

## CHAKRAS

La palabra Chakra es sánscrita (lenguaje sagrado tibetano) y significa "rueda".

Los chakras son centros vitales del ser humano.

Los chakras actúan en todas las personas pero su color, intensidad y movimiento varía de una persona a otra según sea su grado de desarrollo espiritual.

A continuación las características de cada uno de los Chakras:

### PRIMER CHAKRA

Es el chakra de la base o de la raíz, por lo que está relacionado con nuestra existencia terrenal a nivel propiamente físico y con el tacto. Se relaciona con el nivel de la consciencia que nos permite sobrevivir en el mundo, por lo tanto, con todo lo que es material, sólido y corpóreo, no solo con nuestra energía física, sino también a nivel cuantitativo, así como con nuestro deseo de vivir en el mundo físico.

Cuanto más abierto, vital y activo se mantenga este chakra, más alta será nuestra energía física y más arraigados estaremos viviendo la vida con determinación y constancia. Por el contrario es el chakra que se relaciona con todos los miedos ligados a la supervivencia: desde la comida al aire, al agua y, en la sociedad contemporánea, a la falta de dinero, a la pérdida del trabajo, a todo lo que podría amenazar nuestra existencia.

Es el chakra del principio de nuestro crecimiento, que no podemos dejar de explorar a fondo y de aceptar e iluminar, si queremos iniciar justamente, un camino de crecimiento y de evolución espiritual.

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| NOMBRE                        | Muladhara ("centro de la raíz", centro coxígeo)  |
| COLOR                         | rojo   |
| ELEMENTO                      | tierra   |
| NOTA                          | Sol (clave de bajo); otros indican el Do   |
| MANTRA                        | Hum  |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 4  |
| UBICACION                     | en la base de la columna vertebral   |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | glándulas subrenales, columna vertebral, riñones,<br>vejiga, parte terminal del intestino. |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Todas las piedras rojas. Granate, Rubí, Jaspe rojo, Piedra de sangre o Hematita, etc.      |

### SEGUNDO CHAKRA

Es el remolino de la perpetuación de la especie y, por lo tanto, de la reproducción. Consiguientemente es la fuente de la energía y del placer sexual. Anima a la búsqueda creativa del placer material y de las cosas bellas, del arte y de las emociones. Es el chakra del movimiento, de la expansión y de la intuición emotiva. Pero también contiene todos los miedos y fantasías negativas relacionadas con la sexualidad.

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| NOMBRE                        | Svadhishthana ("dulzura"), centro púbico-plexo sacro   |
| COLOR                         | naranja  |
| ELEMENTO                      | agua   |
| NOTA                          | Re   |
| MANTRA                        | Svam   |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 6  |
| UBICACION                     | a la altura del ombligo y las vértebras sacras   |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | gónadas, órganos reproductores, nervio ciático   |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Todas las anaranjadas. Ambar (es resina fosilizada y puede tener una tonalidad entre amarillo intenso o anaranjado), Agata cornalina, Opalo de fuego, Jaspe anaranjado, etc. |

### TERCER CHAKRA

Es el chakra de la mente racional, de la vitalidad, de la voluntad, de la acción, del poder y, en su aspecto posterior, de la autocuración. Poderoso y solar, nos revela nuestro derecho a existir y nuestra situación en el Universo, promoviendo la autoaceptación. Si el chakra no está armonizado puede alimentar nuestro sentimiento de inferioridad, disminuyendo nuestra capacidad mental real, como la lógica y la racionalidad, aumentando en consecuencia la confusión y el sentimiento de inseguridad.

Puede ocurrir que alimente nuestra voluntad de poder, de posesión, y por consiguiente, de prepotencia en nuestra relación con los demás, en lugar de obtener lo que buscamos y de destacar.

Es el chakra que se relaciona con nuestro ego más directamente y que extrae también mucha energía de los dos primeros.

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| NOMBRE                        | Manipura ("gema brillante"), plexo solar-diafragma   |
| COLOR                         | Amarillo   |
| ELEMENTO                      | Fuego  |
| NOTA                          | Mi   |
| MANTRA                        | Ram  |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 10   |
| UBICACION                     | Plexo solar-cúpula del diafragma   |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | Páncreas, hígado, vesícula biliar, bazo, estómago,<br>Duodeno, colon transversal, intestino delgado. |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Todas las piedras amarillas o doradas: Topacio, Ambar, Citrino, etc.                                 |

### CUARTO CHAKRA

Es el chakra del medio, el puente, la fragua alquímica que transforma y hace compatibles las energías de los tres primeros chakras, haciéndolas subir y de los tres últimos, haciéndolas bajar. Nos permite amar en sentido total y sin condiciones. Cuando está abierto y en activo, nos relacionamos con todo y con todos, conscientes de la unidad del todo, siendo capaces de dar amor sin necesidad de esperar nada a cambio.

En su visión posterior, representa la voluntad de nuestro yo en las relaciones con el mundo exterior, unida a la voluntad divina. Cuando está abierto nos confiere una visión armónica de lo que nos rodea y, por lo tanto, nos sentimos capaces de manifestar actitudes positivas respecto a nuestras acciones, considerando a los demás como sostén de lo que estamos haciendo.

"Solo si este chakra está abierto y en activo somos capaces de emitir energía curativa".

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| NOMBRE                        | Anahata ("no afectado todo"), plexo cardíaco-escapular   |
| COLOR                         | Verde y color completamente rosa   |
| ELEMENTO                      | Aire   |
| NOTA                          | Fa   |
| MANTRA                        | lam  |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 12   |
| UBICACION                     | En la zona del corazón, entre los dos pezones  |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | Timo, corazón, bronquios y aparato respiratorio,<br><br>Nervio vago  |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Todas las verdes y rosas. Cuarzo (verde y rosa), Turmalina (verde, rosa, corazón de sandía), Jaspe verde, Kuncita, Crisopasa, Peridoto, Olivino, Venturina, Amazonita, Agata musgosa, etc. |

## QUINTO CHAKRA

Es el chakra de la comunicación, del sonido y de la vibración, de la capacidad de recibir y asimilar, así como de la expresión de la propia personalidad en la sociedad y en el trabajo. Se relaciona con el gusto, el oído y el olfato. Si el quinto chakra está abierto y activo, somos conscientes de la responsabilidad de nuestra alimentación en todos los sentidos, desde la satisfacción de nuestras necesidades materiales hasta las espirituales, y comprendemos entonces que somos nosotros los responsables directos de todo cuanto recibimos y de cuanto asimilamos. Si este chakra es inarmónico, aparece el temor por lo negativo y, por lo tanto, nos cerramos a la posibilidad de recibir y asimilar, volviéndonos potencialmente agresivos. En su aspecto posterior, la inarmonía del chakra provoca la aparición del miedo al fracaso en la vida social y laboral. Además facilita el nacimiento del complejo de víctima, el atrincheramiento en nuestro orgullo como defensa ante frustraciones reales o imaginarias, así como cerrarnos a los contactos con los demás por miedo a ser rechazados. Vishuddha es el chakra de la purificación y de la comunicación, que es sonido y vibración.

|        |  |
|--------|--|
| NOMBRE | Vishuddha ("purificación"), centro de la garganta-cervical |
| COLOR  | azul marino-azul celeste                                   |

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| ELEMENTO                      | éter  |
| NOTA                          | Sol   |
| MANTRA                        | Ham   |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 16  |
| UBICACION                     | garganta-cervical   |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | tiroides y paratiroides, garganta, amígdalas, laringe, cuerdas vocales, esófago, bronquios. |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Zafiro azul, Topacio azul, Turquesa, Aguamarina, Amazonita, Fluorita azul, Celestita, etc.  |

## SEXTO CHAKRA

Es el chakra del aspecto mental superior y de la visión superior, y suele ser denominado como el Tercer Ojo. Preside el sentido de la vista, la percepción, el orden y el conocimiento, utiliza la percepción extrasensorial.

Se asocia en su expresión anterior, a la facultad de visualizar y hacer comprensibles los conceptos intelectuales y, en su expresión posterior, a la facultad de actuación de estos mismos conceptos. Cuando es inarmónico nos encontraremos en una situación donde las ideas y los conceptos no se corresponderán con la realidad y, por lo tanto, nuestra capacidad de traducir las ideas en la práctica disminuirá o, peor aún, mantendremos ideas y conceptos equivocados, con las lógicas consecuencias para nosotros y los demás.

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| NOMBRE                        | Ajna ("conocimiento, percepción, orden"),<br>centro de la frente-nuca.   |
| COLOR                         | índigo-violeta   |
| ELEMENTO                      | luz  |
| NOTA                          | La   |
| MANTRA                        | Om   |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 96   |
| UBICACION                     | sobre la frente, entre el entrecejo y la nuca  |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | glándulas hipófisis y pituitaria, parte inferior del cerebro, ojo izquierdo, nariz.  |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Todas las azul oscuro o índigo. Azurita, Sodalita, Zafiro, Lapislázuli, Cianita, Fluorita y en general todas las de color azul oscuro o índigo ya sean traslúcidas u opacas. |

## SEPTIMO CHAKRA

Es el chakra que nos pone en contacto con nuestra parte más espiritual, con nuestro ser completo y con la realidad cósmica. Este es la Luz del Conocimiento y de

Consciencia, es visión global del Universo y, en nuestro camino de crecimiento, nos puede hacer alcanzar la serenidad espiritual del conocimiento universal total.

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| NOMBRE                        | Sahasrara ("mil pétalos"), centro de la cabeza                                     |
| COLOR                         | Violeta, blanco y oro  |
| NOTA                          | Si   |
| MANTRA                        | M  |
| NUMERO DE PETALOS O REMOLINOS | 1000 (972)   |
| UBICACION                     | en la parte más alta de la cabeza, donde se encuentra la coronilla.                |
| ORGANOS FISICOS AFECTADOS     | glándulas epífisis, pituitaria y pineal, parte superior del cerebro, ojo derecho.  |
| CRISTALES Y PIEDRAS           | Amatista, Fluorita, Calcita romboide, Cuarzo transparente, Cuarzo con Rutilo, etc. |

Selene 