

Na čakre se može pozitivno delovati i kada se visak stavi iznad slike čakre, a ne samo kada se drži srednji prst (jagodica) na slici čakre. Čim se oseti neki neprijatan proces u telu, za šta je potrebna velika osetljivost, odmah treba proveriti zdravstveno stanje svojih čakri, pošto je verovatno neka od njih zatvorena. Ne mora da znači da je zatvorena ona čakra koja je najbliža mestu u telu gde se oseća neprijatnost. Može da se oseća neprijatan pritisak u srcu ili oko njega, a da bude zatvorena prva (odozdo) čakra. Mada je najčešće da je, ako je u pitanju nelagodnost u srcu, zatvorena srčana čakra. Kada se visak drži iznad slike AJNA čakre između očiju, pri čemu je u komunikaciji sa svojom podsvešču dogovoreno da se radi na sebi, i kada visak zauzme pozitivnu putanju, onda se zajedno sa njegovim blagim kruženjem u pozitivnom smeru (u desno) oseća sve dublje, spontano tonjenje u meditativni trans. To traje izvesno vreme, pa onda svest počinje spontano da se razbistruje – tada visak pokazuje tendenciju ka opisivanju manjih krugova. To opadanje viskovih kružnica (smanjivanje, sužavanje) je znak da se ta čakra u tom trenutku maksimalno otvorila i da se više ne treba igrati sa njom. Treba povremeno pobudjivati i intenzivirati energiju u čakrama, čak i kada su one otvorene, ali to ne treba raditi previše često, pošto umesto povećanja biopotencijala može da se proizvede oštećenje nekog organa – pošto prevelika energija može da bude štetna kao i manjak energije. Zato treba biti oprezan i uvek treba opuštanjem i mekanom koncentracijom na celo telo ravnomerno raspoređjivati energiju u čitavom organizmu. Ako se koncentracija spontano fiksira za neki organ – recimo srce – onda voljom treba postići da se koncentracija kao prodorna usmerenost oslobodi te prikovanosti za taj organ. To se postiže voljnim razlivanjem koncentracije na celo telo ili njenim preusmerenjem na prostor ili na bilo šta izvan tela.

Iako se za čakre obično koriste ovakve i slične metode u smislu mentalnog postupka, postoji jedna serija Chi kung vežbi koja je osmišljena baš kao biomasaža čakri i koja služi za njihovo otvaranje i bolje funkcionisanje. Čakre su energetski vrtlozi koji visoku frekvencu energije u auri prilagođavaju sporijim frekvencama fizičkog tela. One su posrednici između spoljašnje energije aure i unutrašnje energije tela. Drugim rečima, pomoću njih se telo hrani energijom iz aure, koja je naš glavni izvor energije. I kada se osećamo da nemamo dovoljno energije, to ne znači da je nema dovoljno u auri, nego da je neka čakra blokirana i da ne distribuira dovoljno energije u one delove tela za koje je zadužena. Energije u auri uvek ima dovoljno, ali ako je ona više nagomilana na periferiji aure nego što je ima u telu ili neposredno oko tela, u prvom sloju eterične aure, onda to znači da je čakra u tom nivou aure blokirana, da se ne vrti dovoljno brzo i snažno i da ne može da povuče energiju u telo i da ta energija ne može da se iskoristi, pa se čini kao da je ni nema.

Uzroci blokiranosti čakri su mentalni, emotivni, karmički, astralno astrološki, fizički itd i iako su čakre u suštini različiti nivoi jedinstvene Svesti, one su najpre fizički fenomen kao sasvim određeni oblik i način funkcionisanja energije koji se nalazi u sasvim određenom prostoru i vremenu. U tom smislu je na njih moguće delovati fizički, energijom sopstvenih dlanova.

Či kung otvaranja čakri sam, kao i 18 tai chi chi kung pokreta, učio u Južnoj Kini, u Fujijeni provinciji. Bilo bi mi drago da to podelim sa drugima jer su vežbe veoma jednostavne, a vrlo efikasne za tu svrhu.

Na seminaru će se učiti:

Forma i sadržina 7 glavnih čakri

Čakre na dlanovima

Uzroci blokiranosti čakri

Prepoznavanje blokirane čakre

Metod jačanja Chia između dlanova

Glavni či kung pokreti otvaranja čakri.

**Disanje i koncentracija u tim vežbama**

Udisaj treba da bude blag i dubok. Pri disanju možeš da se koncentrišeš ili na tan-tien ili na vazduh koji udišeš i izdišeš. U drugom slučaju postoji i mentalno, a ne samo energijsko dejstvo, pošto se koncentracijom na ulazak i izlazak vazduha doživljava neko unutrašnje pročišćenje, kao da je taj vazduh neka svetlost koja ulaženjem u telo otklanja iz svesti i najmanju senku, odnosno tamu.

Seminar se održava subotom i nedeljom od 11 do 17 h

Cena je 80 E

Prijavljivanje putem meila ili na brojeve telefona.