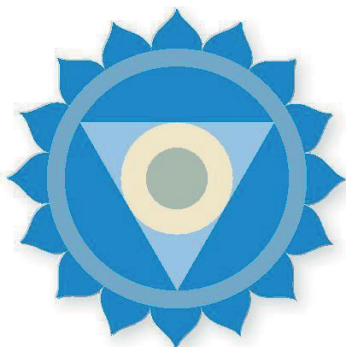




Shri Mataji Nirmala Devi



Višudhi čakra

Komunikace

Višudhi čakra se nachází v krční oblasti páteře. Vibrace Višudhi čakry jsou cítit na ukazováčcích.

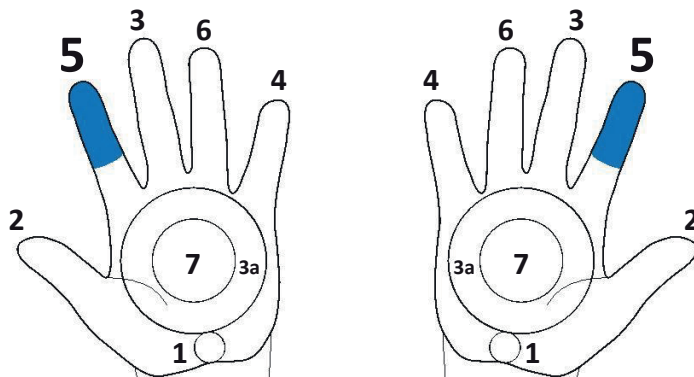
Kvality Višudhi čakry:

- Pozitivní vztahy
- Efektivní komunikace
- Diplomacie
- Smysl pro komunitu
- Hravost
- Sebeúcta
- Odpoutanost

Když je vaše Višudhi čakra vyrovnaná a plná energie, cítíte se v harmonii s ostatními lidmi.

Višudhi čakra vám také dává schopnost přijmout vlastní nedostatky bez pocitů viny.

Když je vaše Višudhi čakra v rovnováze, dokážete s klidem čelit výzvám. Cítíte se optimisticky i v napjatých situacích. Višudhi čakra vám umožňuje rozpoznat, že vnější události existují mimo vás. Díky tomu jste schopni je bez obav sledovat.



Pokud není vaše Višudhi čakra v rovnováze, můžete pociťovat nedostatek sebeúcty a pocitu viny. Můžete také zažívat období přehnaných reakcí a agresivní komunikace.

Chcete-li dostat Višudhi čakru do rovnováhy, položte pravou ruku několik centimetrů před své hrdlo. Otáčejte rukou dlaní k sobě tak, aby se prsty v horní části otočky pohybovaly doleva.

Chcete-li vyčistit levou Višudhi, podržte zapálenou svíčku několik centimetrů od místa, kde se stýká levá strana krku a ramene. Pomalu krouživým pohybem pohybujte svíčkou tak, že na vrcholu otočky směřujete doleva.

Tuto čakru můžete také vyčistit tím, že budete mluvit ze srdce a místo kritiky budete projevovat lásku.

