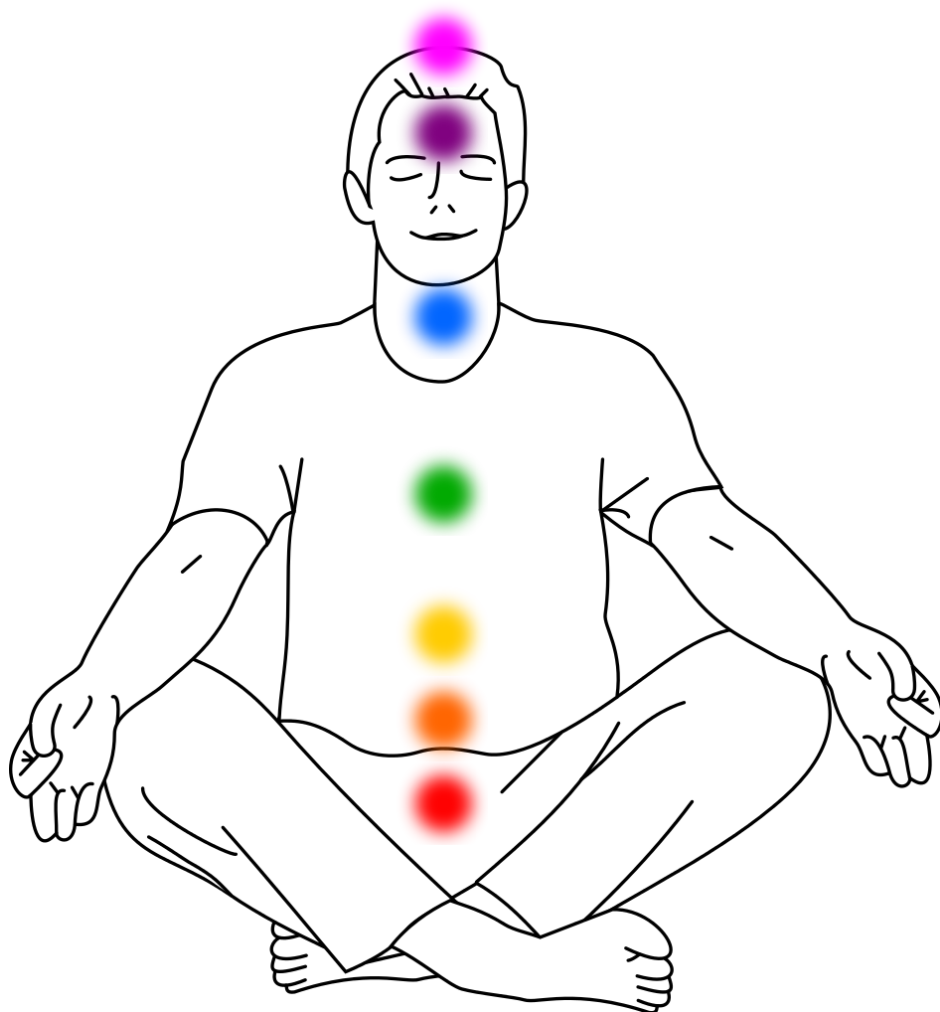


معرفی چاکراها و انواع وضعیت هر چاکرا



سینرژی با ناهید

فهرست مطالب

صفحه	فهرست مطالب
۳	مقدمه
۳	مثالی در رابطه با چاکراها
۴	تعریف چاکرا
۵	معرفی چاکراها
۶	معرفی چاکرا اول: چاکرای ریشه یا مولادهارا
۱۲	معرفی چاکرای دوم: چاکرای خاجی یا سوادهیستانا (Swadhisthana)
۱۷	معرفی چاکرای سوم: چاکرای شبکه خورشیدی یا مانی پورا (Manipura/Nabhi)
۲۲	معرفی چاکرای چهارم: چاکرای قلب یا آناهاتا (Anahata)
۲۸	معرفی چاکرای پنجم: چاکرای گلو یا ویشودها (Vishuddha)
۳۴	معرفی چاکرای ششم: چاکرای چشم سوم یا آجنا
۴۰	معرفی چاکرای هفتم: تاج سر یا ساهاسرارا (Sahasrara)
۴۵	گروه سیاره حاکم بر زندگی خود را بشناسید

مقدمه

در اینجا می خواهیم به طور مفصل در مورد چاکراها و وضعیتی هایی که هر چاکرا در شرایط مختلف می تواند داشته باشید، صحبت کنیم. دانستن این موارد تاثیر بسیار زیادی در تشخیص وضعیت روحی شما دارد و به شما کمک می کند تا بهتر شرایط فعلی که در آن هستید را درک کنید.

بدن ها بررسی شدند چه از نظر هفت بدن روحانی چه از منظر فلسفه هندو. چاکراها در هر دو نظریه وجود دارد و هر چاکرا در قلمرو های مختلف یا حوزه های مختلف هر کدام برای خود دنیایی دارند و هر کدام از بدن ها سیستم چاکرای برای خود دارند (در متنی راجع به سیستم چاه های قلمروها مشاهده نکرده ایم که صحبت شده باشد تنها گفته شده که به هم شبیه هستند)

اکنون می خواهیم در خصوص سیستم چاکرای که در بدن خود ما وجود دارد صحبت کنیم و قطعاً با حوزه های دیگر مرتبط است چون همه این موارد به لحاظ انرژی به هم متصل هستند و تاثیرگذار هستند. تمام جهان هستی از انرژی تشکیل شده است. از منظر انرژی پس مسلماً بدن ما نیز از انرژی تشکیل شده و درون بدن ما انرژی است.

مثالی در رابطه با چاکراها

چاکرا ها مثل الکتریسیته می مانند شما نمی توانید ببینید کسی نمی تواند بگوید الکتریسیته را می بینم. تنها می توانیم نتیجه و تاثیراتش را ببینیم. حال تاثیرات الکتریسیته چیست؟ ما کلید برق را میزنیم و چراغ روشن می شود. تاثیر الکتریسیته ممکن است جرقه بزند و ما جرقه بزنیم و مثالش هاله ای است که به چشم می آید. خود الکتریسیته را نمی توانیم ببینیم.

چاکراها هم دقیقاً به همین حالت هستند. نمیتوان دید اما آن ها را انکار هم نمی توان کرد چون با خیلی از مثال های مختلف و منطق های مختلف ثابت می شود وجود دارد و انکار نشدنی است. اینکه بگوییم چون نمیتوانیم ببینیم پس وجود ندارد درست نیست. اما باز هم در این مورد سلیقه و اعتقادات شما مقدم است.

تعریف چاکرا

چاکرا به لحاظ لغوی یعنی چرخ. در چاکرا آسانا ما حرکت چرخ داریم. دلیل آن هم این است که عملکرد چاکراها و حرکتشان به صورت چرخشی و دایره ای است ممکن است جایی در این مورد خواننده باشید یا تصویری دیده باشید. مثلاً در سبک کوندالینی می گویند انرژی کوندالینی مثل یک مار چرخشی می پیچد و از ستون فقرات به سمت بالا می رود که در واقع همان عملکرد چاکرا ها است.

تا حد زیادی شبیه به DNA (دی ان ای) انسان است. شبیه به الگو و شکل DNA انسان است هر چه که هست، به هر شکلی که حرکت می کند و به لحاظ لغوی هرگونه معنی دارد، چاکراها یکسری دریچه های انرژی هستند که در بدن ما وجود دارد که از طریق این دریچه ها نیروی حیاتی پرانا (انرژی) در بدن ما حرکت می کند.

اگر بخواهیم با بحث بدن های روحانی تطبیق دهیم می توان گفت از طریق همین دریچه ها و چاکرا های اصلی هستند که حوزه های مختلف می توانند با هم متصل شوند. در بدن ما ۷ چاکرا اصلی وجود دارد که در امتداد نخاع از پایین ستون فقرات تا تاج سر انتقال پیدا میکند.

برای متعادل سازی چاکرا ها راه های بسیار زیادی وجود دارد. همانطور که برای درک ارتباط برقرار کردن با حوزه ها و قلمروهای مختلف بدن های روحانی هم راه های مختلف وجود دارد. مانند: ریکی، کریستال درمانی، یوگا، مدیتیشن، رنگ درمانی. همه این موارد از فعالیت هایی هستند که می تواند روی فعالیت چاکراها اثر بگذارد.

در حالت کلی چاکراها دارای سه وضعیت هستند

بالانس یا متعادل

عدم تعادل: بیش فعال

عدم تعادل: کم فعال

خیلی از مشکلات ذهنی و فیزیکی به دلیل نبودن و در واقع عدم فعالیت (بیش فعال و یا کم فعال) و عدم کارکرد مناسب چاکراها است. در واقع کارکردشان درست نیست یک جای کار می لنگد!

گاهی اوقات گفته می شود مثلاً شما فقط روی زخم را بسته ای و ریشه را هنوز پیدا و درمان نکرده ای. گاهی اوقات خیلی از مشکلات عاطفی، ذهنی و جسمی دلیلش میتواند ریشه در لایه های انرژی ما داشته باشد که در چاکرا های بدن های انرژی و روحانی قرار دارند.

هر چقدر ما بخواهیم این مشکلات را درمان کنیم دوباره برمیگردند زیرا از ریشه حل نشده اند. به همین دلیل چاکرا درمانی و بالانس کردن چاکرا خیلی مهم است. مخصوصاً برای کسانی که در این حوزه کار می کنند، مثلاً به عنوان مربی یوگا، ریکی کار و... چون آن ها در تمام مدت فعالیت های می کنند که دریاچه این چاکرا ها را باز و بسته می کند. (البته به راحتی گفتنش انجام نمی شود)

افرادی که به صورت پیشرفته ریکی کار می کنند، انرژی سنگین و انرژی آدم های دیگر را احساس می کنند و روی آنها تاثیر می گذارد. به همین دلیل خیلی مهم است قبل از اینکه به عنوان مربی بخواهید خودتان به دیگران آموزش دهید خودتان چاکرا هایتان را پاکسازی کنید.

معرفی چاکراها

همان طور که در پاراگراف های قبلی هم گفتیم، چاکراها از امتداد نخاع از استخوان دنبالچه شروع می شوند و تا تاج سر و در امتداد ستون فقرات هستند. جایگاه هایی که قرار است اما در اینجا در مورد آنها صحبت کنیم به صورت نسبی است. چون چاکراها را نمی توان دید و نمی توان به طور دقیق گفت کجا هستند. همه این توضیحات با توجه به متون و کتب قدیمی هستند که در رابطه با این مسائل وجود دارد و کمی با علم ترکیب شده و به عنوان یک سری اطلاعات در دسترس من و شما قرار گرفته است.

چاکراهای فرعی هم در بدن وجود دارد. به صورت کلی دریاچه های انرژی زیادی در بدن وجود دارد ولی ۷ چاکرای اصلی از سایر این درچه ها مهم تر است و ما نیز در اینجا به بررسی این ۷ چاکرا می پردازیم.

معرفی چاکرا اول: چاکرای ریشه یا مولادهارا



چاکرای اول با نام چاکرای مولادهارا یا چاکرای ریشه شناخته می شود که در انتهای ستون فقرات نزدیک دنبالچه قرار دارد. این چاکرای مرکزی است و برای زندگی مادی و زندگی زمینی ما می باشد و اگر دچار انسداد شود، انسان در غریزه های بنیادی دچار عدم تعادل می شود. به طور مثال غریزه هایی مانند احساس امنیت کردن، احساس سرپناه داشتن، نیاز به بقا همه در این چاکرا نمود پیدا می کند و خودش را نشان می دهد.

سایر مشخصات چاکرای ریشه: یکسری المان وجود دارد که دانستن آن ها در چاکرا درمانی به شما کمک بسزایی میکند. برای مثال شما به عنوان یک مربی باید بدانید عنصر چاکرای ریشه زمین است، ماده است، از خاک است است، رنگش قرمز است و هرکدام از چاکرا به لحاظ سمبل و نماد یک گل نیلوفر شکلی دارد. سمبل چاکرای ریشه هم گل چهار گل برگ است است، نیلوفر قرمز چهار گلبرگ. ذکر می که در مدیتیشن ها برای متعادل کردن استفاده می شود ذکر لام (LAM) است. وضعیت مانترا لام در مرکز گل ۴ برگ قرمز است. هر جایی چنین چیزی دیدید، چاکرا ریشه می باشد.

رنگ: یک چاکرای اول فعال به رنگ قرمز آتشین میدرخشد.

عنصر وابسته: خاک

حس: بویایی

سمبل (نشانه): لوتوس چهار پر

اصل پایه: اراده فیزیکی وجود (در قیاس با اراده معنوی وجود در چاکرای هفتم)

اندامهای وابسته بدن: تمام قسمتهای سخت بدن مثل ستون فقرات، استخوانها، دندانها، و ناخنها، مقعد، راست روده، روده بزرگ، غده پروستات. خون و ساختمان سلولها.

غدد وابسته: غدد فوق کلیوی.

غدد فوق کلیوی آدرنالین و نورآدرنالین ترشح می کنند که بر تنظیم گردش خون اثر دارد، از این راه بدن ما قادر است بلافاصله نسبت به خواسته های مختلف واکنش نشان دهد. علاوه بر این غدد فوق کلیوی اثر بارزی بر روی تعادل درجه حرارت بدن دارند.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته

حمل (اولین برج از منطقه البروج) / ماه مارس : شروعی تازه، انرژی حیاتی اولیه، قدرت موفق شدن ، پرخاشگری.

ثور (دومین برج از منطقه البروج)، صمیمیت با خاک، استحکام، مالکیت، لذات حسی.

عقرب (هشتمین برج از منطقه البروج) / سیاره پلوتون : وابستگی ناآگاهانه، نیروی جنسی، دگرگونی و نوسازی.

جدی (دهمین برج از منطقه البروج) / کیوان - زحل : ساختار و استحکام.

همچنین تعالیم آیور و دای خورشید را به عنوان اولین سرچشمه کل حیات به چاکرای ریشه نسبت می دهند.

وضعیت تعادل در چاکرای ریشه: زمانی که چاکرای ریشه بالانس است و هارمونی دارد و در تعادل می باشد، ما احساس امنیت داریم و حس ترس نخواهیم داشت، نسبت به زندگی فیزیکی در صلح و آرامش هستیم، دلخوش هستیم و زندگی برایمان زیباست. در واقع ترسی از کمبود نیازهای اولیه زندگی انسان خاکی مثل مادیات، پول، عشق، سرپناه و غیره نداریم. همه چیز سر جای خودش است و همه چیز روی روال و درست عادی پیش می رود.

چاکرای ریشه چون خیلی منشا فیزیکی و مادی دارد چاکرای است که از بدو تولد در انسان وجود دارد و به طور طبیعی از همان اول بالانس و باز است و از بین همه چاکراهایی که در بدن انسان و در حوزه‌های دیگر وجود دارد، از همه بیشتر با غریزه های انسانی خیلی خیلی سطح پایین مرتبط است است و اگر منطقی هم نگاه کنیم در پایین ترین حد در بدن ما قرار گرفته است.

عملکرد موزون: اگر چاکرای ریشه باز باشد و هماهنگ کار کند، رابطه جسمانی و عمیقی را با زمین، تجربه می کنید و زندگی بارور است. انرژی حیاتی شما سالم خواهد بود. به زندگی وجودتان عمق خواهید داد. ویژگیهای زندگی تان دارای موفقیت، استحکام و قوت درونی خواهد بود. احساس شما در چرخه های زندگی طبیعی جای دارد، در تناوب استراحت، فعالیت، مرگ و زندگی مجدد: اعمالتان تحت تأثیر امیال و خلاقیت‌هایتان به گونه سیاره مادران است. همیشه طبق نیروی خلاق «زمین، و کل حیات در طبیعت است. دسترسی به اهدافتان در این دنیا آسان است. زندگی تان با حمایت تزلزل ناپذیر ازلی نگهداری می شود. زمین برای شما جای امنی است که همه نیازهایتان را برآورده می سازد مانند : مراقبت غذا، حمایت و امنیت. با خوش بینی خود را بر روی زندگی روی زمین باز میکنید و هر چیزی را با سپاسگزاری از آن قبول میکنید.

اگر چاکرای ریشه بالانس نباشد، یا بیش فعال است، یا کم فعال که در ادامه در مورد هر وضعیت این چاکرا توضیح داده ایم.

وضعیت بیش فعال در چاکرای ریشه: زمانی که بیش فعال است ممکن است بخواهیم به خاطر ترس های غریزه بنیادی به شکل خشن بودن، به شکل مشکلات عصبی و عصبانی بودن خودش را نشان دهد. یعنی ترس شما خودش را به حالت خشم و خشونت نشان می دهد.

عملکرد ناموزون: اگر چاکرای ریشه درست کار نکند و یا نامتعادل شود، افکار و اعمالتان عمدتاً حول محور مالکیت های مادی و آسایش خاطر دور می زند. افراط در مسائل احساسی و هیجانی، مثل غذای خوب، الکل، سکس و غیره... می خواهید هر کاری را که دلتان خواست انجام دهید. بدون اینکه به نتیجه اش فکر کنید؛ و در عین حال دستیابی به آنها برایتان مشکل خواهد بود. تمایل زیادی برای حفظ فاصله و امنیت دارید. در سطح فیزیکی؛ ناتوانی در صرف نظر کردن، مالکیت طلبی که اغلب خود را با بیبوست مزاج و اضافه وزن نشان میدهد.

اعمال تان عموماً حول محور موفقیت و نیازهای شخصی دور می زند و نسبت به خواسته های دیگران ناخودآگاه بی توجه هستید. همچنین در فکر سلامتی خود، تغذیه متعادل، استراحت کافی و تعادل و هماهنگی در طول زندگی هستید.

در نهایت به نگرش خاصی و امیالی که نمی توانید از آنها خود را خلاص کنید چسبیده اید. اگر دل مشغولیهاتان توسط دیگران یا شرایط مورد سؤال قرار گیرد به راحتی ناراحت و آزرده می شوید. حتی گاهی برافروخته و پرخاشگر خواهید شد. انجام ناگهانی خواسته ها و اصول تان یکی دیگر از نشانه های چاکرای ریشه آسیب دیده است.

در تجزیه و تحلیل نهایی، خشم، غضب و از کوره در رفتن فقط مکانیسم های دفاعی اند برای زمانی که معمولاً احساس عدم امنیت به وجود می آید. در پس این همیشه ترس از دست دادن چیزی هست که به شما احساس امنیت و خوشحالی میدهد، یا چیزی که در بار اول به دستش نیاورده اید.

دنیا برای شما جایی است که باید به بهانه حفظ امنیت بقای بشر در آن حاکم باشید و استثمار کنید، از اینرو در این روزها سوءاستفاده از منابع طبیعی و از بین بردن تعادل طبیعی زمین دال بر اختلال عملکرد چاکرای ریشه اکثر جمعیت دنیاست.

وضعیت کم فعال در چاکرای ریشه: زمانی که کم فعال است شما حس می کنید هدفتان را از دست داده اید، دلسردی به وجود می آید و از آنجایی که در درون خودتان برای بقا و برای کمترین گزینه های بنیادی که شما به عنوان انسان به آن نیاز دارید ترس دارید و چون این چاکرا بالانس نیست و به آن نمی رسید، این ترس به جایی که خودش را به صورت حالت قبل (وضعیت بیش فعالی) نشان دهد، خودش را با افسردگی، عدم توانایی تمرکز کردن روی چیزی و نظم نداشتن در کاری نشان می دهد و ترس تمام وجودتان را میگیرد و هیچ کاری نمی توانید انجام دهید.

کم کاری: اگر چاکرای ریشه شما قفل یا بسته باشد، هم از نظر فیزیکی بنیه ای ضعیف دارید و هم از نظر احساسی کم تحمل اید. خیلی چیزها در زندگی ناراحتتان می کند، به شدت در حالت دودلی و تردید به سر می برید. ممکن است احساس کنید انگار جایگاه خودتان را دارید از دست می دهید یا معلق بودن، یا کاملاً احساس عدم کفایت ذهنی داشته باشید. برایتان مشکل است که با مسائل روزمره زندگی روبه رو شوید و غالباً برای انجام آنها فاقد ثبات و نیرو هستید. در اغلب اوقات زندگی را همچون بار سنگینی احساس میکنید به جای اینکه لذت ببرید، و اکثر مواقع در آرزوی راه آسان و پرلذت و کم دردسر زندگی اید.

اگر چاکراهای بالاتر بهبود یافته باشند به ضرر چاکراهای پایین تر است، این احساس که حقیقتاً متعلق به این دنیا نیستند ممکن است باعث کم کاری چاکرای ریشه شود. اگر چاکرای کمری و شبکه خورشیدی هم بسته باشند ممکن است احساس بی اشتها یا مرضی پیدا کنید چون جذب هر نیروی حیاتی اساسی از راه چاکرای ریشه به سختی صورت می گیرد، و این نشانه ای است برای میل به گریختن در شما. به هر حال روبه رو شدن با مشکلات زندگی را آن قدر ادامه می دهید تا یاد بگیرید که آنها را به عنوان نقاط عطفی در راه رشد کل نگرانه قبول کنید.

متعادل کردن چاکرای ریشه: یکی از راه های متعادل کردن چاکرای ریشه مدیتیشن کردن است. می توانید از ذکر لام در مدیتیشن استفاده کنید، به بالانس کردن و متعادل کردن کمک می کند. البته مدیتیشن روشی است که برای همه چاکراها استفاده می شود از هر ذکر چاکرا در هنگام مدیتیشن با تمرکز بر روی همان چاکرا استفاده می کنیم.

بیماری های عدم تعادل چاکرای ریشه: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای ریشه او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- چاقی
- صدمات، از جمله شکستگی
- اختلالات در عادات روده
- ترومبوفلیت
- حساسیت بیش از حد

معرفی چاکرای دوم: چاکرای خاجی یا سوادهیستانا (Swadhisthana)



چاکرای دوم چاکرای خاجی یا سوادهیستانا نام دارد و در بدن انسان از لحاظ جایگاهی زیر ناف و پایین ستون فقرات قرار دارد. ولی کمی بالای چاکرای ریشه است. زیر ناف بالای چاکرای ریشه.

این چاکرا به دلیل اینکه در پایین ترین قسمت بدن انسان بین پاها قرار دارد و نزدیک به آلت تناسلی است، خیلی مواقع افراد فکر می کنند مربوط به مسائل جنسی است. خیلی مواقع هم به اشتباه می گویند چاکرای اول چون همه باز است مربوط به مسائل جنسی است. پس اولاً چاکرا اول ربطی به مسائل جنسی ندارد دوماً جایگاه آن آلت تناسلی است.

چاکرای خاجی یا سوادهیستانا که برعکس تصور خیلی ها که چاکرای اول است، این چاکرا مسئول حس های ما و مسئول نفس ما است و فقط مربوط به مسائل جنسی نیست. پست مربوط به تمام حس های ما می شود است. به طور مثال حس سرخوشی و یا بعضی افراد که مشکلات اعتیاد دارند از این چاکرا می آید. یکسری لذت های نفس است. یکسری لذت هایی که در زندگی انسان خاکی وجود دارد.

سایر مشخصات چاکرای خاجی: عنصر آب، رنگ نارنجی، لوتوس نارنجی که شش گلبرگ دارد، ذکرش وام (Vam) و مانترا آن Bija Mantra است. دانستن رنگ ها برای چاکراتراپی خیلی کمک کننده است. زمانی که در ذهن تصور می کنید، از رنگ مربوطه برای بالانس کردن کمک بگیرید. مثلاً پوشیدن لباس رنگی، کریستال رنگی که از لحاظ رنگ درمانی تعادل سازی کمک میکند. رنگ های چاکرا به شکل رنگهای رنگین کمان بالا میروند. به طور کلی مشخصات چاکرای خاجی به شرح زیر است:

رنگ: نارنجی

عنصر وابسته: آب

حس: چشایی

سمبل (نشانه): نیلوفر ۶ پر

اصل اساسی: خلق وجود (تولید مثل)

اندام های وابسته بدن: لگن خاصره، اندامهای جنسی، کلیه ها، مثانه. تمام مایعات بدن مثل خون، لنف، ترشحات معده، اسپرم.

غدد وابسته: غونادها، تخمدان ها، پروستات، بیضه ها. کار غونادها شامل خصوصیات جنسی زن و مرد میشود و همچنین تنظیم کننده دوره پرئود خانم هاست.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته

خرچنگ / ماه : پراحساس، پذیرا، خلاق

میزان (هفتمین، و منطقه البروج) / ونوس: توجه به «خویشتن» خویش ارتباط براساس مشارکت، لذت پرستی، خلاقیت.

عقرب / سیاره پلوتون: امیال نفسانی، تغییر دادن خصوصیات فردی از راه رها کردن اِگو (ego) در روابط جنسی.

توجه: گاهی چاکرای دوم را مرکز طحال هم می نامند، هر چند این مهمترین چاکرای فرعی است که با چاکرای سوم ارتباط زیادی دارد. این تغییر سیستم چاکرای اصلی در بعضی از مدارس خصوصی ابداع شده که در آن رابطه جنسی نفی می شود، این اواخر در مدارس مختلف سیستمهای گوناگونی را تلفیق کرده اند، به این دلیل است که روابط جنسی گاهی به چاکرای طحال مرکز ریشه نسبت داده می شود.

وضعیت تعادل در چاکرای خاجی: زمانی که چاکرای خاجی بالانس است و در هارمونی قرار دارد، شخص خیلی خلاق است و از لحاظ احساسی پایدار و دارای ثبات می باشد. انرژی مثبت بالایی در زندگی دارد و از رابطه جنسی اش در بسیار لذت می برد. پاکدامن است و نسبت به انرژی جنسی خود وفادار است صداقت دارد. پس اگر آدم خلاق هستید از انرژی های نفسانی خود در جهت درست استفاده کنید. در اینجا منظور انرژی مثبت افراطی نیست. نسبت به همه چیز خوش بین هستید و همیشه دو نیمه لیوان را می بینید از دور و برخورد الهام می گیرید و به طور کلی همه احساسات و عواطف در ثبات و چاکرای خاجی شما در تعادل است.

عملکرد موزون: عملکرد موزون چاکرای خاجی باز خود را در جریان طبیعی زندگی احساسات نشان می دهد. در ارتباط با دیگران باز رفتار می کنید، به خصوص در مقابل جنس مخالف و رفتار طبیعی دارید. رابطه جنسی با معشوق فرصتی است تا در رقص خلقت که توسط انرژیهای مؤنث و مذکر صورت می گیرد شرکت کنید، بنابراین کمک میکند تا با تمام وجود یکی شدن با طبیعت را حس و تجربه کنید و به تدریج به سوی یکپارچگی و وحدت بروید.

وقتی چاکرای خاجی هماهنگ کار کند جریان انرژی خلاق حیات را در درون بدن و روان و ذهن تان جاری احساس می کنید. با این جریان در شفاف عمیق خلقت قرار می گیرید و زندگی دائما شما را سرشار از شور و اشتیاق و شگفتی میکند. احساسات شما واقعی و درست، اعمالتان خلاق است. آنها نه تنها در زندگی خودتان بلکه برای دیگران نیز ایجاد انگیزه می کنند.

وضعیت بیش فعال در چاکرای خاجی: زمانی که چاکرای خاجی بیش فعال می شود ممکن است مریض باشید، حرص و آز و طمع داشته باشید، شهوت خیلی زیادی داشته باشید، اعتیاد به مواد و روابط جنسی یا چیزهای این مدلی در واقع از چیزهایی لذت می برید که برای بدن شما خوب نیست و زیاد است و سالم نیست. کسی که رابطه جنسی خیلی زیاد یا متعدد دارد سالم نیست یا کسی که به مواد مخدر اعتیاد داشته باشد سالم نیست و نسبت به خود کمک کننده نیست و همه این موارد زمانی رخ می دهد که چاکراهای دوم شخص بیش فعال باشد.

عملکرد ناموزون: بد کار کردن چاکرای خاجی معمولا در سن بلوغ به وجود می آید. بیدار شدن انرژیهای جنسی بی ثباتی ایجاد می کند و والدین، مربیان به ندرت توانایی آموزش درست به جوانها را دارند که چگونه این انرژی را کنترل کنند. غالباً کمبود محبت و نوازش که ریشه در دوران کودکی دارد، وجود دارد. که این ممکن است بعداً به نفی یا سرکوب امیال جنسی منتهی شود. در نتیجه انرژی خلاق جنسی صریحاً ابراز نمی شود و در راه نامناسب خود را نشان میدهد، اغلب با زیاده روی در رابطه جنسی، خیال پردازی و یا سرکوب امیال که گاه گاه به صورت طغیان انرژی اتفاق می افتد، و همچنین ممکن است به حالتی شبیه به اعتیاد به مواد مخدر درآید. در اینجا، انرژی خلاق جنسی درست شناخته نشده و در جهت غلط به کار برده میشود. در هر دو صورت، نسبت به جنس مخالف حالت دودلی و تنش پیدا شده. شهوت پرستی نسبتاً بی ادبانه ایجاد می شود و به اجبار می خواهید در امیال جنسی موفق شوید و مورد توجه قرار گیرید.

یا شاید در حسرت یک رابطه جنسی رضایت بخش باشید بدون اینکه از این حقیقت آگاه باشید. علت اینکه نمی توانید به آن دست یابید در درون خودتان است.

با فقدان پاکدامنی و صراحت طبیعی در ارتباط با انرژیهای جنسی، ابراز این انرژیها را در طبیعت محکوم می کنید و آنها دیگر نه آزاد هستند برای تاثیر متقابل نیروهای «ین» و «یانگ» و نه شما می توانید حیرت بی آرایش معجزه های حیات را احساس کنید.

وضعیت کم فعال در چاکرای خاجی: زمانی که کم فعال است شما هیچ انگیزه ای در واقع ندارید، شور و شغف خود را از دست میدهید و غرایز نفسانی ممکن است کلاً وجود نداشته باشد و هیچ میل جنسی نخواهید داشت. اصلاً نمیدانید از لحاظ احساسی جنسی و از لحاظ نفسانی چه می خواهید. کسی که به این صورت است اصطلاحاً می گوئیم تبدیل به گیاه شده!

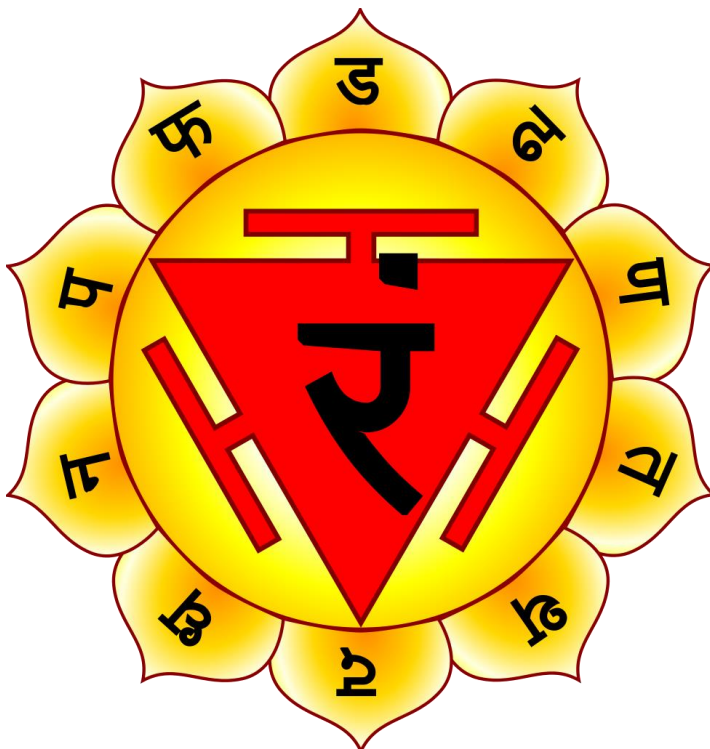
کم کاری: در اغلب موارد کم کاری مرکز خاجی می تواند نشانی در دوران کودکی و طفولیت داشته باشد. احتمالاً والدین تان احساسات و ارتباط شان را کنترل می کردند و شما کمبود لذت هایی حسی مانند نوازش، مهر و عطوفت را تجربه کرده اید، و در نتیجه، در چنین فضایی احساسات تان را سرکوب کرده و آنتن هایی را که گیرنده پیام های احساسی هستند جمع کرده اید.

در دوران بلوغ به کلی مانع رشد انرژی های جنسی شده اید. نتیجه این «موفقیت» واپس زدگی، فقدان عزت نفس، فلج عاطفی و سرد مزاجی است. زندگی در نظرتان غم انگیز، کسل کننده و بی ارزش است.

بیماری های عدم تعادل چاکرای خاجی: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای خاجی او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- ناباروری
- سقط جنین و یا زایمان بچه مرده
- تولد با بیماری های ارثی، تغییر شکل
- زنا
- بیماری های جنسی منتقل می شود
- درماتیت
- سرد مزاجی (ناتوانی جنسی) و یا پشت، بی بندوباری
- بیماری های سیستم ادراری تناسلی (فیبروئید، کیست، پروستاتیت)

معرفی چاکرای سوم: چاکرای شبکه خورشیدی یا مانی پورا
(Manipura/Nabhi)



جایگاه چاکرای شبکه خورشیدی در بدن بالای ناف و پایین قفسه سینه قرار دارد. در امتداد ستون فقرات است و به اراده و اعتماد به نفس فرد مربوط می شود.

سایر مشخصات چاکرای شبکه خورشیدی: عنصر آتش، رنگ زرد، لوتوس ۱۰ گل برگ، ذکر مانترا رام (Ram)

توضیح کامل مشخصات این چاکرا در ادامه ذکر شده است:

رنگ: زرد طلایی

عنصر وابسته: آتش

حس: بینایی

سمبل (نشانه): نیلوفر ده پر

اصل اساسی: قالب وجود

اندام های وابسته بدن: قسمت تحتانی پشت، شکم، دستگاه گوارش، معده، کبد، طحال، کیسه صفرا، دستگاه عصبی خودکار (غیرارادی)

غده وابسته: پانکراس (کبد)

پانکراس نقش مهمی در هضم غذا دارد. هورمون انسولین ترشح می کند که در تنظیم قند خون و همچنین در سوخت و ساز کربوهیدراتها مؤثر است. آنزیمهایی که توسط پانکراس ترشح می شود در ایجاد تعادل چربیها و پروتئین بدن اهمیت فراوانی دارند.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته:

اسد / خورشید: گرما، قدرت، وفور نعمت، تلاش برای شهرت، قدرت و مقام اجتماعی

قوس / ژوپتر (مشتري): اظهار تجربه زندگی، رشد و توسعه، ساخت و تولید، خرد، یکپارچگی.

سنبله / تیر (عطارد): طبقه بندی، تجزیه و تحلیل، سازگاری، از خود گذشتگی و خدمت فداکارانه.

مریخ: انرژی و فعالیت، میل به عمل، ابراز وجود.

وضعیت تعادل در چاکرای شبکه خورشیدی: زمانی که این چاکرا بالانس و در هارمونی است شما اعتماد به نفس دارید، اراده بسیار قوی دارید تعریف درستی از خودتان دارید و میدانید جایگاه شما کجاست. تصمیماتی را که می خواهید انجام میدید و دقیقاً میدانید از خود و زندگی تان چه می خواهید. افق مشخصی دارید و به همانجا هم میروید و از آنجایی که میدانید چی میخواهید و به کجا می روید، در نتیجه به چیزی که میخواهید نیز قطعاً میرسید.

عملکرد موزون: یک چاکرای سوم باز همراه با عملکردی هماهنگ احساس آرامش می آفریند و با «خود» واقعی تان، با زندگی در کل و جایگاه تان در زندگی به طور خاص، هماهنگی درونی ایجاد می کند. می توانید خود را کاملاً باور کنید و همچنین به احساس دیگران و ویژگی های شخصیتی آنها احترام بگذارید.

به طور طبیعی دارای این ظرفیت هستید که احساسات، آرزوها و آنچه را در زندگی تجربه کرده اید بپذیرید، آنها را در «جلوه ای درست» ببینید و بخش ضروری از پیشرفت خود بدانید. بدین نحو می توانید احساسات، آرزوها و تجربیات تان را با هم تلفیق کنید که در چنین وضعیتی به سوی یکپارچگی هدایت می شوید.

تمام اعمالتان خود به خود در هماهنگی با قوانین کیهانی تعادل طبیعی قرار دارند که با کل جهان و همه هستی بشر کار می کند. زمانی که اعمالتان به پیشرفت معنوی و ثروت مادی تان کمک کند چه در مورد خود و چه در مورد دیگران در تحولی کلی قرار دارید. سرشار از نور و انرژی هستید، نور درونتان بدنتان را نیز در بر میگیرد. شما را از امواج منفی و تشعشعات محیط اطراف مصون می دارد.

اگر چاکرای چشم سوم و چاکرای تاج تان هم باز باشد، تمام چیزهای قابل رؤیت را که از امواج نور مختلف تشکیل شده اند را تشخیص خواهید داد. آرزوهای تان خود به خود تحقق خواهند یافت چون ارتباط شما با انرژی نور موجود در تمام چیزهایی که به دنبالش هستید بسیار نزدیک است به همین دلیل به طرف خود جذب شان می کنید.

بنابراین در آگاهی زندگی می کنید که برکت حق مسلم و میراث الهی شماست.

وضعیت بیش فعال در چاکرای شبکه خورشیدی: زمانی که بیش فعال است باعث می شود فرد دچار خود بزرگ بینی می شود، فکر می کند از همه برتر است و همه چیز را میتواند کنترل کند. مهربانی درون اش وجود ندارد، همه چیز را میخواهد خودش کنترل کند و فکر میکند که از همه به فاصله خیلی زیادی بیالا است و هیچ کس به پای او نمیرسد. این اشخاص اصطلاحاً مانی پورا خیلی فعال دارند.

عملکرد ناموزون: وقتی چاکرای سوم یک طرفه کار کند یا درست کار نکند، می خواهید همه چیز طبق خواسته های شما انجام شود، دوست دارید دنیای درون و بیرون را کنترل کنید، می خواهید غلبه و اعمال قدرت کنید. با این وجود از درون ناآرام و ناراضی هستید. احتمالاً در طول دوره کودکی و یا نوجوانی طرد شدن را تجربه کرده اید. بنابراین توانایی این را ندارید که ارزشهای خود را رشد دهید و در نتیجه نخواهید توانست شناخت و رضایت درونی در دنیای مادی نیز پیدا کنید. اصرار فراوان دارید تا فعالیتهای بیرونی را افزایش دهید تا بتوانید احساسات آزارنده، کمبودها و نقطه ضعف ها را بپوشانید. نیاز به آرامش درونی دارید و به سختی می توانید چیزها را رها کنید تا آرام شوید.

پذیرفته شدن و رفاه مادی در مراحل ابتدایی اهمیت قرار دارند و شاید شما در به دست آوردن آنها کاملاً موفق باشید.

به نظرتان هیچ چیزی ممکن نیست شما را وادار به سرکوب احساسات ناخوشایند کند حتی اگر پدیده آزاردهنده ای باشد. در نتیجه، احساساتتان متوقف می شود. اما گاه و بیگاه دیوار کنترل را شکسته و به حالت دفاعی همچون سیل طغیان می کند، و هدایت آن در جهت صحیح برایتان غیرممکن است. به آسانی شدید ناراحت می شوید، اما نگرانی و ناآرامی شما واکنش همه خشمی است که در طول زمان طولانی فروخورده اید.

نهایتاً روزی اذعان خواهید کرد که آن تلاش برای بدست آوردن ارزشهای مادی و شدت نمی تواند برای زمان طولانی شما را ارضا کند.

وضعیت کم فعال در چاکرای شبکه خورشیدی: زمانی که این چاکرا کم فعال است، شخص دچار ضعف می شود و به خودش اصلاً باور ندارد، دائماً فکر می کند که کم هست و دائماً می ترسد که مورد قضاوت قرار بگیرد. اعتماد به نفس خیلی پایینی دارد احساس می کند که ضعیف است یا به لحاظ اینکه نمی تواند کاری را انجام دهد شاید هم ضعیف باشد. کارای را تا میانه آن پیش می رود و ادامه اش فکر می کند اراده ضعیفی دارد.

به واسطه این موارد و حس ها انسان به شدت وابسته ای است. چون خودش احساس ضعف می کند و اعتماد به نفس ندارد و تصمیم هایش را نمی تواند عملی کند. به همین دلیل خیلی وابسته است و دائماً به دیگران نیاز دارد.

کم کاری: کم کاری چاکرای سوم شما را مأیوس و ناامید می کند. همه جا مانع می بینید، سدهایی که مانع تحقق خواسته های شما می شوند.

احتمالا آزادی شخصیت تان در زمان کودکی به شدت محدود شده است، از آنجایی که ترس از دست دادن تأیید والدین و معلمان را داشته اید، در ابراز احساسات کلا تردید کرده اید و اغلب آنها را که می توانستید تحمل کنید سرکوب کرده اید. این باعث شده تا «خاکستر احساسات» تلمبار شده، چیزی که الان انرژی آتشین چاکرای شبکه خورشیدی را خاموش کرده و افکار و اعمال خودجوش و قدرت تان را می رباید.

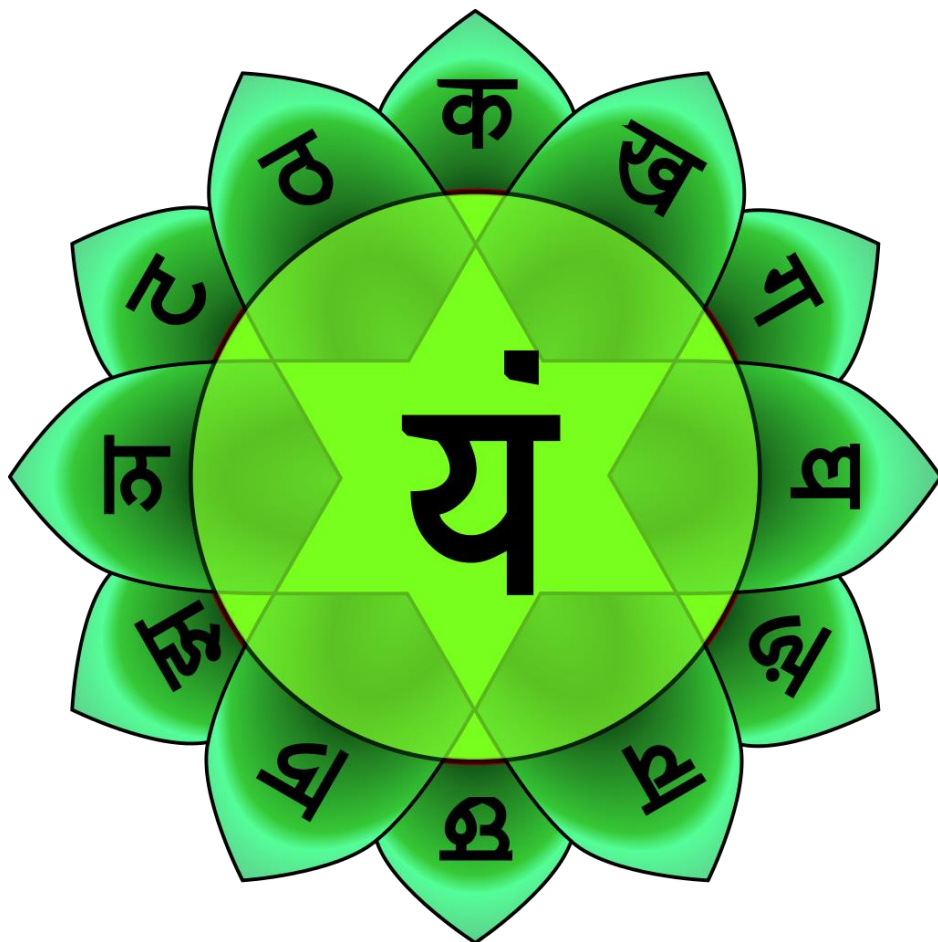
حتی در حال حاضر هم سعی دارید مورد تأیید و قبول قرار بگیرید اما چیزی که به دست می آورید عدم پذیرش و سازگاری احساسات و امیال حیاتی خودتان است. وقتی با مشکلی روبه رو می شوید احساس ناراحتی و تردید پیدا می کنید، یا به شدت عصبی می شوید و اعمالتان بی نظم و بی برنامه می شود.

اگر امکان داشته باشد، ترجیح می دهید از تمام مبارزه های جدید زندگی خود را دور کنید، تجربیات غیرمعمول زندگی شما را می ترساند و در واقع احساس می کنید قادر نیستید با چیزی به اصطلاح «تلاش برای بقا» دست و پنجه نرم کنید.

بیماری های عدم تعادل چاکرای شبکه خورشیدی: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای شبکه خورشیدی او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- استرس روانی (احساس اضطراب، ترس)
- بیماری های کبد و کیسه صفرا
- زخم
- تشکیل سنگ
- پانکراتیت
- دیابت
- ناباروری

معرفی چاکرای چهارم: چاکرای قلب یا آناهاتا (Anahata)



برای بالانس چاکراها چه برای خودتان و چه برای شاگردتان (اگر مربی هستید) از آساناهای تمرین ها استفاده کنید که به طور خاص روی آن چاکراها کار کنید. به طور مثال با کسی کار می کنید که چاکرای خاجی او مشکل دارد. مثلاً بیش فعال یا کم فعال است و مثلاً اعتیاد دارد. شما برای این شخص باید از آساناهایی استفاده کنید که بیشتر به بالانس شدن این چاکرا کمک کند. جایگاه آن

در وسط جناق سینه نزدیک قلب محل همدلی، عشق و فقط مهربانی، محبت و عاشق شدن است و هر چیزی که به قلب ها بستگی دارد جایگاه آن در چاکرای قلب است.

سایر مشخصات چاکرای قلب: عنصر هوا، رنگ سبز، لوتوس ۱۲ گل برگ در اطراف یک ستاره شش ضلعی قرار گرفتند یا شبیه به مثلث داوود (نشان یهودی ها) است. شاید پیشتر دیده باشید که به صورت دو مثلث برعکس یک ستاره شش ضلعی را تشکیل می دهد و دور آن یک لوتوس ۱۲ گلبرگ است که سبز رنگ می باشد. ذکر این چاکرا: Yam

به طور کلی این مشخصات چاکرای قلب است:

رنگ: سبز، و همچنین صورتی و طلایی

عنصر وابسته: هوا

حس: لامسه

اسمیل (نشانه): لوتوس ۱۲ پر

اصل اساسی: از خود گذشتگی

اندام های وابسته بدن: قلب، بالای پشت، قفسه سینه و صدری، پایین ترین قسمت ریه، خون و دستگاه گردش خون، پوست.

غده وابسته: تیموس

غده تیموس تنظیم رشد و کنترل سیستم لنفاوی را به عهده دارد. و همچنین محرک و تقویت کننده سیستم ایمنی است.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته

اسد / خورشید: احساسات گرم، صداقت، سخاوت و بخشنده گی

میزان / ونوس (ناهید): ارتباط، عشق، تلاش برای هماهنگی، بهبود بخشیدن «خویشتن».

کیوان / زحل: غلبه بر نفس فردی، بدین سان عشق فداکارانه امکان پذیر می شود.

وضعیت تعادل در چاکرای قلب: زمانی که چاکرای قلب در هارمونی احساس محبت دارید، احساس مهربانی دارید، همه موجودات عالم را دوست دارید، عشق شما به دیگران بی قید و شرط است، زندگی اجتماعی شما با دیگران در آن قرار دارد، با خودتان در صلح هستید، با دیگران در صلح هستید و کلاً همه چیز از نگاه شما بر پایه عشقی است. این زندگی را برای شما پر از محبت می کند.

عملکرد موزون: چاکرای قلبی که کاملاً باز شده و هماهنگ با دیگر چاکراها کار کند شما را به کانال عشق الهی تبدیل می کند. انرژیهای قلب شما می تواند دنیا را برایتان تغییر دهد، متحد کند و وفق دهد و حتی اشخاص اطرافتان را شفا بخشد. گرمای طبیعی، صمیمیت و شادی پخش می کنید. این قلب اطرافیان را باز می کند، اطمینان و شادی و سرور به وجود می آورد. حس همدردی و میل به کمک کردن به طور طبیعی به سراغتان می آید.

احساسات عاری از آزار درونی، تضاد، تردید و عدم اطمینان است. دوست دارید به خاطر نفس دوست داشتن، شور و شوق بخشیدن دارید بدون اینکه انتظار چیزی داشته باشید. احساس ایمنی و راحتی با تمام خلقت دارید. هر کاری را از صمیم قلب انجام می دهید.

عشقی که درون قلب شماست از بازی کیهانی جدا شدن و دوباره وصل شدن که در تمام تجلیات زندگی وجود دارد آگاهتان می سازد، محفوظ در این عشق و سرشار از عشق «الهی» و هماهنگی هستید. تجربه شخصی به شما یاد داده است که این آرزوی وحدت مجدد با خداوند ریشه در جدا شدن از مظهر خداگونه حیات دارد و اندوه نتیجه این جدایی است.

از راه این «خرد قلبه وقایع دنیایی و شخصی را در نور تازه ای می بینید عشقی که در قلب شماست از تمام کارهایی که در جهت عشق به خداوند و رشد و موفقیت «مخلوقات اوست حمایت می کند. همه موجودات را درک می کنید، چه ذی شعور باشند چه نباشند، در قلب شما زندگی میکنند. دیگر به زندگی از فاصله دور نگاه نمی اندازید و فکر نمی کنید که دیگر با شما کاری ندارد. آن را همچون بخشی از زندگی خودتان می بینید.

احساس سرزنده بودن به شدت درونتان رشد میکند و شروع می کنید تا درک کنید «زندگی» در خالص ترین و اصیل ترین فرم خود حقیقتا چیست . مظهر لایزال عشق و برکت «الهی».

وضعیت بیش فعال در چاکرای قلب: زمانی که بیش فعال است در این حالت اصطلاحاً از آن ور بوم افتاده اید. خودتان را دائماً قربانی می کنید، احساس نیازهای خودتان را . همه چیز خودتان را قربانی دیگران می کنید. نیازهای دیگران را در اولویت قرار می دهید و دائماً خودتان را جنس دوم می دانید. بیش از اندازه نسبت به دیگران مهربانیم، آنقدر که به خودمان آسیب میزنیم.

عشق، محبت، دوست داشتن و همه چیزتان تبدیل به سمی برای زندگی خودتان می شود رابطه هایتان، احساساتتان، دوستی هایتان، رابطه های عاطفی تان، رابطه های خانوادگی تان و همه چیزتان به شکلی پیش می روی که دائماً شما در حال سرویس دادن به دیگران هستید و هیچ چیزی را دیگران دریافت نمی کنید و جدا شدن از این حالت هم برایتان بسیار سخت است. عذاب وجدان به شما دست می دهد و هیچ کنترلی روی این احساسات ندارید.

عملکرد ناموزون: درست کار نکردن چاکرای قلب به شکلهای مختلف ممکن است خود را نشان دهد. برای مثال ممکن است دائماً بخواهید در خدمت دیگران باشید و سخاوتمندانه عمل کنید بدون اینکه حقیقتاً به سرچشمه عشق وصل باشید. در باطن، شاید به آن آگاه و معترف نباشید. همیشه در ازای «عشقی» که میدهید انتظار سپاس و قدردانی دارید، و عمیقاً از اینکه از زحماتی که متحمل شده اید به خوبی سپاسگزاری نشده است عمیقاً دلسرد هستید.

امکان دارد آن قدر احساس نیرومندی کنید که بخشی از نیروتان را ببخشید. هر چند که از پذیرش عشق دیگران عاجزید، و قادر نیستید خود را برای پذیرفتن این عشق باز بگذارید. مهر و محبت و ملایمت شما را شرمنده میکند. شاید به خود بگویید نیازی به عشقی که دیگران می توانند به شما بدهند ندارید. در بعد فیزیکی انگار سینه سپر کرده اید و با پوشش زرهی درونی در مقابل همه دردها و حمله ها به حالت دفاعی برخاسته اید.

وضعیت کم فعال در چاکرای قلب: در این حالت شما خودتان را از دنیای اطراف کاملاً ایزوله می کنید. هیچ عشق و علاقه به کسی ممکن است نداشته باشید، نه خودتان را دوست دارید و نه دیگران را. و در واقع پذیرای هیچ عشقی نیستید و به همه چیز ممکن است شک داشته باشید. ممکن است که یکی از دلایلی که خودتان را ایزوله می کنید این باشد که به هیچ چیز اعتماد ندارید.

گاهی اوقات عدم تعادل چاکراها به علت اتفاقات و تجربیاتی است که در زندگی با آن ها روبرو می شویم. خیلی مواقع ممکن است چاکراهای ما هیچ مشکلی نداشته باشد و اتفاق ناگهانی باعث از بین رفتن هارمونی شود. برای افرادی که مربی هستند امکان این اتفاق خیلی بیشتر است. همانقدر که مربی ها می توانند به دیگران می کمک کنند، به همان اندازه هم روی آن ها تاثیر می گذارد.

مربی ها به این دلیل که چاکراهایشان همیشه در سطح بالایی قرار میگیرد و انرژی های دیگران روی آن ها تاثیر می گذارد، گاهی اوقات ممکن است یک کار یا حرکت یک نفر باعث شود چاکرای قلب آن ها دچار عدم تعادل شود. در این شرایط باید سریع وارد عمل شوید و مجدداً به حالت تعادل برگردانید.

کم کاری: کم کاری چاکرای قلب شما را بسیار آسیب پذیر، و وابسته به عشق و علاقه دیگران می کند. وقتی احساس می کنید که طرد شده اید عمیقاً آزرده می شوید، به خصوص زمانی که دل و جرأت این را داشته اید که خود را باز کنید. وقتی چنین اتفاقی می افتد، افسرده و غمگین میل دارید در لاک خودتان فرو روید.

دوست دارید که عشق بورزید، اما ترس از طرد شدن باعث میشود که نتوانید راه درستی برای این کار پیدا کنید و این طرز تلقی بارها باعث تحکیم نقاط ضعف و ناتوانیتان می شود.

شاید سعی کنید برای جبران فقدان عشق به شدت دوستانه و مهربان رفتار کنید. برای انجام چنین کاری، با تمام افراد نسبتاً یکسان و سرد رفتار می کنید، بدون اینکه حقیقتاً با هیچ یک از صمیم قلب درگیر شوید. هرگاه قلبتان فراخوانده شود، سعی می کنید طفره بروید و خود را ببندید. به دلیل اینکه از صدمه های احتمالی وحشت دارید. اگر چاکرای قلب شما کاملاً بسته باشد علائم خود را با سردی، بی تفاوتی و حتی «سنگدلی» نشان می دهد.

برای احساس هر چیزی به طور کلی نیازمند محرکهای خارجی هستید. عدم تعادل دارید و افسرده نمی نمایید.

بیماری های عدم تعادل چاکرای قلب: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای قلب او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- فشار خون بالا و یا افت فشار خون
- حمله قلبی
- آسم
- پنومونی
- سل
- کمر درد
- اسکولیوز
- نورالژی بین دنده
- بیماری های مرتبط با پستان

معرفی چاکرای پنجم: چاکرای گلو یا ویشودها (Vishuddha)



چاکرای گلو در قسمت تیروئید، بالای جناق سینه بین استخوانهای ترقوه قرار گرفته است. این چاکرا، مربوط به ارتباطات ما است و ما از طریق این چاکرا با دیگران و محیط اطراف ارتباط برقرار می کنیم. انرژی هایمان را در شکل مانیفست بیان می کنیم و ظهور پیدا می کند و جایی است که می توانیم تعاملاتمان را در آنجا کنترل کنیم.

سایر مشخصات چاکرای گلو: عنصر اثیری، رنگ آبی، گلبُرگ های یک لوتوس آبی با ۱۶ گلبُرگ، ذکر هام (Ham).

رنگ: آبی کم رنگ و همچنین نقره ای با آبی مایل به سبز

عنصر وابسته : اتر

حس: شنوایی

سمبل (نشانه): لوتوس ۱۶ پر

اصل اساسی: طنین هستی

بخشهای وابسته بدن: گردن، گلو و آرواره. گوشها، صدا، نای، لوله های برنشی، لب بالایی ریه ها، مری و بازوها.

غده وابسته: تیروئید

غده تیروئید نقش مهمی در رشد استخوان بندی و اندامهای درونی دارد. تعادل بین رشد معنوی و فیزیکی را سازماندهی میکند و از راه متابولیسم به رفتارمان نظم می دهد و باعث سرعت تبدیل خون به انرژی و همچنین مصرف این انرژی می شود. علاوه بر این، متابولیسم بد را کنترل می کند و کلسیم خون و بافتها را متعادل می سازد.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته:

جوزا / تیر: ارتباط، تبادل دانش و تجربه دار قرار داد

مریخ: فعال در ابراز وجود

ثور / اناهید: درک فرم و مکان داده شد و از این دو را به دندان ها را بالا سایر اورانوس | دلو : الهام «الهی»، انتقال دانش و خرد متعالی، عدم وابستگی

وضعیت تعادل در چاکرای قلب: زمانی که این چاکرا فعال است شما آدم راستگو و صادقی هستید. راحت می توانید حرفتان را بزنید، حقیقت را میتوانید بگویید، حرف هایتان شفاف است، به حرف هایتان فکر کرده اید، همه چیز را همان طور که هست، رک و راست می گوئید و با دیگران روراست

هستید. خلاقیت در حرف و ارتباط هایتان دارید. زمانی که صحبت می کنید انرژی را به بقیه انتقال می دهید دهید و بقیه شما را دوست دارند.

عملکرد موزون: با یک چاکرای گلو کاملاً باز، احساسات، افکار و دانش درون تان را آزادانه و بدون ترس ابراز می کنید؛ و همچنین می توانید نقاط ضعف و قوت تان را آشکار سازید. صداقت درونی تان نسبت به خود و یا دیگران از موضع درستی بیان می شود.

این توانایی را دارید که با تمام وجود خود را ابراز کنید. اگر لازم باشد می توانید کاملاً ساکت بمانید و از صمیم قلب به دیگران گوش دهید و درک کنید. گفتار تان خلاق و پرشور است، در عین حال که کاملاً واضح است. مقاصد تان را به بهترین وجه و بیشترین اثر برای تحقق بخشیدن به خواسته تان بیان می کنید.

صدای شما پرطنین و خوش آهنگ است و وقتی با مشکل و یا مخالفتی روبه رو می شوید با خودتان صادق باقی خواهید ماند و می توانید اگر بخواهید «نه» بگویید. نظر دیگران نمی تواند شما را تحت تأثیر قرار دهد یا فریب دهد. در عوض استقلال، آزادی، و عدم وابستگی تان را حفظ می کنید. آزاد از تعصب و دارای سعه صدر و برای حقایق ابعاد لطیف باز هستید. از راه آنها هدایت صدای درونتان را می شنوید، که در زندگی شما را رهبری میکنند. در دستهای این هدایت جای امنی دارید. در می یابید که تمام مظاهر «خلقت» پیام خاص خودشان را دارند. آنها در مورد زندگی شان، نقش شان در نمایش جهانی، و در مورد تلاششان برای یکپارچگی و نور با شما سخن می گویند. دارای قدرت ارتباط مستقیم با زندگی در کرات دیگر هستی، هر زمان که مناسب باشد هستید، دانشی را که به دست آورده اید بدون ترس از واکنشها و عقاید به دیگران منتقل می کنید. تمام معانی را که برای بیان خلاق به کار می برید حاکی از خرد و حقیقت است.

به علت استقلال درونی و ابراز آزادانه آنچه هستید سروری عمیق و احساس موفقیت و استحکام شخصیت به وجود می آید.

وضعیت بیش فعال در چاکرای گلو: زمانی که پیش فعال است، بیش از اندازه حرف میزنید. دائماً وسط حرف دیگران می پرید یا مثلاً خیلی بلند حرف میزنید. دلتان میخواهد زیاد از حد خود درونی تان رو توضیح دهید.

عملکرد ناموزون: اگر انرژیهای درون چاکرای گلو قفل باشد، می تواند مانع ارتباط بین ذهن و بدنتان باشد. این به دو صورت می تواند پیش آید. با اینکه در ابراز احساساتتان دچار مشکل می شوید، در این صورت احساسات برطرف نشده را با اعمال بدون ملاحظه و فکر ابراز می کنید.

حالت دیگر این است که برخورد غیرمنطقی می کنید و افکار و احساسات را رد کرده و آنها را به حق نمیدانید تنها به آن دسته از احساسات اجازه ابراز می دهید که از فیلتر داوری خودتان گذشته و با قضاوت دیگران هم تناقضی نداشته باشد. یک احساس گناه ناخودآگاه و ترسهای ذاتی شما مانع از دیدن و نشان دادن خود، حقیقی تان و بیان آزادانه عمیق ترین افکار، احساسات و نیازها می شود. در عوض سعی می کنید با تعدادی از کلمات و حرکات سر و دست آنها را بپوشانید و «وجود» حقیقی خود را کتمان کنید.

کلام تان هم یا خشن و بی ادبانه است یا سرد و جدی، ممکن است با لکنت صحبت کنید. صدایتان نسبتاً بلند و کلام تان فاقد معنای عمیق باشد. به خودتان اجازه نمی دهید که نقطه ضعفهایتان را نشان دهید، بلکه سعی میکنید به هر قیمتی شده دائماً قوی به نظر بیایید. در نتیجه ممکن است خود را خیلی تحت فشار قرار دهید. ممکن است بار زندگی بر روی دوشتان سنگینی کند. در این وضعیت در مقابل این بار اضافی حالت دفاعی به خود میگیرید. شانه ها را بالا می آورید و گردن را به تو می کشید و خود را در مقابل شروعی تازه مجهز می سازید.

کارکرد ناهماهنگ چاکرای پنجم در کسانی که از قدرت بیان شان برای گول زدن دیگران سوء استفاده می کنند نیز دیده می شود یا برای جلب توجه دیگران بلاانقطاع حرف می زنند.

معمولاً افرادی که انرژیهای چاکرای پنجم شان بسته است به ابعاد لطیف وجود دست نمی یابند به دلیل نداشتن آزاداندیشی، انبساط درونی و استقلال که لازمه رسیدن به این چنین حوزه هایی است.

با وجود این، امکان این که دارای دانش عمیق درونی باشید وجود دارد. شما فقط از زندگی و ابراز آن می ترسید به این دلیل که از قضاوت دیگران و تنهایی می ترسید. این دانش عمیق ممکن است راه خودش را به طرق دیگر باز کند مثل شاعری، نقاشی یا وجوه دیگری از ابراز کردن خودبه خودی. اما آنها را با دیگران با بی میلی تقسیم می کنید. انرژیهای معنوی شما ممکن است در سرتان گیر کرده باشند سپس نیروها برای تبدیل شدن به احساسات ممکن است با مشکل مواجه شوند و

انرژیهای چاکراهای پایین تر نمیتوانند قدرت و ثبات چاکراهای بالاتر را تأمین کنند، آنها نیاز به درک معنویت درونی در زندگی تان دارند.

وضعیت کم فعال در چاکرای گلو: زمانی که کم فعال هست شما هیچ صدایی برای خودتان ندارید. ممکن است آدمی خجالتی باشید، ممکن است از حرف زدن بترسید یا دائماً فکر کنید اگر این حرف را بزنم ممکن است بقیه اشتباه در مورد من فکر کنند. حتی گاهی چون خودتان را نمی توانید درست بیان کنید و درست منظورتان را برسانید؛ به خاطر همین سوء تفاهم به وجود می آید.

برای زدن حرفتان خیلی تقلی می کنی. به طور مثال از کلماتی مثل: «ببخشید، تورو خدا ناراحت نشید، نمیدونم چه شکلی بگم و...» زیاد استفاده می کنید. (درست است که بخش زیادی از فرهنگ ما در ایران تعارف کردن است ولی برای این افراد این صحبت ها تعارف نیست و به دلیل ترس زیاد از صحبت کردن است). خودتان در وجود خودتان احساس می کنید حتی اگر مثلاً تدر حرف زدن مشکل نداشته باشم به وجود خودمان همش احساس میکنیم آدم ساده و راستگویی نه با خودمان و نه با بقیه نیستیم.

کم کاری: کم کاری و شیرینی و شکلات کم کاری چاکرای گلو توانایی شما را برای نشان دادن و توصیف خودتان به تأخیر می اندازد. «خود» درونی تان را کاملاً کنترل می کنید؛ خجالتی، ساکت و درون گرایی و وقتی صحبت می کنید فقط در مورد چیزهای کم اهمیت زندگی بیرونی تان حرف میزنید.

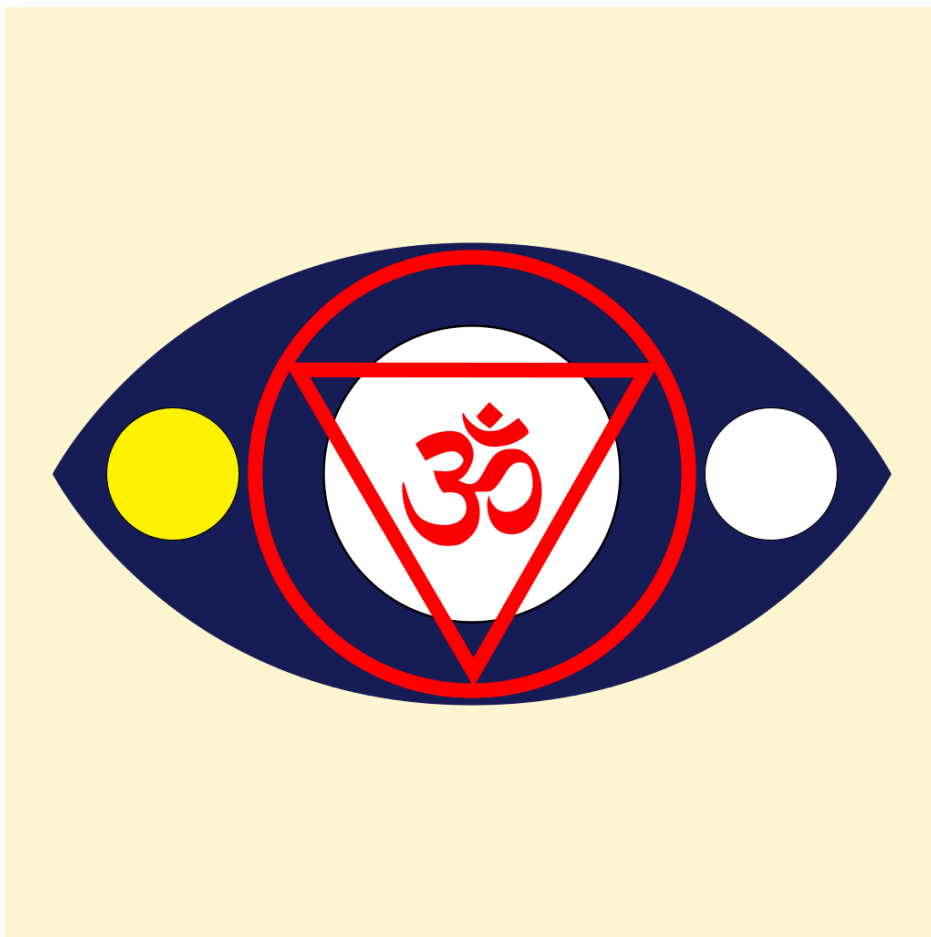
اگر سعی کنید احساسات و افکار باطنی تان را بیان کنید به سرعت احساس ورم در گلو می کنید و صدایتان حالت تصنعی به خود می گیرد. در اینجا حالت لکنت زبان غالباً بیشتر از وضعیت عملکرد ناهماهنگ دیده می شود. در برخورد با دیگران احساس عدم اطمینان و ترس از قضاوت دارید و اغلب واقعاً نمی دانید چه می خواهید. پیام های روح خود را دریافت نمی کنید و به نیروی بصیرت خودتان اعتماد ندارید.

اگر چاکرای پنجمتان را بهبود بخشید، مشکل جدی پیش خواهد آمد. فضای پشت دیواری که خودتان ساخته اید، فضایی که در آنجا بیشتر اوقات تان را می گذرانید، جایی که شما استعداد های تان را نشان می دهید کوچک و محدود است، زیرا جهان بیرون را فقط به عنوان یک حقیقت معتبر قبول دارید.

بیماری های عدم تعادل چاکرای گلو: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای گلو او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- برونشیت
- آسم
- گواتر
- ناشنوایی
- لکنت زبان

معرفی چاکرای ششم: چاکرای چشم سوم یا آجنا



چاکرا چشم سوم در مرکز پیشانی بین ۲ دو ابرو بالای چشم ها قرار دارد. برخی فکر می کنند مربوط به شیطان پرستی است، ولی این حرف به هیچ عنوان درست نیست. این چاکرا هم یک چاکرا همانند بقیه چاکراها می باشد. این چاکرا مرکز شهود است. رویاهای صادقانه و حس ششم. در واقع این چاکرا را مرکزی برای سفر به بعد های دیگر می دانند. چون از جنس ذهن است

سایر مشخصات چاکرای چشم سوم: عنصر آن ذهن است، رنگ نیلی به رنگ پر طاووس، گلبرگ یک لوتوس نیلی که ۲ گلبرگ دارد و یک مثلث معکوس هم وسط است. اطراف مثلث برعکس ۲ گلبرگ است. ذکر آن اووم (Om) می باشد.

رنگ: نیلی، و همچنین زرد یا بنفش.

حس : تمام حسیها، از جمله ادراک فراحسی

سمبل: لوتوس ۹۶ پر (گلبرگ 48×2)

اصل اساسی: دانش وجود.

بخشهای وابسته بدن: صورت، چشمها، گوشها، بینی، سینوسها، مخچه، و دستگاه اعصاب مرکزی،

غده وابسته: هیپوفیز

غده هیپوفیز گاهی به عنوان «غده اصلی نام برده می شود، زیرا هورمونهای آن عملکرد بقیه غدد را کنترل می کند. مانند رهبر ارکستر تأثیر هماهنگ کننده بر روی غدد دیگر دارد.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته:

تیر: شناخت خردمندانه، تفکر منطقی.

مشتري / قوس: طرز تفکر مجموعه نگری، درک ارتباطات درونی

اورانوس / دلو : تفکر ملهم الهی، دانش بالا، درخشش بصیرت.

نپتون / حوت: تجسم، کشف و شهود، دستیابی به حقایق درونی از راه ایثار و از خودگذشتگی.

وضعیت تعادل در چاکرای چشم سوم: زمانی که بالانس است شما با دنیای اطراف و بعدهای دیگر ئ در واقع با انرژی های مختلفی که در اطراف شما وجود دارد در تعادل هستید. حتی می توانید اطلاعات را از حوزه های دیگر دریافت کنید. دریافت اطلاعات ممکن است در قالب رویا، حس

ششم یا شهود تصویری در ذهن تان باشد. به طور کلی هر چیزی که هست شما یک پل ارتباطی با بعد های دیگر، انرژی های دیگر و بدن های دیگر دارید. شما در اینجا خودتان را پیدا می کنید و به آگاهی مطلق دسترسی دارید.

به همین دلیل است که می گویند زمانی که این کار را باز است، دید ما فراتر از یک زندگی زمینی می رود و یک چیزی فراتر از چیزی که یک انسان عادی می بیند، می بینیم. زمانی که در هارمونی است شما می توانید بر توهمات زندگی که در حال حاضر در آن هستید (مایاها ایلوژن ها) غلبه کنید و فرد روشن بینی شوید.

عملکرد موزون: امروزه افراد کمی یافت می شوند که چشم سوم شان کاملاً باز باشد و همواره از آگاهی بالایی برخوردار باشند. با وجود این علی رغم رشد ناکافی، چاکرای ششم می تواند عملکردی هماهنگ تر از دیگر چاکراها داشته باشد. این حالت خود را در یک ذهن فعال و مهارت های پیشرفته روشنفکرانه نشان می دهد. پیگیری کل نگرانه تحقیق علمی و یا شناخت حقایق فیلسوفانه دور از دسترس می تواند نشانه ای از گشایش نسبی و عملکرد هماهنگ چاکرای چشم سوم باشد.

احتمالاً توانایی رشد یافته ای برای تجسم و توانایی درک خیلی از چیزها را به طور حسی دارید. ذهن شما کنترل شده است و در عین حال بر روی حقایق اسرارآمیز باز است. درک تان از آنچه دنیای مادی به شما نشان می دهد خیلی بیشتر است، اما یک تمثیل، یک نماد از یک اصل روحانی در سطح فیزیکی متجلی شده است.

آرمان گرایی و تخیل، عوامل کلیدی تفکر شما هستند. ممکن است متوجه شوید که گاه گاهی افکار و ایده های شما به حقیقت می پیوندند، به ارایه شده در بدن این برنامه با اعمال اما هر چه قدر چاکرای چشم سوم رشد بیشتری داشته باشد، افکار شما بیشتر براساس آگاهی درونی از حقیقت است. افراد زیادی هستند که در ابتدای رشد مهارت های چاکرای ششم قرار دارند، مانند روشن بینی با بالا بردن میزان حساسیت در سطوح خاصی از وجود، و تعدادی به بینشی موقتی در دیگر ابعاد حقیقت می رسند. به طور مثال در خواب و یا مراقبه.

به هر حال، این غیرممکن است که بتوانیم به طور کامل محدوده مهارت ها و درک هایی که یک چشم سوم دارد توضیح دهیم. چنین تلاشی صفحات زیادی را پر خواهد کرد و ترجیح می دهیم که به

اطلاعات دیگران اعتماد کنیم. با وجود این می توانیم ایده ای کلی از آنچه وجود دارد به شما بدهیم که اگر به رشد کامل چاکرای ششم برسید پیش خواهد آمد.

قبل از هر چیز تلقی تازه ای از جهان خواهید داشت. محدودیتهای تفکر منطقی کاملاً متعالی خواهد شد. افکارتان به صورت نوشته درخواهد آمد؛ و اطلاعاتی را که از کرات دیگر خلقت به دست می آورید با توانایی در حال رشد آگاهی تام خود تلفیق می کنید.

دنایای مادی برایتان شفاف می شود. گرچه آگاهی شما همچون آیینه ای در خدمت «الوهیت» است، دنایای مادی رقص انرژی را که در سطوح لطیف هستی جا دارد منعکس می کند. ادراک فراحسی تان بسیار واضح است آن قدر که مستقیم انرژیهای را که در زیر سطح چیزهای خارجی کار میکند دریافت می کنید. علاوه بر این، می توانید آگاهانه این انرژیها را کنترل کنید و مظاهر مختص خودتان را برای آنها خلق کنید. با وجود این ملزم هستید قوانینی را وضع کنید که نمی توانید فراتر از محدوده آن بروید، به این معنا که نظم طبیعی همیشه ماندنی است.

شم و بینش درونی شما به روی تمام ابعاد لطیف واقعیت باز خواهد شد. درک خواهید کرد که دنیاهای بیشماری بین خلقت سطوح مادی و «هستی» متعال وجود دارد که فرمهای مختلفی از حیات در آنها سکنی دارند. تئاتر چند بعدی خلقت جلوی چشم تان اجرا می شود، و به نظر می رسد که هیچ حدی برای فرمهای همیشه تازه و سطوح حقیقت وجود ندارد. دیدن این «رقص خلقت الهی شما را عمیقاً شگفت زده خواهد کرد.

وضعیت بیش فعال در چاکرای چشم سوم: زمانی که بیش فعال است شما ممکن است سردردهای خیلی زیادی داشته باشید، البته نه هر سردردی! به طور مثال سردرد در قسمت پیشانی. همچنین ممکن است شما چیزهایی را در ذهن خودتان درست کنید و به آن ها واقعیت دهید، در حالی که اصلاً وجود خارجی ندارد. همانند اشخاصی که به عنوان اسکیزوفرنی ها شناخته می شوند.

این مسئله باعث به وجود آمدن مشکلات روحی و روانی می شود. آدم های عجیب و غریبی می شوید. کارهایی می کنید که منطقی پشت آن ها وجود ندارد و گاهی حتی ممکن است خطرناک هم باشد.

عملکرد ناموزون: پیامد عمده عملکرد ناهماهنگ چاکرای سوم (عدم تعادل است، به طور مثال: پافشاری بیش از حد روی حوزه عقل، تصمیمات زندگی تان منحصر با عقل و منطق صورت می گیرد. از آنجایی که سعی می کنید تمام امور زندگی تان را با روش عقلانی سازماندهی کنید، فقط آنچه را با ذهن منطقی تان درک می کنید قبول دارید. مهارت‌های عقلانی شما ممکن است کاملاً رشد یافته باشد و احتمالاً نعمت تجزیه و تحلیل به شما داده شده است، اما از شیوه کلنگری بی بهره هستید و توانایی انطباق آنچه را تجربه می کنید با قانون جهانی تعادل طبیعی ندارید.

به آسانی قربانی تکبر روشنفکرانه خود می شوید. تنها چیزهایی را قبول می‌کنید که ذهن تان بتواند درک کند، و از راه روش‌های علمی قابل اثبات باشد. بینش معنوی را به عنوان یک پدیده غیرعلمی و غیرواقعی رد می کنید. به یاد شهدای آرامنه ای و اتوبار و بارها و بارها در نتیجه دیگری که عملکرد ناهماهنگ چاکرای چشم سوم دارد این است که با قدرت ذهن تان سعی می‌کنید بر روی دیگران و رویدادها تأثیر بگذارید، صرفاً قدرت تان را نشان می دهید و یا برای ارضای نیازهایتان از آن استفاده می کنید.

در این وضعیت چاکرای شبکه خورشیدی هم معمولاً خارج از تعادل است و چاکرای قلب و تاج نیز در حد جزیی رشد یافته اند. اگر چشم سوم تان علیرغم گیرهایش نسبتاً باز باشد، باز هم ممکن است در این کار موفق شوید، هر چند که مقاصد شما خلاف جریان طبیعی حیات است. ولی دیر یا زود احساس تنهایی شما را دربر می گیرد و موفقیتی را که برایش تلاش کرده اید پایدار نخواهد بود.

پیامد دیگر انرژیهای گمراه شده در چاکرای ششم زمانی اتفاق می افتد که چاکرای پایین (که شما را به «زمین» وصل کرده است بیمار است، و وقتی که چاکراهای دیگر هماهنگ کار نمی کنند. گرچه به سطوح لطیف ادراک دست یافته اید، ولی این می تواند در حالتی باشد که معنای حقیقی تصورات و اطلاعاتی را که به دست می آورید درک نکنید. به علت الگوهای احساسی سرکوب شده، آنها با تصوراتتان آمیخته میشوند. این تصورات ذهنی می توانند خیلی قوی و غالب باشند تا حدی که شما آنها را به عنوان تنها حقیقت موجود در نظر بگیرید، طرح آنها را در جهان بیرون پیاده می کنید و بدین نحو در نهایت ارتباط با حقیقت را از دست می دهید.

وضعیت کم فعال در چاکرای چشم سوم: زمانی که کم فعال است فرد هیچ باوری نسبت به اتفاقات معنوی و قلمروهای دیگر، دنیاهای دیگر و انرژی درمانی ندارد و هر چه در این مورد به آن

ها بگویی می گویند نه وجود ندارد. این افراد به طور کامل چشم سومشان بسته است و هیچ دریچه ای را باز نگذاشتند که بتوانند دریافت کنند. آن ها همه چیز در رابطه با انرژی شک دارند و در واقع ایلوژن یامایا کاملاً جلو چشم شان روا گرفته تا هر چیزی را در غیر قالب همین سه بعدی که زندگی میکنیم را رد کنند. همچنین این افراد بسیار انسان های متعصبی هستند.

کم کاری: اگر جریان انرژیها در چاکرای ششم به طور قابل ملاحظه ای بسته باشد تنها حقیقتی را می بینید و باور می کنید که در جهان بیرون قابل دیدن باشد. زندگی تان تحت نفوذ امیال مادی، نیازهای فیزیکی و احساسات ابراز نشده است. اندیشه ها و بحثهای معنوی به نظرتان خسته کننده و اتلاف وقت خواهد بود، و حقایق روحانی را رد می کنید به دلیل اینکه آنها را حاصل رویایی بی معنا و بدون هیچ کاربرد عملی می بینید. افکارتان به سوی خط مشی که در جامعه برقرار است گرایش دارد.

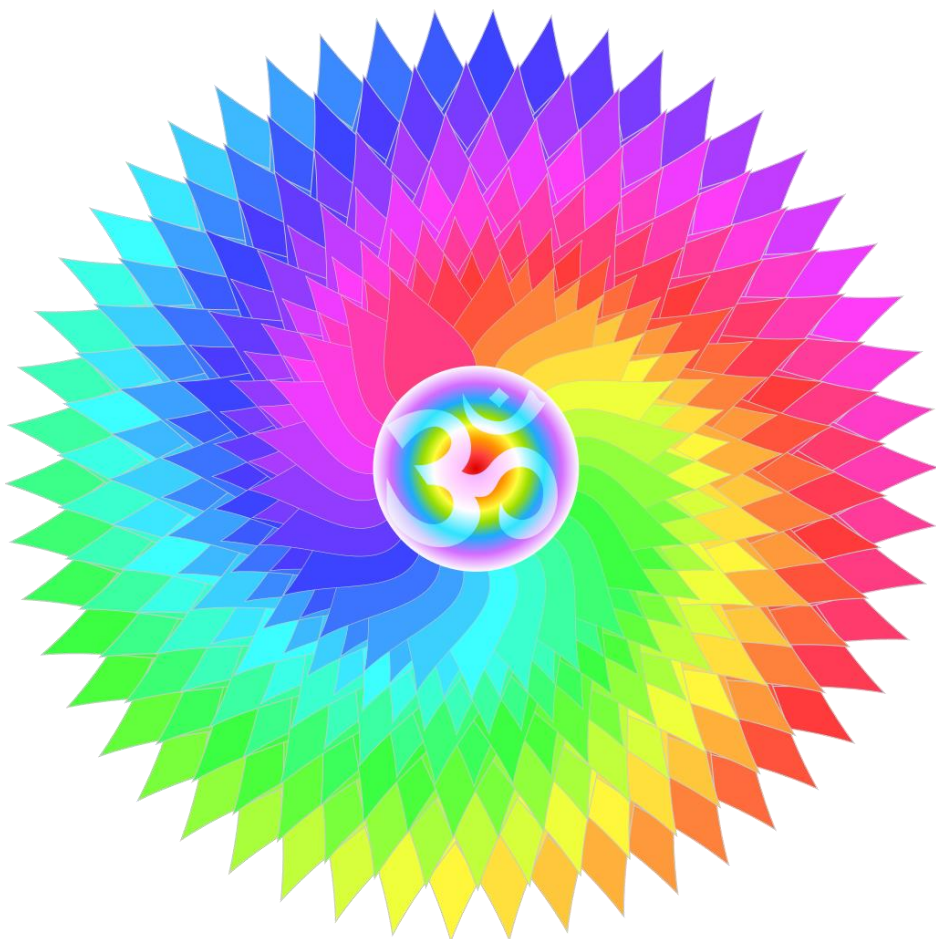
به راحتی در شرایط دشوار کنترل خود را از دست می دهید. احتمالاً خیلی فراموش کنید. اگر بینایی تان ضعیف شده باشد اغلب با کم کاری چاکرای ششم همراه است، باید دقیق تر به درون خود نگاه کنید و آنچه را در زیر این سطح قرار دارد بشناسید.

در موارد حاد، افکار شما خیلی پریشان و آشفته است و تصمیمات شما کاملاً براساس احساسات سرکوب شده تان است.

بیماری های عدم تعادل چاکرای چشم سوم: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای چشم سوم او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- سردرد
- غش، سرگیجه
- سینوزیت
- بیماری فک

معرفی چاکرای هفتم: تاج سر یا ساهاسرارا (Sahasrara)



از چاکرای هفتم به بعد وارد بعد دیگری می شویم و دوباره به بحث ۷ مرحله می‌رسیم که هربار این چرخه خودش را تکرار میکند. در بدن های روحانی، نیروانا، موکشا و در همه چیز آخر میرسه به اینکه شما در یک میدان از انرژی قرار می‌گیرید که همه چیز یکی است و همه چیز متصل است. همه این موارد به طور توصیفی است کسی به این محل نرفته است که بخواهد بعدا آن را تعریف کند. اگر هم کسی رسیده باشد، برنگشته که آن را برای ما تعریف نماید. چنین فردی به روشن‌بینی میرسد و دیگر به بدن فیزیکی خودش محدود نیست.

سایر مشخصات چاکرای تاج سر: عنصر آگاهی، رنگ بنفش، گلبرگ یک لوتوس نیلوفر آبی هزار برگ، ۲۰ بخش ۵۰ گلبرگی است.

رنگ: بنفش و همین طور سفید و طلایی

سمبل: لوتوس ۱۰۰۰ برگ.

اصل اساسی: «هستی» محض.

اندام وابسته بدن: مخ

غده وابسته: صنوبری (پی فیز).

اثر پی فیز از نظر علمی به طور قاطع مشخص نشده است. به احتمال زیاد بر روی تمام ارگانیسم بدن تأثیر دارد. نتیجه اختلال این غده بلوغ زودرس جنسی است.

نشانه های نجومی و سیاره های وابسته:

جدی / کیوان: دیدن درون، تمرکز بر روی ذات، دربرگرفتن ماده با نور الهی

حوت / نپتون: زوال محدودیت، از خودگذشتگی، یگانگی با «هستی متعال»

عملکرد موزون: در چاکرای هفتم گره ای به آن معنا وجود ندارد. صرفا دامنه باز بودن آن می تواند کم یا زیاد باشد.

وقتی چاکرای تاج شروع به باز شدن می کند، زمانی که مرز بین هستی درونی و زندگی بیرونی در وضع موجود کاهش پیدا می کند، شما لحظه ها را بیشتر و بیشتر تجربه می کنید. آگاهیتان کاملا آرام و باز است و «خود» حقیقی تان را به منزله بخش وجودی از هستی، مطلق حاکم که همه چیز را دربر می گیرد تجربه می کنید.

وقتی که رشد چاکرای هفتم افزایش می یابد این لحظه ها بیشتر می شود تا زمانی که به صورت یک واقعیت دائمی در می آید. وقتی که «خویشتن» شما آماده این گام آخر روشن بینی باشد ممکن است کاملاً ناگهانی اتفاق بیفتد. احساس شما این چنین است که انگار تازه از خواب طولانی بیدار شده اید و در نهایت شروع می کنید به اینکه در واقعیت زندگی کنید. دیگر عقبگردی در سر راهتان وجود ندارد.

خود را به ظرف خالی تبدیل میکنید و «هستی الهی» این جام را لبریز خواهید کرد. پی می برید که «خویشتن، حقیقی تان را که تنها حقیقت پایدار است پیدا کرده اید. نفس فردی تان به نفس جهانی تبدیل می شود. هدف «خالق» در رفتار شما جامه عمل می پوشد، و نوری که از شما ساطع می شود قلب کسانی را که گیرنده حضور الهی هستند باز می کند. اگر بخواهید چیزی را بدانید کافی است فقط توجه تان را به آن معطوف کنید، زیرا به علت یگانگی شما با «هستی» الهی همه چیز در درون شما وجود دارد. «خلقت» بازی است که درون آگاهی بی حد و مرز شما وجود دارد.

درمی یابید که دنیای مادی هیچ چیز نیست جز فرمی از تفکر در «آگاهی الهی» و هیچ چیز حقیقتاً به آن صورت وجود ندارد. هر آنچه تاکنون به عنوان حقیقت قبول داشته اید نقش بر آب می شود. خلأ بزرگتری را تجربه می کنید. اما این خلأ عیناً همان برکت عظیم است به دلیل اینکه آن زندگی در ذات محض است، و این ذات الهی سعادت محض است.

در طول چرخه هفت ساله ای که به خصوص برای انرژیهای چاکرای هفتم باز هستید، به رشد عمیقی از بینش و یکپارچگی می رسید که قبلاً به نظرتان غیرممکن می آمد. اکنون مراقبه و خدمت عابدانه با درک اصل «الهی» وجودتان همراه است و کمک می کنند تا احساس یگانگی را تجربه کنید. از این فرصت استفاده کنید تا بیشتر در درونتان بمانید.

در این زمینه جالب است که توجه داشته باشید ملاج کودک در سن ۹ تا ۲۴ ماهگی اول زندگی اش باز باقی می ماند. در طول این دوره اولیه زندگی روی زمین طفل در آگاهی وحدت کامل به سر می برد.

ویژگیهای چاکرای هفتم: همان طور که دیدیم باز و هماهنگ بودن تمام چاکراها این نکته را به ما نشان داد که آنها می توانند مقادیر معتناهایی دانش و تجربه و مهارت بدهند. با وجود این بدون باز بودن چاکرای هفتم، احساس جدایی از کثرت و یکپارچگی داریم، و کاملاً از ترس رها نیستیم.

این ترس است که همیشه باعث ماندگاری بخشی از آثار گره های درون چاکراها می شود. نداشتن توانایی برای گشودن حد کامل امکاناتشان، و اینکه انرژی فردی که می توانند در جهت هماهنگی کامل با رقص خلقت، ساطع شوند و نه در جهت هماهنگی با دیگر چاکراها.

مگر اینکه در طول سالهایی که مرکز تاج می تواند رشد کند خودتان را بر آروی حقایق معنوی باز کنید، ممکن است احساس نبود اطمینان و بی هدفی را در طول این زمان تجربه کنید و این احساسات را به منزله نشانه ای برای درون نگری بیشتر تعبیر کنید. ممکن است به نوعی بهبودگی در زندگیتان پی ببرید و یا ترس از مرگ اغلب به سراغتان بیاید. شاید برای کنترل این احساسات منفی سعی کنید که برای فرار از آنها به فعالیت زیاد پناه ببرید یا زیر بار مسئولیتهای جدید بروید برای اینکه خود را برحق و مهم جلوه دهید.

اغلب اوقات اشخاصی تحت این شرایط مریض می شوند و ناچار به استراحت می شوند. اگر این پیام ها را نادیده بگیرید درگیر زندگی بی محتوایی می شوید و رشد توانایی های بالقوه «خود» واقعی تان را محدود می کنید.

این چاکرا، چاکرای است که شما به صورت مطلق روشن بین شده اید، یک شخصی هستید که بیدار است حقیقت وجودی را دیده.

من کیستم من چیستم روزها فکر من این است و همه شب سخنم

به واقع به پاسخ این سوال رسیده اید. همانند شمس تیریزی.

چنین شخصی میتواند با نیروی برتر ارتباط برقرار کند و یا بهتر است بگوییم کامل یکی شده است و بخشی از این جهان هستی است و به درجه موکشا یا نیروانا و به ذات اصلی الهی رسیده است.

بیماری های عدم تعادل چاکرای تاج: در ادامه بیماری های فیزیکی که ممکن است فردی که چاکرای تاج او در عدم تعادل است، به آن ها مبتلا شود، ذکر شده است:

- بیماری های سیستم عصبی
- اختلالات وضعیت روحی و روانی

به پایان مبحث معرفی ۷ چاکرا، مشخصات آن ها و وضعیت های هر یک رسیدیم. این توضیحات می توانند آگاهی بالایی نسبت به چاکراهای بدنتان و وضعیت فعلی تان به شما بدهند. این مبحث را به دقت مطالعه کنید تا به خوبی آن را درک نمایید.

گروه سیاره حاکم بر زندگی خود را بشناسید

براساس روز تولد می توان گروه سیاره حاکم بر زندگی هر فرد را مشخص کرد. ما در ادامه این گروه ها را برای شما ذکر کرده ایم تا بدانید در چه گروهی قرار دارید و سیاره حاکم بر زندگی شما چه چیزی است. از این گروه ها می توانید برای پاکسازی چاکراهای خود هم استفاده کنید.

سیاره	روز تولد
مریخ (احتیاط، ۷ روز اول نپتون و مریخ)	۱ فروردین تا ۳۰ فروردین
ونوس (احتیاط ۳۱ فروردین تا ۷ اردیبهشت مریخ و ونوس)	۳۱ فروردین تا ۳۰ اردیبهشت
مرکوری (احتیاط از ۳۱ اردیبهشت تا ۷ خرداد ونوس و عطارد)	۳۱ اردیبهشت تا ۳۰ خرداد
ماه (احتیاط از ۳۱ خرداد تا ۶ تیر عطارد و ماه)	۳۱ خرداد تا ۳۱ تیر
خورشید (احتیاط از ۱ مرداد تا ۵ مرداد ماه و خورشید)	۱ مرداد تا ۳۱ مرداد
عطارد (احتیاط از ۱ شهریور تا ۶ شهریور خورشید و عطارد)	۱ شهریور تا ۳۱ شهریور
ونوس (احتیاط از ۱ تا ۷ مهر عطارد و ونوس)	۱ مهر تا ۳۰ مهر
مریخ/پلوتو (احتیاط از ۱ تا ۵ آبان پلوتو و ونوس)	۱ آبان تا ۳۰ آبان
ژوپیتر (احتیاط از ۱ تا ۶ آذر پلوتو و مشتری)	۱ آذر تا ۳۰ آذر
زحل (احتیاط از ۱ تا ۶ دی مشتری و زحل)	۱ دی تا ۲۹ دی
اورانوس (احتیاط از ۳۰ دی تا ۷ بهمن زحل – اورانوس)	۳۰ دی تا ۲۹ بهمن
ژوپیتر/نپتون (احتیاط از ۳۰ بهمن تا ۸ اسفند اورانوس و نپتون)	۳۰ بهمن تا ۳۰ اسفند



منبع:

وبسایت سینرژی با ناهید – مدیریت، پاکسازی چاکرا، متافیزیک، قانون جذب و علم اعداد

Synergynahid.com