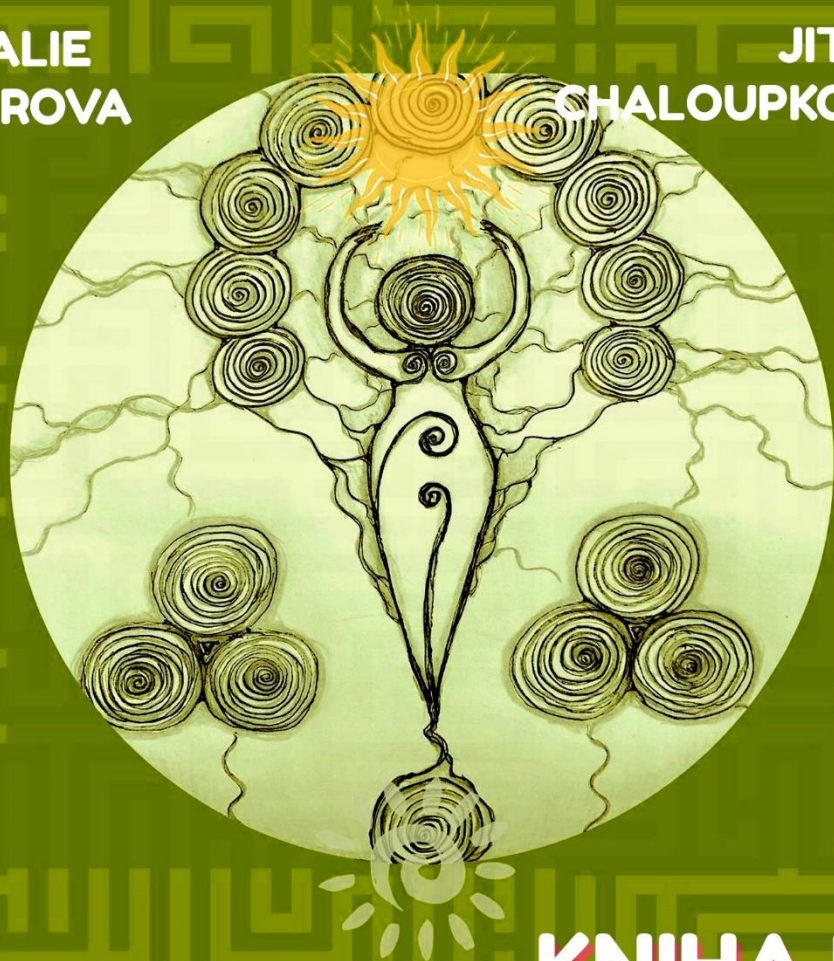


NATALIE
SABIROVA

JITKA
CHALOUPKOVÁ



KNIHA I

ČAKRY

SAMOUZDRAVOVÁNÍ

A ODSTRAŇOVÁNÍ PŘEKÁŽEK V ŽIVOTĚ

ČAKRY

Samouzdravování
a odstraňování překážek
v životě

Kniha I

Natalie Sabirova
Jitka Chaloupková

OBSAH

ČÁST I. SEDM ENERGETICKÝCH ÚROVNÍ TĚLA	6
ÚVOD	7
SEDM ČAKER ZE STO DVANÁCTI	8
UMÍME TO KAŽDÝ	9
PROPOJENÍ S PRAXÍ	11
KAPITOLA 1. CESTA KE SVOBODĚ	13
1.1. ÚTĚK NEBO HRA	14
1.2. HRA S PROGRAMY	17
1.3. PROGRAMY A ENTITY	18
1.4. POKROK NEBO REGRESE	20
KAPITOLA 2. DOPAD PROGRAMŮ	22
2.1. TŘI ZPŮSOBY, JAK NÁS MOHOU PROGRAMY OVLIVNIT	23
2.2. MÍRA DOPADU NA ČLOVĚKA	25
2.3. TAJEMSTVÍ BEZPEČNÉ HRY	29
2.4. OPATŘENÍ KE SNÍŽENÍ DOPADU PROGRAMŮ	30
2.5. NOVÝ MODEL CHOVÁNÍ	32
KAPITOLA 3. PŘÍSTUP K INFORMACÍM	35
SCHÉMA CESTY	37
KAPITOLA 4. ZMENŠIT, NEBO ROZŠÍŘIT?	39
4.1. OTÁZKY PRO SEBE	40

4.2. KAŽDÝ STRES JE VŽDY JEN NÁŠ	40
4.3. MŮJ NEJVĚRNĚJŠÍ PŘÍTEL, MÉ TĚLO	42
4.4. ZÁZRAK ŽIJE V PŘÍTOMNOSTI	43
KAPITOLA 5. KOUZELNÁ FORMULE PRO KAŽDÝ DEN	46
5.1. VŠECHNO SE DĚJE PRÁVĚ TEĎ	47
5.2. SEBEPŘIJETÍ, ZDRAVÁ ZMĚNA VNITŘNÍHO STAVU	47
5.3. VYTVOŘENÍ ÚTULNÉHO DOMOVA PRO VAŠI MYSL	50
5.4. ODHALENÍ	51
5.5. UZNÁNÍ	52
KAPITOLA 6. ČAKRY	53
6.1. MULTIDIMENZIONÁLNOST ČAKER	54
6.2. IDEÁLNÍ OSOBNÍ STAV, MENTÁLNĚ-EMOCIONÁLNÍ NASTAVENÍ	55
6.3. JANTRA, GRAFICKÉ VYLADĚNÍ ČAKER	58
KAPITOLA 7. INTEGRACE	59
7.1. ÚROVEŇ INTEGRACE	60
7.2. ROZVOJ PROSTŘEDNICTVÍM AKCE. DĚTSKÉ KROKY	61
7.3. DRUHÉ NAROZENÍ	62
7.4. OŽIVENÍ MYŠLENKOVÝCH FOREM	65
KAPITOLA 8. DOBRODRUŽSTVÍ MÍSTO ZÁVĚRU	68
8.1. SEBEAKTUALIZACE	69
8.2. NEHODNOTÍCÍ VIDĚNÍ	70
8.3. VÝZVY HODNÉ ŽIVOTA	71
8.4. SEBELADĚNÍ VE SLOVECH	71
8.5. UZDRAVUJÍCÍ ZVUK	73

8.6. ŽIVOT POTVRZUJÍCÍ FANTAZIE	74
ČÁST II. ANAHATA. ČTVRTÁ ČAKRA	76
KAPITOLA 9. VLASTNOSTI A PROGRAMY ANAHATY	79
9.1. PROJEV AKTIVNÍ ČAKRY V ČLOVĚKU	80
9.2. KVALITY ÚROVNĚ A ROVNOVÁHA ČAKRY	81
9.3. PROGRAMY ČAKRY ANAHATY	83
9.4. DISIDENTIFIKACE S PROGRAMY	86
KAPITOLA 10. MENTÁLNÍ POLE ANAHATY	87
10.1. MYSLI SRDCEM	88
10.2. SPOJENÍ SE SVOU NEJHLUBŠÍ TOUHOU	90
10.3. NASTAVENÍ ENERGETICKO-INFORMAČNÍ ÚROVNĚ	93
10.4. OBNOVA A ROZVOJ ANAHATY	98
KAPITOLA 11. ČAKRA, JANTRA, MANTRA	102
11.1. INFORMACE O ČAKŘE	103
11.2. ČAKROVÁ MYSTIKA	105
11.3. ČAKROVÁ JANTRA	107
11.4. MANTRA ČAKRY ANAHATY	109
KAPITOLA 12. PRAXE	110
12.1. MEDITACE	111
12.2. NEUROGRAFICKÁ KRESBA	112

Část I. Sedm energetických úrovní těla

Účelem moudrosti je zažívat a žít ve stavu integrované Jednoty,
která volně proudí každým aspektem našich životů,
našich vztahů, naší společnosti a našeho světa...

Spojení se všemi požehnáními všech probuzených,
osvícených bytostí minulosti...

Spojení s čistým účelem očisty našeho emočního těla v nás...

Transformace tvůrčí energie ve všech dimenzích
a dosažení našeho nejvyššího duchovního záměru...

Za účelem kreativity, vitality, volného proudění energie,
harmonie, bezpodmínečné lásky a za účelem realizace,
vám nabízím toto.

Úvod

Při cvičení těla, jako je tai chi nebo jóga, dosahujeme přesných pohybů a správné polohy těla. A pak se energie otevře.

Pokud se cvičení týkají hlasu a vibrační zvuků, například zpívání manter, snažíme se také o přesnost a správnost zpívání zvuků, jejich délku a výšku, abychom dosáhli požadovaného výsledku.

Když kreslíme např. jantru, potřebujeme přesnost při reprodukci posvátné geometrie – proporce postav vůči sobě, správnost postav, barevné kombinace... A pak se nám podaří získat pocit krásy a dostaví se vibrační odezva.

Pokud jde například o slova, abychom vyjádřili svůj záměr, musíme přesně a výstižně vybrat ta správná slova a uspořádat je do přesného, jednoznačného významu. Záměr potom působí silným dojmem a vede k cíli.

Když chceme sdílet emoce s jinou osobou, například s velmi blízkou osobou, můžeme to vyjádřit intonací a určitým objemem hlasu, pohledem a mimikou, polohou těla, dotykem a slovy vhodnými pro tyto emoce. I zde je potřeba přesnost ve všech souvisejících aspektech. Pokud náhle vaše intonace hlasu není v souladu s ostatními projevy, emoce nemusí být vnímány nebo budou chápány jinak. Ale pokud se všechno stane přesně, srdce člověka zareaguje.

Když chceme harmonizovat svou vnitřní energii nebo maximalizovat svůj energetický potenciál, potřebujeme přesný obraz

vnitřní harmonie nás samých. To znamená vědět, jaký je náš celkový ideální stav prožívání na úrovni emocí, na úrovni tělesných vjemů a na úrovni vnitřních pocitů. A pokud se nám to podaří přesně reprodukovat, spustí se mechanismus obnovy sebe sama ve směru božské normy.

Sedm čakr ze sto dvanácti

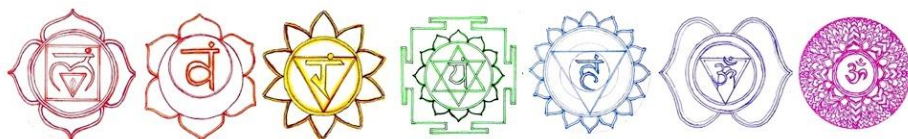
Sadhguru (*indický jogín nar.1957*) říká, že Adiyogi, inkarnace Šivy na Zemi, představil světu poznání 114 čakr a způsob, jak pracovat se 112 čakrami, které se nacházejí v těle. Zbývající dvě čakry se nacházejí mimo tělo, nemůžeme je přímo ovlivnit, harmonizují se samy s vývojem zbývajících čakr.

Sto dvanáct čakr představuje všechny různé cesty lidské evoluce a každý si může svobodně vybrat cestu podle svého vkusu, každý jsme velmi odlišný.

Obvykle mluvíme o sedmi známých čakrách, které byly přijaty jako hlavní, i když existují různé další možnosti. Podle tohoto systému sedmi čakr se podíváme na sedm informačních úrovní v našem těle, jak se projevují v životě a co s tím můžete udělat pro svůj prospěch, zdraví a rozvoj.

Každá úroveň těla má svůj ideál harmonie podle vibrací úrovně příslušné čakry. Možná je tento stav stále neznámý, nebo jsme možná již tento stav prožili, ale zapomněli jsme, a proto jej nemůžeme reprodukovat.

Seznámíme se s energií těla prostřednictvím čakr. Pomocí různých jemných odlišností se pokusíme vnést jasno a pochopení, o jakou harmonii usilujeme a jak vše vypadá na konkrétní energetické úrovni těla, když se odvrátíme z ideálního stavu. Každý, kdo žije s příchozími informacemi o sobě, může najít své vlastní individuální klíče pro sebeladění.



Umíme to každý

Každý z nás má svůj vnitřní svět-vesmír a obrovskou zkušenost mnoha životů. Pokud věnujeme velkou pozornost informacím a reakcím našeho těla na ně, slyšíme své emoční reakce, využíváme fantazii a sebevědomí, pak jsme schopni v sobě i na krátké okamžiky vytvořit svůj ideál harmonie a pak jej zopakovat znovu. Pamatujte, bude to již prožitá zkušenost, kterou lze použít. A pak bude mít každý svůj nejcennější zdroj, jak se dostat do kýženého stavu rovnováhy, a tedy zdraví a štěstí. Všichni mohou mít ten nejcennější mechanismus pro sebeléčení a sebezdokonalení prostřednictvím vnitřního cítění.

Těmito nastaveními se zabýváme každý den, každý je v tomto již a priori profesionál. Jedna zajímavá věc: normu v sobě nenastavujeme,

ale naopak odchylky od normy. Nastavujeme to vytrvale znovu a znovu a všem se to perfektně daří. O čem to mluvíme?

Jednoduchý příklad. Den za dnem, možná po mnoho let, zažíváte křivdy a každý den si své křivdy přehráváte ve svých představách, prožíváte je znovu a znovu, a pak o tom emocionálně vyprávíte někomu důvěryhodnému s vhodnou mimikou. A tělo to bere jako příkaz k akci a začíná jej provádět.

Vesmír žije v našich jemnohmotných tělech a podle zákonů vesmíru se musí zhmotnit všechna lidská přání. Obrazně to vypadá asi takto: „Rád se urážíš, tohle chceš ve svém životě každý den, tohle je pro tebe ideální – budiž!“ A situace v životě člověka se vyvíjejí tak, že je toho ještě víc.

Svoboda volby a hojnost jsou nezcizitelná lidská práva. Vesmír vždy vše násobí, aniž by rozlišoval klady a zápory.

Ironií je, že kdybychom s takovou vytrvalostí procházeli ideálním stavem sebe sama, byli bychom všichni zdraví, šťastní a měli sílu kouzelníků, protože v klidném, blaženém stavu se odhaluje naše síla a schopnosti.

Pro ty, kteří chtějí omezit lidské pole obecné nevědomosti, jsou tyto informace nabízeny, aby se naučili prožívat harmonii a božskou krásu sebe sama, aby si svobodnou vůlí vytvořili vlastní individuální zkušenost a rozvinuli se směrem k léčení a rozvoji. Léčení celého světa skrze sebe.

S čakrami nebudeme manipulovat, nebudeme je roztáčet pomocí žádných technik. Skrze své vnitřní pocity si vytvoříme potřebné

stavy, které budou v těle reagovat pozitivními změnami. Jak můžete vidět z předchozího příkladu, může to udělat každý. Při praxi v tomto kurzu každý objeví své klíče, nástroje k uzdravení.

Propojení s praxí

Obsahem těchto kapitol jsou milníky na cestě, kterou procházíme praxí. Cvičení nesdílím v knižní podobě, ale pokud to bude možné, budu schopna poskytnout krátký návod.

Nedílnou součástí naší praktické cesty je kreslení. Proč kreslení?

Kresbou se spojíte se svým tělem a skrze tělo přijímáte zprávy z hlubin podvědomí. To jsou pro vás nejcennější zprávy, které jsou vždy pravdivé, jen se musíte naučit, jak je dešifrovat.

Krok za krokem, čakru po čakře, vytvoříme pro sebe ideální nastavení pro naše zdraví, pro léčení na všech úrovních. Často se jedná o tichý vnitřní pocit, díky kterému se sami dostáváme do standardního stavu. Zpočátku může být obtížné udržet tento stav po dlouhou dobu. **Když v tomto chápání vytvoříme grafickou kresbu, investujeme svou emoční energii, podaří se nám tento stav zachytit. Prostřednictvím rozjímání o své kresbě můžete později snadno obnovit svůj nalezený standard.**

Navíc lze při meditativním kreslení udržet pozornost mnohem déle než při normální koncentraci. To znamená, že jsme tam