

7. júna 2025

### **Meditačný obsah č. 296**

Dokopy existuje sedem čakier, ktoré podľa tantrickej náuky predstavujú takzvané jemnohmotné astrálne telo. Sú strategicky umiestnené zdola nahor, no sú neviditeľné, práve preto, že sú v astrálnom tele, počnúc kostrčou, prvou čakrou, pozdĺž celej chrbtice až po stred a nakoniec až po siedmu čakru na temene hlavy.

Spomedzi siedmich čakier srdce tvorí stred medzi hornými tromi a spodnými tromi centrami. Keď je centrum srdca dobre rozvinuté, vedomie má veľmi prirodzenú schopnosť rozlišovať medzi pravdivými a nepravdivými predstavami. Z tohto dôvodu je možné srdcové centrum, čakru anaháta, stotožniť so zmyslom pre pravdu, s citom pre pravdu. Aby sa toto srdcové centrum mohlo rozvinúť, je bezpodmienečne potrebné obrátiť pozornosť na piate centrum, višuddha čakru, ktorá sa nachádza na úrovni hrtana. S touto čakrou je spojená schopnosť objektívneho pozorovania, vnímania a rozvoja predstavivosti, ktorá je oslobodená od emocionálnych, citových a telesných vplyvov. Správne vedenie zmyslov citlivým a vnímavým spôsobom je tiež kvalita, ktorú možno pripísať piatemu centru.

**Čakra višuddha, čo v preklade znamená „čisté koleso“, začne žiariť jasnejšie a vystupovať z temných pocitov, keď cvičiaci prekoná svoje vlastné subjektívne sklony, rýchle intelektuálne úsudky a emocionálne nálady a ukotví sa v objektívnom vnímaní so správnym tvorením si predstáv.**

Sprítomňovaním si tejto meditačnej vety a skúmaním vlastnej činnosti zmyslov a vedomia, človek zažije rozdiel medzi subjektívnymi predstavami a objektívne platnými vnemami a prekročí hranice svojho vedomia určeného telesnosťou.

Ďalšie zdroje:

## Meditácia 296

Napísal Administrator

Utorok, 10 Jún 2025 06:35 - Posledná úprava Utorok, 17 Jún 2025 06:58

---

1) Na rozvinutie šestnásťlúpeňového lotosového kvetu a siedmych čakier: Rudolf Steiner: Poznávanie vyšších svetov, GA 10, Sophia 1997, s.62

2) Heinz Grill: Sedem sedmoročí a sedem čakier

3) Ďalej všetky cvičenia duše opísané v „Cvičeniach pre dušu“ sú základom pre rozvoj predstavivosti.

4) Veľmi dobrý popis siedmich čakier vzhľadom na jogové cvičenia a pránajámu poskytuje Günther Braunger, ktorý už zomrel, v bohužiaľ vypredanej publikácii „Rytmické štruktúry“.

5) O čakrách sa často diskutuje vo vzťahu k jogovým ásanám. Dôležité je poznamenať, že čakru podporuje skôr cielená činnosť, ktorú treba pri cvičení jogy vykonávať, a preto to nie je samotné cvičenie, ktoré odovzdáva jemnú energiu a dáva možnosť pocítiť sa v čakre. Nie cvičenie, ale vedomá činnosť pri cvičení podporuje aktivitu v čakrách.

[meditácia č.295](#) < späť [zoznam meditačných obsahov](#) vpred > [meditácia č.297](#)