



Csakra teszt

Honnan tudod, melyik csakrád hogyan működik?

Ha beleásod magad a csakrák irodalmába, igen sok információt kapsz arra vonatkozóan, mik a jellemzői az egyes csakrák harmonikus, alul-, illetve túlműködésének. Ám sokszor még így is nehéz tisztán látni saját magunkat.

A lenti két link némi segítség az orientálódáshoz. Az első egy elég alapos angol nyelvű kérdéssor, amely százalékos eredményt ad, a második kevésbé részletes analízis ugyan, de magyar nyelvű.

<https://www.eclecticenergies.com/chakras/chakradotest.php>

<http://www.mandra.hu/Csakrateszt-inditasa.html>

Bármilyen eredményt kapsz is azonban, mindig tartsd észben: ez csak pillanatnyi állapot. Hétről hétre, hónapról hónapra változhat a kép. Ez így természetes. Azt is fogadd el, hogy egyetlen teszt sem tud olyan „diagnózist” adni rólad, mint te magad. Ha őszintén végignézel a viselkedéseden, a kapcsolataidon, a mindennapjaidon, a képességeiden, tested jelzésein, kifejezési formáidon, és odafigyelsz belső hangodra, akkor tesztek nélkül is tudni fogod, hol kell dolgoznod magadon.

Kerüld a végleteket! Ha van is olyan csakrád, amellyel kiemelten kell foglalkoznod, ne csak arra az egyre – kettőre fókuszálj! Amikor jógázol nyitás és zárás, serkentés és visszafogás, felpörgetés és lenyugtatás egyaránt legyen a gyakorlásban. Aztán bízd rá magad tested, lelked és a téged körülvevő univerzum intelligenciájára, amely megtalálja a megfelelő utat a harmóniához. Légy türelmes, mert az egyensúlyhoz esetleg nagyobb kilengéseken keresztül vezet az út. Ha kitartó vagy, célhoz érsz! A megoldás a kezekben van.