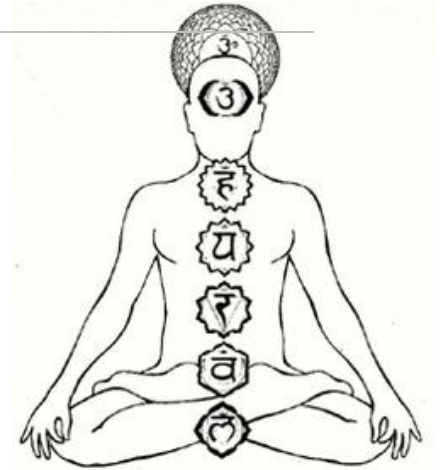


Chakra

Según el hinduismo y algunas culturas asiáticas, los **chakrás** son seis o siete centros de energía (invisible e inmensurable) situados en el cuerpo humano.

La palabra sánscrita chakrá significa ‘rueda’ o ‘círculo’.

- cakra, en el sistema AITS (alfabeto internacional para la transliteración del sánscrito).
- चक्र, en escritura devanagari del sánscrito.
- Pronunciación: /chakrá/.
- Etimología: proviene posiblemente de la raíz sánscrita char: ‘moverse [las personas, los animales, el agua, los barcos, los astros]’; o de la raíz sánscrita kri: ‘’ (según Pánini(6.1.12) y el Kashiká-vritti).

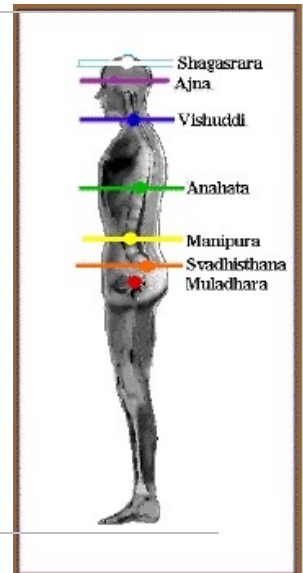


Localización de los siete chakrás en el cuerpo humano

Seis chakrás

Según el Sanskrit-English Dictionary del británico Monier Monier-Williams (1819-1899), los chakrás no son siete sino seis:

1. mula-adhará (‘sostén de la raíz’), la zona cerca del ano.
2. sua adhishtana (‘su-propio lugar-de-estar’), la región umbilical.
3. maní-pura (‘joya-ciudad’), la punta del estómago o epigastrio.
4. an-ajata (‘no-herido’ o ‘no-golpeado’), la raíz de la nariz.
5. vi-shuddha (‘muy puro’), el hueco entre los senos frontales (dentro de la nariz).
6. agña-akhia (‘conocer por el entendimiento’), el bregma (unión de las suturas coronal y sagital, en el cráneo); en esos huecos se supone que existen varias facultades y divinidades.



Orígenes y desarrollo

En dos antiguos Upanishad hinduistas —el Yoga-kundalini-upanishad (siglo II d. C.) y el Yoga-tattva-upanishad (siglo XV d. C.) se menciona fugazmente a los chakrás.

También en la creencia vashraiana del budismo tibetano (aproximadamente de la misma época) también se los menciona.

Hay otros varios modelos de chakrás en otras tradiciones, incluyendo la medicina china, la cábala judía y el sufismo islámico.

En Occidente

A fines del siglo XIX, la teosofía —en su acercamiento al hinduismo— mostró un creciente interés por los chakrás. Hay una extensa literatura acerca de estos temas, sin ningún fundamento científico.

En la creencia teosófica tántrica tiene importancia un libro muy detallado, escrito por Arthur Avalon (nombre artístico del británico John Woodroffe), titulado The Serpent Power (El poder de la serpiente, en español),⁴ que dice ser la traducción de dos textos hindúes desconocidos: el Shat-chakrá-nirupana (‘apariencia de los seis chakrás’) y el Padaka-panchaka.

A fines del siglo XIX, Woodroffe —pese a sus posturas preternaturalistas— suponía que los chakras se correspondían en gran medida con los plexos nerviosos. Otros han supuesto una relación con algunas glándulas endocrinas, por lo que atribuyen a la ejercitación de los chakras la generación de algunas hormonas.

Muchos creen en la existencia real (aunque «espiritual») de estos elementos. Mircea Eliade le llama «fisiología sutil». Otros opinan que los chakras son meras alegorías para practicar una especie de autohipnosis yóguica, a fin de lograr el samadhi (conocido también como «enstasis», según Eliade, o «isolación», según Oursel).

Estas ideas fueron desarrolladas por el controvertido C. W. Leadbeater en su libro *Los chakras*, que se refiere a su propia reflexión sobre el tema. Después, muchos escritores contemporáneos han escrito su opinión acerca de los chakras con grandes detalles (que generan una impresión de verosimilitud), incluyendo la razón de su apariencia y sus variadas funciones.

Los chakras se encuentran en los cuerpos sutiles del ser humano, llamados *kāma rupa* ('forma del deseo') o *linga sharira* ('cuerpo simbólico').

Su tarea sería la recepción, acumulación, transformación y distribución del prana ('aire' dentro del cuerpo, que en Occidente no se considera un gas sino una forma de energía invisible e inmensurable).

Los chakras se describen alineados desde la base de la columna vertebral, o, más exactamente en un nadi central a lo largo del raquis y hasta la mollera o vértex, llamada *abadhuti*. En el chakrá *muladhara* (en el ano) yacería dormida la serpiente *Kundalinī* (invisible e inmensurable).

El propósito del yoga tántrico es elevar esta serpiente invisible a través del canal central pasando por los chakras, hasta lograr que se una con Brahman (el dios abstracto) en el chakrá superior.

Los chakras son parte de una «doctrina emanacionista» como la cábala en Occidente.

Investigaciones recientes en Bioenergética

Se han realizado Investigaciones en Europa, Asia y América para probar su existencia y función biológica.

Diferentes Interpretaciones de los resultados

De la Investigaciones, se han obtenido diferentes conceptos acerca de los chakras y su relación con los meridianos energéticos y los nadis, considerando a los Chakras como los nadis mayores, y a los puntos de acupuntura de los meridianos como nadis menores.

Las técnicas de medición más utilizadas que incluyen tecnología son:

- Electro Escaneo Dermal y Dermal Computarizado.
- GDV-Kirlian.
- El sistema ECCOR.

Se ha postulado que los chakras pueden estar activados positiva y negativamente, así como desactivados. La activación de los chakras y su positivización puede ser lograda por propia intención o con la ayuda de terapia energética.

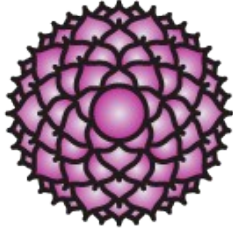
El séptimo chakrá

En las prácticas contemporáneas occidentales se considera que hay un séptimo chakrá, el *Sajasara* ('mil-rayos [de una rueda]'), con la forma de una flor de loto invertida, que se encuentra en la cabeza. Este por ser el último, se considera a veces el más importante o a veces el menos importante.

Los siete chakras

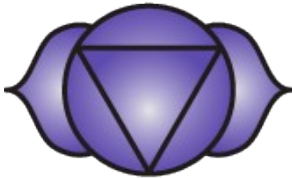
A cada chakrá se le asignaría un color; son visualizados como flores de loto con distinta cantidad de pétalos en cada chakrá. Cada uno de estos centros se asemejaría a una flor abierta y poseería ciertos colores.^[cita requerida] Asignar los siete colores de la luz visible a los siete chakrás, y en el mismo orden en el que aparecen en el espectro (rojo para el primer chakra, naranja para el segundo, amarillo para el tercero, etc.) es una mera conjetura occidental que no tiene base alguna en la tradición yóguica o tántrica, ni en la experiencia de los yoguis, ni en las representaciones pictóricas tradicionales de Oriente.

7: Sajasrara chakrá



El *sajasra-ara* es el chakrá del sentido, el chakrá maestro que controla a los demás. Simbolizado por un loto con mil pétalos, se localiza —completamente invisible— encima de la cabeza, fuera del cuerpo.

6: Agñá chakrá



El *agñá chakrá* se relaciona con la glándula pineal. Agñá es el chakrá del tiempo, la percepción y luz. Simbolizado por un loto con dos pétalos.

5: Vishuddha chakrá



El *vishuddha chakrá* se relaciona con la comunicación y el crecimiento; siendo el crecimiento una forma de expresión. Simbolizado por un loto con dieciséis pétalos. Cuando el practicante (yogui) envía la energía kundalini a este chakrá, desarrolla *siddhis* (poderes extrasensoriales). Los occidentales creen que este chakrá está relacionado con la tiroides, una glándula en la garganta que produce distintas hormonas responsables del crecimiento y el desarrollo.

4: Anajata chakrá



El *An-ajata chakrá* se relaciona con la emoción, la compasión, el amor, el equilibrio y el bienestar. Simbolizado por un loto de doce pétalos.

3: Manipura chakrá



El ***manipura chakrá*** se encuentra en el plexo solar, su elemento es el fuego, fortalece nuestra voluntad y fuerza. Es donde con fuerza controlamos nuestras grandes emociones y a kundalini, para ser depositada en el chakra del amor; se relaciona con la digestión. Simbolizado por un loto de diez pétalos.

2: Suadhithana chakrá



El ***suadhithana chakrá*** se relaciona con la sexualidad y la creatividad. Simbolizado por un loto de seis pétalos. Se relacionaría con los testículos. Según los occidentales también se relacionaría con los ovarios de la mujer.



1: Muladhara chakrá



El ***muladhará chakrá*** (‘sostén de la raíz’), se representa con un loto de 4 pétalos y se encuentra en la zona cerca del pubis.

Características de cada chakrá

Las propiedades asociadas usualmente a cada chakrá incluyen:

chakrá	color	funciones	elemento asociado	dios	mantra	símbolo
Sajasarara, सहस्रार en la coronilla	Blanco o violeta; puede adquirir el color del chakrá dominante	trascendencia, conexión con la divinidad	El espacio	Parama Shivá	om	
Agñá, अज्ञा tercer ojo	indigo o añil	intuición, percepción extrasensorial	La luz	Shambhú	ksham	

Vishuddha,
विशुद्ध
en la garganta

azul

el habla, la
autoexpresión y el
crecimiento

El éter

Sada Shivá

jam



Anajata,
अनाहत
en el corazón, verde
en los
pulmones

verde

devoción, amor,
compasión, sanación

El aire

Isha

iam



Manipura,
मणिपूर
en el plexo
solar

amarillo

mente, poder,
control, libertad
propia

El fuego

Rudra

ram



Suadhithana,
स्वाधिष्ठान
en el hueso
sacro

naranja

emoción, energía
sexual, creatividad

El agua

Vishnú

vam



Muladhara,
मूलाधार
en la próstata

rojo

instinto,
supervivencia,
seguridad

La tierra

Brahmā y Ganesh *lam*

