

Buđenje Venere



FOTOGRAFIJA: DALIBOR ĐANILOVIĆ

Š

MINKA: RADIMLA BABOVIĆ (JANE IREDALE)

*Od ovog broja
vežbate energetske
vežbe za balansiranje
i harmonizaciju
energetskih centara*

Prema energetskoj astrologiji naši energetski centri ili čakre su u interakciji sa sedam glavnih planeta. Čakre predstavljaju fiziološke kapije kroz koju se mentalna, emotivna i energetska realnost pretvara u fizičku a planete su njihovi kosmički odrazi u ogledalu. Povezanost čakri i planeta nam omogućava da preko natalne karte i skeniranja čakri dođemo do suštinskih emotivnih, mentalnih i energetskih pokretača naše ličnosti a jedan od načina da se poprave ili unaprede kvaliteti svake čakre jesu energetske vežbe.

Jednostavne energetske vežbe koje kombinuju vežbe gimnastiku, jogu i istezanje dovode u sklad čakre i tako na suštinskom i dubokom nivou balansiraju naše misli i osećanja

Venera predstavlja drugu čakru – Svadhisthana što u prevodu znači "zasladiti" i njena osnovna potreba je potreba za zadovoljstvom i privlačenjem. Nalazi se dva prsta ispod pupka. Ukoliko se emotivno povežemo sa ovim centrom, to će nam omogući da uživamo u životu i da se osetimo zadovoljnim i privlačnim. Preko ove čakre zaranjamо u čula dok balansiranost na nivou Venere stvara zadovoljstvo, privlačnost, plodnu kreativnost i izražen osećaj sopstvene vrednosti.

U radu kroz energetske vežbe za drugu čakru, telo dobija svoju nežnost, mekoću i pokretljivost i uspostavlja se balans u donjem toku.

Energetske vežbe za Veneru

Kroz sistem energetskih vežbi za buđenje Venere, odnosno povezivanje druge čakre sa svim energetskim centrima oživljavamo komunikaciju (aspekte) Venere sa svim ostalim planetama. To se posebno odnosi na balansiranje izazovnih planetarnih aspekata spram Venere i to aspekata koje osoba ima u svom horoskopu, ali i na osnaživanje već postojećih povoljnijih aspekata. Naime, ukoliko želimo da primarno Veneri pomognemo da prevaziđe aflikcije koje ima od drugih planeta – radićemo

ove energetske vežbe. Sve vreme dok radimo Venerine energetske vežbe, prepušteni smo, jer radimo sa elementom vode, te smo kao talas u okeanu.

Vežba za odnos Venera-Saturn

Potrebno je da ruke podignemo ka nebu uz istovremeni udah i istezanje nagore, a zatim da sa izdahom spustimo desni dlan na sedmu/temenu čakru, a levi dlan na drugu/sakralnu čakru. Osećamo dlanovima ruku oba energetska centra neko vreme. Desni dlan treba da ostane nepomičan u predelu sedme čakre, dok se levi dlan pomera na levo i na desno (ljljajuće) ispred druge čakre. Treba da osetimo kako da postoji voda između našeg levog dlana i druge čakre. Počinjemo da se njišemo i da dlanom leve ruke masiramo (ne dodirujemo drugu čakru) sve unutrašnje organe, najpre one u predelu druge čakre. Osećamo kako se oni opuštaju, a zatim se ovaj talas opuštanja širi naviše, ka solarnom pleksusu, želucu, jetri, žučnoj kesi, slezini, pa još više, ka plućima, vratu, glavi, sve do vrha glave i sedme čakre.

Napomena: Ovo samo treba osećati, ne treba se truditi da to sami proizvedemo.