

## CESTA 4

### Energetická centra -čakry 2

Dvě čakry probrané v Cesta 3 (Múladhára a Svádhištána), jsou v józe považovány za nižší, ale s vysokou energií. V jejich rozmezí -nejsou-li zvládnuty- se pohybují lidé s nižším vývojovým stupněm, žijící konzumním způsobem života. Patří k nim i čakra třetí:

#### **3) Manipura -město drahokamů. Modrý lotos (někde uváděno žlutý) s deseti plátky, umístěný v prostoru mezi pupkem a hrudní kostí.**

*Znak:* červený trojúhelník postavený na vrcholu.

*Barva:*červená, tmavě rudá až do fialova,barva bouřkových mraků, žlutá, zlatá.

*Mantra:*Ram, Čína: Rang.

*Symbol:* beran s nezatočenými rohy.

*Prvek:* oheň

*Božstvo:*Rudra,Lakini

*Kameny:*zlatý topas,červený jaspis,citrín,jantar,tygří oko.

*Koncentrační bod na ruce:*prostředník

*Ovlivňuje:*játra,žlučník,žaludek,slezinu,tenké střevo.

*Potíže:*nádory, žlučnickové kameny,žloutenka,bezmocnost,hněv,chamtivost, jedno z hlavních sídel strachu,žárlivost, lenost,násilnictví,pocit bezdůvodné viny, smutek.

*Integrace:* schopnost správného rozhodování,vůli,osobní motivace,schopnost řešit problémy,smyslové vnímání zrakem,poznání duševních vlastností a jejich ovládnutí, duševní čistotu a čisté světlo.

*Ásany:* hlavní Halásana,Uštrásana, Jógamudra ve skříženém sedu.

*Lékaři:*Sluneční pleteň =plexus solaris, oblast pro zpracování energie přijímané potravou, materiální využití energie. *Žlázy:*slinivka,játra,žlučník,žaludek, nedledviny, Informace o využití energie z přijímané potravy.

*Akupunktura:*přední střední dráha Kg 12 Čžun-van, možno uvažovat i body 10 až 13.

*Reiki:* Čakra solárního plexu je ústředním bodem celého těla. Odtud pramení naše tvořivá síla, schopnost pracovat, cítit. Je to druhé hlavní centrum strachu a obav. Při strachu se tato oblast ochladí a sevře.*Orgány:*žaludek,žlučník,játra.*Žlázy:*slinivka

Vědomím u Manipury se člověk vyvíjí. Nejedná se již o přežití ve smyslu boje o existenci jako v Múladháře, ani o rozmnožení, uchování rodu jako ve Svádhištáně. Je to čakra společenské úrovně, kde je zásadním problémem dominance, nebo podrobenost -buď je člověk manipulovatelný, nebo se manipulovat nenechá. Lidé s neintegrovanou Manipurou se stávají obětí různých sekt, kde se jim vymývá mozek, nebo bez uvažování věří všemu, co slyší, nebo si přečtou.

#### **4) Anáhata -nezraněný. Zlatožlutý lotos, někdy uváděný jako zelený, s dvanácti plátky, umístěný v srdeční krajině.**

*Znak:*kouřová šesticípá hvězda Davidova, někde uváděná hnědá.

*Barva:* kouřová, hnědá, tmavočervená barva krve, růžová, smaragdově zelená.

*Mantra:* Jam, Čína: Jang

*Symbol:* plachá antilopa

*Prvek:* vzduch

*Božstvo:*lša,Kákini

*Kameny:* růženín, smaragd, avanturín, jadeit,chrysokol

*Koncentrační bod na ruce:* malíček

*Ovlivňuje:* srdce, plíce

*Potíže:* vysoký tlak,srdeční problémy,špatný dech, lítost, pasivita, bezcitnost, fanatismus (zvláště v otázkách náboženských), nenávisť k ideálům, emoční uzavřenost, pocity smutku, nepraktičnost, nereálnost, nerozhodnost, deprese

*Integrace přináší:* schopnost přijímat, vnímat, soucit, lásku, naději, něžnost,schopnost poznat vnitřní vjemy, kontrolu smyslů, citových vjemů, vnímání vnitřního zvuku Óm -zvuku Anáhaty. Je to základní zvuk Sadabrahman, který je vnímán v centru Anáhaty. Přináší smyslové vnímání hmatu

a univerzální lásku kosmickou -všeobjímající, ke všemu tvorstvu, a navíc různé psychické síly. Védské prameny uvádí: kdo má integrovanou Anáhatu s vybuzeným zvukem Sadabrahman si má dát pozor na svá přání, protože mu Univerzum splní každé přání bez ohledu na to jaké.

*Ásany:* hlavní Matsjásana, Ardhačandrásana, Jógamudra ve Vadžrásaně.

*Lékaři:* srdeční pleteň -plexus cardiacus *Potíže:* pocity tísně na hrudi, těžký dech, kardiovaskulární poruchy, mozková mrtvice, vysoký tlak. *Žlázy:* brzlík =thymus, *Orgány:* srdce a cévy. Informace o energetickém využití dechu.

*Akupunktura:* přední střední dráha bod Kg 17 Tan-čžun. Je zde měřitelné spojení mezi přední a zadní střední dráhou.

*Reiki:* místo pro bezmeznou lásku, soucit, bratrství. Uzavírá se jsme-li zraněni v citovém vztahu. Ovlivňuje významně krevní oběh. *Žláza:* brzlík.

Anáhata umožňuje transcenci do vyšších duchovních sfér, ale člověk se v ní může i natrvalo zablokovat. Je první čakrou, ve které má schopnost se vcítovat do druhého. Je čakrou lásky.

Symbol -židovská Davidova hvězda vysvětluje v podstatě jak to s tou láskou má být. Dva trojúhelníky, jeden směřuje vrcholem vzhůru a druhý dolů symbolizují možnost Cesty -vývoje- buď vzhůru, nebo dolů. Je-li láska uvědomělá, čistá, všeobjímající, obdarovávající, postupuje vývoj jedince vzhůru. Je-li láska sobecká, láska, která jen přijímá, přisvojuje si, je majetnická, vývoj se vrací zpět dolů. I mateřská -rodičovská láska může být buď nesobecká, nebo sobecká -svazující.

Namaskára  
Mirek