

## DODATEK

### Tabela czakr

| Czakra | Ukierunkowanie | Zasadniczy cel                                     | Postrzeżenie                                   | Poziomświadości   | Manifestacje zrównoważenia                    | Zadanie                                 |
|--------|----------------|--|--|---|---|---|
| 1      | przetrawianie  | znaleźć miejsce na ziemi                           | instynkty biologiczne, poczucie odrębności     | bezpieczeństwo; połączenie ciała z ziemią   | brak poczucia bezpieczeństwa                  | być całkowicie w ciele                  |
| 2      | przyjemność    | zmysłowość/ seksualność                            | emocjonalne ja                                 | świadomość magnetyzmu energii   | hedonizm/ słabostki                           | radość życia                            |
| 3      | siła           | siła woli; inicjowanie działań, wyznaczanie granic | zasady, których bronimy                        | szukanie możliwości wyrażania woli  | konflikty na tle władzy                       | umiejętność dokonywania mądrych wyborów |
| 4      | miłość         | otarcie serca na wszystkich; brakrywalizacji       | współpraca                                     | pogodzenie i spokój   | rozdarte serce                                | poczucie szczęśliwości                  |
| 5      | kreatywność    | mówienie prawdy                                    | indywidualny pogląd, ponadkulturowe stereotypy | obserwacja z dystansu i bez uprzedzeń, a potem synteza różnych poglądów           | poczucie niedoskonałości lub brak wrażliwości | autentyzm                               |
| 6      | transcendencja | być inspiracją dla innych                          | przekroczenie dualizmu; pełny wgląd            | wewnętrzne przewodnictwo intuicji, dzięki połączeniu się z wyższą rzeczywistością | odloty świadomości; iluzje                    | umiejętność kierowania wyobraźnią       |
| 7      | duchowość      | złączyć się z intuicją bożą                        | oczyma boskiego bytu                           | doświadczenie całego życia jako duchowego   | syndrom "listy zakupów"                       | poddanie się                            |