

---

# Sahadža joga

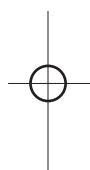
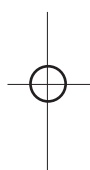
ZÁKLADNÝ KURZ

---

7

## Siedmy týždeň

Individuálna cesta smerom ku kolektivitě a  
požehnaniu - reč Šrí Matadží Nirmala Devi  
Čakry - viac informácii o čakrách



Výber z reči Šrí Matadží Nirmala Devi,  
Sydney, 14. marca 1983

## Individuálna cesta ku kolektívite a blaženosti

---

Teraz ste si všetci uvedomili, že vo vás leží mier, nádhera, sláva našej bytosti. Vo vás je oceán tohoto všetkého. Nemôžeme to zvonka vidieť. Musíme ísť dovnútra — nazývajú to meditačný stav — hľadáte to, tešíte sa tým. Ako keď ste smädný a idete k rieke alebo k oceánu a snažíte sa svoj smäd uhasiť. Ale dokonca aj oceán vám nemôže dať sladkú vodu. Teda ako vám môže niečo, čo sa šíri vonku, dať túto hĺbku, ktorá je vo vás? Pokúšali ste sa to nájsť vonku, tam to však neleží. Je to také jednoduché, lebo je to vaše vlastné. Je to v nás, je to úplne v nás. Čokoľvek ste robili — hľadali ste radosť, takzvanú prácu, takzvané šťastie, takzvané svetské sily a svetské posadnutosti. Celú vec musíte obrátiť späť. Musíte si to premietnuť v sebe.

Pokúste sa meditovať. Meditujte viac, aby ste dosiahli vnútornú bytosť. A táto vnútorná bytosť je ohromný oceán požehnania, ktorý je v každom z nás. Je to ohromná záplava svetla, ktorá zaplavuje vnútornú bytosť každého. Aby sme sa k tomu priblížili, musíme vstúpiť do seba - oddeliť od seba veci, ktoré sú proti tomu, proti vášmu pohybu.

Mali by ste sa tešiť silou lásky. Ak meditujete, je to individuálna cesta k Bohu. A keď ju zavšíte, stanete sa kolektívni. Predtým je to úplne individuálna vnútorná cesta.

Na tejto ceste nie je nik vašim príbuzným. Nik nie je vašim bratom. Nik nie je vašim priateľom. Ste úplne sám. Vo svojom vnútri sa musíte pohybovať sami. Nesmiete nenávidieť nikoho. Nebuďte

nezodpovedný, ale v meditačnom stave ste sám. Nie je tam nikto. Len vy sám. A keď raz vstúpíte do tohoto oceánu, tak celý svet sa stane vašou rodinou. Celý svet je vašim prejavom. Všetky deti sa stanú vašimi deťmi a ku všetkým ľuďom sa správate s rovnakým porozumením.

Ak vstúpíte do vlastného Ducha a začnete vidieť jeho očami, nastane úplne rozšírenie. Vo vás je taký klud, taký mier a blaženosť.

Na meditáciu nepotrebujete veľa času. Ale ak tomu venujete akýkoľvek čas, ak niečo získate, tak to musí byť navonok vidieť. Ako žiarite a ako to odovzdávate ostatným.

Pretože radosť, ktorú získate v meditácii, musíte šíriť. Musí byť odovzdaná, musí byť odhalená, musí vo vašej bytosti prúdiť, tak ako svetlo žiari z každej lampy.

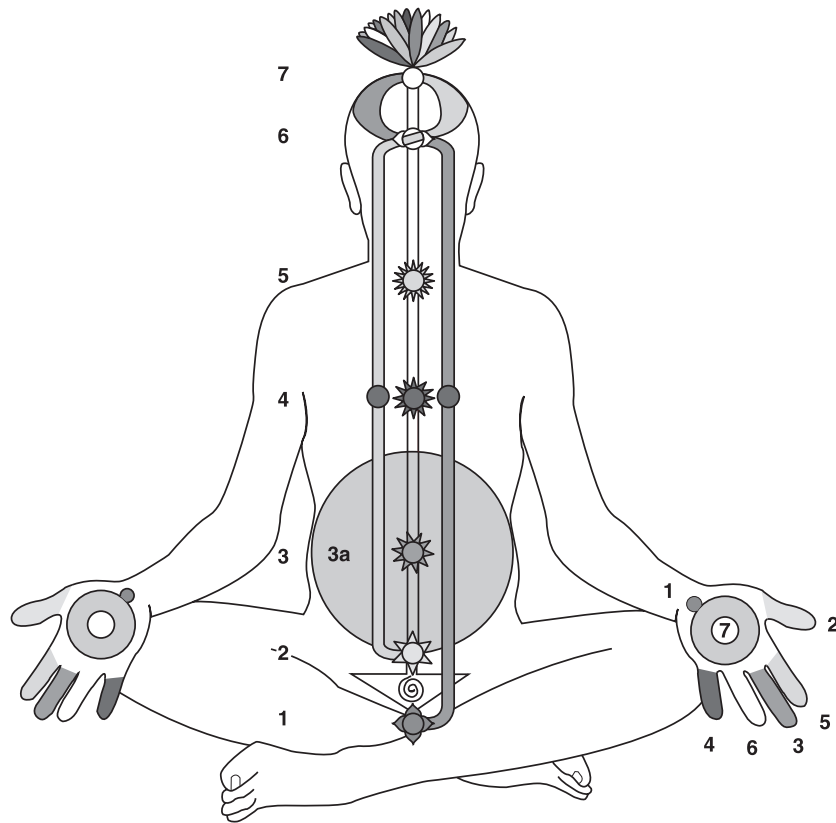
Hĺbka, ktorú v sebe dosiahnete, sa začne šíriť navôkol. Je to ako akcia a reakcia. Čím hlbšie sa dostanete, tým väčšia bude vaša žiara.

Každý sa musí sám rozhodnúť.

Nech vás Boh žehná!

# Čakry

viac informácií



Čakra	Element	Umiestnenie na ruke	Príčiny problémov	Techniky čistenia
7. Sahasrára	všetky	stred dlane	ateizmus pochybnosti o Bohu	čistenie všetkých čakier masáž hlavy a skalpu
6. Agya	svetlo	prstenník	neodpustenie predsudky	Pozorovať plameň sviečky alebo zelenú trávu. Povedať: „Všetkým odpúšťam!“
5. Višudhi	éter	ukazovák	strata úcty pocity viny arogancia	Povedať: „Nie som vinný.“ starostlivosť o zuby a ďasná
4. Srdce	vzduch	malíček	nadmerná fyzická aktivita zlé vzťahy s otcom alebo matkou neistota	Meditácia s pravou rukou na srdci. zhlboka nadýchnuť - 3x
3. Nábhi	voda	prostredník	rodinné starosti, nadmerná starosť o peniaze alkohol a drogy	kúpeľ nôh ľad na pečeň
2. Swadhistána	ohneň	palec	priveľa premýšľania a plánovania vyprázdnenie zdrojov tvorivosti	kúpeľ nôh ľad na pečeň
1. Muladhára	zem	koreň dlane	strata nevinnosti nadmerná pozornosť na sex	sedenie na zemi

---

---