



Svadištána čakra

Tvořivost

Svadištána čakra se nachází v aortálním plexu nad křížovou kostí.

Vlastnosti Svadištána čakry:

Tvořivost

Ocenění krásy

Inspirace

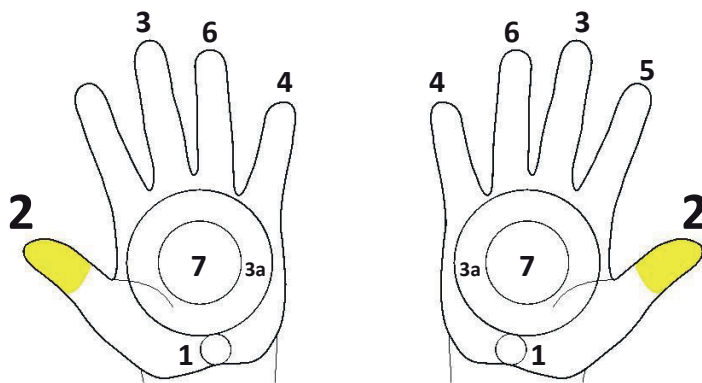
Nerušená pozornost

Pronikavé intelektuální vnímání

Čisté poznání

V dnešní době je velmi časté nadměrné přemýšlení a plánování. Pravá strana vaší Svadištána čakry se může vlivem přemýšlení vyčerpat. Pokud k tomu dojde, může se stát, že vaše kreativita ochabne a vaše tvorba začne být jakoby bez života. Také už nemusíte prožívat spontánnost a radost.

Je důležité si uvědomit rozdíl mezi pozorností, což je kvalita Svadištána čakry, a myšlením. Pozornost znamená soustředěné pozorování, vnímání bez přemýšlení.



Pokud je vaše Svadištána čakra nevyvážená, může být pro vás obtížné meditovat a budete mít obecně nedostatek kreativity. Můžete také trpět nespavostí a podrážděností.

Chcete-li vyčistit svou Svadištána čakru, dělejte si denně koupel nohou ve slané vodě. Chcete-li vyčistit pravou Svadištánu, použijte studenou vodu. Můžete si také umístit ledový obklad pod pravý bok. Chcete-li vyčistit levou Svadištánu, při koupeli nohou použijte mnohem teplejší vodu.

Pokud máte přetrvávající problémy s levou Svadištánou, zkuste ji vyčistit pomocí zapálené svíčky. Svíčku držte v pravé ruce několik centimetrů před levou částí čakry, kousek pod levým bokem.