάκρα τοποθετείται στο κέντρο του στήθους στο ύψος της καρδιάς και ανοίγει προς τα εμπρός. Είναι το κέντρο του συστήματος όλων των τσάκρα και συνδέει τα ΧΑΜΗΛΑ τσάκρα που είναι υπεύθυνα για την ύπαρξη στο φυσικό επίπεδο, τα συναισθήματα, με τα ΥΨΗΛΑ τσάκρα που είναι υπεύθυνα για την νοητική και ψυχική λειτουργία.

Το τσάκρα της καρδιάς είναι ένα πολύ σημαντικό τσάκρα. Με το τσάκρα της καρδιάς έχουμε την ικανότητα να ταυτιζόμαστε συναισθηματικά με άλλους και να ανιχνεύουμε τα συναισθήματα τους αλλά και να συμπαθούμε τους άλλους και να τους στέλνουμε συναισθήματα. Συντονιζόμαστε με τις κοσμικές δονήσεις και αντιλαμβανόμαστε την ομορφιά της φύσης της μουσικής, της τέχνης ζωγραφική, γλυπτική κτλ. Εδώ όλες οι εικόνες οι λέξεις και οι ήχοι μεταμορφώνονται σε συναισθήματα.

Όλη η λαχτάρα για βαθιά ενδόμυχη επικοινωνία για ενότητα, αρμονία, αγάπη, ακόμη και έλεος, πόνο, φόβο αποχωρισμού ή χάσιμο της αγάπης, εκδηλώνεται με το τσάκρα της καρδιάς. Όταν είναι εντελώς ανοιχτό, αποτελεί το κέντρο της αληθινής χωρίς όρους αγάπης.

Όταν αυτή η άνευ όρων αγάπη συνδέεται με τα υψηλότερα τσάκρα μεταμορφώνεται σε Μηχακτί, η ιερή Αγάπη, η οποία μας οδηγεί σε μια ένωση συναισθηματική όλων των όντων και σε μια δράση αλληλοβοήθειας των όντων. Αυτό στο φυσικό επίπεδο μεταφράζεται ως αλληλοβοήθεια μεταξύ των όντων και απέραντη αγάπη. Στο πνευματικό επίπεδο μεταφράζεται ως ικανότητα διαίσθησης απομακρυσμένα των συναισθημάτων, σκέψεων, και προθέσεων των άλλων τηλεπαθητικά, αυτή είναι η ένωση μια συναισθηματική ένωση και επιρροή αυτών με δονήσεις ωφέλιμες, δονήσεις αγάπης. Η διαδρομή προς αυτήν την κατεύθυνση περνά μέσα από την κατανόηση και αποδοχή του εαυτού μας. Και μετά από αυτό γίνεται η κατανόηση και αποδοχή των άλλων. Κατανοώντας τα σφάλματα μας, και δείχνοντας ανοχή και αγάπη στον εαυτό μας αποκτάμε την εμπειρία και το συναίσθημα εκείνο που θα μας κάνει να είμαστε ανεκτικοί προς τους άλλους. Η κατανόηση και αγάπη προς τους άλλους περνά μέσα από τις δικές μας περιπτώσεις αντιμετώπισης προβλημάτων, όπως αντιμετωπίσαμε τα προβλήματα τα δικά μας και δείξαμε αγάπη στο εαυτό μας το ίδιο πρέπει να εφαρμόσουμε και προς τους άλλους. Αυτό το συναίσθημα αγάπης είναι η άνευ όρων αγάπη διότι αντιμετωπίζουμε τους άλλους σαν να είμαστε εμείς, σαν να τα προβλήματα τους να είναι δικά μας τα οποία πρέπει να λυθούν με την ίδια κατανόηση και αγάπη που δείξαμε στο εαυτό μας.

Με την κάθε μας άρνηση και απόρριψη, παράγουμε ξανά χωρισμό και αρνητικότητα, αντί αυτού μία θετική και με αγάπη αποδοχή ένα ναι που να το εννοούμε παράγει δονήσεις από τα τσάκρα μας προς τα έξω που εξουδετερώνουν τις αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα. Ένα πραγματικό ναι αποδοχής της κατάστασης του άλλου κάνει τον άλλο να εκδηλωθεί με σκοπό την αποφόρτιση των δονήσεων που του προκαλούν την προβληματική λειτουργία. Ένας θυμωμένος για παράδειγμα με το που δει πραγματική αποδοχή από τον άλλο θα θελήσει να εκδηλώσει τον θυμό του σαν παράπονο ή σαν πρόβλημα ή με άλλον τρόπο ώστε να τον αποβάλλει και να απελευθερωθεί από αυτήν την προβληματική κατάσταση. Σε επίπεδο πνευματικό, όποιος έχει το χάρισμα της εμπάθειας συνδέεται απομακρυσμένα με δονήσεις άλλων που έχουν δονήσεις που δημιουργούν πρόβλημα στην ισορροπία της ψυχής. Κάποιος γιόγκι της φιλοσοφίας της άνευ όρων αγάπης αισθάνεται το πρόβλημα του άλλου ως δικό του λόγω της συναισθηματικής ένωσης. Με τις δικές του δονήσεις μπορεί να απελευθερώσει το άλλο άτομο από το πρόβλημα που το βασανίζει και όλα αυτά απομακρυσμένα σε επίπεδο πνευματικό. Όλα αυτά γίνονται με ένα ανοιχτό τσάκρα της καρδιάς και με την άνευ όρων αγάπη.

Με το τσάκρα της καρδιάς κατέχουμε ένα μεγάλο δυναμικό για θεραπεία του εαυτού μας όσο και των άλλων. Εάν υποφέρετε από πόνους, αρρώστιες, με την εστίαση της προσοχής σας στο ευπαθές όργανο ή σημείο και ενεργοποιώντας συναισθήματα αγάπης μπορείτε να βοηθήσετε στην θεραπευτική διαδικασία του οργάνου αυτού σε τρομακτικό γρήγορο ρυθμό. Εάν μάθουμε να αγαπάμε από τα βάθη της καρδιάς μας και να αποδεχόμαστε τους άλλους με τα προβλήματα τους (και να μην τους διώχνουμε διότι είναι φτωχοί, λερωμένοι, αγενείς κτλ), αν μάθουμε να αντέχουμε τις αρνητικές δονήσεις των άλλων και να τους αποδεχόμαστε σαν υπάρξεις (όχι να αποδεχόμαστε τις βλαπτικές τους δονήσεις, αποδεχόμαστε τον άνθρωπο όχι την λάθος λειτουργία του) τότε μπορούμε να γίνουμε πραγματικά όντα που θα αντέχουν στο κακό αλλά και θα θεραπεύουν τις αρνητικές δονήσεις των τσάκρα των άλλων όντων μέσω της αγάπης.

Το τσάκρα της καρδιάς ακτινοβολεί χρώματα όπως πράσινο, ροζ, και μερικές φορές χρυσό. Το πράσινο είναι το χρώμα της θεραπείας και της συμπάθειας και της αρμονίας. Αν ένα φωτισμένο ον όπως κάποιος που βλέπει την αύρα δει καθαρά, ένα ζωντανό πράσινο χρώμα στο τσάκρα της καρδιάς αυτό θα σήμαινε την ικανότητα ενός ανθρώπου να μπορεί να θεραπεύει, ενώ μια αύρα με χρυσό και ροζ θα έδειχνε ένα άνθρωπο που ζει σε αγνή και άνευ όρων αγάπη για το Θείο.

Μέσα στο τσάκρα της καρδιάς είναι τα πιο ζωντανά συναισθήματα αγάπης. Επίσης καθορίζει την διαύγεια του τρίτου ματιού για αυτό σχολές της ανατολής ξοδεύουν τόσο πολύ χρόνο και δίνουν τόση σημασία στο άνοιγμα του τσάκρα της καρδιάς.

Αρμονική Λειτουργία

Όταν λειτουργεί σε αρμονία με όλα τα άλλα τσάκρα, ένα τελείως ανοιχτό τσάκρα μπορεί να αλλάξει τον κόσμο γύρω σας και να ενώσει, να συμφιλιώσει, ή να γιατρέψει τα πρόσωπα γύρω σας. Όλη η ύπαρξη σας ακτινοβολεί θερμή αγάπη και ευτυχία. Αυτή η θαυμαστή ακτινοβολία ανοίγει τις καρδιές των άλλων γύρω σας, δημιουργώντας εμπιστοσύνη, χαρά μεταξύ σας. Ένα αίσθημα συμπόνοιας και θέλησης να βοηθήσετε τους άλλους έρχεται τελείως φυσικά σε εσάς.

Αγαπάτε για να αισθάνονται οι άλλοι την αγάπη και αυτό σας φέρνει ευτυχία. Κίνητρο σας είναι να χαρίζετε αγάπη και χαρά χωρίς να περιμένετε ανταλλάγματα. Η καρδιά σας είναι μέσα σε όσα κάνετε. Αγαπάτε άνευ όρων ΟΛΟΥΣ.

Μέσα από αυτήν την σοφία, βλέπετε τον κόσμο και τις προσωπικές σας εμπειρίες με ένα νέο φως. Δεν βλέπετε πια την ζωή από απόσταση. Βλέπετε όλη την ζωή ως δικιά σας ζωή, τις πράξεις των άλλων άμεσα συνδεδεμένες με τις δικιές σας ή σαν να είναι δικιές σας, στην πιο αγνή της μορφή η σοφία αυτή οδηγεί στην Θεία Αγάπη και την ευδαιμονία.

Όλα είναι Αγάπη!

Δυσαρμονική Λειτουργία

Ένα δυσαρμονικό τσάκρα της Καρδιάς μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους. Μπορεί να αισθάνεστε την ανάγκη να είστε παρόντες για να βοηθάτε τους άλλους αλλά να θέλετε αναγνώριση των πράξεων σας ως ανταπόδοση των πράξεων σας. Εάν οι προσπάθειες σας δεν είναι ικανοποιητικές μπορεί να αισθάνεστε βαθιά απογοητευμένοι.

Μπορεί να αισθάνεστε πανίσχυροι και αρκετά δυνατοί ώστε να δώσετε από την δύναμη σας στους άλλους αλλά ανίκανοι να δεχτείτε την ανταπόκριση των άλλων και έτσι την αγάπη τους. Αισθήματα στοργής, τρυφερότητας μπορεί να σας κάνουν να αισθάνεστε άβολα μπροστά σε άλλους και να νομίζετε ότι είναι μέρος του αδύναμου χαρακτήρα σας.

Μπορεί να είστε βαθιά πληγωμένοι από ερωτική απόρριψη, ειδικά μετά από προσπάθεια εξωτερίκευσης των συναισθημάτων σας. Όταν αυτό γίνεται νιώθετε να αποτραβιέστε πίσω στο καβούκι σας. Είτε απογοητευμένος και θλιμμένος. Θέλετε να δώσετε αγάπη αλλά ο φόβος της απόρριψης το κάνει αυτό αδύνατο. Μπορεί να νομίζετε ότι δεν πετυχαίνετε στην αγάπη.

Μπορεί να αποζημιώνετε την έλλειψη αγάπης σας με το να υιοθετήσετε μια άκρως

φιλική συμπεριφορά, αντιμετωπίζοντας όμως τους ανθρώπους απρόσωπα, απομακρυσμένα λόγω της απόστασης που θέλετε να έχετε από τα συναισθήματά τους, και έτσι να καταλήγετε σε μια μη γνήσια συμπεριφορά προς τους άλλους. Από την μια θα δείχνετε φιλικός και από την άλλη απόμακρος ώστε να μην δεχθείτε άλλα χτυπήματα στα συναισθήματά σας. Εάν το τσάκρα της καρδιάς κλείσει εντελώς θα είστε ψυχροί και άκαρδοι. Θα είστε εντελώς εκτός ισορροπίας και θα υποφέρετε από κατάθλιψη. Έτσι η δυστυχία θα είναι ο δρόμος της ζωής σας για εσάς.

Τσάκρα του λαιμού



Χρώμα: Ανοιχτό γαλάζιο, πράσινο-μπλε

Στοιχείο: Αιθέρας

Αίσθηση: Ακοή

Βασική αρχή: Συντονισμός του είναι

Αντιστοιχία στο σώμα: Λαιμός, αυχένας, σαγόνια, αυτιά, φωνή, τραχεία,

βρογχικοί σωλήνες, άνω μέρος των πνευμόνων, οισοφάγος μπράτσα.

Αδένες: Θυρεοειδής, ο οποίος ρυθμίζει την μεταβολή του φαγητού σε ενέργεια μέσω του μεταβολισμού. Ελέγχει την ποσότητα του ασβεστίου στο αίμα και παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του σκελετού.

Σκοπός και λειτουργία

Το 5ο τσάκρα του λαιμού βρίσκεται μεταξύ του αυχένα και του λάρυγγα. Ανοίγει προς τα εμπρός και συνδέεται με ένα δευτερεύον τσάκρα στον αυχένα που ανοίγει προς τα πίσω. Τα δύο αυτά τσάκρα θεωρούνται σαν ένα και περιγράφονται ως τσάκρα του λαιμού. Το τσάκρα του λαιμού είναι το κέντρο έκφρασης του ανθρώπου. Αποτελεί ως το πρώτο από τα υψηλά τσάκρα η γέφυρα μεταξύ των χαμηλών τσάκρα και των υψηλών τσάκρα της κεφαλής. Στην κεφαλή αναπτύσσονται οι σκέψεις και στα χαμηλά τσάκρα καρδιάς και ηλιακού πλέγματος τα συναισθήματα. Το τσάκρα του λαιμού κάνει τα συναισθήματα σκέψεις και μεταφέρει την ενέργεια της κουνταλίνη από κάτω προς τα άνω. Μέσω του τσάκρα του λαιμού οι ενέργειες όλων των κάτω τσάκρα εκφράζονται

προς τα έξω. Εκφράζουμε τα συναισθήματά μας, το γέλιο, χαρά, θυμός, αγάπη, τις ανησυχίες μας για επιβίωση, την πληρότητα μας από την ύπαρξη μας πάνω στην γη κτλ.

Σαν στοιχείο έχει τον αιθέρα. Ο αιθέρας στις διδασκαλίες της γιόγκα δημιουργεί όλα τα άλλα στοιχεία που είναι η γη, ο αέρας, η φωτιά και το νερό. Μέσω του αιθέρα μεταδίδεται ο ήχος και επικοινωνούν τα πνεύματα. Η διακοή χρησιμοποιεί τον αιθέρα για να ενώνονται όλα τα όντα τηλεπαθητικά και να επικοινωνούν μέσω των σκέψεων ως ήχος.

Όσο περισσότερο αναπτύσσουμε το τσάκρα του λαιμού τόσο περισσότερο ξεχωρίζουμε τις σκέψεις μας ως λογική, συναισθήματα και επιθυμίες. Μόλις τα ξεχωρίσουμε και τα εντοπίσουμε τότε αυτές οι σκέψεις παράγονται δεν τις αφήνουμε η μία να υπερισχύει της άλλης. Έτσι δεν παρασυρόμαστε από συναισθήματα που δεν θέλουμε ή από επιθυμίες ακόλαστες ή η λογική μας δεν γίνεται εμπόδιο στα συναισθήματα μας ή τον φιλοσοφικό τρόπο σκέψης, δεν εξορθολογίζουμε τα πάντα εις βάρος του πνεύματος, έτσι δεν καταλήγουμε στην σκληρή επιστημονική λογική απουσίας του Θεού ή της έλλειψης πρόνοιας ή παρέμβασης του. Αρχίζουμε και αποκτούμε μια λογική πιο πάνω από την σκληρή επιστημονική λογική, αρχίζουμε να αποκτούμε μια μεταφυσική - πνευματική λογική.

Ο αιθέρας επίσης ορίζεται ως Ακάσα. Είναι το υλικό αυτό που πάνω του καταγράφονται ως παγκόσμια μνήμη ότι έχει γίνει. Επειδή ο αιθέρας αποτελεί το υλικό μνήμης των σκέψεων (λογικών, συναισθηματικών, επιθυμιών κτλ) του ανθρώπου, όποιος αναπτύσσει το τσάκρα του λαιμού έχει πρόσβαση σε αυτό το υλικό, το αιθέρα και τηλεπαθητικά μπορεί να λαμβάνει πληροφορίες για το τι έχει γίνει στις σκέψεις των όντων. Όποιος όμως μπορεί και βλέπει τις σκέψεις που έχουν γίνει μπορεί και να δει το τι έχει γίνει ιστορικά στα όντα αυτά. Έτσι ο αιθέρας Ακάσα αποτελεί ένα βιβλίο ιστορίας των σκέψεων των όντων όλου του αστρικού κόσμου όχι μόνο των ανθρώπων.

Η αισθητήρια λειτουργία της ακοής συνδέεται με το 5ο τσάκρα. Στον υλικό κόσμο αυτή η λειτουργία συνδέεται με την ακοή, στον πνευματικό με την τηλεπαθητική διακοή. Αυτό σημαίνει ότι κάποιος που αναπτύσσει το 5ο τσάκρα θα αρχίσει να ακούει φωνές, τις φωνές άλλων όντων οι οποίες μεταδίδονται μέσω του αιθέρα. Επίσης μπορεί να λαμβάνει μέσω της διακοής πληροφορίες από το παρελθόν, από τις σκέψεις των όντων που καταγράφονται στον αιθέρα.

Αρμονική λειτουργία

Όταν το τσάκρα του λαιμού είναι εντελώς ανοιχτό, τα συναισθήματά σας, οι σκέψεις σας και η εσωτερική σας γνώση, εκφράζονται ανοιχτά και δίχως φόβο. Εκφράζετε την εσωτερική σας ειλικρίνεια προς τον εαυτό σας και στους άλλους με την ορθή στάση σας απέναντί τους.

Κατέχετε την ικανότητα να εκφράζετε πλήρως τον εαυτό σας με όλη σας την προσωπικότητα και ταυτόχρονα παραμένετε σιωπηλός και ακούτε τους άλλους με όλη σας την καρδιά και την κατανόηση. Ο λόγος σας είναι πλούσιος και χρωματιστός, τέλεια καθαρός, και η φωνή σας μελωδική. Όταν αντιμετωπίζετε δυσκολίες έχετε τις αντιστάσεις να πείτε "όχι", εάν αυτό ακριβώς θέλετε.

Δεν επηρεάζεστε και παρασύρεστε από τους άλλους και τις γνώμες τους. Διατηρείτε την ανεξαρτησία σας, την ελευθερία σας, και την αποφασιστικότητα σας. Δεν έχετε προκαταλήψεις απέναντι στους άλλους. Είστε ανοιχτοί και σε εγρήγορση της

πραγματικότητας και έχετε συνείδηση της εσωτερικής φωνής που σας καθοδηγεί. Εμπιστευέστε τον εαυτό σας στα χέρια αυτής της καθοδήγησης. Έχετε την ικανότητα να επικοινωνείτε με την ζωή από όλες τις σφαίρες – πεδία της ύπαρξης και μπορείτε να μεταδίδετε σε όντα τις γνώσεις σας, ακόμη και άλλων πεδίων χωρίς φόβο για τις αντιδράσεις τους και τις απόψεις τους.

Δυσαρμονική λειτουργία

Εάν οι ενέργειες του τσάκρα του λαιμού σας είναι μπλοκαρισμένες τότε ο σύνδεσμος επικοινωνίας μεταξύ του νου και των συναισθημάτων είναι μπλοκαρισμένος. Η ενέργεια από το τσάκρα της καρδιάς δυσκολεύεται να περάσει προς το τσάκρα του στέμματος. Είτε βρίσκετε δύσκολο να εκφραστείτε με συναισθήματα ή κρύβεστε μέσα στην πνευματική σας συμπεριφορά και αρνείστε τα συναισθήματα σας και το δικαίωμα να ζείτε για να εκφράζεστε και να ακούγεστε από τους άλλους.

Τα μόνα συναισθήματα που επιτρέπετε είναι αυτά που εσείς κρίνετε και που δεν αντικρούονται με την κριτική των ανθρώπων γύρω σας. Έχετε ένα μη συνειδητό συναίσθημα ενοχής και οι φόβοι σας σας εμποδίζουν από το να εκδηλώσετε τις σκέψεις και τα συναισθήματα σας και τον αληθινό εαυτό σας. Τελικά δεν μπορείτε να εκφράσετε τα συναισθήματα και τις σκέψεις σας ελεύθερα.

Η ομιλία σας μπορεί να είναι θορυβώδης, μη ευχάριστη, και επιθετική, ή παγερή, αδιάφορη για τους άλλους και ξύλινη χωρίς συναίσθημα. Μπορεί να τραυλίζετε. Μπορεί η φωνή σας να είναι δυνατή, αλλά τα λόγια σας χωρίς βάθος. Προσπαθείτε να δείχνετε δυνατοί με την φωνή σαν να δηλώνετε ότι αυτή είναι η έλλειψη σας, η αδυναμία έκφρασης. Δεν επιτρέπετε στον εαυτό σας καμία αδυναμία και πολύ πιθανό να θέτετε τον εαυτό σας κάτω από πολύ πίεση.

Χρησιμοποιείτε υπερβολικές τεχνικές έκφρασης για να χειριστείτε τους άλλους ή να έλκετε την προσοχή στον εαυτό σας. Ωστόσο μπορεί να κατέχετε βαθιά εσωτερική γνώση αλλά φοβάστε να ζήσετε και να εκφραστείτε επειδή φοβάστε την κριτική των άλλων και τι θα πουν για εσάς. Για να εκφράσετε αυτήν την εσωτερική γνώση μπορεί να καταφεύγετε σε εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης όπως η ποίηση, ζωγραφική, μουσική κτλ και αυτό μπορεί να σας ωφελήσει με το να μοιράζεστε αυτά τα έργα με άλλους.

Αδυνατείτε να εκφραστείτε ικανοποιητικά αν όχι εντελώς. Μπορεί να αποσυρθείτε από τους άλλους. Μπορεί να είστε ντροπαλοί, ήσυχοι, και όταν μιλάτε επιλέγετε ασήμαντα θέματα.

Συνήθως κομπιάζετε όταν πάτε να εκφραστείτε και δεν έχετε καλή επικοινωνία με τους άλλους. Αυτό σας κάνει να μην έχετε εμπιστοσύνη στην εσωτερική σας καθοδήγηση και να μην εκδηλώνετε τις εσωτερικές σας δυνάμεις.

Εάν δεν αναπτύξετε το τσάκρα του λαιμού θα βρεθείτε εγκλωβισμένοι σε ένα περιορισμένο χώρο έκφρασης και ανάπτυξης πίσω από εμπόδια και τοίχους που εσείς τα αφήσατε να σας φυλακίσουν. Και οι αβεβαιότητες θα κυριαρχούν στην ζωή σας.

Αρχίστε να εκφράζεστε για να απελευθερωθείτε.

6ο Τσάκρα - 3ο Μάτι



Χρώμα: Indigo, κίτρινο, κίτρινο-πράσινο ή βιολετί

Αίσθηση: Όραση ακοή, όσφρηση, γεύση και αφή και ένστικτο

Βασική αρχή: Γνώση της ύπαρξης

Αντιστοιχίες στο σώμα: Πρόσωπο, αυτιά, μάτια, μύτη, ιγμόρεια, κεντρικό νευρικό σύστημα

Αδένες: Υπόφυση. Μερικές φορές αναφέρεται σαν τον "κύριο αδένα". Είναι ο μάεστρος σε μια ορχήστρα αυτός ο αδένας. Διευθύνει με την λειτουργία του άλλους αδένες. (εκκρίνει ουσίες προς αυτούς και με αυτό τον τρόπο τους δίνει εντολές και τους ενεργοποιεί ώστε αυτοί με την σειρά τους να εκκρίνουν ουσίες για τις λειτουργίες του σώματος)

Σκοπός και λειτουργία

Το 6ο τσάκρα ή τρίτο μάτι, βρίσκεται πίσω από την γέφυρα της μύτης στο κέντρο των φρυδιών και ανοίγει προς τα εμπρός. Η λειτουργία του συνδέεται με την υπόφυση. Εδώ λαμβάνει μέρος η συνείδηση του όντος. Είναι η έδρα των υψηλών μας νοητικών ικανοτήτων. Στο υλικό επίπεδο η υπόφυση είναι το κέντρο εντολών του νευρικού συστήματος.

Αν και το ίντιγκο, είναι το χρώμα που εμφανίζεται στο τρίτο μάτι, κίτρινο, κίτρινοπράσινο και βιολετί μπορεί να εμφανιστούν κατά τον διαλογισμό. Αυτά τα χρώματα σημαίνουν διαφορετικές λειτουργίες και διαφορετικά επίπεδα συνείδησης. Για παράδειγμα, ορθολογιστικές σκέψεις ή πνευματικές καταστάσεις μπορούν να παράγουν κίτρινο χρώμα, διαίσθηση και ευρύτερη επίγνωση δίνουν ένα βαθύ μπλε και η λειτουργία του ενστίκτου ένα βιολετί χρώμα.

Κάθε πραγμάτωση πράξεων στην ζωή μας ξεκινάει με μία σκέψη και μια προβολή της εικόνας του έργου που θέλουμε να πραγματοποιήσουμε. Με τις διανοητικές μας ικανότητες συνδεόμαστε με την διαδικασία της εκδήλωσης μέσω του τρίτου ματιού. Είναι σημαντικό να καταλάβουμε ότι όλη η γνώση που εκδηλώνεται στην Δημιουργία, υπάρχει εκ των προτέρων. Αυτή η γνώση περιέχεται μέσα σε μια αγνή ύπαρξη με τον ίδιο τρόπο που

ένας σπόρος περιέχει όλες τις πληροφορίες να εκδηλώσει ένα φυτό.

Το άμορφο ον εκδηλώνει αρχικά ένα υπόδειγμα δονήσεων. Έπειτα μετά από τις πρώτες δονήσεις, κάθε βήμα εξέλιξης δημιουργεί νέες δονήσεις.

Από το αιθερικό ον προς το πυκνό υλικό ον, όλα τα επίπεδα δημιουργίας περιέχονται στην ανθρώπινη ζωή. Αυτά τα επίπεδα δημιουργίας αντιπροσωπεύουν τα τσάκρα με τα διαφορετικά επίπεδα δονήσεων τους. Η διαδικασία της εκδήλωσης λαμβάνει μέρος μέσα μας και μέσω εμάς.

Το τρίτο μάτι είναι η έδρα της συνειδητής ενατένισης. Μέσω αυτού εκδηλώνουμε την υλοποίηση και την αποϋλοποίηση. Μπορούμε να δημιουργήσουμε νέες πραγματικότητες και να αποδομήσουμε παλιές. Αυτή η λειτουργία ενυπάρχει σε όλους μας σχεδόν αυτόματη χωρίς να το αντιλαμβανόμαστε.

Οι περισσότερες από τις επιθυμίες μας ελέγχονται από συναισθηματικές σκέψεις, οι οποίες είναι προγραμματισμένες από τις απόψεις μας και από τις ιδέες των άλλων όταν δεν έχουμε ισχυρό χαρακτήρα. Έτσι συνήθως το μυαλό μας δεν είναι ο ΚΥΡΙΟΣ αλλά ο ΥΠΗΡΕΤΗΣ των συναισθηματικών μας σκέψεων.

Με το να αναπτύξουμε την συνείδηση μας και το τρίτο μάτι μας θα αντιλαμβανόμαστε περισσότερες πληροφορίες από το περιβάλλον προς τα εμάς. Θα παρατηρούμε τους άλλους προς τα εμάς και έτσι θα μπορούμε να έχουμε μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα και αντίληψη του τι συμβαίνει για εμάς, έτσι η συνείδηση μας θα αυξηθεί και θα ελέγχουμε καλύτερα την ζωή μας, δεν θα παρασυρόμαστε από άλλους ή από τον ίδιο μας τον εαυτό. Η φαντασία μας μπορεί να δημιουργήσει την ενέργεια η οποία είναι απαραίτητη για την επίτευξη των επιθυμιών μας. Ε συνδυασμό με ένα ανοιχτό τσάκρα της καρδιάς μπορούμε να στέλνουμε θεραπευτικές δονήσεις προς τα έξω, προς άλλα όντα. Αν το τσάκρα της καρδιάς είναι κλειστό και το άτομο δεν αισθάνεται την αγάπη των άλλων και δεν αισθάνεται την αγάπη την δικιά του προς άλλους τότε μπορεί να εκπέμπει βλαπτικές δονήσεις αντί για θεραπευτικές και να προκαλεί αρρώστιες και καταστροφή στα άλλα όντα. Για αυτό το τσάκρα της καρδιάς παίζει τόσο σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των τσάκρα.

Την ίδια στιγμή μπορεί να έχουμε πρόσβαση σε όλα τα άλλα πεδία της ύπαρξης πέρα του υλαίου. Αυτή η γνώση θα εκδηλώνεται μέσα μας με διάφορες ψυχικές δυνάμεις όπως διαίσθηση, μαντική ικανότητα, διόραση ή υπερευαισθησία σε κάποια αίσθηση όπως ακοή, όραση, γεύση, αφή κτλ. Για παράδειγμα κάποιος με υπερευαισθησία στην αφή θα μπορεί να νιώθει τις δονήσεις των κρυστάλλων να τους αισθάνεται να πάλλονται στα χέρια του, να νιώθει την θερμοκρασία τους, να λαμβάνει με την αφή πληροφορίες όπως αν το άτομο που πριν έπιασε τον κρύσταλλο αν είναι υγιές ή όχι, ή αυτό μπορεί να γίνεται με κάθε προσωπικό αντικείμενο όπως δαχτυλίδια, κοσμήματα, ρούχα κτλ. Ένα άτομο υπερευαίσθητο στην όραση μπορεί να βλέπει την πράνα σαν μυγάκια στον ουρανό ή τις δονήσεις τις αύρας σαν χρώματα ή σκιές ή μαύρο αέρα ανάμεσα στους ανθρώπους ή να βλέπει μέρος άλλων όντων σαν λάμψεις, σφαίρες φωτός κτλ.

Αρμονική λειτουργία

Πολλοί λίγοι άνθρωποι σήμερα έχουν ένα εντελώς ανοιχτό Τρίτο μάτι χωρίς προχωρημένη κατάσταση της συνείδησης. Το Τρίτο μάτι χρειάζεται στις μέρες μας να αναπτυχθεί. Παρόλα αυτά υπάρχουν ενδείξεις αρμονικής λειτουργίας όπως ένα δραστήριο μυαλό, αυξημένες διανοητικές δραστηριότητες όπως ερευνητικό πνεύμα, αγάπη για την επιστήμη για την φιλοσοφία, πνεύμα εξερεύνησης στον τομέα της ύλης και τού πνεύματος κτλ.

Ενδείξεις για ένα αρμονικό τρίτο μάτι είναι μια αναπτυγμένη ικανότητα οραματισμού και η κατανόηση των πραγμάτων διαισθητικά. Είστε ανοιχτοί σε μυστικές αλήθειες. Αντιλαμβάνεστε όλο και περισσότερο ότι ο κόσμος είναι μια αλληγορία, μια πνευματική αρχή η οποία εκδηλώνεται με υλικό τρόπο. Με τον καιρό αντιλαμβάνεστε ότι οι σκέψεις σας γίνονται πραγματικότητα.

Εάν αναπτύξετε το τρίτο σας μάτι εντελώς, θα αντιλαμβάνεστε τον κόσμο με έναν άλλο νέο τρόπο. Θα έχετε την εντύπωση ότι ο κόσμος είναι ένα ολόγραμμα. Θα λαμβάνεται πληροφορίες με οπτικό τρόπο ακόμη και για απομακρυσμένες περιοχές ακόμη και για άλλα πεδία υπάρξεως. Όλα αυτά θα σας εμφανίζονται πολύ ζωντανά σαν ζωντανά οράματα ακριβώς μπροστά στα μάτια σας.

Το υλικό πεδίο θα είναι πλέον διαφανές για εσάς διότι θα μπορείτε να βλέπετε καταστάσεις και δρώμενα άλλων ανθρώπων σε απόσταση που δεν θα περιορίζεται παρά μόνο από την θέληση σας του τι θέλετε να δείτε. Η συνείδηση σας θα γίνει ένας καθρέφτης του Πνεύματος και μέσω Αυτού θα έχετε οπτική πρόσβαση σε κάθε πληροφορία κάθε πεδίου της ύπαρξης. Μπορεί να βλέπετε ευχάριστα γεγονότα απομακρυσμένα από εσάς ή δυσάρεστα ή γεγονότα σε άλλα πεδία όπως πεδία πνευματικών όντων που ονομάζουμε Θεούς ή πνευματικών όντων του πεδίου που ονομάζουμε κόλαση. Για αυτό τον λόγο θα πρέπει να είστε προετοιμασμένοι ψυχολογικά και να είστε θαρραλέοι για το τι θα αντικρίσετε.

Η υπερευαίσθητη αντίληψη σας θα σας είναι τόσο καθαρή που θα λαμβάνεται ενέργειες κάτω από την λειτουργία του υλικού πεδίου και θα μπορείτε επίσης να διαχειρίζεστε αυτές τις ενέργειες και να δημιουργείτε ακόμη δικές σας μορφές, τις λεγόμενες σκεπτομορφές οι οποίες θα είναι όντα δημιουργημένα και προγραμματισμένα να λειτουργούν για ένα σκοπό, από εσάς!

Δυσαρμονική λειτουργία

Είστε αυτό που αποκαλούν διοικητικός δυνάστης. Ζείτε εντελώς στην δικιά σας σφαίρα διανόησης η οποία αποκλείει ότι δεν βλέπει και δεν αποδεικνύεται με επαλήθευση. Θέλετε όλα να έχουν ένα αίτιο το οποίο όμως αν και σωστό εκ μέρους σας θέλετε να το αντιλαμβάνεστε μόνο με υλικό τρόπο αποκλείοντας κάθε πνευματικό αίτιο. Είστε καθαρά ένας υλιστής.

Μπορεί να αναπτύξετε χαρακτήρα που να θέλει να επιδρά πάνω στους άλλους και να τους κάνει να αποδέχονται τις θεωρίες σας ώστε έτσι να αυτοεπιβεβαιώνετε και να τροφοδοτείτε το εγώ σας. Σε αυτήν την λειτουργία μπορεί να υπάρχουν και άλλα μπλοκαρίσματα σε άλλα τσάκρα όπως της καρδιάς ή του ηλιακού πλέγματος και να μην αισθάνεστε συναισθήματα των άλλων ή να μην αναζωογονείται ο οργανισμός με πράνα σωστά.

Μπορεί μη αποδεχόμενος την πνευματική σας διάσταση να καταφεύγετε σε υλιστικές απολαύσεις αγνοώντας το πνεύμα και τον νοῦ. Θεωρείτε τους πνευματικούς ανθρώπους, τους φιλοσόφους, τους ιερείς κτλ σαν ανόητους ονειροπόλους και μπορεί να μην τα πάτε καλά και με την θρησκεία.

Μια άλλη δυσαρμονική λειτουργία είναι να είναι εν μέρη ανοιχτό το τρίτο μάτι αλλά να μην ξέρετε να το αναγνωρίζετε το τι σας συμβαίνει και να θεωρείτε ότι βλέπετε οράματα, ή σας επιτίθενται δαιμονικά όντα κτλ Όλα αυτά βασίζονται σε έλλειψη της

θεωρίας των τσάκρα. Αν διαπιστώσετε κάτι τέτοιο καλό είναι να μάθετε για αυτήν την θεωρία και την λειτουργία του πνεύματος σας βάσει αυτής της θεωρίας.

Τσάκρα του στέμματος



Χρώμα: Βιολετί και άσπρο

Βασική αρχή: Η αγνότητα του όντος

Σωματική αντιστοιχία: Εγκέφαλος

Αδένas: Επίφυση

Σκοπός και λειτουργία

Το 7ο τσάκρα βρίσκεται στο κέντρο του κεφαλιού και ανοίγει προς τα πάνω. Σχετίζεται με την επίφυση που βρίσκεται στην μέση του εγκεφάλου ανάμεσα από τα αυτιά. Η δραστηριότητα του 7ου τσάκρα στην αγιογραφία απεικονίζεται ως την άλω των αγίων. Το κυρίαρχο χρώμα του είναι το βιολετί αν και μπορεί να πάρει κάθε χρώμα από τα χρώματα του ουράνιου τόξου.

Το τσάκρα του στέμματος ενώνει όλες τις δονήσεις των κατώτερων τσάκρα και είναι η πηγή ενέργειας για όλα τα άλλα τσάκρα.

Με το άνοιγμα του τσάκρα του στέμματος αρχίζουμε να καταλαβαίνουμε τον εαυτό μας σαν μια ένωση με τα άλλα όντα και μια ένωση με το Θείο. Αρχίζουμε να συνειδητοποιούμε τον εαυτό μας σαν μια εκδήλωση του Θεού, είμαστε μια σκέψη του Θεού και εκδηλώνομαστε σαν μια μικρογραφία του μέσα στο αχανές χώρο που ονομάζουμε σύμπαν.

Το βιολετί χρώμα σχετίζεται με το άνοιγμα του τσάκρα του στέμματος. Είναι το χρώμα του διαλογισμού και της αφοσίωσης. Με τις δονήσεις του τσάκρα του στέμματος μπορούμε να επηρεάσουμε όλα τα άλλα τσάκρα και να τα θεραπεύσουμε, να τα ξεμπλοκάρουμε και επίσης αυτές τις δονήσεις να τις μεταδώσουμε και σε άλλα όντα με θεραπευτικές ιδιότητες πάνω τους.

Το τσάκρα του στέμματος λειτουργεί όταν είναι ανοιχτό σαν ένας καθρέφτης των Θείων δονήσεων. Έτσι μέσω ενός όντος εμφανίζεται και λειτουργεί ο Θεός, καθρεφτίζοντας τις δονήσεις του πάνω μας και εμείς σε άλλους.

Με ανοιχτό το τσάκρα του στέμματος παύουμε να απορροφάμε ενέργειες από το στέμμα αλλά αρχίζουμε να εκπέμπουμε ενέργειες προς το περιβάλλον. Είναι σαν ένας λωτός να ανθίζει από την κεφαλή μας και να λούζει ως κάτω όλη την αύρα μας. Αυτή η ενέργεια των ενεργειών του τσάκρα του στέμματος στην αγιογραφία απεικονίζεται σαν την άλω των Αγίων.

Αρμονική λειτουργία

Το τσάκρα του στέμματος μπορεί να αναπτυχθεί πολύ ή λίγο ανάλογα πόσο έχουμε αναπτύξει τα υπόλοιπα τσάκρα μας. Δεν υπάρχουν μπλοκαρίσματα για το τσάκρα της κεφαλής. Όταν αυτό ανοίξει ο άνθρωπος αισθάνεται μια ευφορία και μια ευδαιμονία, χαρά τον πλημμυρίζει η οποία μεταδίδεται και στους άλλους προς τα τσάκρα τους και ανάλογα τους επηρεάζει ξεμπλοκάρωντας τα. Μια αίσθηση αγνότητας κυριαρχεί και γίνεται βιωματικά αντιληπτό ότι κάθε ον είναι συνδεδεμένο με όλα τα άλλα. Αυτές οι στιγμές ευφορίας θα γίνονται όλο και πιο συχνές καθώς θα αναπτύσσετε το τσάκρα του στέμματος.

Μαζί με όλα τα υπόλοιπα ανεπτυγμένα τσάκρα θα κατέχετε ικανότητες να βλέπετε, να ακούτε και να επηρεάζετε τον πνευματικό και υλικό κόσμο. Όπου και αν στρέψετε την προσοχή σας θα λαμβάνετε πληροφορίες και θα γνωρίζετε τις επιπτώσεις τους, έτσι θα γνωρίζετε να λαμβάνετε σωστές αποφάσεις και θα έχετε το κάρμα πλέον στα χέρια σας. Επιπρόσθετα θα μπορείτε να αφήνετε το σώμα σας και να κάνετε ταξίδια στα άλλα πεδία της υπάρξεως με ενεργές όλες τις πνευματικές σας λειτουργίες.

Τα τσάκρα αναπτύσσονται διαρκώς αλλά κάθε 7ετία κυριαρχεί κάποιο. Το τσάκρα του στέμματος κυριαρχεί και αναπτύσσεται στις ηλικίες 7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56, 63, 70...

Χαρακτηριστικά κλειστού τσάκρα του στέμματος

Μέχρι στιγμής ειπώθηκε η περιγραφή και λειτουργία των τσάκρα και δώθηκαν ασκήσεις ανοίγματος και συγχρονισμού, περιγράφηκαν οι διάφορες ικανότητες που δίνει κάθε ανοιχτό τσάκρα. Αν δεν ανοίξουμε το τσάκρα του στέμματος θα έχουμε έλλειψη του χαρακτηριστικού της κοινωνικότητας και της ομαδικότητας. Αυτά τα χαρακτηριστικά βασίζονται στην λειτουργία του τσάκρα του στέμματος. Με ανοιχτό το τσάκρα αυτό βιώνουμε την ομαδικότητα υπέρ του δέοντος και αισθανόμαστε ότι είμαστε ενωμένοι με όλα τα όντα σε έναν οργανισμό το εμείς. Έτσι φεύγουμε από το εγώ και βρισκόμαστε στο εμείς. Αλλά αυτό δεν είναι μια ψευδαίσθηση. Με ανοιχτά όλα τα τσάκρα ακούμε τις σκέψεις των άλλων σαν δικιές μας, νιώθουμε τις ενέργειες τους, τους πόνους τους, τις χαρές τους, οι πράξεις μας τους επηρεάζουν το ίδιο και οι σκέψεις μας. Είμαστε στην πραγματικότητα σε ένα σύνολο όλοι μαζί, είμαστε στο εμείς.

Αυτή είναι και η μεταμόρφωση που καλούμαστε να κάνουμε μέσα από τις συνεχείς ενσαρκώσεις μας να ξεκολλήσουμε από την εγωιστική συμπεριφορά και να τοποθετηθούμε σε έναν νέο οργανισμό ως το εμείς και όχι πλέον σαν ξεχωριστές οντότητες. Και αυτό γίνεται με την ανάπτυξη όλων των τσάκρα και με τις προσδίδουσες ιδιότητες που χαρίζει το κάθε ένα στον νέο πλέον ον που θα είναι ενωμένο σαν σκέψη με όλα τα άλλα.

το παρόν έγγραφο αποτελεί μια εισαγωγή στο σύστημα των τσάκρα. Περιέχει ενδεικτικά κάποιες ασκήσεις για να σας δείξει το περιεχόμενο της φιλοσοφίας αυτής και τι γίνεται στην πράξη. Μην επιχειρήσετε να εφαρμόσετε αυτές τις ασκήσεις μόνοι σας χωρίς καθοδήγηση και χωρίς κάποιο ολοκληρωμένο πρόγραμμα ασκήσεων-χρόνων ξεκούρασης, διατροφής κτλ. Αν σας αρέσει η φιλοσοφία των τσάκρα βρείτε έναν δάσκαλο Βουδισμού που θα μπορεί να επιτηρεί τις διαδικασίες σας και θα σας συμβουλεύει σε ότι δυσαρμονικό προκύψει κατά τις ασκήσεις.