





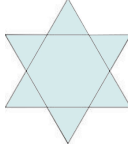




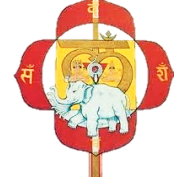



Simbol	Jantra	Ime	Simbolika/ Životinja/ Božanstvo	Boja	Element Simbol/ Nebesko telo	Lokacija/ Kšetram	Bidža mantra	Tanmatra/ Gjan indrija/ Karma indrija	Vežba/ Granthi	Guna/ Antah karana/ instinkt	Prana	Koša/ Loka	Ključne reči
		Saha srara – lotosov cvet sa hiljadu latica	Lotosov cvet sa bezbroj latica			Sredina temena, na samom vrhu						Anandamaja koša <i>Satja loka</i>	Jedinstvo svesti i prane Nirvana Samadi Kaivalja
		Bindu Bind - podeliti, razdvojiti Bindu Visargha – kapljanje kapi	Mesečev srp u vedroj noći, proces sticanja individualnosti, noćno nebo simbolizuje beskonačnost Sahasrara iznad Bindua			Na vrhu potiljka Povezan je sa Višudhi čakrom i Lalana centrom			Murča pranajama i Vađroli ili Sahađroli mudra, Bhramari pranajama i Joni mudra			Anandamaja koša <i>Satja loka</i>	Izvor kreacije Razdvajanje jedinstva u mnoštvo Centar bez dimenzija
		Agja – naredba, znati	Lotos sa 2 latice, unutra je krug - šunija, u krugu je obrnuti trougao, iznad crni Šivalingam, znad su simbol Om, mladi Mesec i Bindu/ bog Paramšiva, boginja Hakini			U mozgu, iza tačke između obrva, epifiza/ Prostor između obrva <i>Bhramadhija</i> ili <i>Trikuti</i>	Om ॐ	Um	Šambavi mudra, Trataka/ <i>Rudra granthi</i>	Satva/ Buddhi		Vigjanamaja koša ili Karana Šarira <i>Tapa loka</i>	Budhi Vairagija Sankalpa
		Višudhi – čišćenje, centar pročišćenja, mesto čistoće	Lotos sa 16 latica sa samoglasnicima, unutra je beli krug, simbol etra, beli slon sa 7 surli/ bog Sadašiva, boginja Šakini		Akaša Eter, Beli krug/ Jupiter	U vratnom spletu nerava, iza grlene jamice/ Grlo, tiroidna žlezda <i>Kantha</i>	Ham ॐ	Šabda tanmatra/ uši/ glasne žice	Đalandara bandha, Khečari mudra, Uđaji pranajama, Viparita karani	Satva/ Buddhi/ strah od gubitka identiteta	Udana, gornji dah, grlo, gutanje, lice, govor	Vigjanamaja koša ili Karana Šarira <i>Dana loka</i>	Jednako prihvatanje dobra i zla, oslobođenost od raga i dveša
		Anahata – neudaren, zvuk bez početka i kraja, Šabda Brahman, večni kosmički zvuk	Lotos sa 12 latica, znaci zodijaka, heksagram-jedinstvo Šive i Šakti ili mesto susreta Nivriti marg i Pravriti marg, Akhandā doti, večni plamen u heksagramu, crna antilopa/ bog Iša i boginja Kakini		Vaju Vazduh, Plavo-sivi heksagram/ Saturn	Unutrašnja strana kičme, na nivou srca/ Područje grudi, <i>Hridajakaša</i>	Jam ॐ	Sparša tanmatra/ koža/ šake	Bhramari pranajama, Ađapa đapa meditacija/ <i>Višnu granthi</i>	Radžas/ Spavanje (Nidra)	Prana, toraks, respiratorni organi, dah koji ulazi	Manomaja koša <i>Maha loka</i>	Saosećanje Talenat Ideali Puls života
		Mani pura Mani – dragi kamen; Pura – grad	Lotos sa 10 latica, blistavo Sunce u obrnutom crvenom trouglu, životinja ovan kao simbol dinamizma i istrajnosti/ boginja Lakini, bog Rudra		Agni/Tedžas Vatra, Crveni obrnuti trougao/ Sunce i Mars	Na nivou pupka, na kičmenom stubu/ Područje pupka – <i>Nabhi čakra</i>	Ram ॐ	Rupa tanmatra/ oči/ stopala	Agnisara krija, Uđijana bandha, Nauli	Radžas/ Žudnja za nečim (Ahara)	Samana, srednji dah, između srca i pupka, asimilacija prane	Pranamaja koša <i>Svah loka</i>	Gordost/ Mesto buđenja Kundalini
		Sva dhisthana Sva – sopstveno; Dhisthān – boravište	Osim lotosa sa 6 latica, tu je i lotos okrenut ka unutra, beli mesečev srp, Makara – bela mitska životinja krokodil- riba, predstavlja prebivalište i dinamiku nesvesnog/ boginja Rakini, bog Višnu		Apas Voda, Beli mesečev srp/ Mesec i Venera	Vrh repnog dela kičme/ Pubična kost	Vam ॐ	Rasa tanmatra/ jezik/ polni organi	Ašvini mudra, Vađroli ili Sahađroli mudra	Tamas/ Strah (Bhaja)	Vjana, po celom telu, kruženje hranljivih sastojaka	Pranamaja koša <i>Bhuvaha loka</i>	Želje Strahovi Depresivno- anksiozna stanja uma/ Boravište Kundalini
		Mula dhara Mula – izvor, koren; Adhara – osnova	Lotos sa 4 laticе, u žutom kvadratu je crveni trougao sa vrhom na dole – Šakti, energija plodnosti, Šivalingam, Airavata, sivi slon sa 7 surli, tkivnih omotača tela /boginja Dakini, bog Brahma		Prithvi Zemlja, Žuti kvadrat/ Merkur	Ulaz u uterus sa zadnje strane kod žena, kod muškaraca perineum	Lam ॐ	Gandha tanmatra/ nos/ anus	Vađroli ili Sahađroli mudra, Mula bandha, Ašvini mudra Nasikagra drišti/ <i>Brahma granthi</i>	Tamas/ Seksualni instinkt (Maithuna)	Apana, dah koji izlazi, ispod pupka, organi male karlice	Annamaja koša <i>Bhuh loka</i>	Nesigurnost Instinkti Materijalno/ Sedište Kundalini