



Тиждець 6:

Муладхара- чакра

Тазове сплетіння

"Мул" = коріння

*"Адхар" = підтримка
(з санскриту)*

*віднайди своє
істинне коріння!*



Елемент землі

- символізує початок життя
- основа тонкої системи
- розташована під місцем
Кундаліні
- підтримує Кундаліні і всю тонку
систему

Відображення на
хребетному стовпі



Відповідає за
репродуктивні
органи та
органи виділення

ТАЗОВЕ
СПЛЕТІННЯ

Усередині вас є коріння,
яке створює баланс між
вашим внутрішнім і
зовнішнім існуванням

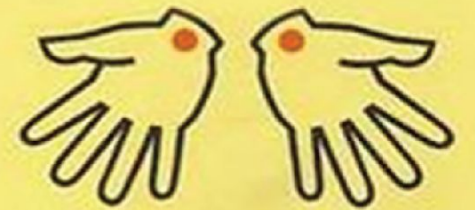


*Муладхара-чакра
дозволяє нашій
Кундаліні піднятися*

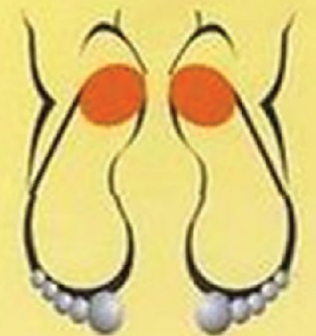
Розташування
на голові

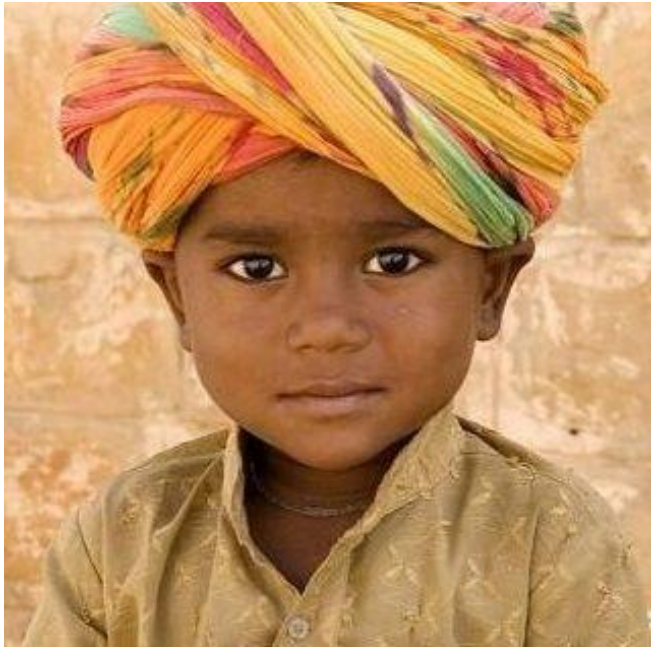


НА ДОЛОНЯХ



НА СТУПНЯХ





простота
ЗЕМЛЯ чесність
ЧИСТОТА приземленність
ціль зв'язок радість баланс напрямом гідність
НЕВИННІСТЬ
гармонія
спонтанність
людяність
мудрість
природа

Що є невинністю?



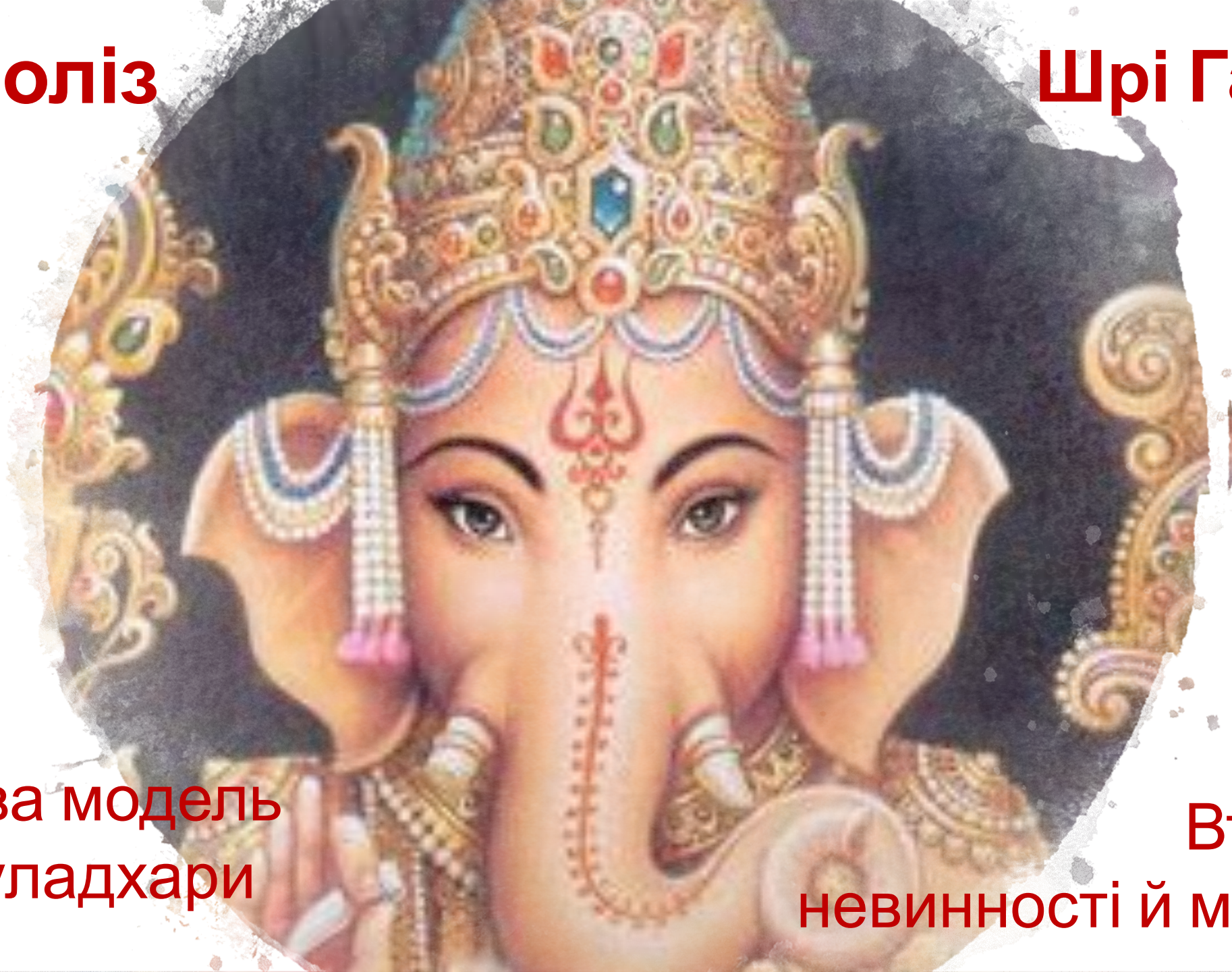
НЕВІННІСТЬ МІЖКАЄ ПОРУШ З
МУДРІСТЮ Ї НІКОЛИ
НЕ ВОДИТЬСЯ З НЕУКТОМ.

(Ульям Блейк)

Символіз

М

Шрі Ганеша



**Рольова модель
для Муладхари**

**Втілення
невинності й мудрості**

" Невинність така велична річ, що її абсолютно неможливо знищити. Це є якість Духа. У ньому є вся мудрість світу, все розуміння світу; і якщо хтось намагається завдати шкоди невинності - світ, увесь світ - який, можливо, не дуже й піклувався про невинність, й можливо, не цінував невинність, - тоді він виступає проти тих, хто намагається завдати шкоди невинності. Ви можете побачити у своєму власному житті, навколо вас, якщо хтось намагається турбувати дітей - незалежно від того які вони, звідки вони походять, незалежно від їх національності - усі люди навколо починають стрибати, поспішають на поміч, аби проконтролювати та захистити дитину. Що це? Що саме всередині нас робить нас настільки свідомими, для того щоб ми могли захистити невинність? Це насправді ганьба, велика ганьба для нас, що ми живемо у світі, де невинність піддається атакам. Інше ще можна



Що таке
СПОНТАННІСТЬ?

Перешкоди, що блокують Муладхару-чакру:



- Дозволяєте жадібності та хіті панувати у вашому житті
- Занадто багато думаєте
- Користуєтесь ситуаціями - вводите в оману, обманюєте
- Дозволяєте своєму еґо керувати вами
- Надмірне потурання
- Збочена увага
- Неповага до невинності
- Несанкціонована спроба підняти Кундаліні

Медитуйте на
невинність для
розвитку цієї якості

Частіше сидіть та
медитуйте на землі

Медитуйте
щодня.

Зберігайте
чистоту намірів
та думок

Будьте
чесними з
самим собою

Робіть
футсок
(тазік)
Стежте за своїми
намірами та увагою



Коли Муладхара знаходиться в балансі:

- Разюче розрізняємо правильне від неправильного
- Стабільні очі
- Сильна увага
- Ми в гармонії з природою
- Можемо піднімати Кундаліні собі й іншим
- Допомогає нам зберегти емоційну та душевну рівновагу
- Утримує нас від потрапляння у депресивні або мляві стани
- Оберігає нас від надмірного планування та надмірного захоплення
- Швидше досягаємо стану без думок завдяки меншій ідентифікації з его та суперего

Заспокоює нашу увагу та тонку систему, дозволяючи Кундаліні піднятись.



*Коли ваше
коріння міцне, ви
є врівноваженою,
радісною,
задоволеною і
люблячою
людиною, яка не
має бажання й
насправді вільна.*



Знання всередині нас/ Зовнішні знання
Світло невинності

<https://www.youtube.com/watch?v=N4Cb9Zn6MYE>

Шрі Матаджі Нірмала Деві

