

## Co jsou to čakry?

Čakry je jeden z mála systémů, který uznává západní (klasická) i východní (alternativní) medicína, i když každá medicína jej nazývá a pracuje s ním jinak. Ve východním pojetí, to znamená v čínské, indické a další východní filozofii a medicíně jsou čakry energetická centra v těle. V pojetí západní medicíny se jedná o nervové dráhy. Sedm hlavních čaker přitom souhlasí s hlavními ganglii sympatického a parasympatického autonomního nervového systému, který reguluje všechny životní funkce. Význam čaker a jejich dobré fungování se tedy zdá pro život zásadní.

Nadále se budeme držet spíše východního výkladu, který je pro práci s čakrami praktičtější. Čakry jsou energetická centra v lidském těle. Slovo čakra pochází ze sanskrtu a znamená kruh či kolo. Na lidském těle se podle hinduistů nachází až přes 88 000 čaker, přičemž za hlavní je považováno pouze sedm z nich. Čakry jsou vlastně energetické víry, přes které proudí do těla energie. Ta pak proudí celým tělem. Čakry pravděpodobně přivádí do těla s jemnou životní energií i bioinformace z okolního světa. Podle východních tradic jsou čakry takovým pojítkem mezi hmotnou a duchovní stránkou, pojítkem hmoty s energií.

Stejně jako fyzické orgány, i čakry mohou být slabé nebo silné, vyrovnané nebo nevyrovnané – nejčastěji mluvíme o zablokovaných čakrách. Podle východních filozofií má totiž porušení toku životní

síly kdekoliv mezi 1. a 7. čakrou za následek poškození integrity osobnosti a úbytek nebo ztrátu životní energie. Podle stavu čaker lze rozpoznat, v jakých oblastech své bytosti má člověk disharmonie – v psychické či fyzické oblasti, a podle toho lze také predikovat, jakou konkrétní nemocí je dotýčný ohrožen a jak tomu může zabránit. Lepší vyladění činnosti čaker napomáhá k odstranění disharmonie, zdravotních potíží, zlepšení emocionálního i celkově zdravotního stavu. Očista čaker, tedy energetického těla, může být stejně důležitá jako pravidelné mytí rukou nebo obličeje.

## Proč a jak?

Většina lidí s čakrami nikdy cíleně nepracovalo. Ale čakry jsou stále v „provozu“, jsou neustále ovlivňovány námi samotnými a ovlivňuje je okolí. Ovlivňovány jsou samozřejmě jak pozitivně, tak negativně. Důvody tento fenomén poznat, prozkoumat a využít ve svůj prospěch, tedy máme: čakry je užitečné cíleně vyladit, případně odblokovat a uzdravit. Působení je vhodné dělat i preventivně. Proces je to veskrze příjemný a se sadou programů **Čakry** a čakrovými kameny navíc relativně snadný.

## U čaker možná všechno začíná

Lidský organismus je ovlivňován každou sekundu vším, co se děje v něm i mimo něj – a to negativně i pozitivně. Je ovlivňován hmotnými okolnostmi, jako je potrava nebo úraz, který se přihodí. Je ale také ovlivňován jemnými jevy, jako je energie proudící neustále ze všech živých i „neživých“ zdrojů, například kamenů. Čakry, energetická místa, reagují zejména na tyto zdroje energií a vibrací.

Největším ovlivňovatelem čaker ve vás samotných jsou **emoce**. Emoce okamžitě mění energetické vyzařování čaker. Emoce jsou také největší spojnici mezi naším a cizím světem – když vás někdo naštvne nebo potěší, vyvolá ve vás reakci, která okamžitě proběhne celým organismem - „hrubým“ měřením západní medicíny bychom naměřili zvýšené hodnoty adrenalinu (při naštvání) nebo endorfinů (při potěšení), jemným měřením aury bychom naměřili okamžitou změnu na příslušných čakrách. Emoce ve vás může vyvolat vnější okolí, ale také je běžně vyvoláváte vy sami – přemýšlením, respektive prožíváním událostí ve své mysli.

Emoce jsou také element, který v první jemné poloze určuje zdravotní stav: buď dobrým směrem (pozitivní emoce) nebo špatným (negativní emoce). Dnes je již bezpochyby prokázána přímá souvislost mezi emocemi a zdravím. Zjednodušeně řečeno: pokud budete zažívat negativní emoce, onemocníte. Je to dáno tím, že negativní emoce způsobují stresovou reakci, při které klesají

imunitní schopnosti organismu o desítky procent. A obráceně: prožíváním pozitivních emocí se zvyšují umunitní schopnosti organismu. Nezapomeňte také, že některé silné emoce jasně a hned identifikujeme (je nám smutno, radostno...), ale spoustu emocí, které denně zažijeme, proběhne bez hlubšího uvědomění - právě proto, že jsme v tu chvíli pohrouženi do prožitku emocí. Běžně je nevnímáme, nepostřehneme, ale necítíme se úplně dobře, nebo dokonce se cítíme dost špatně, jsme brzy unavení nebo naopak nabití dobrou energií - v určitých prostorech, s určitými lidmi. Všechny tyto vlivy zaregistrují čakry – a změni své energetické vyzařování – frekvenci.

## Vše je frekvence

Čakry oscilují určitou energií, kterou lze změřit. Jednotkou této energie je frekvence (udává se v hertzech) a vyjadřuje, jak rychle kmitá fyzická vlna za konstantní dobu. Je to stejné jako s měřením zvuku. Každé čakře tak odpovídá přesná hodnota frekvence. Když není čakra správně vyladěna, zcela harmonická, tak má odlišnou frekvenci, než jí přísluší. Nejčastěji se to popisuje jako zablokování čakry – energie, tedy proudění vln, probíhá v čakře pomaleji.

Ale pozor, důležitá poznámka: u čaker mluvíme o dvou různých frekvencích. První **základní** je ta, na které sama vibruje, rezonuje, je to takříkajíc frekvenční mechanismus, díky kterému se točí – víří. Je to takový vnitřní motorek čakry. Tato frekvence je u všech čaker,

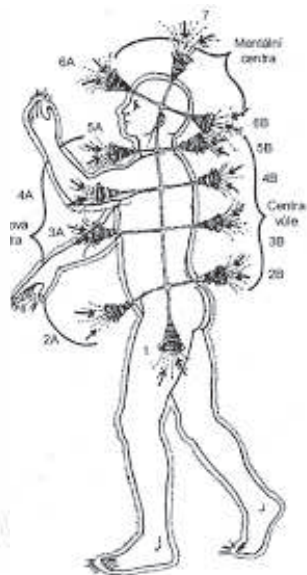
pokud jsou v pořádku, stejná. Při oslabení čakry se tato frekvence snižuje, tehdy mluvíme o tom, že je zablokována, zpomalena, fyzicky se vír (energie) otáčí pomaleji.

Druhá frekvence souvisí s příjmem energie – tato frekvence je řekněme vstupní frekvencí čakry. Tuto frekvenci má každá čakra jinou (konstantní), a dodáním právě této frekvence (AVS přístrojem, čakrovými kameny apod.) lze u čakry navodit rezonanci a vyladit ji na tuto frekvenci. Tím se čakra harmonizuje, a pokud je základní, pohonná frekvence čakry (viz první případ), zpomalena, tak se zrychlí.(\*)

Podle tohoto principu lze také docílit správného vyladění čakry, tedy odblokování čakry, podobně jako když na kytaru ladíte strunu nebo rádio na tu jedinou správnou frekvenci. Pokud máte silný vysílač, který je schopen posílat směrem k dané čáře danou frekvenci, tak se čakra za nějakou dobu na tuto frekvenci vyladí, protože všechny buňky ve vesmíru rezonují, tj. přebírají frekvence, které jsou silnější – rozkmitají se na stejné frekvenci, kterou je ovlivňujete.

---

*(\*) S frekvencemi je to složitější a není v moci této brožury vysvětlit zcela všechny jevy. V některých zdrojích (zejména na internetu) lze dokonce vyhledat konkrétní frekvence pro dané čakry. Ale pozor - nebývají vždy správné!*



*Velmi vhodně zobrazují čakry starší východní kresby: buď jako točivé víry, anebo jako určité trychtýřky - obojí je správně. Trychtýř čakry slouží k nasávání energie (vibrací, frekvencí) z okolí.*

Jakmile přichází do čakry správná vibrace – tedy frekvence, která čakře přísluší a je konstantní, rozkmitá se čakra správně, harmonizuje se a blokáda tedy postupně mizí.

Při tomto procesu očišťování se uvolňuje z blokády zadržovaná energie a tehdy mohou vstoupit jejich obsahy ještě jednou do vašeho vědomí. Tak můžete znovu zažít pocity, kterými byly blokády způsobeny - různé strachy, hněv, bolesti, mohou to být samozřejmě také pozitivní emoce. Na přechodnou dobu mohou zesílit akutní fáze některých chronických nemocí. Ponechte těmto reakcím volný průběh, nezasahujte do nich a nezkoumejte je. Nepotlačujte ani smích ani slzy. Jakmile se blokády odstraní a čakry zharmonizují, tak to většinou pocítíte jako hlubší radost ze života, uvolnění a úlevu. Okamžitý a silný negativní vliv na čakry má stres, napětí, strach, zklamání, emocionální šok. Naopak silný pozitivní vliv má smích, zpěv, provozování hudby, případně poslech hudby.

## **Jak harmonizuje čakry AVS přístroj?**

AVS přístroj vysílá centrální nervové soustavě frekvenci, na kterou se má daná čakra vyladit. Centrální nervová soustava, jejíž hlavní ganglie jsou totožné s čakrami, přenáší danou frekvenci nervovým systémem, meridiány, přímo příslušné čakře. Mozek přímo dává pokyn čakře, aby se vyladila na danou konkrétní frekvenci.

## **Jak poznáte, že máte některou čakru oslabenu?**

Vyžaduje to velkou citlivost, protože se jedná o jemné energie, je zapotřebí více vnímat tělo. Rozhodně se dá konstatovat, že čakry nejsou v pořádku, dobře vyladěné, v těchto případech:

- 1/** Necítíte se psychicky, emocionálně dobře. Nemáte radost, jste podráždění, „nějak“ se necítíte.
- 2/** Kdykoliv jste nemocní, fyzicky či psychicky.



### **Přesnější způsoby zjištění zablokované čakry:**

Tyto způsoby vyžadují samozřejmě také určitou citivost nebo schopnost danou techniku ovládat.

**1/ Kyvadlo.** Jestli umíte s kyvadlem pracovat, je to velmi přesný způsob zjištění stavu čakry. Harmonická čakra způsobuje velké kruhy kyvadla. Nad narušenou čakrou opisuje kyvadlo kruhy malé nebo dokonce žádné.

**2/ Vycítění rukama.** Harmonická čakra vyzařuje více (proudící) energie. Pokud umíte reiki, je vnímání čaker snadnější.

**3/ Pozorování aury.** Čím harmoničtější čakra, tím je aura větší, silnější a barevnější. Dnes také můžete zachytit stav čakry aura kamerou nebo aura fotoaparátem.

## **Můžete se očištěním čaker uzdravit z nemoci?**

Akutně příliš ne – jen odblokování, vyladění, vyčištění čaker většinou nestačí – jedná se o jemnou energii a nikoli léčivý nástroj s okamžitým účinkem. Představte si čakry jako energetické prostředí, ve kterém žijete. Jako byste byli v čistém a krásném prostředí – jste v klidu, dýcháte čistý vzduch plný kyslíku, relaxujete, jste v přírodě, bez hluku, napětí. Dobrý základ pro zdraví, pro tělo i duši. Pokud budete v tomto stavu dlouhodobě, budete nemocní mnohem

*pokračování na straně 12*

	<b>Název</b>	<b>Význam</b>	<b>Mantra</b>
<b>1</b>	<b>kořenová</b> základní MÚLÁDHÁRA	Spojení s fyzickým světem, existence, prosazení se, materiální zabezpečení, fyzická bolest a slast.	LAM
<b>2</b>	<b>sexuální</b> sakrální SVADHIŠTHÁNA	Sexuální energie, tvořivost, emocionální život, pocity.	VAM
<b>3</b>	<b>solar-plexus</b> pupeční MANIPÚRA	Sídlo emocí, centrum síly, mezilidské vztahy, sympatie a antipatie, mentální život, vůle osobnosti.	RAM
<b>4</b>	<b>srdeční</b> ANÁHATA	Láska, soucit, vztahy k sobě i jiným. Spojení tří spodních fyzických a tří horních duchovních center.	JAM
<b>5</b>	<b>krční</b> VIŠÚDDHA	Komunikace, vyjadřovací schopnosti, projevy vůle v životě, odpovědnost za své činy.	HAM
<b>6</b>	<b>čelní</b> třetí oko ÁDŽŇA	Vyšší duchovní síly jednotlivce, intuice, intelekt, paměť, vůle, Boží láska.	ÓM
<b>7</b>	<b>korunní</b> SAHASRÁRA	Obsahuje energii všech ostatních čakr, vyšší mysl, poznání, sídlo božské dokonalosti, příjem energie z kosmu.	AUM

<b>Barva</b>	<b>Vyživovaná oblast</b>	<b>Zablokovaná čakra</b>
červená	Vše pevné: kosti, zuby, nehty. Tlusté střevo, nohy, konečník, ledviny.	Málo tělesné i duševní síly, mnoho věcí dělá starosti, pocit nejistoty a nedůvěry.
oranžová	Vše tekuté: krev, míza, sperma. Rozmnožovací orgány, tenké střevo, pánev.	Hrubost, potlačování emocí, sexuální chladnost.
žlutá	Spodní část zad, žaludek, játra, žlučník, slezina, slinivka.	Pocit poraženosti, ztráta odvahy a svobodné vůle, strach ze životního boje.
zelená	Horní část zad, srdce, hrudník, d. části plic, ruce, krevní oběh, krev, bludný nerv.	Neschopnost dávat lásku, psychická zranitelnost, závislost, uzavřenost.
světle modrá	Průdušky, plíce, hltan, hlasivky, hrdlo, šije, čelist.	Komunikační problémy: vady řeči, neschopnost vyjádřit se, prázdné myšlenky aj.
tmavě modrá	Malý mozek, uši, nos, dutiny, levé oko, čelo, obličej, nervový systém.	Přizemní myšlení, odmítání vyšších duchovních skutečností.
fialová	Velký mozek, lebka, pravé oko.	Nedochází k blokádám, je různě vyvinuta. Může se projevat i strachem, nejistotou aj.

méně, nebo vůbec. Ale neznamená to, že tento stav vysoké „imunity“ bude stačit na všechny nemoci a že s ním akutní nemoc překonáte.

## **Další možnosti kromě použití AVS Sady Čakry: Mezi další nejsilnější způsoby vyladění nebo odblokování čaker patří:**

### ***Čakrové kameny***

Kámen, stejně jako všechno ve vesmíru, vibruje na určité frekvenci a tu vysílá dále do prostoru. Také jsou známy frekvence jednotlivých nerostů. Přikládáním kamenů na tělo, určitých kamenů na určité čakry, docílíte vyladování čakry na správnou úroveň. Používání kamenů na harmonizaci čaker je starobylá a osvědčená praktika.

### ***Rezonanční hudební nástroje – například tibetské mísy, zvony***

Dobry je poslech, samozřejmě naživo, a ještě lepší je hra na tyto nástroje. Přesto, že nevíte, jakou přesně frekvenci právě vysílají, takže mají řekněme širší záběr, působí výborně na vyladění nebo odblokování čaker. Můžete využít i jiné, tradičnější nástroje.

Podmínkou je výrazný rytmus nebo rezonanční schopnosti.

Mají je například bubny nebo akordeon (zejména při použití basů, zesílených o hru zvanou vibrato).

Také lze koupit speciální ladičky čaker, což jsou rezonanční nástroje ve tvaru vidličky. Ale pozor, tyto ladičky většinou neladí na přesné frekvence jednotlivých čaker!

### ***Zpěv manter (nejznámější je ÓM)***

Nejlepší postup: zpívat všechny slabiky postupně, od první čakrové mantry, každou zazpívat 7x, po ránu. Nebo při oslabení určité tělesné oblasti zpívat danou mantru. Pokud nemáte zkušenosti se

**Při pořizování studiové nahrávky k této sadě, kdy hraní na akordeon trvalo bezmála hodinu, a působilo zejména na první čakru, se režisérovi kromě velkého uvolnění rozvíbrovaly nohy – fyzicky doslova kmitaly drobné svaly v nohách.**

zpěvem manter, tak dáváme důležitou radu: zpěv by měl spíše vibrovat než znít jako zpěv přes hlasivky. Jedná se více o jakési mručení než zpívání. A zpěv by měl být dechem spojen s danou oblastí příslušné čakry. Ideálně daná oblast těla při zpěvu mírně vibruje. Rozhodně byste měli cítit, jak dech při zpěvu vychází z dané oblasti.

### ***Eterické oleje***

Některé firmy vyrábí oleje přímo určené na harmonizaci konkrétních čaker, což je nejlepší, protože obsahují přesné frekvence.

## Sada obsahuje 20 programů

### Frekvenční programy *7 programů*

Tyto programy působí velmi cíleně na harmonizaci jednotlivé čakry. Harmonizují čakru na ideální frekvenci. Každý program vždy obsahuje určitou barvu, frekvenci pro stimulaci mozkových vln a frekvenci zvuku – vše pro příslušnou čakru. Tyto programy neobsahují hudbu.

- Nepoužívejte během jednoho dne více programů za sebou, protože rezonance po skončení programu ještě doznívá hodinu i déle a působení dalšího programu by ji rušilo.
- Vyberte si oblast těla nebo orgán, který chcete posílit a použijte příslušný program pro danou čakru. Například pokud máte problémy se srdcem, použijte program Cakra-4-F.
- Pokud nemáte žádné tušení, jaký orgán nebo oblast máte oslabenu, použijte některý z Celkových programů. Ostatně na úplný začátek je vhodné použít Celkový program.

**Každý frekvenční program trvá 10 minut.**

Označeny jsou písmenem „F“ a číslem příslušné čakry: Cakra1-F, Cakra2-F ...atd.

## Hudební programy 7 programů

Programy se zaměřují vždy na danou čakru, proto obsahují příslušné frekvence a barvy, ale v pestřejší paletě.

Součástí programů je hudba. Hudební programy jsou taková „měkkí“ forma frekvenčních programů.

- Hudební programy jsou vhodné pro základní odblokování či zklidnění čakry. Není to ale neměnné pravidlo, musíte si sami vyzkoušet, jaká skupina programů (zda frekvenční či hudební) vám bude v danou chvíli vyhovovat více.

Označeny jsou písmenem „H“ a číslem příslušné čakry: Cakra1-H, Cakra2-H... atd.

### **Časy hudebních programů v minutách:**

Cakra1-H	15:13
Cakra2-H	13:27
Cakra3-H	12:35
Cakra4-H	10:51
Cakra5-H	17:16
Cakra6-H	15:32
Cakra7-H	17:43

## Celkové programy 6 programů

Každý celkový program harmonizuje celkově všechny čakry. Vyladění čaker většinou probíhá postupně, od první čakry až po sedmou.

- Na začátek vaší práce se sadou programů Čakry použijete zejména tyto celkové programy.
- Pokud máte jednu či dvě čakry v pořádku („zdravé“) a ostatní nikoliv, což je běžný jev v naší populaci, tak se ty zdravé chovají vůči ostatním čakrám dominantně, což není dobré. Celkové programy jsou zaměřeny také na uvedení všech sedmi čaker ve vzájemný soulad.

### **Jednotlivé programy:**

#### Rezonance 21 minut

Program používá příslušné barvy, frekvence pro stimulaci mozkových vln a frekvence zvuku, a to postupně pro všechny čakry. Vysílá rytmické zvuky, neobsahuje hudbu. Každou čakru harmonizuje postupně zhruba 3 minuty.

*Toto sezení je obdobou „Frekvenčních“ programů s tím rozdílem, že harmonizuje během 21 minut postupně všechny čakry.*



***Další programy obsahují hudbu, program Harmonizace obsahuje hudbu i rytmické zvuky:***

***Vše je frekvence 16:58 minut***

Opět harmonizuje postupně všechny čakry. Tento program je vhodný na úplný začátek používání pro základní srovnání všech čaker mezi sebou.

***Očištění čaker 20:25 minut***

Použijte v případě, že se chcete očistit od stresu, napětí, úzkosti. Použijte jej, když jste na dně. Očistí čakry od velké negace a zklidní je na základní poměrnou úroveň.

***Harmonizace 10:20 minut***

Sezení je vhodné použít na denní vyladění, když nemáte velké strey, čili jste relativně v pohodě. Je také určeno pro prevenci – pro průběžné vyladování, vylepšování frekvence čaker. Nejlepší je použít jej po ránu.

***Biochakras 9:40 minut***

Působí podobně jako *Harmonizace*, je ale živější, pestřejší. Má větší schopnost rozvibrovat, uvést do pohybu frekvenci čaker, jejichž energie je velmi slabá, zablokovaná, zpomalená.

## Víry energie *34:02 minut*

Naprosto zásadní program pro komplexní vyčištění, odblokování čakr a jejich rozvibrování na správnou frekvenci. Zvoneček vždy oznámí předěl mezi čakrami.

### Jak často programy používat?

- 1/** Ze začátku je vhodné udělat si intenzivnější kúru. Doporučujeme minimálně 2x týdně použít celkové programy, s pěkným rituálem – brát to jako obřad. Poté se další 2-3 týdny zaměřit na jednotlivé čakry: čakře, kterou máte oslabenu, se věnovat více, ale rozhodně použít i programy na harmonizaci dalších čakr. Po měsíci intenzivnějšího používání uvidíte, co přesně vám snaha přinesla a na co se zaměřit dále – podle toho můžete postupovat.
- 2/** Pravidelnost je důležitější než cokoli jiného. Vhodné je tedy zařadit používání celkového programu na harmonizaci čakr do běžného používání, například místo relaxačního programu, alespoň 1x týdně.

Nicméně Váš cit je důležitější než jakýkoliv návod.  
Při používání se řiďte pocity!

## **Poznámky:**

Udělejte si stručné poznámky, jak jste se po jednotlivých programech cítili.

***Tip:***

**Z používání AVS přístroje si udělejte rituál:  
Udělejte si pohodlí, zapalte svíčky, použijte  
čakrové kameny, vonné tyčinky nebo  
jinou aromaterapii...**

Přejeme Vám mnoho zážitků a úspěchů v harmonizaci!