INSTAGRAM TELEGRAM YOUTUBE FACEBOOK

Ruhsal Uyanış®

MEDİTASYON DESTEK VE DOĞAL ÜRÜNLERİMİZ

Çakra Taşları
Orgonit Piramidi
Palo Santo
Rudraksha
Arketipler
Çanak

SATIŞ SİTESİ

TANUH® ACADEMY

Yedi Çakra Taşı Ne İşe Yarar?



Yoğun titreşimlerle pozitif enerji verir, enerji dengelerini bulmaya ve korumaya yardımcı olur, çakraları açmak için kullanılır.

Hangi Çakraya Hangi Taş İyi Gelir?



KÖK ÇAKRA
Kırmızı Akik, Mercan, Yakut





SAKRAL ÇAKRA
Turuncu Ay Taşı, Turuncu Akik





SOLAR PREXUS
Kaplan Gözü, Kehribar





KALP ÇAKRASI
Zümrüt, Yeşim Taşı





BOĞAZ ÇAKRASI
Turkuaz, Akuamarin





ÜÇÜNCÜ GÖZ ÇAKRASI
Safir, Lapis Lazuli.





TAÇ ÇAKRA
Ametis



TANUH ACADEMY

Çakra Renkleri ve Bulunduğu Noktalar



Çakralar, omurganın taban kısmından başlayarak, başın tepe kısmına kadar sıralanmıştır.
İlk sırada kök çakra bulunmakla birlikte, en son çakra taç çakrasıdır.
Her çakra, sıralandığı düzlemde belli bir bölgeyi temsil eder ve hepsinin sahip olduğu temsili bir rengi bulunur.



Kök Çakra: Bel kemiği ve cinsel organların arasında bulunur; rengi kırmızıdır.
Sakral Çakra: Alt karında, göbeğin altında bulunur; rengi turuncudur.
Solar Pleksus Çakrası: Karın bölgesinde, göğüs kemiğinin altında bulunur; rengi sarıdır.
Kalp Çakrası: Göğsün ortasında bulunur; rengi yeşildir.
Boğaz Çakrası: Köprücük kemiğinin üstünde bulunur; rengi turkuaz/mavidir.
Üçüncü Göz Çakrası: Alnın ortasında bulunur; rengi indigo mavisidir.
Taç (Tepe) Çakrası: Başın üst kısmında bulunur; rengi menekşedir.

Çakra Taşını İlk Olarak Ne Yapmalısınız?

İster çakra taşı olsun ister doğal taş aksesuar, yapılması gereken ilk şey, kristali arındırmaktır.
Doğal taşlar, onu kullanan kişiye özgüdür ve enerjileri oldukça yüksektir.
Bu sebeple, çakra taşını aldıktan sonra yapılması gereken ilk şey, taşınızın enerjisini arındırmaktır. Su, toprak, ay ve güneş ışığı ile doğal taş temizleme, başvurabileceğiniz yöntemler arasındadır.

Çakra taşlarının arındırılması yapıldıktan sonra, taşlarınızla uyumlanmanız için onlarla çalışmaya başlamalısınız.
Kristallerinizi meditasyonlarınıza dahil edebilir, gün içinde çanta veya cüzdanınızda taşıyabilir, vücudunuza, çakraların bulunduğu bölgelere taşları yerleştirebilirsiniz.
Çakra taşları, aksesuar formunda da kullanılabilmektedir ve aksesuar olarak taşınan taşların enerjileri ile uyumlanmak daha kolaydır. Doğal taştan yüzük, kolye, bileklik veya küpe takmak, siz günlük hayatınıza devam ederken, taşların sizi şifalandırmasını sağlar.







Kök Çakra ile Uyumlu Çakra Taşları











Denge, özgüven, istikrar, kuvvet, fiziksel güç ve saygı kelimeleriyle özdeşleştirilen kök çakra için, kırmızı veya siyah renkli doğal taşlar tercih edilmektedir.

- Kırmızı jasper
- Hematit
- Obsidyen
- Yakut
- Dumanlı kuvars



TANUH ACADEMY

Sakral Çakra ile Uyumlu Çakra Taşları







Yaratıcılık, arzu, cinsellik, duygu ve keyif kelimeleriyle özdeşleştirilen sakral çakra için, turuncu veya sarı renkli doğal taşlar tercih edilmektedir.

- Kaplangözü
- Altın topaz
- Turuncu kalsit
- Turuncu karnelyan



Solar Pleksus Çakrası ile Uyumlu Çakra Taşları





Kişisel güç, korunma, kararlılık, özgüven ve hırs kelimeleriyle özdeşleştirilen solar pleksus çakrası için, sarı renkli doğal taşlar tercih edilmektedir.

- Kehribar
- Sitrin
- Sarı Apatit
- Kaplangözü







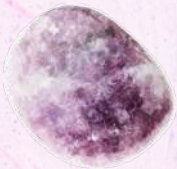
TANUH ACADEMY

Kalp Çakrası ile Uyumlu Çakra Taşları







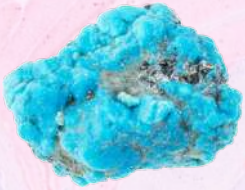


Sevgi, empati, duygusal denge, bilinç, iç huzur ve samimiyet kelimeleri ile özdeşleştirilen kalp çakrası için, yeşil ve pembe renkli doğal taşlar tercih edilmektedir.

- Pembe kuvars
- Yeşil aventurin
- Zümrüt
- Lepidolit



Boğaz Çakrası ile Uyumlu Çakra Taşları





İletişim, dürüstlük, ilham, yaratıcılık ve ifade kabiliyeti kelimeleri ile özdeşleştirilen boğaz çakrası için, açık mavi/turkuaz renkli taşlar tercih edilmektedir.



- Turkuaz
- Akuamarin
- Sodalit
- Aqua aura kuvars





TANUH ACADEMY



Üçüncü Göz (Alın) Çakrası ile Uyumlu Çakra Taşları



Spiritüellik, önsezi, yüksek bilinç ve psişik yetenek kelimeleri ile özdeşleştirilen üçüncü göz çakrası için, indigo, ya da diğer ismiyle çivit mavisi rengindeki doğal taşlar tercih edilmektedir.



- Lapis lazuli
- Mavi apatit
- Safir
- Tanzanit





Taç (Tepe) Çakrası ile Uyumlu Çakra Taşları









Bilgi, bilinç, spiritüellik, enerji ve aydınlanma kelimeleri ile özdeşleştirilen taç çakrası için, menekşe/mor ya da beyaz/renksiz renkli doğal taşlar tercih edilmektedir.

- Ametist
- Kristal kuvars
- Selenit
- Ay taşı





SELENİT TAŞI

Enerji dengeleyici olarak kullanımı: Selenit taşı, enerjiyi dengeleyen doğal taş olarak bilinmektedir. Negatif enerjileri uzaklaştırarak, huzuru sağlamakta yardımcı olduğu bilinir.

Meditasyon ve yoga: Selenit taşı, meditasyon ve yoga esnasında zihni sakinleştirerek, olumsuz düşüncelerden arındırmasıyla bilinmektedir.

Selenit taşını kimler kullanabilir?
Selenit taşı özellikle toplum ve bireysel ilişkilerde önemli rol oynamaktadır. Selenit taşı kullanımı aktif çalışan ve insanlar ile iletişim halinde olan kişilere fayda sağlar.



Selenit / Selenite Taşı Özellikleri ve Faydaları: En çok bilgelik ve maneviyatı temsil eden taç çakra ve üçüncü göz çakrası ile ilişkilidir. Selenitin renksiz güzelliği ve yarı saydamlığı genellikle hem metafizik inançlarda hem de renk teorisinde saflık ve barışa bağlanır.



Selenit nasıl şarj edilir?
Doğal taş kullanımında zorunlu bir adım olmasa da yapıldığında taşın enerjini arttırır. Ay (Dolunay) ışığı veya güneş ışığında 8 saate yakın bekleterek veya 3-4 saat arası Selenit taşına koyarak şarj edebilirsiniz.

DOĞAL TAŞLAR NASIL TEMİZLENİR?

Doğal taşın bakımı çok önemlidir. Bu nedenle belirli aralıklarla yapılmalıdır. Doğal taşlar ve doğal taşların şifalarına antik çağlardan beri inanılır. Her doğal taşın kendine has özellikleri ve çeşitli rahatsızlıklara olumlu yönde tesir ettiğine dair geleneksel bir inanç bulunuyor. Milyonlarca yıllık doğa oluşumları sonucu ortaya çıkan doğal taşlar, oluşumlarından dolayı birçok doğal enerji akımını üzerlerinde bulundurur.

Doğal taşlar, sabit titreşim üretebilirler. Dolayısıyla doğal taş ile temas ettiğinizde sizin enerjiniz de etkilenir. Doğal taşlar düzenli şekilde temizlenmez veya arınmazsa kötü enerjilerden etkilenebilir. Bu da taşın enerjisine olumsuz etki yapar. Sertlik derecesi bir taştan diğerine göre değişebilir. Elmas gibi çok sert taşlar hariç, çoğu kırılgan ve narindir. Katmanlı ve sıkıştırılmış taşlar gevşeyip parçalanabilirken, selenit benzeri taşlar su ile temas ettiğinde eriyebilir. Cilalı yüzeyler ve doğal prizmatik tepeler kolayca çizilebilir, aşınabilir ve hasar görebilir. Bu nedenle doğal taşların bakımı ve temizliği son derece dikkatli yapılmalı ve kullanılmadıkları zamanlarda dikkatli bir şekilde (kutularında veya küçük bir çantada) saklanmalıdır. Doğal taşlı kolye modelleri ve doğal taşlı bileklik modelleri eşsiz bir biçimde tasarlanır, aynı şekilde özenle ve dikkatli bir şekilde temizlenmesi gerekir.





Yuvarlak veya eskitme taşlar, kırılabilir uçları olmadığı için daha dayanıklıdır. Yuvarlandıklarında ince kum içinde saatlerce dönerler ve yapısal olarak daha dayanıklı hale gelirler. Kendiliğinden yuvarlanan taşlar (örneğin deniz dalgalarının doğal çarpması sonucu) yapısal olarak daha dayanıklıdır. Yuvarlak taşlar bir torba içinde saklanabilirken, sivri uçlu olanlar ayrı bir yerde muhafaza edilmelidir. Doğal taşları kullanmadığınız zamanlarda ipek veya kadifeye sarmak da onları çizilmelere karşı korur. Doğal taşların çeşitli temizleme yöntemleri vardır. Yöntemler şu şekildedir:





Deniz Suyu veya Tuzlu Su ile Temizleme

Hafif kırılgan taşlar ve çabuk çözünmeyenler su ile temizlenebilir. Doğal taşlar akan suyun altında çalıştırılarak temizlenebilir. Temizlenmek için tuzlu suya veya deniz suyuna da daldırılabilirler. Eğer onları suda tutarsanız, temizlik daha da etkili olur. Tek yapmanız gereken onları 12 ila 24 saat bekletmektir. Selenit, kalsit, opal, florit, labradorit ve modavitin nasıl temizleneceğini merak ediyorsanız, bu yöntem bu taşlar için önerilmez çünkü eriyebilirler.

Akuamarin (Aquamarine) taşı mücevher deniz suyu ile temizlenmelidir. Taşı matlaştırabileceğinden sabun ve sıvı deterjanlardan kaçınılmalıdır. Sert temizlik ürünleri veya çamaşır suyu ya da klor gibi kimyasallar taşa zarar verebilir. Bir aquamarine taşını temizlemek için suyla iyice duruladıktan sonra yumuşak bir mücevher beziyle kurulayabilirsiniz.





Rhodolite (Rodolit) taşı mücevher ise satın alındıktan sonra belirli aralıklarla temizlenmesi enerjisinin korunmasına yardımcı olur. Doğru şekilde temizlemek de önemlidir. Rodonit taşını 5 ila 6 dakika su altında tutarak temizleyebilirsiniz. Ayrıca temizlemek için tuzlu su veya deniz suyunda bekletebilirsiniz. Ayrıca 24 saat boyunca suyun altında tutabilir ve negatif enerjisini bırakmasını bekleyebilirsiniz.

Bu en yaygın kullanılan arındırma yöntemlerinden biridir. Mum ışığı ve tuz lambası ile temizlik, rodoniti arındırmanın en yaygın yöntemlerinden biridir.

Tütsü Yolu ile Temizleme

Tütsü ile temizlik yaparken hava elementi kullanılır. Yakmak istediğiniz tütsünün dumanı ile doğal taşı emdirebilirsiniz. Tütsü yandıktan sonra taş temizlenmiş olur. Bu yöntem özellikle kırılgan ve yumuşak taşlar için uygundur. Tütsü aynı zamanda çevrenin enerjisini de dengeler. Olası olumsuz etkilerden kaçınmak için dikkatli kullanılmalıdır. Örneğin, tütsüden çıkan duman bazı astım hastaları için zararlı olabilir.



TANUH ACADEMY

Toprağa Gömme ile Temizleme



Taşı gömdükten sonra en az 24 saat toprakta bırakın. Toprakta temizlemek daha kolaydır. Saksı toprağı da uygundur. Toprakta saksı toprağı 8 ila 10 saat sonra değiştirilmelidir. Ancak canlı çiçekleri olan doğal taşlar toprağa gömülmemelidir. Çiçekler negatif bir enerjiye sahip olabilir. Bu da doğal taşa zarar verecektir.

Paraiba taşı mücevher ise temizliği birkaç şekilde yapılabilir;
İlk olarak, en popüler yöntemlerden biri taşı beş dakika boyunca ılık akan suyun altında tutmaktır, bu yöntem tüm değerli taşlarda da kullanılır. Akan su, taşın üzerinde bulunan negatif enerjilerin dışarı atılmasına yardımcı olur. Hemen ardından taş kurutulmalıdır. Ancak kullanılan su asla çok sıcak veya çok soğuk olmamalıdır, çünkü çok sıcak veya çok soğuk su taşın yapısına zarar verebilir.

Bir başka yöntem de taşı bir gün boyunca gömülü bırakmaktır. Negatif enerjilerden kurtulmak için daha uygun olsa da bir saksıya gömmek taşı negatif enerjilerden arındırmak için yeterlidir. Bir gün boyunca güneş ışığında bırakmak da mümkündür. Güneş ışığı altında bu taş içerdiği tüm negatif enerjilerden kurtulur ve kendini yeniler. Bir diğer arındırma yöntemi de 5 dakika boyunca sirkeli ya da tuzlu suda bekletmektir. Bu maddelerden biriyle hazırlanmış nemli bir bezle de ovabilirsiniz. Bu işlemin sonunda mutlaka kurutulmalıdır. Asla çamaşır suyu veya asit gibi kimyasallarla temas ettirilmemelidir. Temizlik için kullanılmamalıdır. Kimyasal maddeler taşın yapısına zarar verir. Taşın yüzeyini gözenekli hale getirerek kalıcı değişikliklere neden olabilirler.

Temizlik için az miktarda sabun kullanılabilir, hemen su ile durulanmalıdır.





Ay Işığı ile Doğal Taşları Temizleme

Doğal taşları temizlemenin en yaygın yöntemlerinden biri ay ışığıyla negatif enerjilerden arınmaktır. Bu yöntem tüm taşlar için uygundur. Genellikle dolunay zamanlarında tercih edilen ay ışığı ile taş temizleme yöntemi ile birden fazla taşı temizlemek mümkündür. Taşları pencere önüne ve tercihen ay ışığının yansıdığı bir yere yerleştirin. Taşları bütün gece pencerenin önünde bırakın. Ay ışığında taş temizliği sırasında evde çok fazla gürültü yapmayın ve negatif enerji üreten konuşmalardan kaçının. Taşları temizlerken meditasyon yoluyla negatif enerjiler azaltılabilir.



TANUH ACADEMY



Ses Yolu ile Doğal Taşları Temizleme

Sesler de tıpkı doğal taşlar gibi titreşimlere sahiptir. Seslerin yaydığı titreşimleri doğal taşları temizlemek için kullanabilirsiniz. Kolay hareket etmeyen ve büyük hacimli doğal taşlar için bu yöntemi kullanabilirsiniz. Ancak ses titreşimlerinin doğal taşı sarması için yeterince yükseğe yerleştirilmesi gerekir. Tekrarlanan tonda bir ilahi, bir meditasyon çanı veya bir meditasyon kasesi kullanabilirsiniz. Taş başına beş ila on dakika yeterlidir.

Doğal Taşlar Hangi Sıklıkta Temizlenmelidir?

Doğal taşın satın alındıktan hemen sonra temizlenmesi tavsiye edilir. Taşın kullanım sıklığına bağlı olarak temizlenmesi tavsiye edilir. Yoga, çakra ve meditasyon seanslarından sonra doğal taşın temizlenmesi önemlidir. Benzer şekilde, yoğun bir ortamda bulunduğunuzda da doğal taşınızı temizlemelisiniz. Bazı incelemelerde doğal taşınızı 2 ila 3 haftada bir temizlemeniz önerilir. Eğer taşın enerjisinden faydalanamadığınızı hissediyorsanız temizlemelisiniz.

TANUH® ACADEMY



Doğal Taşlar Temizlenmezse Ne Olur?

Yoğun kullanım sonucu doğal taşta fazla enerji depolanırsa, doğal taşın titreşimi ve salınımı bozulacaktır. Bu yüzden düzenli olarak temizlenmesi gerekir. Tıpkı zihnimiz ve bedenimiz gibi. Bu temizlik taşın içerdiği negatif enerjiyi arındırır ve nötralize eder.

TÜTSÜ NE DEMEKTİR?

"TÜTSÜ "kelime anlamı olarak eski kaynaklara göre "tütmek" fiilinden türemiş ve "duman çıkaran nesne" anlamına gelmektedir. Tütsüler, aromatik bitkilerin ve uçucu yağların kombinasyonundan oluşmaktadır. Kullanım amaçları ne kadar farklı olsa da din ve kültürleri bir araya getirmiştir.



Babiller'de; Dini törenlerde (özellikle şeytan çıkarma ayinlerinde) Roma ve Yunan uygarlıkların'da; kötü ruhları kovmak amaçlı, eski Mısır'da; güzel koku yaymak, kötü ruhları kovmak için, Japonya'da; ruhani aydınlanmada kullanılmış/ kullanılmaktadır.



Hindular ve Budistler tarafından; negatif enerjilerden arınma amaçlı dini törenlerde ve festivallerde kullanılmıştır. Şamanizim'de; ayinlerde kötü ruhları kovmak ya da ayin sırasında transa geçebilmek amaçlı, Paganizm'de; ritüellerde konsantrasyonu sağlamak amacıyla kullanılır.





Palo Santo Tütsüsü Nedir?



Palo Santo, Güney Amerika sahillerinde yetişen kadim bir ağaçtır. Devlet kontrolünde sürdürülebilir tarım ile yalnızca kuruyan ağaçların dallarından elde edilmektedir, canlı ağaç kesilmemektedir. Kimyasal veya koku verici hiçbir ek içerik bulundurmaz, tamamen doğaldır.

Palo Santo Tütsüsü Nerede Yetişir?

Palo Santo, görüntü olarak geniş yapraklara ve iri bir gövdeye sahiptir. Bu ağaç, yalnızca Güney Amerika bölgesine ve buradaki iklime uyum sağlayıp yetişmektedir. Peru ve Ekvador, ağacın yaygın olarak görülebileceği spesifik yerlerdir.

Palo Santo Tütsüsü Ne İşe Yarar?

Palo Santo ağaç tütsüler başta olmak üzere tüm tütsü çeşitlerinde sıkça kullanılan bir nota olarak kabul edilir. Ürün kaynağını tamamen doğadan aldığı için insan sağlığı açısından sayısız yararı da beraberinde getirmektedir. Doğal bir sakinleştirici ve ağrı kesici olması, bu yararların başında yer alır.



Palo Santo Tütsü Kokusunun Yararları Nelerdir?

- Kronikleşmiş kas ve eklem ağrılarından kurtulmaya yardım eder.
- Ortam, nesne ve canlılar açısından enerji temizliği yapar.
- Kötü etkilerden ve nazardan korunmaya yardımcı olur.
- İyi bir motivasyon kaynağıdır, iş verimini artırır.
- Zihinsel yorgunluğun üstesinden gelinmesini sağlar.
- Meditasyon seanslarında nefese odaklanmayı ve güçlenmeyi sağlar.
- Ortam açısından hoş bir oda spreyi olarak kullanılabilir.
- Sinek ve benzeri küçük böceklerin uzaklaştırılmasına destek olur.
- İçsel huzura odaklanmaya ve ruhsal açıdan arınmaya yarar.
- Depresyonun ve anksiyetenin yan etkilerini hafifletir.

Palo Santo Tütsüsü Nasıl Kullanılır/Yakılır?

1. Palo Santo tütsüsünü tutuşturun. Bunun için bir çakmak veya kibrit kullanabilirsiniz.
2. Alevi üfleyerek söndürün ve tütsüyü hafifçe duman çıkarması için bekleyin.
3. Tütsüyü bir tutam halinde tutun ve evinizin veya çalışma alanınızın etrafında dolaştırın.
4. Tütsüyü tuttuğunuz elinizi yavaşça hareket ettirerek dumanı yayın.
5. Tütsüyü kullanmadan önce, odanın havalandırıldığından emin olun ve tütsüyü yakarken dikkatli olun. Kullanım sonrasında tütsünün mutlaka serin ve kuru bir alanda saklanması tavsiye edilir. Ürün tamamen ıslanmadığı, kırılmadığı ya da doğru şekilde muhafaza edildiği takdirde tekrar tekrar kullanılabilir.

Palo Santo tütsüsü, enerjiyi temizlemek, zihni rahatlatmak ve stresi azaltmak için kullanılır. Ayrıca, meditasyon ve yoga gibi uygulamalar sırasında da kullanılabilir.

RUDRAKSHA

Rudraksha veya rudraksh, mala'nın (yoga boncukları) yapılabileceği özel bir tohumun adıdır. Bunlar eliocarpus ganiturus'un, yani herdem yeşil bir ağacın tohumlarıdır.



Bireysel rudraksha tohumları, genellikle 108 boncuk artı bir ek boncuktan (bindu) oluşan bir malaya bağlanır. Tohumlar organiktir ve metal ip yerine tanga veya kordonla giyilmesi tavsiye edilir.

Rudraksha boncukları, meditasyon aracı olarak mantranın tekrarı olan japa için kullanılır. Yogada çoğunlukla Japa yoganın bir parçası olarak kullanılırlar, ancak mantralarını saymak isteyen herhangi bir uygulayıcı tarafından da kullanılabilirler. Geleneksel Hint tıbbında da bazı hastalıkların tedavisinde faydalı olabileceğine inanılıyor.



Rudraksha sözcüğü, Hindu tanrısı Shiva'nın başka bir adı olan Rudra ve "gözler" anlamına gelen aksha'nın Sanskritçe köklerinin birleşiminden türetilmiştir. Bu, "Rudra'nın gözyaşları" anlamına gelecek şekilde tercüme edilebilir.

Efsaneye göre Shiva, uzun bir meditasyonun ardından gözlerini açtığında bir gözyaşı döktü ve bu gözyaşı bir rudaksha ağacına dönüştü. Rudraksha boncukları takmanın Shiva'nın koruyuculuğunu sağladığına ve negatif enerjilere karşı bir kalkan görevi gördüğüne güçlü bir şekilde inanılıyor.

Rudraksha, bir doğal taş olmamasına rağmen; “Shiva’ın Gözyaşları” olarak adlandırılan bir ağacın kurumuş tohumlarına verilen isimdir. Yaşam gücü, doğurganlık ve yaratılışın taşı olarak bilinir. Genellikle, yüksek seviyelerde ruhsal şifa sağlayabilen, yenilenmiş canlılık sağlaması ile tanınır.

Yüzeydeki olukların (yüzlerin) sayısına göre değişen farklı türde rudraksha tohumları vardır. En yaygın ve bildirildiğine göre en güvenli tür, panchmukhi rudraksha olarak da adlandırılan beş yüzlü olandır. Bunlar herkes tarafından giyilebilir ve sinirleri yatıştırdığına, uyanıklığı artırdığına ve kan basıncını düşürdüğüne inanılır.

Japa yoga veya diğer mantra söyleme uygulamaları için malaya ihtiyaç duyan yoga uygulayıcıları için rudraksha boncukları ahşap, metal veya plastik boncuklara güçlü bir alternatiftir.

Rudraksha‘nın Faydaları

1. Rudraksha boncuğu, kullanıcısını negatif enerjilerden koruyan koruyucu bir koruma görevi görür.

2. Sürekli hareket halinde olan biriyseniz bu boncuk tam size göre. Çünkü etrafınızda koruyucu bir örtü oluşturarak size stabilite ve iyi bir destek sağlar.

3. Çocuklar için Rudraksha boncuğu odaklanmalarını ve konsantrasyonlarını artırabilir.

4. Rudraksha boncuğu meditasyon yaparken veya dua okurken yaygın olarak kullanılır.

Rudraksha'nın Manevi Faydaları

- Bağlılığı artırır.
- Karanlık enerjilerden korur.
- Düşünme gücünü geliştirir.
- Bilgeliği artırır.
- Konsantrasyonu artırır.
- Gereksiz korkuyu ortadan kaldırır.
- Karar verme yeteneği gücünü artırır.
- Ölüm korkusunu ortadan kaldırır.
- Ayrılma gücünü artırır.
- Kapha Vücut Tipini ve Su Elementini Dengeler.
- Bilinç düzeyini artırır.
- Auranın temizlenmesine yardımcı olur.
- Yorgunluğu Giderir.



TANUH® ACADEMY

Boğa Arketipi

Elementi: Toprak.

Boğa, büyük baş bir erkek sığırdır. Ağır ve güçlü cüssesinin yanı sıra, keskin boynuzlarıyla oldukça tehlikeli bir hayvandır. Stresli ya da tehdit altında hissettiğinde saldırmaktan çekinmez. Boynuzları öyle güçlüdür ki, bir arabayı bile yerinden oynatabilir. Ayrıca boğalar renk körüdür.

İlgili Olduğu Konular: Sabitlik, biriktirme ve aidiyet

Boğa Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmalı

-Köklenme ihtiyacı duyulan her konuda çalıştırılabilecek kuvvetli arketiplerden biridir.

-Bir konu üzerinde sabit kalınması ve devamlılık gösterilmesi gerekiyorsa boğadan faydalanılabilir.

-Günlük hayatından zevk alamayan veya somut olanla ilişkisi zayıflamış olanların mutlaka tercih etmesi gereken bir arketiptir.

Boğa Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmamalı

-Değişim ve hareket gerektiren alanlarda kullanılması kişiye zarar verebilir.

-Sebepsiz birikim yapan kişilerin de Boğa arketipi çalıştırmamalarında fayda vardır, aksi takdirde istifçilik ortaya çıkar. İstifçiliğin olduğu yerde bereket olmaz.

Ejderha Arketipi

Elementi: Ateş.

Ejderhalar mitolojik hayvanlardır. Zarar görmeyecek kadar sert bir deriye sahiptirler. Keskin dişleri, büyük cüsseleriyle hayli gösterişli ve ihtişamlıdırlar. Aslanlar ormanın kralı sayılsalar da, doğanın koruyucusu ejderhalardır. Bu önemli görevlerinden dolayı doğa düşmanlarının gözünde şeytan gibi görünürler; çünkü ejderhalar doğa düşmanlarının isteklerini gerçekleştirmelerine engel olurlar. Doğayla uyum içinde yaşayanlar içinse saygıyı ilhamı ve yaşam enerjisini hatırlatırlar.



İlgili Olduğu Konular: Yaşam enerjisi, ilham, potansiyel gücün ortaya çıkışı, saygı ve yüksek arzular.

Anlamı: Ejderha, Asya kültürlerinde güç, şans, başarı ve zenginlik sembolüdür. Altın sarısı renk, zenginliği ve yüksek statüyü temsil eder. Ejderha figürü, kişiye cesaret ve kararlılık kazandırmak, hedeflere ulaşma konusunda şans getirmek amacıyla kullanılır.

Ejderha Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmalı

-Yaşam enerjini yükseltmek istediğinde ejderha sembolü ile çalışabilirsin.

-Özellikle hayatında bir şeyler için adım atacak gücü kendinde bulamadığında yardımı büyük olacaktır.

-Potansiyelini ortaya çıkarmak için uğraştığın her konuda, ejderha arketipini sembollerle aktive edebilirsin.

-Kendine, yaptığı işe ve ilişkilerine saygısı olmayanlar da hayatlarında saygıyı artırmak için rahatlıkla kullanabilirler.







- Bilgisayar ekranında, çalışma masanda ya da telefon ekranında bir Ejderha sembolünü tercih edebilirsin.
-Cüzdanda ejderha sembolü kullanmak, kişiye para ile muhatap olduğu alanlarda saygı ve güç kazandırır.
-Kıyafetlerde veya aksesuar olarak kullanılabilir.

HANGİ CÜMLELERİ SIKLIKLA TEKRARLAYANLAR EJDERHA ARKETİPİNİ ÇALIŞTIRMALIDIR

‘’Potansiyelimi bir türlü kullanamıyorum!’’
‘’Bu aralar yaşam enerjim çok düşük!’’
‘’Peşinden koştuğum şeyler çok sığ geliyor!’’
‘’Hayatımdaki şeylere gerekli saygıyı gösteremiyorum, saygı da görmüyorum!’’

Ejderha Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmamalı?

Ejderha sembolü beraberinde büyük sorumluluklar da getirir. Ortaya çıkaracağı potansiyelleri göze alamayan, ciddi adımlar atmak konusunda kendilerini yeterli bulmayanların ejderha sembolünden uzak durmaları yerinde olacaktır.

Fil Arketipi

Elementi: Hava.

Filler çok zeki hayvanlardır. Karada yaşayan en büyük hayvandır. Çok amaçlı kullandıkları hortumları ile dikkat çekicidirler. Büyük ve geniş kulakları sayesinde vücut ısılarını kontrol edebilirler. Fillerin oluşturduğu aile grupları, zaman zaman akrabaların da bir araya gelmesiyle çok daha büyük ve güçlü topluluklara dönüşürler. Fillerin öz farkındalığı çok yüksektir.



İlgili Olduğu Konular: Güç, engelleri fark etmek, fedakârlık, açık kalplilik ve iletişim.

Anlamı: Fil, Hindu ve Budist kültürlerinde güçlü bir semboldür. Bereket ve refah getirdiğine inanılır. Fil figürü, evin içinde veya işyerinde pozitif enerjiyi çekmek, zorlukları aşmak ve başarıyı simgeler. Altın sarısı renk, bu figürün özel bir koruma ve bereket getirdiğini vurgular.

Fil Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmalı?

-Özellikle önemli projelerde fil arketipiyle çalışmak iyi sonuçlar doğurur. Fil ne türden engelle karşılaşırsa karşılaşsın, hepsini aşıp geçmenin yolunu bulur. Akılcı ve analitik bir yapı sergilemeyi, gerektiğinde fedakârlıklarda bulunmayı başarır.

-İletişim gerektiren işlerin kalitesini artırmak için etkili bir arketiptir. Kitap yazanların, podcast yapanların, radyoculuk veya gazetecilik yapanların kıymetli tercihi olabilir.

-Bilgisayar ekranında, çalışma masanda ya da telefon ekranında, bir fil sembolünü tercih edebilirsin.



HANGİ CÜMLELERİ SIKLIKLA TEKRARLAYANLAR FİL ARKETİPİNİ ÇALIŞTIRMALIDIR

"Bunu neden yapamadığımı anlayamıyorum!"
"Yapacak gücüm var ama yapacağımdan emin değilim!"
"Yaptığım işlerin arkasında duramıyorum!"
"Yaşadığım olayları kabullenemiyorum!"
"Yazdığım kitaba bildiklerimi tam olarak bir türlü aktaramıyorum!"
"Destek almakta ve destek vermekte zorlanıyorum!"
"İlişkimin yolunda gitmesine engel olan bir şeyler var ama ne olduğunu bilmiyorum!"

Fil Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmamalı?

-Fil olağanüstü güçlü bir arketiptir. Bir şeyleri bitirmek ya da yıkmak isterken ve bu süreçte Anka kuşu ile çalışıyorken, fili kullanmak direnç yaratır. Çünkü fil engellere rağmen devam etmeye çalışır.

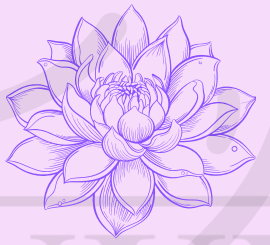
-Yeni başlanılan ve devam etmek konusunda henüz kararlı olunmayan işlerde fil arketipi tercih edilmemelidir. Fil, yürünen yoldan emin olmayı gerektirir.

Kurbağa Arketipi

Elementi: Su

Kurbağalar çift yaşayışlıdır. Bir kurbağanın yaşam döngüsü yumurta, larva ve yetişkinlik olmak üzere üç aşamadan oluşur. Kurbağa metamorfoz süreci geçirerek gelişir. Bu sebeple hayatının bir kısmını suda, bir kısmını da karada geçirir. Birçok kurbağa suyu ve havayı doğrudan derisinden alır. Kurbağanın bedenini saran bezler, cildinin nemli kalmasına yardımcı olur. Arka ayakları uzun zıplayışlar yapabilmesini sağlayacak kadar kuvvetlidir. Kurbağalar hem ciğerleriyle, hem de derileri ile nefes alabilirler.

İlgili Olduğu Konular:
Arınma, derinlik ve saflık.



Kurbağa Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmalı?

-Kurbağa arketipi, deneyimlerin derinine inme konusunda muazzam bir iş çıkartır. Neler yaşadın, yaşadığın olaylarda neler hissettin, hepsini bir bir ortaya döker. Bunları şifalandırmaya çalışmaz, sadece görüp, fark etmeni sağlar.

-Kurbağa arketipi çalışırken genelde duygusal boşalmalar yaşanır. Bu arketipin aktive olmasıyla, ifade bulamayan her his, su yüzüne çıkmaya başlar.

-Kurbağa arketipi saflaşmaya ihtiyacımız olduğunda, oldukça güçlü çalışır. Kirlendiğini hissettiğin niyetlerinin, düşüncelerinin, planlarının, eylemlerinin üzerinde de bu arketipi çalıştırabilirsin.

-"Eskiden çok keyif alarak yapıyordum ama şimdi amacından saptı ve artık hiç keyif alamıyorum!" dediğin her ne varsa kurbağa arketipini çalıştırarak keyif aldığın, saf haline süreci döndürebilirsin.

Anlamı: Kurbağa, Asya kültürlerinde bereket ve refahın sembolüdür. Ağızında bulunan Çin parası, maddi bolluk ve zenginlikle ilişkilidir. Altın sarısı renk ise zenginliği ve lüksü temsil eder. Bu figür, maddi bereketin ve refahın artmasını simgeler.

- Bilgisayar ekranında, çalışma masanda ya da telefon ekranında bir Kurbağa sembolünü tercih edebilirsin.



HANGİ CÜMLELERİ SIKLIKLA TEKRARLAYANLAR KURBAĞA ARKETİPİNİ ÇALIŞTIRMALIDIR:

"Kafam çok dolu!"
"Üzerimde yaşadıklarımın izleri var!"
"Başıma gelen şeylerden dolayı özgürce seçimler yapamıyorum!"
"Eskiden bana yaptıklarını bir türlü unutamıyorum!"
"Bu konuyu biraz gözlemlemeye ve temeline inmeye ihtiyacım var!"
"Bu konu amacından saptı!"

Kurbağa Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmamalı?

-Hayatta her zaman her konunun derinine inmek istemeyebilirsin. Bazı şeylerin üzerinden üstünkörü geçmeye ihtiyacın olabilir. Bu durumda, olanın üzerinde fazla vakit kaybetmemek için, kurbağa arketipinden uzak durmakta fayda vardır.

Baykuş Arketipi

Elementi: Su

Baykuşlar gündüzleri pek ortalarda görünmeyen gecenin yırtıcısı kuşlardır. İşitme ve görme duyuları çok keskin olduğu için, ışığa pek ihtiyaç duymazlar. Baykuşlar uçarken, neredeyse hiç ses çıkarmazlar. Tüyleri adeta susturucu görevi görür, kanat seslerini engeller. Baykuşların gözleri çok büyüktür, ancak göz, yuvası içinde hareket edemez, tıpkı araba farları gibi sabittir. Baykuşlar harabeler, kuleler, terk edilmiş kuş yuvaları gibi artık kullanılmayan yerlerde yaşamayı severler. Antartika dışında, dünyanın her yerinde yaşamaktadırlar.

İlgili Olduğu Konular:
Bilgelik, soyut, takıntı ve ölüm



Baykuş Arketipi Nerede, Nasıl Çalıştırılmalı?

-Baykuş arketipini, özellikle soyut konularda kullanmak yerinde bir seçim olacaktır. Baykuş bize, görünmeyeni, elle tutulamayanı fark ettirir.

-Doygunluğa ulaştığımız her konu ile ilgili baykuş arketipini kullanmak fayda sağlayacaktır. Bilgeliği ortaya çıkartmaktadır.

-Takılıp kaldığın ya da bir türlü aşamadığın düşüncelerle ve konularla ilgili baykuş arketipini çalıştırabilir, bütün bu düşüncelere neden takılıp kaldığını çözümleyebilirsin.

-Korumak istediğin alanda bir baykuş objesi ya da görseli yerleştirmen faydalı olacaktır.

- Bilgisayar ekranında, çalışma masanda ya da telefon ekranında bir baykuş sembolünü tercih edebilirsin.



HANGİ CÜMLELERİ SIKLIKLA TEKRARLAYANLAR BAYKUŞ ARKETİPİNİ ÇALIŞTIRMALIDIR

"Çok takıntılıyım!"
"Hiç sonu gelmeyecekmiş gibi geliyor!"
"Bütün bu olan bitenin arka yüzünde ne var çok merak ediyorum!"
"Bu konuda doydum artık!"
"Bu işi yeterince süre yaptığımı düşünüyorum, artık başka bir şeyin zamanı geldi sanki!"

Baykuş Arketipi Nerede Nasıl Çalıştırılmamalı?

-Somut dengesi olmayan, ayağı yere sağlam basmayan kişiler için baykuş arketipi çok da faydalı olmayabilir. Baykuş arketipini kullanmadan önce, somutla ilişkinin sağlıklı kurulduğundan ve yaşama iyi köklenildiğinden emin olmak gerekir.

ORGON ENERJİSİ VE ORGONİT

Orgon Enerjisi Nedir?

Orgon enerjisi Avusturyalı psikanalist Wilhelm Reich tarafından ortaya atılan bir kavramdır. Reich, "orgon enerjisi" adını verdiği evrensel bir yaşam gücünün varlığını öne sürdü. Reich'a göre orgon enerjisi, tüm canlı organizmalara ve tüm evrene nüfuz eden, ilkel, her yerde mevcut olan bir enerjidir. Aslında bu, Schumann'ın 7,83 Hz'lik küresel frekansıyla rezonansa giren, genellikle "Schumann Rezonansı" veya "Dünya'nın kalp atışı" olarak anılan güçlü bir kozmik enerjidir. Bu, Dünya yüzeyi ile iyonosfer arasındaki elektromanyetik dalgaların frekansıdır.

Basitçe söylemek gerekirse orgon enerjisi prana, reiki, chi veya mana gibi bir şeydir. Reich, bu enerjinin yaşamın temel yapı taşı olduğuna ve fiziksel ve zihinsel sağlığın korunmasında çok önemli bir rol oynadığına inanıyordu.

Reich'ın orgon enerjisi üzerine araştırması, onu bu enerjiyi terapötik amaçlarla kullanmak için çeşitli cihazlar geliştirmeye yöneltti. Yarattığı en iyi bilinen cihazlardan biri, alternatif organik ve inorganik malzeme katmanlarından oluşan kutu benzeri bir yapı olan "orgon akümülatörü" idi.



Reich, bir orgon akümülatörünün içinde oturmanın, orgon enerjisini biriktirip yoğunlaştırarak vücudun doğal iyileştirme yeteneklerini artırabileceğini iddia etti. Bu sürecin genel sağlığı iyileştirdiğine inanılıyordu.

Orgonit ve Orgon Farkı Nedir?

Orgonit, genellikle orgon ile karıştırılan bir terimdir. Karışıklığı gidermek için bu iki önemli terimi tanımlayalım. Orgon, tüm şifaların kaynağı olduğu söylenen doğal bir enerji şeklidir. Prana, reiki veya chi gibi diğer evrensel yaşam gücü enerjilerine benzer, ancak daha güçlüdür. Orgonit, orgon enerjisi üretmek için kullanılan metal ve reçinenin birleşimidir. Kısaca orgonit, orgon enerjisini çekmeye yarayan bir araçtır.

Orgonit Nasıl Çalışır?

Orgonitler, orgon enerji alanınızı dengeleyerek çalışır. Organik ve inorganik malzemeleri bir araya getirerek, pozitifliği çekerken çevredeki olumsuzlukları da temizlediği söyleniyor. Birçoğu orgonitteki organik maddenin, pozitif orgon enerjisinin emilmesinden sorumlu olduğuna inanıyor. Bu arada, iyi enerjiyi dağıtan madde inorganik maddedir. Orgonit, değerli taşlar ve kristallerle aşılandığında belirli durumlarda yardımcı olacak güçlü bir iyileştirme aracı haline gelir. Özünde orgonit, olumsuzlukları temizlemek için pozitif enerji üretir ve bu da çeşitli faydalara ilham verir.

Orgonit Pramidi Nedir?

Organit kelimesi, doğada her yerde bulunan yaşam enerjisine verilen isim olan 'Orgone'dan gelmektedir. Orgonit, kendiliğinden, sürekli çalışan, enerji dönüştürme işlevi gören, negatif enerjiyi azaltan ve onu pozitif enerjiye dönüştüren doğal bir cihaz gibidir.



Orgonit piramidi, organik ve inorganik malzemelerin karışımından yapılmış küçük, üç boyutlu bir piramittir. Bu aslında Reich'ın orgon akümülatörünün çağdaş bir uygulaması.

Piramidin çekirdek bileşenleri arasında metal talaşları veya parçacıkları (genellikle bakır ve alüminyum), kristaller ve toksik olmayan bir reçine bulunur. Bu unsurlar piramidin yaratılışı sırasında dikkatlice katmanlandırılmış ve düzenlenmiştir.



Orgonit piramitlerinde kullanılan kristaller farklılık gösterir; her türün kendine özgü enerjik özellikleri ve iyileştirici faydaları vardır. Kullanılan bazı yaygın kristaller arasında kuvars kristali, ametist, gül kuvars ve lapis lazuli bulunur. Bu kristaller genellikle enerjileri yükseltme ve dengeleme yetenekleri nedeniyle seçilir.

Reich, bir orgon akümülatörünün içinde oturmanın, orgon enerjisini biriktirip yoğunlaştırarak vücudun doğal iyileştirme yeteneklerini artırabileceğini iddia etti. Bu sürecin genel sağlığı iyileştirdiğine inanılıyordu.

Orgonit piramitleri, küçük el tipi versiyonlardan çok daha büyük parçalara kadar farklı boyutlarda gelir. Pek çok orgonit zanaatkarının enerjik çekiciliğini arttırmak için çeşitli tasarımlar, renkler ve kutsal geometrik desenler eklemeyi denediğini fark edeceksiniz.



Orgonit Piramidi Nasıl Kullanılır?

Kolye olarak kullanıldığında aurayı ve kişisel enerji alanını korumaya yardımcıdır. Orgonit taşının enerjisinden, evcil hayvanlar ve bitkiler de olumlu etkilenmektedir. Şişede beklemiş olan içme suyunu canlandırmak için yanına orgonit taşı koyulabilir. Organit taşı, suyun pH değerinin de yükselmesine etki eder.

Orgonit, cep telefonlarından, TV'lerden, bilgisayarlardan, elektronik cihazlardan, radyo alıcılarından ve insanı çevreleyen elektromanyetik alanlarla uyumlu olmayan diğer birçok elektrikli cihazdan gelen ölü enerjiyi dönüştürür. Bu enerjiler daha yüksek bir dereceye kadar döndürülerek yüksek bir duruma dönüşmesine ve herhangi bir zararlı yan etki olmaksızın çevreye tamamen entegre olmasına olanak sağlanır.

Orgonite, yaydıkları elektromanyetik frekanslarla mücadele etmek için WiFi modemlerin/yönlendiricilerin yakınına etkili bir şekilde yerleştirilebilir. Dizüstü bilgisayarınızın, tabletinizin veya cep telefonunuzun yakınına bir tane yerleştirebilirsiniz.

Bazı insanlar bana yastıklarının altında bir parça ile uyuduklarını ve daha rahat uyuduklarını iddia ettiler. Yatağın başlığının her iki yanına birer piramit koyulabilir.



Bitkilerinizin veya sebzelerinizin büyümesine yardımcı olmak için bunları saksı kutularının içine veya dışına yerleştirebilirsiniz; bunlar bahçelerde harikadır.

Kullanıyorsanız bir tanesini mikrodalga fırınınızın yanında bulundurun. Ayrıca sebzelerle birlikte buzdolabında bir tane bulundurmak daha uzun süre dayandıkları söyleniyor.



Orgonitinizi evinizde, ofisinizde, vücudunuzun üzerinde veya cebinizde nereye koyarsanız koyun, çevrenizi temizlemiş olacaksınız.

Orgonit Piramidinin Faydaları?

- Fiziksel ve manevi olarak daha iyi hissetmek. Enerji tıkanıklıkları iyileştikçe ve çevrenizdeki enerji blokajları kalkıp, enerji akışı başladığında, yaşam daha keyifli ve uyumlu hissettirir.

- İlişkiler gelişir. Örneğin, birçok kişi evlerini veya işyerlerini Orgon ile taçlandırdığında aileleriyle, iş arkadaşlarıyla olan ilişkilerinin geliştiğini fark ettiler.

- Daha iyi uyku. Odada orgon enerjisi yayan bir "orgonit" varsa, enerji sorunu olan ortama alışmak biraz zaman alabileceğinden bazı kişiler uyku sorununu yaşayabilir. Orgon'nu başta uyumanız zorlaştığını fark ederseniz, enerjiye alışana dek yatak odasından uzak tutun. Canlılık kazandırdığı için ilk zamanlarda yatak odasına koymayın. Uzun vadede, iyi uyumanızı sağlayacaktır. Bir çok kişi benimle kronik uykusuzluğun orgonit yardımıyla sona erdiğini paylaşmıştır.

- Ruhsal büyüme. Elektromanyetik kirlilik temizlendiğinde ruhsal çalışmalar daha kolaylaşacaktır. Öyle görünüyor ki, orgonit elekro manyetik kirliliği kendi başına azaltmıyor, bunun yerine vücudunuzu zararlı etkilerinden koruyor.

- EMF koruması sağlar. Elektromanyetik radyasyona karşı çok hassas EMF yayan cihazların etrafına daha fazla orgonit (buzdolabınız, bilgisayarınız, televizyonunuz, saatli radyo, vb.) yerleştirmeniz gerekebilir, ancak birçok insan bana basit bir orgonit ile bile rahatlama hissettiğini yazmıştır.

- Enerji harmonizasyonu; orgonit piramitleri negatif enerjiyi pozitif enerjiye dönüştürme özelliğine sahiptir. Bu süreç uyumlu ve dengeli bir ortam yaratılmasına yardımcı olur. Birçok orgonit kullanıcısı, orgonit piramidi olan bir odada kendilerini çok daha sakin hissettiklerini iddia ediyor.

- Negatif enerjiye karşı koruma; birçok insanın, çevrelerindeki negatif enerjiden korunmak için orgonit piramidi kullanmayı tercih etmesinin başlıca nedenlerinden biri. Kullanılan kristaller koruma amaçlı kristallerdir.

- Stres azaltma; orgonit piramitlerinin kullanıcıları sıklıkla bu cihazların varlığının stres ve kaygıyı azaltmaya, rahatlamayı ve genel olarak iyi olma hissini artırmaya yardımcı olabileceğini iddia eder.

- Pozitif enerjinin arttırılması; orgonit piramitler pozitif bir enerji alanı yaratarak evinizi negatif enerjiden temizler ve onu pozitif enerjiyle değiştirir.

- Bitki büyümesini artırın; birçok kişi, bitkilerin orgonit piramidine yakın olduklarında büyük fayda sağladığını bulmuşlardır. Bunun nedeni muhtemelen orgonitin uyumlu bir enerji alanını teşvik edebilmesi ve bunun da bitkiler de dahil olmak üzere canlı organizmaların refahını arttırabilmesidir.

TİBET ÇANAĞI

Tibet Çanağı Nedir?



Çanağa bir tokmakla vurulduğunda veya ovulduğunda rahatlatıcı bir ses çıkaran yuvarlak, metalik bir kasedir. Tipik olarak bakır, gümüş ve altın dahil olmak üzere metallerin bir karışımından yapılırlar. Kaselerin düz bir tabanı ve içe doğru sivrilen geniş bir kenarı vardır, bu da sesin yankılanmasını ve yankılanmasını sağlayan benzersiz bir şekil oluşturur.

Geleneksel olarak çanaklar, birlikte eritilen ve daha sonra dövülerek şekillendirilen metallerin bir kombinasyonu kullanılarak elle yapılırdı. Süreç sevgi dolu bir emekti ve her çanak kendi bireysel sesi ve karakteriyle benzersizdi.

Her biri kendine özgü ses ve titreşime sahip çeşitli türde şarkı söyleyen çanaklar vardır. Klasik Tibet çanakları, hem hissedilebilen hem de duyulabilen derin, yankılanan tonlarıyla belki de en bilinenleridir.



Kristal çanaklar ise kuvars kristalinden yapılmıştır ve vücut ve zihin üzerinde güçlü bir iyileştirici etkiye sahip olduğu söylenen parlak, net bir ses üretir. Japon rin gongları, zihni temizlemek ve odaklanmayı ve konsantrasyonu teşvik etmek için mükemmel olan tiz sese sahip başka bir tür çanaktır.

Çanağın boyutu ve kalınlığı da ses kalitesini etkiler; daha büyük, daha kalın çanaklar daha derin, daha rezonanslı bir ses üretirken, daha küçük, daha ince çanaklar daha yüksek, daha hassas bir ses üretir.

Hangi tür şarkı söyleme kasesini seçerseniz seçin, hepsinin ortak bir noktası vardır: rahatlamayı teşvik etmek, stresi azaltmak ve hayatınıza iç huzur ve sakinlik duygusu getirmek için güçlü bir araçtır.

Tibet Çanağın Tarihçesi

Çanakların kökenleri Nepal, Tibet ve Hindistan'ın Himalaya bölgelerinden eski zamanlara kadar uzanıyor. Başlangıçta meditasyon ve dua da dahil olmak üzere dini ve manevi uygulamalarda kullanıldılar ve iç huzur ve şifa getirdiğine inanılıyordu.

Tibet sözlü geleneğine göre çanakların varlığı, tarihi Buda Sakyamuni (MÖ 560 – 480) zamanına kadar uzanır. Gelenek, Buda'nın öğretileriyle birlikte, M.S. 8. yüzyılda büyük tantrik üstadı Padmasambhava tarafından Hindistan'dan Tibet'e getirildi.

Zamanla çanaklar daha yaygın hale geldi ve popülerlikleri tüm dünyaya yayıldı. Bugün ses terapisi, yoga ve diğer sağlıklı yaşam uygulamaları için değerli bir araç olarak kabul ediliyorlar.



Fiziksel ve Ruh Sağlığına Faydaları

Çanaklar, yaşam kalitenizi önemli ölçüde artırabilecek çok sayıda fiziksel ve zihinsel sağlık faydasıyla ilişkilendirilmiştir. Yukarıda belirtilen faydalara ek olarak, çanakların sağlığınızı ve refahınızı olumlu yönde etkileyebileceği başka yollar da vardır.

Çanakların sesi ve titreşimleri odaklanmayı ve konsantrasyonu artırmaya yardımcı olabilir. Zihninizi rahatlama durumuna getirerek, elinizdeki göreve daha iyi odaklanabilir ve üretkenliğinizi artırabilirsiniz.

Araştırmalar, ses terapisinde çanakların kullanılmasının kan basıncını düşürmeye yardımcı olabileceğini göstermiştir. Çanaklardan gelen titreşimler, vücudun rahatlamasına ve gerginliğin azalmasına yardımcı olabilir, bu da kan basıncı seviyelerinin düşmesine neden olabilir.

Çanakların sesi ve titreşimleri de enerji seviyelerinin artmasına yardımcı olabilir. Vücudun doğal enerji merkezlerini uyararak gün boyu kendinizi daha uyanık ve odaklanmış hissedebilirsiniz.

Sindirime yardımcı olduğu gösterilmiştir. Çanaklardan gelen titreşimler sindirim sistemini uyarmaya yardımcı olarak besinlerin daha iyi sindirimini ve emilimini teşvik edebilir.

Çanakların sesi ve titreşimleri de yaratıcılığın artmasına yardımcı olabilir. Zihninizi sakinleştirerek ve stresi azaltarak yaratıcı potansiyelinizi ortaya çıkarabilir ve kalıpların dışında düşünme yeteneğinizi geliştirebilirsiniz.



Meditasyonda çanakların kullanılması da kişisel farkındalığın artmasına yardımcı olabilir. Odağınızı içe doğru getirerek ve düşünceleriniz ve hisleriniz konusunda daha dikkatli davranarak, kendiniz ve duygularınız hakkında daha derin bir anlayış geliştirebilirsiniz.

Sakinleştirici etkisi, aynı zamanda ilişkilerin iyileştirilmesine de yardımcı olabilir. Stresi azaltarak ve rahatlamayı teşvik ederek daha etkili iletişim kurabilir ve etrafınızdakilerle daha güçlü bağlantılar kurabilirsiniz.

Çanakları kullanmanın, kişisel gelişime ve kendini keşfetmeye yardımcı olabilecek derin manevi ve duygusal faydaları olabilir. Bu çanaklar, fiziksel faydalarının yanı sıra yüzyıllardır iç huzuru, duygusal dengeyi ve ruhsal gelişimi teşvik etmek için de kullanılmıştır.

Çakra Dengeleme ve Enerji Temizleme

Çanaklar genellikle çakra dengeleme ve enerji temizleme uygulamalarında kullanılır.



Çanaklar vücudun üzerine veya yakınına yerleştirilir ve bir tokmakla vurularak vücudun enerji merkezlerinin yeniden hizalanmasına ve dengelenmesine yardımcı olabilecek derin, rezonanslı bir ses üretilir. Bu, genel refahı artırabilir, içsel netliği artırabilir ve duygusal dengeyi geliştirebilir.

Çanakların vücuttaki farklı çakralara karşılık geldiğine inanılıyor ve uygulayıcılar belirli çanaklar kullanarak vücudun belirli bölgelerini hedefleyebilir, iyileşmeyi ve dengeyi destekleyebilirler. Örneğin kök çakra topraklanma ve istikrarla ilişkilidir, kalp çakrası ise sevgi ve şefkatle ilişkilidir.

Meditasyon ve Farkındalık

Çanakların ürettiği ses titreşimleri meditasyon ve farkındalık uygulamalarına da yardımcı olabilir. Uygulayıcılar seslere ve hislere odaklanarak daha derin bir rahatlama ve iç huzur durumuna ulaşabilirler. Çanaklar sakinleştirici bir atmosfer yaratmak, zihni susturmak ve huzur duygusunu geliştirmek için kullanılabilir.



Meditasyon sırasında çanaklar sürekli veya aralıklı olarak çalınabilir ve uygulayıcıların odaklanmalarına ve mevcut olmalarına yardımcı olabilecek rahatlatıcı bir arka plan sesi yaratılabilir.

Titreşimler aynı zamanda vücudun her yerinde hissedilebilir ve meditasyon deneyiminin derinleşmesine yardımcı olabilecek fiziksel bir his sağlar.

Ruhsal Uyanış®

SOSYAL MEDYALARIMIZ

TELEGRAM

YOUTUBE

YOUTUBE2

İNSTAGRAM

FACEBOOK

FACEBOOK2

SATIŞ SİTESİ

TANUH ACADEMY®