

## Tus chakras: puntos de energía



Los chakras son vórtices (remolinos) esféricos en el cuerpo etérico que actúan como transmisores de energía. Tienen influencia en nuestra actividad en el plano físico a través del funcionamiento de las glándulas endocrinas (glándulas de secreción interna como la tiroides).

Estas glándulas afectan a nuestro funcionamiento corporal, al balance mental y a la integridad emocional. Dependiendo del uso que les demos a ellos y a nuestras energías serán constructivos o discordantes.

Nuestro cuerpo etérico tiene 7 chakras básicos. No existen chakras buenos o malos, todos son necesarios para las experiencias terrestres como para el mismo proceso de espiritualización. Voy a explicar la función de cada chakra por separado, pero no hay que olvidarse que funcionan como un todo. En ese todo está el equilibrio.

Cada chakra tiene una función dual, con excepción del primero y el séptimo. Los demás tienen una actividad mundana y otra espiritual.

### **Chakras Menores**

Existen cientos de puntos de energía dentro del cuerpo físico y alrededor de él, inclusive dentro de los vehículos mental, emocional y espiritual. Los más importantes de estos chakras estarían en las manos y en los pies.

### **Chakra Básico ó Primer Chakra**

El funcionamiento de este chakra determinará nuestra conexión con la tierra y la materia. Se encuentra a la altura de los genitales.

Suele llamárselo como el ancla del espíritu. Está relacionado con una sustancia (ubicada a lo largo de la columna vertebral) que mantiene al cuerpo en forma y cuando no funciona bien se presentan las enfermedades y el cuerpo empieza un proceso de deterioro.

Este chakra está asociado con el sexo. Es también el lugar donde más intensa energía hay en el cuerpo humano, aquella energía que nos permite generar vida.

Como todos los chakras se encenderá con el estímulo de la corriente espiritual. Cuando está muy activado la persona tendrá deseos de saciar su deseo a ese nivel. Cuando lo logra, el nivel de energía retrocede.

Posee 4 pétalos. Características positivas: Fortaleza, vigoriza el ánimo, anima el entusiasmo, estimula el sistema nervioso y otorga la resistencia, el esfuerzo y la constancia.

El mal uso determina el abatimiento físico y moral.

### **Chakra Esplénico ó Segundo Chakra**

Se encuentra a la altura del ombligo. Posee 6 pétalos.

Características positivas: Tiene influencia sobre el sistema nervioso y en la temperatura del organismo. Da una perfecta armonía en el cuerpo, la mente y las emociones. Su mal uso produce histerismo ó se buscan experiencias que reflejen intensidades de placer o de dolor.

### **Plexo Solar ó Tercer Chakra:**

Se encuentra en la boca del estómago. Posee 10 pétalos.

Tiene influencia sobre el aparato digestivo cuando están los 10 pétalos activados. Además da dominio sobre el subconsciente e ilumina la mente. Da cordura, enciende iniciativas y talentos, y desarrolla en alto grado la prudencia. Su mal uso o desequilibrio da necesidad a consumir azúcar, celos, imposibilidad a decir "no".

### **Chakra Cardíaco ó Cuarto Chakra**

Se encuentra a la altura del corazón. Este chakra es responsable de toda compasión y amor sin egoísmo, de la trascendencia y el discernimiento. Posee 12 pétalos.

Tiene relación directa con el rayo rosa. Cuando están todos los rayos activos estimula la vitalidad y actividad en el cerebro, tonifica el sistema glandular y activa la secreción interna.

Otorga la sabiduría Divina, la estabilidad, la perseverancia, la paciencia y el equilibrio mental ante el sufrimiento o el placer. Se empieza a ser más objetivo.

Su desequilibrio da sensación de vacío, el ser se vuelve prejuicioso.

### **Chakra Laríngeo ó Quinto Chakra**

Está centrado alrededor de la garganta. Influye en la expresión y la comunicación, el oído y la telepatía. Tiene 16 pétalos. Gobierna la tiroides, los aparatos bronquial y vocal, los pulmones, el canal alimenticio y el oído interno (la clarividencia). Este centro es responsable del rejuvenecimiento y la longevidad.

A niveles puramente físicos, las dolencias de este centro incluyen el vértigo, la anemia, alergias, fatiga y asma. Existe confusión y el ser se desintoniza.

### **Tercer Ojo ó Sexto Chakra**

Se encuentra en el entrecejo. Tiene 2 divisiones compuestas, cada una en 48 pétalos, o sea, un total de 96. Este centro pertenece al mundo del espíritu en donde residen los superiores y permanentes principios del hombre.

En el cuerpo físico, el tercer ojo gobierna la glándula pituitaria, el cerebro izquierdo, el ojo izquierdo, las orejas, nariz y el sistema nervioso en general. Cuando se activan todos los rayos, el individuo desarrolla la templanza, despierta ideas de dignidad, grandeza, veneración y sentimientos delicados, produce la clarividencia positiva.

Su despertar otorga la evolución espiritual y el dominio del espíritu sobre la materia. Su desequilibrio hace que el ser sea ilógico, demasiado intelectual, distraído, olvido, miedo al futuro.

### **Chakra Coronario ó Séptimo Chakra**

Se encuentra en la cabeza en la parte superior. Es el loto de mil pétalos, en el que se manifiesta ampliamente la Divinidad. El hombre se hace uno con su Intimo.

No entra en funcionamiento a menos que el individuo haya hecho un trabajo espiritual consciente. Es un chakra que vibra con altísima rapidez, hasta cubrir la parte superior de la cabeza pudiéndose ver en algunos casos un aura dorada.

Cuando se activan todos los rayos, el individuo por primera vez entiende que la creación no tiene límites y que es uno con su potencialidad. En este punto se convence que posee el poder de la transmutación.

La maestría a este nivel implicará la eventual trascendencia del propio Cuerpo Causal.

### **Pares**

El esplénico y el laríngeo trabajan juntos y pertenecen a la creatividad. El Plexo Solar y el Tercer ojo están relacionados con la visión y la inteligencia. El cardíaco y el Coronario expresarán dimensiones cósmicas. Cada chakra expresará la misma función en una frecuencia más baja.

Las enfermedades, están relacionadas también a la incapacidad de absorber, transmutar o integrar frecuencias energéticas. Cuando una energía entra en un chakra y se ve bloqueada, buscará expresarse mediante una disociación psicológica.

En cambio cuando una energía ya está dentro de un chakra pero se expresa de manera negativa se manifiesta eventualmente a través de problemas físicos.

### **Chakras Interdimensionales**

Existen cinco centros de energía fuera del cuerpo que están localizados en otras dimensiones del ser. Aunque existen en el presente son invisibles e inaccesibles a nuestros sentidos.

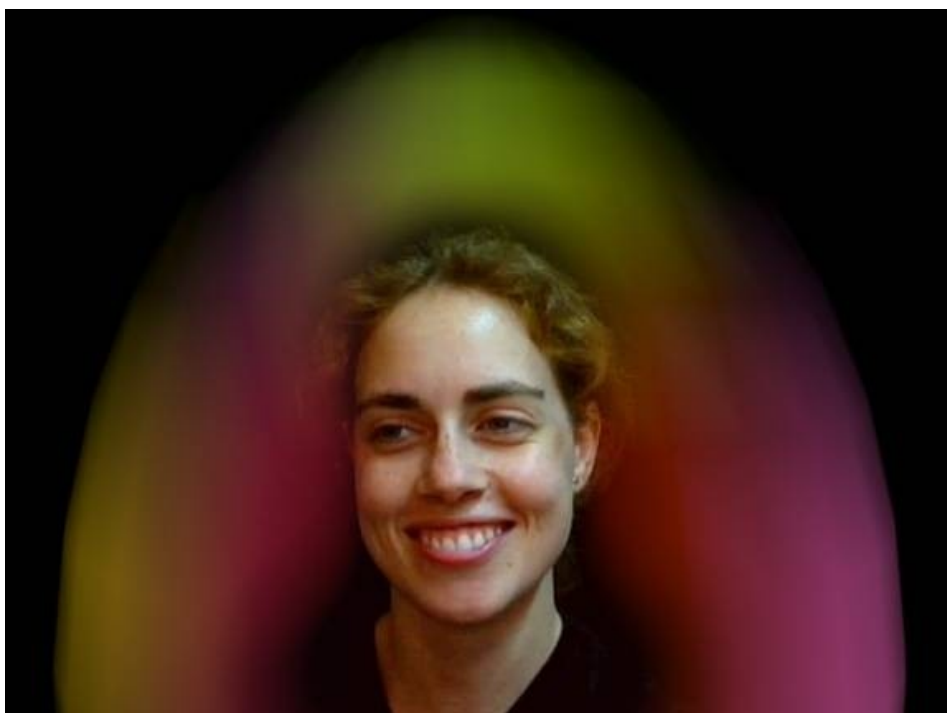
Estos chakras aparecen en pares. El primero estaría localizado a más o menos 30 cm. sobre la

cabeza y 30 cm bajo los pies; el segundo alrededor de 90 cm en ambas direcciones y el tercer par a un metro.

El cuarto y quinto par sobrepasaría nuestros conceptos tridimensionales y se extenderían hacia el infinito arriba y abajo. Cuando aumentamos nuestra vibración podemos percibirlos, sentirlos y ser partícipes de ellos.

Hay también un octavo, noveno, décimo, onceavo y doceavo chakra que operan con o sin nuestra participación consciente. Todos están ubicados por encima y por debajo del cuerpo.

Existen varias técnicas para el nivelamiento de nuestros centros, entre ellas la cromoterapia, ejercicios físicos, técnicas de visualización, etc. En realidad todas estas técnicas colaboran para que nuestros centros funcionen correctamente.



## QUÉ ES EL AURA?

La palabra "Aura" ha sido utilizada desde tiempos inmemorables para referirse a una aureola luminosa que rodea al ser humano, pero no fue hasta principios del siglo XX cuando pudo demostrarse científicamente, tal y como ya aseguraban numerosas tradiciones, que cada organismo vivo posee un campo electromagnético al que los científicos llaman "Bioenergía", y que se trata de una energía electromagnética (al igual que la luz eléctrica, los rayos del sol, etc.) dotada de ciertos componentes biológicos (Química Orgánica) que emite distintas ondas de luz según vibración.

Esta irradiación energética, que nosotros mismos emitimos como seres vivos, nos rodea permanentemente generando una luminiscencia imperceptible a simple vista que vibra a diferentes frecuencias en función de nuestro estado físico, mental y emocional de cada momento.

Esta emanación energética es particular y propia de cada individuo. Su captación o reproducción refleja el nivel energético del cuerpo y el estado interno de la persona, permitiendo de este modo interpretar de forma global su estado de salud, su estado anímico y su actividad mental en el momento presente, así como su tipo de personalidad a nivel general.

**Rojo Intenso:** Realista, Terrenal, Activo, Físico, Enérgico, Sencillo, Humilde, Escéptico.

**Rojo:** Activo, Enérgico, Vital, Competitivo, Emprendedor, Sexual, Apasionado, Escéptico.

**Rosado:** Cariñoso, Sensible, Tierno, Artista, Emocional.

**Anaranjado-Rojo:** Confianza en sí mismo, Creatividad física, Sexual, Emprendedor.

**Anaranjado:** Creativo, Aventurero, Valiente, Activo, Artista, Sensual.

**Anaranjado-Amarillo:** Analítico, Racional, Inteligente, Activo, Detallista, Perfeccionista.

**Amarillo:** Creativo, Inteligente, Juguetón, Optimista, Alegre, Divertido.

**Dorado:** Sabiduría, Conocimiento Interno, Mente Espiritual, Pensador.

**Amarillo-Verde:** Comunicativo, Creativo con el Corazón, Mental, Práctico.

**Verde:** Sociable, Comunicativo, Quiere a la gente, a los animales, la naturaleza.

**Turquesa:** Curandero, Terapeuta, Sensible, Paz, Tranquilidad, Compasivo.

**Azul:** Cuidador, Sensible, Cariñoso, Intuitivo, Emocional.

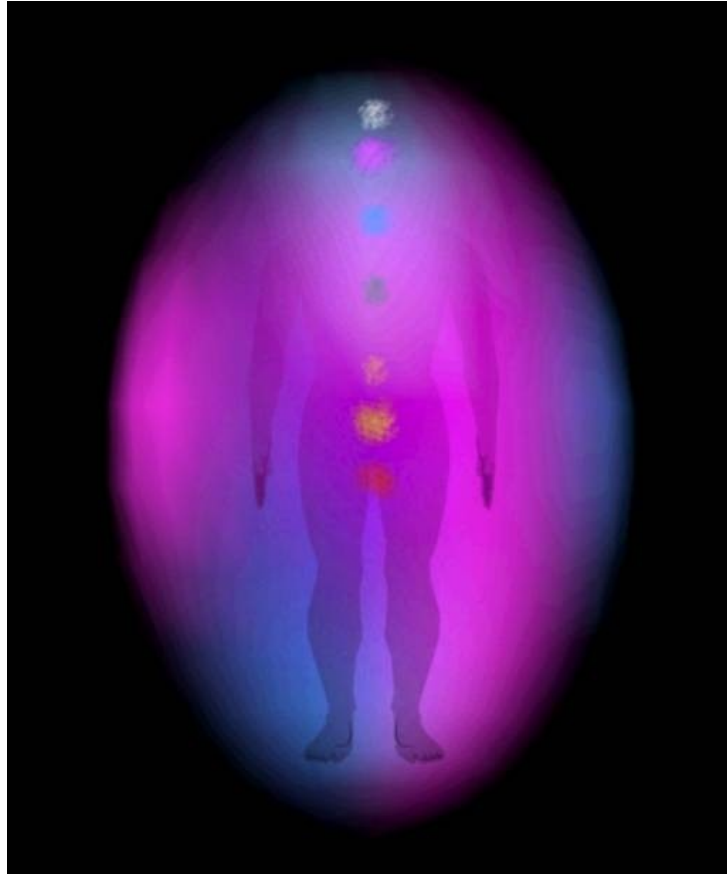
**Añil:** Intuitivo, Sensible, Artista, Espiritual, Idealista, Conciliador.

**Violeta:** Activo, Enérgico, Intuitivo, Artista, Sensual, Futurista, Idealista, Emocional.

**Lavanda:** Imaginativo, Visionario, Soñador, Etéreo, Sensible.

**Blanco:** Espiritual, Trascendente, Dimensiones Elevadas, Sanador, Conectado al Universo.

## LOS CHAKRAS



**LOS CHAKRAS** Los Chakras son 7 centros de energía distribuidos a lo largo de la columna vertebral que actúan como transmisores de energía regulando su flujo a través del cuerpo.

Cada chakra está relacionado con unas cualidades, órganos y aspectos concretos, por lo que su diámetro y luminosidad variará según el nivel de actividad y grado de conciencia en cada persona.

La energía puede quedar bloqueada en uno o varios chakras cuando de manera intuitiva y frecuentemente involuntaria lo cerramos para decidir cómo debemos sentir y asimilar lo que nos sucede en la vida, impidiendo de esta manera que la energía fluya a través del chakra con naturalidad, lo que puede terminar generando algún problema físico, psicológico o emocional.

Podríamos decir que los chakras forman un mapa de nuestro mundo interior que representa la relación existente entre uno mismo y la forma en cómo experimentamos la vida.

## TAMAÑO, FORMA Y CUALIDADES DE CADA CHAKRA:



**REDONDO** actividad del chakra equilibrada, armoniosa.



**OVAL** chakra ligeramente desequilibrado.



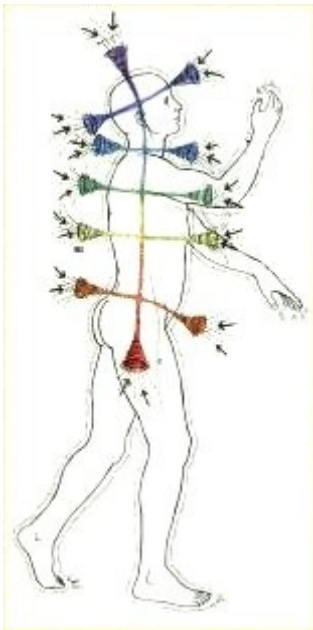
**GRANDE** demasiado activo, existe hiperactividad en el chakra.



**PEQUEÑO** no está suficientemente activo, energía baja en el chakra..

### ¿Qué es un chakra?

**Chakra** significa "rueda" en sánscrito. Los vedas utilizaron este término para denominar los centros energéticos del cuerpo humano. Hay siete chakras principales y varios secundarios que corresponden con los puntos de acupuntura. Cada uno de ellos se asocia con alguna de las glándulas endocrinas dentro del cuerpo físico.



### 1º - CHAKRA DE TIERRA

**Muladhara**



Este Chakra está localizado en la base de la columna vertebral y corresponde a la Energía Vital, la Actividad Física, la Auto-Confianza, el Asentamiento que tenemos en la tierra.

El Chakra de Tierra (o Chakra Raíz), está situado en la base de la columna vertebral, en el perineo. Es un chakra que rige lo material y lo físico. Proporciona la energía que necesitamos para nuestra supervivencia asegurando lo más básico como conseguir alimento, refugio y todo lo necesario para seguir vivos.

Este primer chakra se vincula con la energía de la tierra, es nuestra conexión física con el núcleo magnético de nuestro planeta donde la gravedad nos mantiene firmemente arraigados a la tierra. Está formado por la frecuencia de vibración más lenta del Sistema Energético y es también el chakra que tiene la energía más inconsciente de todos pero que a su vez, resulta imprescindible ya que crea la estructura y la base energética del cuerpo.

Resuena con el color rojo, que también tiene la vibración más lenta del espectro visible, y también se relaciona con el sentido del olfato. Sus cualidades son la paciencia, la aceptación, la seguridad, la estabilidad, la organización y el orden.

La energía de tierra representa la parte sólida de las cosas, lo tangible, es el asentamiento que tenemos en el mundo. El estado en que se encuentre este chakra reflejará el nivel de auto-confianza que poseemos y el grado de seguridad en uno mismo. Cuando la energía fluye libremente por este chakra se consigue mantener la calidad y la flexibilidad de la fuerza vital en los momentos de cambio, y existe una sensación sólida y decidida de que la vida es positiva. Por otro lado, su bloqueo energético puede producir dudas, abatimiento, miedos inconscientes, incapacidad para asentarse en la vida y una inclinación a los estados depresivos.

A nivel físico, el chakra de tierra rige los huesos (como estructura que soporta el cuerpo), los dientes, la sangre, los pies y el ano. También se relaciona con las glándulas suprarrenales ya que este chakra es el responsable de reaccionar en los momentos de peligro mediante la segregación de adrenalina.

**ACEITES ESENCIALES:** Cedro, Clavo de Especia, Ciprés, Mejorana, Mirra

**GEMAS Y MINERALES:** Ágata, Restañasangre, Granate, Rubí, Cuarzo pardo

**ZODÍACOS:** Tauro, Virgo, Capricornio

**PLANETAS:** Marte y Saturno

**PRINCIPIO:** La Entidad Física

**SÍMBOLO:** Loto de 4 pétalos

## 2º - CHAKRA DE AGUA

### Svadishtana

Este Chakra está localizado en la zona del sacro y corresponde a la Creatividad, las Emociones y la Sexualidad.

El Chakra de Agua (o del Sacro) está situado justo cuatro dedos por debajo del ombligo. Este chakra rige la procreación, el impulso sexual, las emociones y los sentimientos en general. Es el centro de la creatividad física, el placer, la sexualidad, la salud, la abundancia, la comodidad y el bienestar físico.

Aquí la energía sigue siendo bastante inconsciente y es en este centro energético donde se encuentran los apegos materiales y emocionales. Cuando las emociones se reprimen el cuerpo se hincha reteniendo la energía en forma de líquidos.

El equilibrio de este chakra está muy relacionado con la sensación de vacío o plenitud que cada persona percibe de su propia vida. Si sentimos que no tenemos lo suficiente de todo aquello que queremos, o que lo deseado no está a nuestro alcance, experimentaremos una sensación de carencia. Cuando esto sucede resulta habitual intentar llenar de forma inconsciente este vacío mediante diferentes sustitutivos como el exceso de comida, el sexo compulsivo, adicciones al tabaco, alcohol, juego, etc. Por tanto, su desequilibrio se

manifestará en actitudes de ansiedad, compulsión, vicios y trastornos emocionales.

Este chakra se relaciona con el sentido del gusto que, a su vez, influye en nuestro deseo de comer, de obtener placer, sensualidad y abundancia. Un sentido real del bienestar, del placer y de la abundancia es conocer realmente cuándo, qué y quién es suficiente para nosotros y saber aceptar nuestras limitaciones. Todo esto, junto con una dieta ligera y equilibrada, ayudará a descongestionar la energía de este chakra que suele ser uno de los más desequilibrados.

El agua es también a su vez un elemento de gran flexibilidad, por lo que su buen estado energético permitirá una fácil adaptación a los diferentes entornos y situaciones de la vida.

A nivel físico, este segundo chakra rige el aparato reproductor, el sistema linfático, los riñones, la vejiga, las glándulas endocrinas, los óvulos, los líquidos sexuales, la pelvis y las lumbares.

**ACEITES ESENCIALES:** Sándalo, Petitgrain, Ylang Ylang

**GEMAS Y MINERALES:** Piedra de la Luna, Cornalina, Turmalina

**ZODÍACOS:** Cáncer, Escorpio, Piscis

**PLANETAS:** La Luna, Venus, Urano

**PRINCIPIO:** La Reproducción del Ser

**SÍMBOLO:** Loto de 6 pétalos

### **3° - CHAKRA DE FUEGO**

#### **Manipura**

Este Chakra está localizado a la altura del plexo solar y corresponde al Poder Personal, la Fuerza de Voluntad, la Iniciativa y el Intelecto.

El Chakra de Fuego (o del Plexo Solar) está situado justo donde termina el esternón, en la boca del estómago. Rige la fuerza, la voluntad, el valor, la iniciativa, la autoestima, el intelecto y también las emociones de ira y resentimiento.

La energía de este chakra proviene de aceptar los desafíos de la vida. Tiene la función de dar una dirección a las ideas y pensamientos que tenemos, para poder enfocarlos y proyectarlos hacia un objetivo o meta concretos. Aprender a gobernar el estrés, tolerar la incertidumbre y ser valiente ante una confrontación fortalece su energía. Es aquí donde asumimos la responsabilidad de nuestra vida. Saber quiénes somos representa los cimientos de este chakra.

Ésta es una energía atractiva y agresiva, que en su estado óptimo, es representada por el arquetipo del “Guerrero” que lucha por lo que considera justo. Tiene un fuerte vínculo con el sentido de la identidad personal, la individualidad y el ego. Un plexo solar fuerte posee un ego realista, humilde y equilibrado capaz de saber si algo o alguien merece que nos involucremos.

Esta energía empieza a ser más consciente que las de tierra y agua aunque todavía resulta difícil de controlar. Es una energía muy fuerte que precisa ser liberada, de lo contrario, si se reprime puede generar una sensación de frustración, inseguridad e incluso poco aprecio hacia uno mismo. Aquí es donde también bloqueamos nuestras emociones de cólera, agresividad, disgusto y miedo al fracaso. Su desequilibrio puede generar problemas de asimilación y digestión de los alimentos, acidez estomacal, úlceras, hepatitis o cálculos biliares. Todos estos síntomas representan una somatización de nuestros conflictos internos y de nuestra falta de aceptación y confianza.

A nivel físico, el tercer chakra se relaciona con la vista, la musculatura en general, el hígado, el páncreas, el estómago y el intestino delgado. Es también el responsable del apetito y de la digestión.

**ACEITES ESENCIALES:** Manzanilla, Limón, Tomillo, Ylang Ylang

**GEMAS Y MINERALES:** Ámbar, Ojo de tigre, Cuarzo, Citrina, Topacio Amarillo, Ágata

**ZODÍACOS:** Aries, Leo, Sagitario

**PLANETAS:** El Sol, Marte, Júpiter

**PRINCIPIO:** La Formación del Ser

**SÍMBOLO:** Loto de 10 pétalos

#### 4° - CHAKRA DE AIRE

##### **Anahata**

Este Chakra está localizado alrededor del corazón y corresponde a los Sentimientos, el Amor, el Idealismo, la Sensibilidad y la Actividad Mental.

El Chakra de Aire (o del Corazón) está situado en el centro del esternón. Rige el pensamiento, el mundo de las ideas y la actividad mental en general. También rige las emociones conscientes, los sentimientos y la sensibilidad.

Es en este chakra donde sentimos la energía emocional del amor y donde se genera la corriente de deseos e inquietudes conscientes. Es el asiento del espíritu y requiere alegría, amor y paz.

El perdón junto con la liberación de la ira y de la aflicción liberan al corazón para que sienta el amor en su estado natural. Deshacerse del dolor de forma consciente y madura es afrontar las situaciones conflictivas que, en última instancia, nos conducen al perdón y al amor. El amor por la vida, la humanidad y la naturaleza, nos alimenta y nos cura. El corazón es el centro del sistema energético y puede resultar muy afectado cuando se cierra debido al miedo, a la

duda y la desconfianza, o cuando se reprime la ira y se niega la aflicción.

Su energía es ya bastante consciente y está muy relacionada con elevadas cualidades como son la compasión, la bondad, el amor incondicional, la pureza y la inocencia.

También se relaciona con el concepto que tenemos de nuestros propios límites, hasta donde podemos llegar respecto a las metas u objetivos que pretendemos, los límites que imponemos en las relaciones que mantenemos con las personas de nuestro entorno y hasta donde permitimos que lleguen los demás en relación a nuestra persona. Es importante saber desprenderse de las cosas que ya no usamos y de las relaciones inconscientes que nos perjudican ya que ocupan un espacio que entorpece la llegada de algo nuevo.

Por lo tanto, a nivel físico, este cuarto chakra tiene una estrecha relación con todo lo referente a la piel (límite del cuerpo con el exterior), que puede somatizarse mediante irritaciones cutáneas, eczemas, etc. También rige los pulmones, la respiración, el corazón, el sistema circulatorio, el sistema nervioso y el intestino grueso.

**ACEITES ESENCIALES:** Geranio, Bergamota, Rosa, Salvia esclarea

**GEMAS Y MINERALES:** Esmeralda, Jade verde, Cuarzo rosa, Cuncita

**ZODÍACOS:** Géminis, Libra, Acuario

**PLANETAS:** Mercurio, Venus, el Sol

**PRINCIPIO:** El Amor Incondicional

**SÍMBOLO:** Loto de 12 pétalos

## 5° - CHAKRA DE ÉTER

Vishuddha

Este Chakra está localizado en la zona de la garganta y corresponde a la Comunicación, el Habla, la Expresión Verbal y Emocional.

El Chakra de Éter (o de la Garganta) rige la expresión verbal y emocional y también la capacidad de comunicación con los demás. Las ideas, los sentimientos y las emociones encuentran forma en este centro. También rige el espacio que necesitamos en nuestra vida y el sentido estético en general.

El chakra de la garganta es el más vulnerable de todos debido a que está físicamente expuesto al exterior, siendo sensible al frío, a las corrientes de aire, a la humedad, etc. A parte de su vulnerabilidad física, también se debilita su energía cuando no somos capaces de expresar lo que sentimos. Un intenso miedo al rechazo puede producir su bloqueo energético.

Cuando no decimos lo que pensamos dependemos de que los otros nos digan lo que debemos hacer y querer, generando con frecuencia una sensación de tristeza y de enfado en la que se suele culpar a los demás de todo lo malo que le sucede a uno. Es importante encontrar el valor para expresar lo que se siente aunque lo que se afirme no sea aceptable para los demás. No expresarse con libertad o silenciar las opiniones dificulta el buen funcionamiento energético de este chakra.

Fortalece este centro una sólida voluntad comprometida con la vida y con la expresión de nuestras verdades. Es una energía consciente que si fluye correctamente, reflejará cualidades como el equilibrio, la quietud, la armonía y la tranquilidad.

A nivel físico este quinto chakra rige las articulaciones en general (excepto las rodillas que están más asociadas al chakra de agua), los oídos y todo lo relacionado con el cuello (garganta, laringe, tráquea, amígdalas, tiroides, etc.).

### *6° - CHAKRA DEL TERCER OJO*

**Ajna**

Este Chakra está localizado entre los ojos y corresponde a la Intuición, el Discernimiento, la Capacidad de Tomar Decisiones y de Aprender.

El Chakra Ajna (o Tercer Ojo) está situado entre las cejas, un dedo por encima. Rige la intuición, la objetividad, la memoria, la capacidad de aprender, la imaginación y el discernimiento.

Este centro evalúa nuestros encuentros y nuestras vivencias como positivas o negativas. El crecimiento interior y la madurez están profundamente conectados con este chakra.

Ésta es una energía muy consciente que a pesar de estar todavía sometida a la condición humana, en ocasiones nos permite ver la realidad de las cosas sin caer en la influencia de la ofuscación que producen los aspectos terrenales.

A nivel físico este sexto chakra rige el cerebelo, cara, ojos, nariz y glándula pituitaria.

**ACEITES ESENCIALES:** Jazmín, Vetiver, Albahaca, Pachuli, Romero

**GEMAS Y MINERALES:** Lapislázuli, Sodalita, Zafiro añil, Ópalo

**ZODÍACOS:** Sagitario, Acuario, Piscis

**PLANETAS:** Mercurio, Júpiter, Urano

**PRINCIPIO:** El Conocimiento del Ser

**SÍMBOLO:** Loto de 96 pétalos



## **7º - CHAKRA CORONARIO**

### **Sahasrara**

Este Chakra está localizado en la coronilla de la cabeza y corresponde a la Espiritualidad, la Inspiración y la Canalización. Es el Punto de Unión con el Universo.

El Chakra Coronario es el nexo de unión del ser humano con el universo. Funciona como un canal para el flujo de la energía cósmica que se utiliza en la sanación, en la elevación de la conciencia y en la enseñanza.

Este chakra es también el centro de la inspiración. La inspiración y la conciencia se transforman en la energía que nos señala el camino y nos ofrece ideas para que las pongamos en práctica. Cuando se activa el chakra coronario y fluye la energía adecuadamente, desciende sobre el cuerpo, mente y espíritu una serenidad y una paz muy profundas.

La energía que aquí se recibe es altamente refinada, ligera y vital; es conciencia pura y el estado de apertura en que se encuentre este chakra permitirá una mejor o peor canalización de la energía que proviene de la Fuente.

**ACEITES ESENCIALES:** Incienso, Olíbano, Musgo de encina, Loto

**GEMAS Y MINERALES:** Amatista, Cristal, Topacio, Alejandrita, Zafiro

**ZODÍACOS:** Capricornio y Piscis

**PLANETAS:** Saturno y Neptuno

**PRINCIPIO:** El Ser Puro

**SÍMBOLO:** Loto de Mil pétalos

Cromoterapia significa terapia por colores. Otros nombres con los que nos podemos referir a la cromoterapia son: Biofotónica, Curación por luz, Fototerapia, Luminoterapia y Polarización Inducida por Estimulación Lumínica (PIEL).

Cada color posee una vibración que actúa en determinadas áreas del organismo regularizando diferentes anomalías físicas, psíquicas y emocionales. Por lo general esta vibración actúa desde lo más profundo de nuestra conciencia hacia el exterior, si bien la vibración del color ingresa al cuerpo tanto desde adentro como desde afuera. Por ejemplo, ingresamos color a través de la vestimenta, los rayos de luz solar o artificial aplicados sobre la piel, la alimentación, la meditación, etc.

El objetivo de un tratamiento de Cromoterapia, es combatir los males que alteran el buen funcionamiento físico, haciendo que la vibración de los colores se ponga en resonancia con la vibración de nuestro campo bioenergético, al cual conocemos por el nombre de "Aura". Muchas veces, dichas vibraciones se encuentran alteradas por diferentes razones, con lo cual la aplicación de la Cromoterapia nos da la posibilidad de contrarrestar dichas alteraciones de una forma simple y eficaz, reequilibrando nuestro campo energético y recuperando así nuevamente la salud.

Al estimular las moléculas de un organismo viviente con una fuente de radiación lumínica (algún foco o la propia luz solar) bajo la influencia de un selector de longitudes de onda (que en este caso son los filtros de color) obtenemos como resultado una interacción de la molécula con la radiación electromagnética que causa transformaciones moleculares produciendo la formación temporal de estereoisómeros en los que ocurren "vibraciones moleculares". La explicación científica se encuentra completamente fundamentada en la Química Orgánica, concretamente en la Estereoquímica, Estereoisómeros, Enantiómeros, el Carbono Tetrahédrico, el Polarímetro y todo ello relacionado con la Espectroscopía.

El efecto que producen los rayos de luz sobre el organismo son muy variados. Los tratamientos de Cromoterapia van desde la simple corrección de un estado de ánimo (ayudar a la persona a calmarse o a aumentar su energía), a la regulación de anomalías como podrían ser la presión sanguínea, problemas en el funcionamiento orgánico o en la estructura ósea, aparición de infecciones, obesidad, anorexia, etc. La Cromoterapia no tiene límites en cuanto al tipo de

tratamientos que puede efectuar, si bien los resultados en algunos de ellos pueden ser más rápidamente visibles que en otros.

Existen tres colores primarios: **Rojo**, **Amarillo** y **Azul**, ya que de ellos surgen los demás:

Al mezclar **Amarillo** y **Azul** se obtiene **Verde**;

con el **Rojo** y el **Amarillo** se obtiene el **Naranja**;

con el **Rojo** y el **Azul** se obtiene el **Violeta**.

Una vez conocemos qué colores precisamos integrar en nuestro campo energético para armonizarlo, ya sea en respuesta a alguna enfermedad, o bien porque sabemos qué chakras están bajos de energía o en desequilibrio y conviene armonizarlos; encontramos diferentes sistemas para integrarlos:

### **Tratamiento de Chakras:**

Aceite natural irradiado con luz solar a través de unos filtros de color. Se aplica con un suave masaje en la zona del Chakra que corresponda.

### **Luz Artificial:**

Lámparas o focos especiales con filtros de diferentes colores para aplicar directamente sobre la piel.

### **Luz Natural:**

Beber agua mineral que previamente ha sido expuesta al menos 24 horas al sol y en un envase de cristal con el color deseado. El agua recoge la vibración del color a través de la luz solar.

### **Alimentación:**

Incrementar la ingesta de todas aquellas frutas, hortalizas, vegetales, legumbres, etc. del color que precisamos.

### **Vestimenta:**

Aumentar el uso de las prendas de vestir del color deseado, también es muy útil en la ropa interior.

### **Decoración:**

Los colores en el hogar deben ir acorde con nuestro tipo de energía para sentirnos en armonía. Observar si el color que precisamos tiene poca presencia en nuestra casa, y si es así, aportar este color (telas, cuadros, pinturas, flores, etc.) aunque sea de forma temporal.

### **Visualización o Meditación:**

Relajarse observando el color que precisamos, visualizarlo o meditar sobre él.

## **Tratamiento de Chakras con Aceite Natural bajo Radiación Solar**

El aceite de almendras (neutro) expuesto a una intensa radiación solar durante 10 horas/ml a través de unos filtros de color que modifican la longitud de onda de la radiación solar, generan una alteración molecular en el aceite adquiriendo la vibración del color del filtro elegido. Su aplicación en la zona del Chakra afectado ayuda a que éste recobra su equilibrio y armonía. Su aplicación es mediante un suave masaje (2 veces al día) hasta que el aceite penetra completamente en la piel.

No existen contraindicaciones, este tratamiento puede prolongarse el tiempo que se

### **ROJO**

Chakra de Tierra, situado en el perineo, entre el ano y los órganos sexuales externos.

- Aumenta la Vitalidad Física
- Aporta Confianza y Seguridad en uno mismo
- Beneficioso para la Sangre, Huesos y Dientes
- Favorece las Glándulas Suprarrenales (adrenalina)

### **NARANJA**

Chakra de Agua, situado unos dos dedos por debajo del ombligo.

- Equilibra el Deseo Sexual
- Relaja los estados de Ansiedad, Estrés, Adicciones y Actitudes Compulsivas
- Beneficioso para Riñones, Lumbares, Vejiga, Órganos Sexuales y Sistema Linfático
- Favorece las Glándulas Endocrinas (hormonas) y los Líquidos Sexuales

### AMARILLO

Chakra de Fuego, situado en la boca del estómago, debajo del esternón.

- Aumenta la Autoestima y la Capacidad de Decisión
- Aporta Alegría y Entusiasmo
- Beneficioso para Estómago, Hígado, Bazo, Páncreas, Vesícula e Intestino Delgado
- Estimula el Apetito y Favorece la Digestión
- Alivia los dolores Musculares y Favorece su Recuperación

### VERDE

Chakra de Aire, situado en el centro del esternón, a la altura del corazón.

- Equilibra y Armoniza el Estado Emocional
- Favorece la Conexión con nuestros Sentimientos más profundos
- Relaja la Actividad Mental
- Beneficioso para el Sistema Respiratorio, Sistema Circulatorio y Sistema Nervioso
- Regula el Intestino Grueso y Facilita la Excreción
- Favorece la Regeneración de la Piel

- Alivia los dolores de Espalda (dorsales)

## AZUL

Chakra de Éter, situado en la garganta.

- Aporta Tranquilidad, Paz y Armonía en general
- Favorece la Comunicación y Regula el Habla (fluidez y ritmo)
- Beneficioso para la Garganta, Amígdalas, Laringe, Tráquea, Cuerdas Vocales y Lengua
- Alivia el dolor de Oídos, Cervicales, Articulaciones y Mejora la Disfunción de la Tiroides

## VIOLETA

Chakra del Tercer Ojo, situado un dedo por encima del entrecejo.

- Estimula la Intuición
- Facilita el Estudio y la Capacidad de Concentración
- Beneficioso para las Enfermedades Mentales Degenerativas y Trastornos Psíquicos
- Alivia el dolor de Cabeza y de Ojos

# **CROMOTERAPI**

## **Algunas enfermedades y sus colores curativos aplicando Luz Artificial**

### **ANEMIA: ROJO**

anemia suele producirse por una falta de hierro en la sangre y en el almacenamiento en el bazo. Si se diagnostica una anemia muy fuerte, deberá consultar inmediatamente a su médico. Debemos iniciar el tratamiento en el

bazo. El bazo tiene un efecto especial e intenso en el intestino, así que lo aplicaremos también en las zonas del colon ascendente y descendente, el hígado y las glándulas tiroides, pituitaria y suprarrenales.

*también para:*

Trastornos Genitales, Poca Vitalidad, Tensión Arterial Baja, Frigidez.

### **ARTRITIS: NARANJA**

La artritis se ocasiona por un exceso de acidez en el cuerpo, que puede provocar también una fuerte congestión en los riñones. El primer paso para conseguir el restablecimiento de la salud es cambiar la dieta, eliminando los alimentos muy ácidos, como por ejemplo: ácido úrico (carnes rojas), los lácteos (leche) y los cítricos. Las áreas de tratamiento en este caso serán los riñones y la glándula tiroides.

*también para:*

Catarro, Trastornos Renales, Menopausia, Impotencia, Hipotiroidismo, Fibrosis Quística, Asma.

### **ALERGIAS: AMARILLO**

Las alergias se eliminan con dificultad porque representan la señal de que el sistema glandular no funciona adecuadamente, lo que produce la intolerancia a ciertas sustancias de parte de los órganos y las glándulas. Debemos iniciar el tratamiento En la pituitaria, la tiroides, los riñones, el hígado, el timo, las suprarrenales y el sistema nervioso.

*también para:*

Circulación, Celulitis, Depresión, Cistitis, Colesterol, Diabetes, Estreñimiento, Hemorroides, pérdida de Cabello, Sobrepeso, Sordera, Zumbidos, trastornos Nerviosos, Vesícula.

### **HEPATITIS: VERDE**

La hepatitis es un trastorno del hígado y lo ideal es purificar todo el organismo. Tome agua en grandes cantidades y elimine completamente el

alcohol de su dieta, tome fruta y verdura en abundancia. Comenzamos con las áreas correspondientes al hígado y los riñones. Después continuamos con la vesícula, el colon sigmoides, ascendente y descendente, la pituitaria, la tiroides, el páncreas, el sistema nervioso, el bazo, el timo y las suprarrenales.

*también para:*

Angina de Pecho, Gota, Ictericia, Indigestión, Mareos, Náuseas, Párkinson, Úlceras de Estómago.

### **GRUPE: AZUL**

Aún cuando no es posible todavía evitar el virus de la gripe, la cromoterapia junto con la reflexología pueden ayudar porque estimulan las glándulas y órganos que esta afección deja en muy mal estado. Se debe tomar mucha agua todos los días. Comenzaremos con los riñones, el hígado, la vesícula y el bazo para purificar el organismo. Continuamos con el sistema glandular, y finalizamos con el colon.

*también para:*

Cólico, Colitis, Encías inflamadas, Hipo, Hipertiroidismo, Incontinencia, Insomnio, Sinusitis, Tensión Arterial Alta, Trastornos de la Espalda, Próstata, Trastornos Pulmonares, Tuberculosis, Varices, Vértigo.

### **CIÁTICA: AZUL AÑIL o ÍNDIGO**

Esta afección sumamente dolorosa comienza en la cadera y se extiende por la pierna, llegando en algunas ocasiones al tobillo. Es producida por la compresión e inflamación del nervio ciático. Es muy recomendable el calor y el descanso. En este caso trataremos el punto del hueso del talón, que corresponde al nervio ciático, y continuaremos por todo el borde del pie, la columna vertebral y todas las áreas dolorosas.

*también para:*

Bronquitis, pérdida del Equilibrio, Neuralgias, Migrañas, Menstruación Dolorosa, Lumbago, Infecciones Urinarias, Hematomas, Espondilosis, Esclerosis Múltiple, Enfisema, Dolores de Cabeza, Diarrea, Conjuntivitis, Cataratas.



## ALZHEIMER: VIOLETA

La afección inicia con una pérdida gradual de la memoria. Una terapia adecuada aplicada en un principio puede frenar el desarrollo de ésta porque aumenta la circulación sanguínea del cerebro, aún cuando no puede reparar las células dañadas. Los órganos y glándulas principales del tratamiento son; el cerebro, la glándula pineal y la pituitaria.

*también para:*

Dolor de Ojos, Dolor de Oídos, Enfermedades Mentales.