

Sedam najvažnijih energetskih centara u našem tijelu

Endokrini, koji je uz živčani, najbitniji sustav našeg tijela, proizvodi i luči oko 140 kemijskih supstanci (hormona) u krv, te upravlja svim tjelesnim funkcijama putem krvnih žila kao informacijskih kanala, baš kao što živčani sustav koristi mrežu živaca za upravljanje informacijama.

Najvažnija žlijezda endokrinog sustava, mogli bismo reći i naš glavni kompas, je pinealna žlijezda (epifiza) čije ime potječe od latinske riječi *glandula pinealis* zbog svog oblika koji podsjeća na češer. Veličine tek 5 - 8 mm u prosječnog čovjeka, smjestila se između dvije moždane polutke, iza i iznad pituitarne žlijezde. Osnovna hrana ovog organa je sunčeva svjetlost, što ju čini jedinstvenom jer dobiva energiju direktno preko očiju dok ostale žlijezde indirektno od tijela. Čak 75 % svjetlosti preko hipotalamusa putuje u pinealnu žlijezdu i na taj ju način stimulira da luči u mozak i krv hormon serotonin, poznat kao hormon sreće, i melatonin koji potiče regeneraciju organa i kvalitetu odmora.

Kod većine ljudi pinealna žlijezda, koja ujedno predstavlja žlijezdu mentalnog rasta, aktivna je do osme godine života, nakon čega počinje atrofirati, odnosno prestaje sa razvojem jer pituitarna žlijezda, koja predstavlja žlijezdu fizičkog rasta, preuzima glavnu ulogu i tada se počinje razvijati intelekt.

No ono što je također vrlo bitno je povezanost pinealne žlijezde, u našem fizičkom tijelu, sa Ajna čakrom – jednim od glavnih energetskih centara u našem suptilnom tijelu.

Energetski centri

Čakra na sanskrtskom jeziku označa „krug ili kotač koji se okreće“, a naziva se tako jer izgleda poput vrtloga koji se okreće oko određenog područja u našem suptilnom tijelu. Pa su tako čakre glavni energetski centri, koji akumuliraju i distribuiraju energiju po našem tijelu.

Zamislite ljudsko tijelo kao stan kroz koji je provedena struja. Da bi se svijetla upalila potrebno je imati energiju, ali i kablove i prekidače. Čakre su ti prekidači, a nalaze se u našem suptilnom tijelu, te ih postoji puno, na području dlanova, nogu, lica itd. Međutim, samo je sedam glavnih i najvažnijih i analogne su endokrinim žlijezdama u našem fizičkom tijelu.

To su Muladhara čakra koja je analogna testisima i jajnicima, Svadhista -

nadbubrežnim žlijezdama, Manipura - gušterači, Anahata - grudnoj žlijezdi, Vishuddi - tiroidnoj i paratiroidnoj žlijezdi, Ajna - pinealnoj žlijezdi i Sahasrara-pituitarnoj ili hipofizi. Od ovih sedam čakri, pet ih se nalazi na unutrašnjim zidovima kralješničkog kanala, a formiraju se na područjima pet živčanih spletova. Preostale dvije čakre, Ajna i Sahasrara, nalaze se u glavi.

Svaka čakra izgleda poput lotosa različitih boja i broja latica, sjedište je i skladište raznih vrsta psihofizičkih energija, te vlada određenim dijelom tijela i odgovara određenim karakteristikama i ponašanju kao i stupnju duhovnog razvoja.

Čakre također vibriraju na određenim frekvencijama i prenose energiju kroz naše tijelo i um, pa tako one u nižem dijelu kralježnice vibriraju na manjoj frekvenciji od onih na višem dijelu. Ove vibracije čakri utječu na funkcioniranje određenih žlijezdi, organa, metabolizma i funkcioniranje cijelog tijela. Kod većine ljudi ovi centri su uspavani i neaktivni. Možemo ih aktivirati pomoću određenih vježbi i meditacije.

Čakra se može aktivirati i usmjeravanjem prane u nju ili koncentriranjem na samu čakru, na njenu lokaciju i oblik. Aktiviranje čakri budi odgovarajuće sposobnosti u psihičkom i mentalnom tijelu i tako omogućuje pojedincu da probudi svoj mentalni potencijal. Kako su čakre povezane s mozgom, potrebno ih je aktivirati kako bi se probudili uspavani centri u mozgu.

Čakre možemo promatrati kao kotače koji proizvode želje u nama samima. Želja, kao i kotač je zapravo velika pokretačka snaga. Vrsta ciljeva i želja kojima težimo zapravo ovisi o frekvenciji našeg uma, odnosno čakri koja nam je trenutno najaktivnija. Kada dođe do buđenja čakri, osoba počinje ispoljavati više osobine. Kada aktiviramo neku čakru, tada automatski upalimo određeni dio mozga.

Poveznica endokrinog sustava

Kako su čakre povezane s radom žlijezda našeg endokrinog sustava, tako je za njihovo skladno funkcioniranje bitan i harmoničan rad žlijezda. Na primjer, ako vaše nadbubrežne žlijezde, koje inače luče adrenalin, ne funkcioniraju optimalno, u stresnim situacijama ili trenucima opasnosti nećete moći reagirati na ispravan način i u ispravno vrijeme. Isto tako, ako se timusna žlijezda za vrijeme puberteta ne smanji osoba će imati problema kod prilagodbe sa okolinom, te će imati slab imunitet.

Nadalje, pokazalo se da osobe koje pate od depresije, obično imaju problema sa radom štitne žlijezde. Sve endokrine žlijezde su ovisne jedna o drugoj. Ako samo jedna od njih ne funkcionira ispravno, automatski ugrožava cijeli sustav, jer ostale žlijezde moraju pomagati u njenom oporavku. Možemo reći da su čakre zapravo suptilna slika našeg sustava žlijezda sa unutrašnjim izlučivanjem.

Sve o čakrama i njihovom aktiviranju naučite na tečaju [„ČAKRA MEDITACIJA“ u Divine Energy Parku](#).