

Video-akustická korekcia čakier



Existuje ich sedem. Sedem kľúčov.

Sú vždy s nami. Stačí ich len otočiť, ako otáčame kľúčikom v zámku.

Jednoducho otočíme kľúče - a zámok sa otvorí: v Joge dokonca existuje taký pojem - „roztáčať čakry“ .

Čakry – je to sedem kľúčov od zámku dvier Osvietenia.

Ak chcete otvoriť tieto dvere - musíte použiť všetkých sedem kľúčov, jeden po druhom.

Ak chcete otvoriť tieto dvere - musíte najprv použiť prvý kľúč, ktorý sa nazýva Muladhara, potom druhy, tretí kľúč, atď. Až potom sa zámky otvoria, a vy budete môcť vstúpiť do Sveta, ktorý bol dosiaľ pre váš skrytý.

Najúžasnejšou vecou je to, že ľudia hľadajú kľúče k Osvieteniu mimo seba.

Hľadajú rôznych Guru, Osvietených, špeciálne putničke miesta, sväté Chrámy, posvätné rieky ... Ale kľúče sú veľmi blízko - sú vo vnútri náš.

Všetky kľúče nosíme so sebou v zväzku - sú navlečené na Sushumnu, krásnu striebornú stuhu.

Všetky kľúče žiaria fascinujúcim svetlom v siedmich farbách dúhy - svietia červeným, oranžovým, žltým, zeleným, ažúrovým, modrým a fialovým svetlom.

A preto vždy, ak uvidíš duhu – vedz, že Vesmír ti hovorí : "Môj syn (dcéra), neverím že si skutočne zabudol na bohatstvo, ktoré sa skrýva v Tebe. Pozri na túto duhu, možno ti niečo pripomína?"

Tento program slúži pre korekciu systému čakier, ich „roztáčanie“ a „doladenie“.

Tento program je vybavený kvalitou efektu vizuálneho ponorenia i akustickým binauralným efektom (o binauralnom efekte pozri „**Poznámky prekladateľky**“ nižšie).

Ako pracovať s programom?

- Je vhodné pozeráť video v slúchadlách - pre vznik kvalitného binauralného efektu.
- Veľmi dobre, ak máte väčšiu obrazovku, napr., 20" a viac, teda viac než monitor notebooku.
- Musíte sedieť so vzpriameným chrbtom. Monitor je priamo pred vami.
- Ak je to nutné, posuňte monitor tak blízko k sebe, aby bol na úrovni vašich očí, keď budete sedieť so vzpriameným chrbtom.

Budeme pracovať so všetkými siedmimi čakrami, počnúc prvou - MULADHAROU.

- Keď sa na obrazovke objaví prvá čakra, ihneď sa koncentrujte na prvej čakre vo svojom tele: na začiatku trupu (pozri obrázok nižšie).
- A keď sa napríklad ukazuje štvrtá čakra – ANAHATA , treba sústrediť pozornosť na stred hrudníka, atď.
- Buďte uvoľnení, pozerajte na obrazovku pokojne a relaxujte.

Každá čakra je sprevádzaná zvláštnymi zvukmi, ktoré slúžia pre aktiváciu tej konkrétnej čakry.

Zámerné dane na každú čakru sedem opakovaní týchto zvukov. Ako už viete, je 7 farieb dúhy, 7 dní v týždni, 7 nôt , 7 čakier – preto rovnaký sedemnasobný rytmus ma byť prítomný aj tu, čo znamená 7 opakovaní zvučania na každej čakre.

Vykonávajte túto video-akustickú korekciu každý deň počas siedmich dní v kuse. Potom urobte prestávku, a opakujte túto praktiku. Dĺžka prestávky a častosť opakovania je na vašom rozhodnutí, riadte sa len vlastnými pocitmi.

Poznámky prekladateľky:

1. Efekt ponorenia už je dobre známy jav, ktorý sa úspešne používa v psychológii a pedagogike, tak ako aj menej známy pre verejnosť binauralný efekt.
2. Binauralný efekt (z latinčiny: bini – dvojica a auris - ucho) – sú to sluchovo spracované vnemy alebo virtuálne tony, ktoré sú určené pre ľavé a pravé ucho zvlášť, v následku čoho mozog vytvorí rezonančný fenomén, tzv. tretí ton, ktorý mimo mozgu neexistuje - v mozgu sa vytvára samostatne spolupracou pravej a ľavej hemisféry.

3. Tento efekt nie je ničो neobvykle alebo umele - je to pomerne jednoduchý jav, ktorý je v dnešnej dobe viac a viac používaný ako výborný prostriedok na relaxáciu, vzdelanie, liečbu a dosiahnutie požadovaných psychosomatických stavov.
4. Binauralne tony objavil Heinrich Wilhelm ešte v roku 1839, ale tomuto efektu sa kvôli nedostatočným technologickým možnostiam nevenovalo dostatok pozornosti až do roku 1973, keď Gerald Oster skúmal účinok binauralných Tónov pre ich využitie v zdravotníctve, pedagogike a psychológii
5. Viac o čakroch sa môžete dozvedieť vo „Veľkej akrovej tabuľke“ - veľmi odporúčam (!) [pozrieť si](#)
6. Text videa – v RJ, ale to nebude problémom aj pre tých, kto nevie rusky jazyk – pretože je to len „par viet“.

Však, nižšie dám preklad aj tých „par“ – jeden po druhom, ako je to vo videu:

- видеозвуковая коррекция чакр - video-akustická korekcia čakier
- составил Веретенников Сергей - spracoval Sergey Veretennikov
- сайт Твоя Йога - web Tvoja Joga
- смотрите в наушниках, будьте расслаблены - pozerajte video v slúchadlách, uvoľnite sa
- концентрируйтесь на чакрах в своем теле и на происходящем на экране - koncentrujte sa na čakroch vo svojom tele a na priebehu vo videu
- первая чакра МУЛАДХАРА - prvá čakra MULADHARA
- концентрируйтесь на ПЕРВОЙ чакре - koncentrujte sa na PRVEJ čakre
- ... atď. ...
- седьмая чакра САХАСРАРА - siedma čakra SAHASRARA
- концентрируйтесь на СЕДЬМОЙ чакре - koncentrujte sa na SIEDMEJ čakre

Stiahnuť program „[Video-akustická korekcia čakier](#)“

Pozerať program online: <http://www.youtube.com/watch?v=I0XT15ZUkOg>

Originál: <http://youryoga.org/video/chakras.htm> ,

© Sergej Veretennikov, 11.08.2013

Preklad: [Tetyana Karaskova](#)