

# Obsah knihy 3

## Dolní čakry: Muladhara, Svadhisthana, Manipura

### Úvod

---

Nižší centra  
Dan-tian  
Zatímco se budete snažit  
Qi – životní síla  
Spodní kotel

### Část 1. Muladhara čakra

---

První úroveň energie

- 1.1. Legenda o Kundaliní
- 1.2. Vlastnosti a projev úrovně
- 1.3. Programy první úrovně
- 1.4. Disidentifikace s programy
- 1.5. Nastavení první úrovně
- 1.6. Obnova a rozvoj úrovně

**Čakra, jantra, mantra**

- 1.7. dodatečné informace
- 1.8. Mystika Muladhara
- 1.9. Muladhara Yantra
- 1.10. Čakrová mantra

**Praxe**

- 1.11. Rozjímání
- 1.12. Kreslení jantry

### Část 2. Svadhisthana čakra

---

Druhá energetická úroveň

- 2.1. Autodiagnostika druhé úrovně
- 2.2. Projev druhé úrovně v životě
- 2.3. Programy druhé úrovně
- 2.4. Disidentifikace s programy
- 2.5. Nastavení druhé úrovně
- 2.6. Obnova a rozvoj

**Čakra, jantra, mantra**

- 2.7. dodatečné informace
- 2.8. Mystika Svadhisthana
- 2.9. Svadhisthana Yantra
- 2.10. Čakrová mantra

**Praxe**

- 2.11. Rozjímání
- 2.12. Kreslení jantry

### Část 3. Manipura čakra

---

Třetí energetická úroveň

- 3.1. Projev úrovně v člověku

- 3.2. Kvality třetí úrovně
- 3.3. Programy třetí úrovně
- 3.4. Disidentifikace s programy
- 3.5. Nastavení referenční úrovně
- 3.6. Obnova a rozvoj úrovně

### **Čakra, jantra, mantra**

- 3.7. dodatečné informace
- 3.8. Mystická Manipura čakra
- 3.9. Manipura čakra jantra
- 3.10. Čakrová mantra

### **Praxe**

- 3.11. Rozjímání
- 3.12. Kreslení jantry

## Závěr

---

