

CUPRINSUL

<i>Cuvânt introductiv</i>	7
Sistemul energetic al omului și corpurile de materie subtilă	9
Corpul eteric	14
Corpul emoțional	17
Corpul mental	21
Corpul spiritual	24
Rolul și funcțiile chakrelor	26
Ciclurile evolutive ale omului în lumina învățăturilor despre chakre	37
Apariția blocajelor în chakre	46
Deblocarea chakrelor	58
Cum putem descoperi blocajele din chakre	69
Sexualitatea și chakrele	81
Prima chakră	89
A doua chakră	101
A treia chakră	113
A patra chakră	127
A cincea chakră	143
A șasea chakră	159

A șaptea chakră	171
Explicitări privind conexiunile astrologice	183
Posibilități de purificare și activare a chakrelor	185
Trăiri în mijlocul naturii	188
Terapia prin sunete	189
Terapia prin culori	198
O meditație cromatică – chakra	206
Terapia prin pietre prețioase	211
Terapia prin arome	217
Forme de yoga	221
Respirația chakra	223
Masajul zonelor reflexogene ale chakrelor	227
Exerciții fizice pentru deblocarea chakrelor	233
Transmiterea energiei vitale universale	237
O călătorie imaginară prin chakre	244
Addenda	255
Tabele orientative	258
Încheiere și mulțumiri	267
Titluri și lucrări de referință	269
Casete muzicale pentru teme din această carte	271

Cuvânt introductiv

Fără îndoială, o dată în viață, fiecare om își pune întrebările: „Cine sunt eu?“, „Ce fel de forțe acționează în mine?“, „Ce capacități nedescoperite se ascund în mine?“, „Cum îmi pot valorifica întregul potențial pentru a fi fericit și creativ?“

Credem că la aceste întrebări nici un domeniu științific nu poate oferi răspunsuri mai exhaustive decât știința despre centrul energetic al omului. Atunci când înțelegem întreaga arie a funcționării chakrelor, ni se conturează o imagine despre om atât de fascinantă și de măreață, încât ne umplem de uimire în fața acestei minuni a Creației.

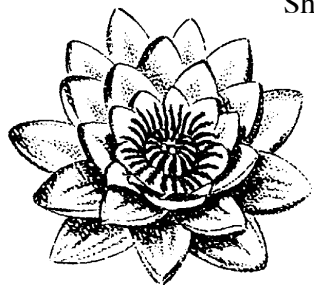
Cartea noastră se vrea un instrument de cunoaștere și de dezvoltare a posibilităților remarcabile ale omului.

Nu trebuie să fii „clarvăzător“ și nu trebuie să ai capacități supranaturale pentru a lucra cu chakrele. Totuși, ocupându-te de ele, vei observa că sensibilitatea ta față de domeniile materiei subtile va crește în mod evident. Ți se vor revela interdependențe care pot aduna într-un întreg inteligibil și armonios fragmentele de cunoaștere și de experiență pe care le-ai acumulat.

Activarea și armonizarea chakrelor este, în realitate, un lucru atât de simplu, încât de multe ori ne-am gândit că cei din vechime au ascuns această știință într-un „ambalaj” complicat numai pentru ca valoarea ei să nu fie subapreciată și pentru a fi transmisă neștirbită din generație în generație. Dar faptul că astăzi această știință devine tot mai accesibilă pentru un mare număr de oameni, se explică, poate, și printr-un nou pas în evoluția gândirii omenеști.

Vei găsi în această carte, pe lângă prezentarea manifestărilor și modului de funcționare a chakrelor, și o serie de metode ușor practicabile pentru armonizarea centrilor tăi de energie. Tehnicile au fost selectate în așa fel încât, cu finețe, pe nesimțite, ele să conducă la înviorarea și deblocarea chakrelor. Nu contează prea mult pe care dintre metode o vei alege, important este numai să începi, căci este vorba de ÎMPLINIREA FIINȚEI TALE, acum și aici, ÎN ACEASTĂ VIAȚĂ.

Îți urăm ca, citind această carte și practicând terapiile descrise, să resimți aceeași iubire și același interes față de legile ce conduc viața, pe care le-am simțit și noi, o dată cu înțelegerea treptată și apoi prin descrierea acestor interconexiuni.

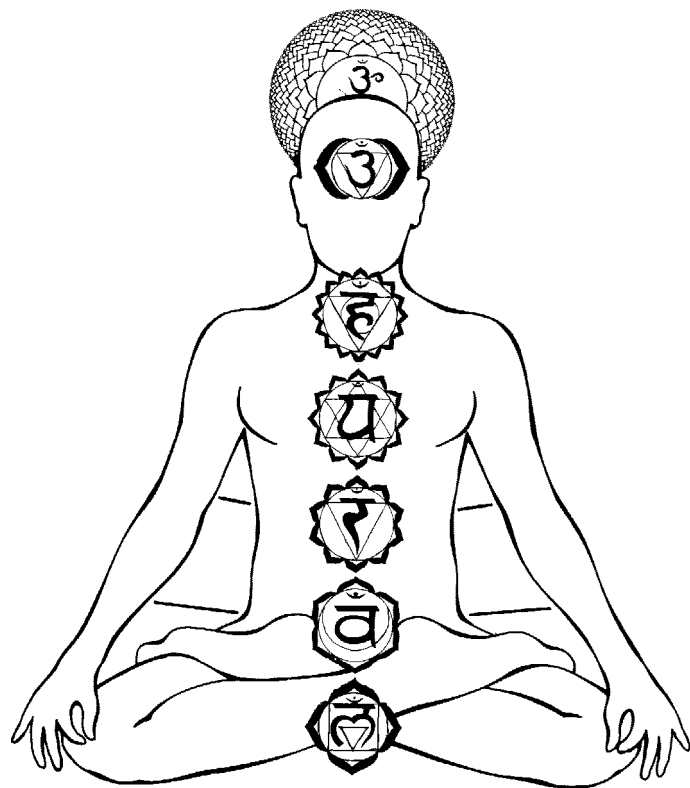


Shalila și Bodo J.

Sistemul energetic al omului și corpurile de materie subtilă

Cei mai mulți oameni consideră ca unică realitate lumea materială și, în ea, trupul fizic, deoarece numai acestea pot fi observate cu simțurile fizice și înțelese prin rațiune. Dimpotrivă, un clarvăzător, observând un om, vede o multitudine de structuri energetice, mișcări ale energiei, culori și forme, vizibile pentru el în trupul fizic și în jurul acestuia. Dacă ești și tu unul dintre cei ce nu pot accepta ca realitate nimic altceva în afara corpului fizic, atunci gândește-te ce anume se întâmplă cu forța vitală dătătoare de sensibilitate și de capacități de manifestare a unui corp fizic, atunci când acest corp moare. O lege a fizicii spune că în Univers energia nu se pierde niciodată, ci ia doar alte forme. Forța care acționează dincolo de forma materială a corpului, de funcțiile și abilitățile acestuia, constă dintr-un sistem complex de energii, fără de care trupul fizic nu ar putea exista. Acest sistem energetic este alcătuit din trei componente de bază:

- 1) Corpuri de materie subtilă sau corpuri energetice;
- 2) Chakre sau centre de energie;
- 3) Canale de energie, numite Nadi.



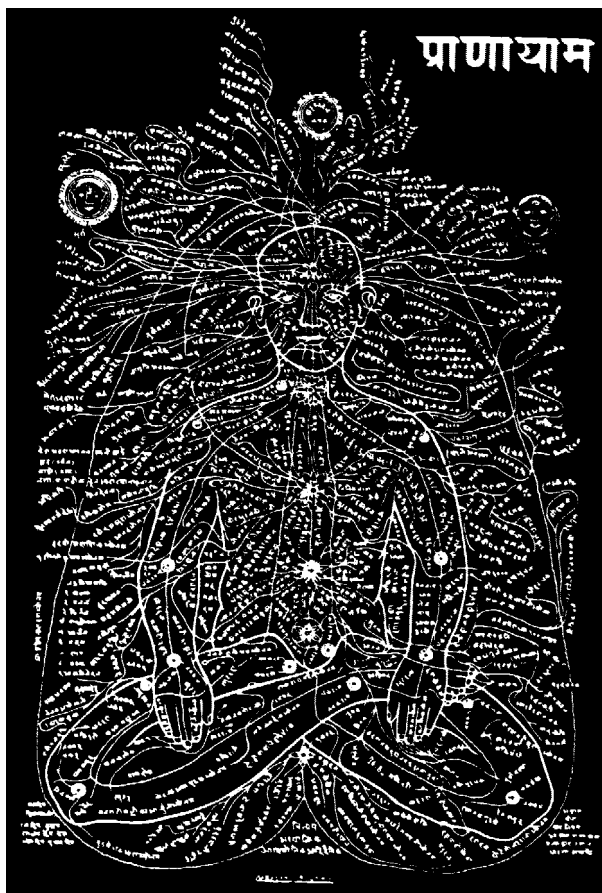
În acest sistem, canalele Nadi constituie niște artere de materie subtilă. Cuvântul „Nadi“ vine din sanscrită și înseamnă tub, vas sau arteră. Rolul canalelor este de a conduce prin sistemul energetic subtil rana, adică energia vitală.

Cuvântul sanscrit „prana“ poate fi tradus prin „energie absolută“. În spațiul chinezesc și cel japonez această forță vitală universală se numește „qi“ sau „i“. Ea este izvorul primar al tuturor formelor de energie și se manifestă, prin diferite frecvențe, în fiecare dintre domeniile de existență. Una dintre formele sale de manifestare este respirația, cu ajutorul căreia, printre altele, noi preluăm prana.

Nivelul de conștientă al fiecărei forme de viață depinde de frecvențele prana pe care acestea le pot asimila și acumula. La animale constatăm frecvențe mai joase decât la oameni, iar la oamenii evoluți frecvențe mai înalte decât la oamenii aflați la începutul evoluției lor.

Prin chakre, canalele de energie ale unui sistem energetic sunt legate de canalele de energie ale corpurilor energetice învecinate. Unele vechi texte tibetane și chineze vorbesc despre 42.000 de Nadi, alte scrieri consideră că numărul canalelor de energie este de 350.000. Cele mai importante canale de energie sunt Sushumna, Ida și Pingala, despre care vom vorbi mai amănunțit în capitolele următoare. Chinezii și japonezii cunosc un sistem asemănător de canale de energie, numite de ei meridiane. (Din știința acestor meridiane s-a dezvoltat acupunctura).

În sistemul energetic uman chakrele funcționează ca niște stații receptoare, transformatoare și distribuitoare ale diferitelor frecvențe prana. Ele preiau, direct sau prin canale, energii vitale din corpurile de materie subtilă ale altor oameni, din mediu, din Cosmos și din sursele originare care stau la



Această figură constituie o prezentare istorică a unei tabule tibetane de Chakra – Nadi. Alături de cele șapte chakre principale putem vedea un mare număr de chakre secundare și o rețea aproape supraîncărcată de canale energetice – Nadi. Unele texte păstrate amintesc 350.000 de Nadi, prin care circulă energiile cosmice. Acestea se unesc în 14 canale principale care corespund, la rândul lor, chakrelor.

baza oricărei manifestări; ele transformă aceste energii în frecvențele necesare corpului fizic sau corpurilor de materie subtilă, pentru întreținerea și dezvoltarea lor și transmit energia mai departe prin canalele de energie. Prin acestea energiile radiază în mediul în care trăim. Prin acest sistem energetic omul realizează o interacțiune și un schimb cu forțele care își desfășoară influența la diferitele trepte de existență, în mediul terestru și în Univers și care constituie forțele de bază ale creației.

Deoarece chakrele se află în strânse relații de schimb cu corpurile energetice, dorim ca în acest capitol să descriem pentru început aspectul și rolul acestor corpuri. O descriere generală a chakrelor se va face în cele șapte capitole dedicate chakrelor, în care vom prezenta în detaliu rolul fiecărui centru de energie.

De obicei, se deosebesc patru corpuri energetice și anume:

- 1) Corpul eteric;
- 2) Corpul emoțional sau astral;
- 3) Corpul mental;
- 4) Corpul spiritual sau causal.

Din aceste corpuri de materie subtilă își dobândește fiecare ființă umană frecvența sa de bază. Corpul eteric, cel mai apropiat de corpul fizic, vibrează la frecvența cea mai joasă. Corpurile astral și mental au o frecvență mai înaltă, iar în corpul spiritual se înregistrează frecvența cea mai înaltă.

Fiecare dintre aceste corpuri execută un „dans“ al energiilor în limitele propriului său domeniu de vibrații, ceea ce face ca în cursul evoluției ulterioare a unui om, frecvențele să crească tot mai mult. Corpurile energetice constituie niște purtători de conștiință în anumite domenii de frecvență, și

atunci când numărul vibrațiilor acestora sporește, omul dobândește energii vitale mai intense, capacitățile și cunoștințele specifice rolului și îndatoririlor sale personale crescând tot mai mult.

Corpurile energetice nu sunt separate între ele. Ele se întrepătrund, în timp ce fiecare vibrează la propria sa frecvență și chiar și un clarvăzător le poate deosebi numai atunci când își reglează forța vizuală asupra sferei corespunzătoare. Astfel, de exemplu, pentru a vedea corpul astral, el trebuie să-și îndrepte capacitatea de clarviziune asupra sferei astrale. Dacă vrea să cerceteze corpul mental, el trebuie să se concentreze asupra sferei mentale ș.a.m.d.

Corpul eteric

Corpul eteric are aproximativ aceeași dimensiune și aceeași formă ca și corpul fizic. Din acest motiv uneori este numit și „dublură eterică“ sau „corp fizic interior“. Este purtătorul forțelor evolutive ale corpului fizic, precum și al forței vitale, creatoare și al tuturor simțurilor fizice.

Corpul eteric se formează din nou la fiecare reîncarnare a omului. După moartea corpului fizic el se dizolvă în trei-cinci zile. (Corpurile astral, mental și spiritual continuă să existe după moarte și se alătură corpului fizic nou, cu ocazia fiecărei reîncarnări). Corpul eteric dobândește energii vitale din Soare prin chakra plexului solar și energii vitale din pământ prin chakra-rădăcină. El acumulează aceste energii și le conduce prin corpul fizic spre chakre și canale de energie, într-un flux vital continuu. Atunci când „foamea de energie“ a organismului este satisfăcută, energia suplimentară

este radiată în exterior prin chakre și prin pori. Ea iese din pori în raze de energie de circa 5 cm și formează aura eterică, percepută de clarvăzători ca un prim domeniu parțial al aerei persoanei respective. Aceste radiații cuprind corpul fizic aidoma unei mantale protectoare. Ele îndepărtează germenii nocivi și substanțele dăunătoare, împiedicându-le să pătrundă în organism și radiază în același timp un curent constant de energie vitală către mediul ambiant.

Această protecție naturală înseamnă că, în principiu, un om nu se poate îmbolnăvi din motive cauzate din exterior. Cauzele îmbolnăvirii se află întotdeauna în el însuși. Gândurile și emoțiile negative, precum și un mod de viață ce nu se află în armonie cu necesitățile naturale ale corpului (suprasolicitarea, alimentația nesănătoasă, alcoolul, nicotina și drogurile) pot fisura forța vitală eterică, ceea ce face ca alimentarea naturală cu energie să scadă în intensitate și din forță. Astfel apar în aura eterică puncte slabe. Liniile energetice amintite apar încurcate sau încrucișate în forme dezordonate. Un clarvăzător recunoaște „găuri“ sau „fisuri“ în aură, prin care pot să pătrundă în corp vibrații negative sau bacterii. De asemenea, energia vitală poate „scăpa“ în exterior prin aceste răni ale corpului eteric.

Pe baza acestei legături între starea corpului fizic și pierderea energiei prin fisurile corpului eteric, se vorbește adesea despre o „aură a sănătății“. Bolile se arată mai întâi prin aura eterică, și numai după aceea pot fi diagnosticate în corpul fizic. Deja la acest nivel îmbolnăvirile pot fi tratate și vindecate. Așa-numita Fotografie Kirlian* pune în evidență aura eterică proprie fiecărei ființe. Pe baza acestei descoperiri

* Este vorba de o metodă specială de fotografiere cu înaltă frecvență, dezvoltată de cercetătorii ruși Semion și Valentina Kirlian, metodă care le poartă numele.