



Shri Mataji Nirmala Devi

"V tomto stavu jste svědek všeho. Jste naprosto klidní. Nacházíte se v centru, kde znáte absolutní pravdu."

– Šrí Mátadží

Náš levý energetický kanál ovlivňuje naše emoce, pocity a přání. Je také spojen s našimi vzpomínkami a minulými zkušenostmi. Když cítíme příznaky blokády ve svém levém kanálu, jako jsou pochybnosti o sobě, nedostatek motivace, nedostatek energie nebo tíhu, můžeme použít svíčku k vyčištění naší levé strany.

### Body k zapamatování

- Svíčku používejte pouze k čištění LEVÉ strany. K čištění pravé strany používáme led.
- Neprovádějte tuto techniku, pokud na sobě máte volné oblečení nebo existuje šance, že se něco vznítí.

### Čištění levé strany

- Posadte se k meditaci s levou rukou na klíně otevřenou dlaní vzhůru.
- Pravou rukou držte zapálenou svíčku ve svícnu. Od levého boku postupujte svíčkou nahoru po levé straně těla.

### Čištění levé části energetických center

- Posadte se k meditaci s rukama na klíně otevřenými dlaněmi vzhůru.
- Vnímejte, co cítíte ve svých rukách. Pokud ucítíte určitý prst na levé ruce, můžete vyčistit levou část odpovídající čakry pomocí svíčky.

• Umístěte zapálenou svíčku před levou stranu čakry, kterou je třeba vyčistit. Svíčkou točte ve vzduchu tak, že v horní části kruhu se vaše ruka pohybuje doleva a v dolní části kruhu se vaše ruka pohybuje doprava.

• Otáčejte svíčkou, dokud neucítíte, že je čakra čistá.

