

7 CHAKRAS



La espina dorsal y el campo energético humano contienen chakras, o centros energéticos, que vibran a distintas frecuencias. Cada chakra nos ofrece la oportunidad de establecer una relación fundada y satisfacer un profundo deseo humano. Cada frecuencia nos brinda el obsequio de cierto poder, el cual realza nuestra experiencia humana en el Planeta Tierra. A medida que sintonizamos con este poder, nos vigorizamos interiormente para dar solución a los desafíos concretos de ese centro energético o chakra y consecuentemente vivir vidas más plenas, íntegras y significativas.

"Hombres de gran sabiduría estudiaron sobre los chakras, como funcionan, sus pétalos, sus sonidos, su infinidad, su correlación, su poder. Se dieron cuenta de que la vida de un ser humano está basada totalmente en estos chakras. Desarrollaron una ciencia completa."

Chakra Uno:

Muladhara o Fundamental. Corresponde a los genitales y Coxis. Color: Rojo. Está situado en el plano astral, a la altura de la base de la columna, es el puente de partida, el soporte. Es el centro residencial de todas las sensaciones, es aquí donde se comienza con la eliminación de los vicios, de

las pasiones y hasta de los más simples apegos materiales. Es el verdadero almacén del deseo. Este chakra con su iluminación, proporciona el primer paso hacia la liberación. Este chakra guarda relación directa con los órganos sexuales y gónadas. Su aplicación curativa es para: circuncisión, esterilidad, problemas de menstruación, anemia, neuralgia, parálisis y depresión.

Chakra dos:

Swadhisthana o Esplénico. Zona del Bazo. Primera vértebra Lumbar. Color: Naranja. Significa Mansión del soplo de Vida. Su desarrollo permite retener todos los sueños, los cuales tienen mucha utilidad en la Misión, pues un sueño puede ser continuado en estado de vigilia. Nos pueden llevar a recordar existencias pasadas. Guarda relación con el páncreas, hígado y el bazo. Su aplicación curativa es para: trastornos sexuales, estreñimientos, colitis, disentería, artritis, riñones, tos, fatiga y ayuda a levantar el ánimo.

Chakra Tres:

Manipura o Plexo Solar. Páncreas e Hígado. Oxtava vértebra torácica. Color: Amarillo. Conocido también como el umbilical, se sitúa en el plano astral a la altura del ombligo. Es prácticamente el filtro del organismo, centro de gravitación del cuerpo astral. Capta las fuerzas del cosmos y las transmite según nuestra voluntad. Se relaciona con las glándulas adrenales o páncreas. Su aplicación curativa es para: estrés, aumentar la resistencia, alergias, urticarias, cansancio, digestión, el hipo y problemas de aprendizaje.

Chakra Cuatro:

Anahata o Cardíaco. El Corazón. Primera vértebra torácica. Color: Azul. Significa Centro del sonido espontáneo. Su desarrollo permite el control de las fuerzas de la naturaleza. Es punto de fusión entre el Hombre y Dios. Es el centro del amor universal. Se relaciona con el Timo. Su aplicación curativa es para: corazón, dolores de pecho, asma, úlceras, problemas en los ojos, quemaduras, dolor de cabeza, infecciones, antiséptico, tristeza y depresión por soledad.

Chakra Cinco:

Vishuddha o Laríngeo. Garganta. Tercera vértebra Cervical. Color: Verde. Es conocido como el chakra de la pureza. Su desarrollo permite alcanzar

poderes supranormales. Ofrece la verdadera clarividencia. Se relaciona con las glándulas tiroideas y paratiroides. Su aplicación curativa es para: dolores, neuragia, quemaduras, regular el sueño, tranquilizar, dolores de cabeza, de garganta, inflamaciones, inchazones, fiebre, calambres y acné.

Chakra Seis.:

Anja o Tercer Ojo. Glándula Pituitaria. Primera vértebra Cervical. Color: Dorado. Situado en el entrecejo, es llamado también como el Centro del Poder. Es el último bastión del razonamiento y el análisis; es la cumbre en potencia de la iluminación final. Su aplicación curativa es para: oídos, ojos, nariz, dolor de cabeza, nerviosismo, insomnio, catarro, presión sanguínea, amnesia, epilepsia, mareos y también para la negatividad.

Chakra siete.:

Sahasrara o Coronario. Glándula Pineal. Plexo Carótido. Color: Violeta. Se ubica en lo alto de la cabeza. Su desarrollo permite al discípulo escoger su encarnación futura, desencarnar y encarnar a voluntad, con el fin de cumplir alguna misión. Este chakra una vez desarrollado constituye la fusión en la Conciencia Universal. Su aplicación curativa es para: cataratas, tumores, insomnio, estrés, nerviosismo, cuero cabelludo y cráneo.

CHAKRA DEL CORAZON

POSTURA Y CHAKRA DEL CORAZÓN

Cultivar y mantener una buena postura es uno de los retos modernos. En esta lección cubriremos algunos puntos y técnicas relacionadas a la postura. Algunas de las razones para una mala postura y el gradual encorvamiento de la columna incluyen:

- 1- Un corazón cerrado
- 2- Ser muy mental
- 3- Excesiva energía en los chakras superiores y no estar conectado a tierra.
- 4- Un centro umbilical débil.

(1) UN CORAZÓN CERRADO: Una de las razones principales para una pobre postura es un corazón cerrado. Si tenemos miedo, nos falta confianza en sí mismo y autoestima, o padecemos cualquiera de las otras manifestaciones de un chakra cardíaco cerrado, intentamos protegernos doblando

físicamente el centro del corazón. La mayoría de nuestro profundo dolor emocional se almacena en el plexo solar (entre el centro del ombligo y el pecho.) Nuestros instintos proteccionistas comienzan a menudo en el área del plexo solar. Para abrir el corazón, debemos empezar en el plexo solar y cultivar una relación profunda no verbal con las energías emocionales residentes en esta área del cuerpo. Temor, cólera y tristeza son los leones que cuidan la puerta del corazón. Tenemos que ser amigables con ellos para abrir nuestros corazones. Muscularmente, el corazón necesita el apoyo de los músculos posteriores para permanecer abierto. Si sus músculos posteriores son débiles, colapsamos gradualmente y nos encorvamos.

(2) SER MUY MENTAL: Idealmente, operamos desde nuestro corazón. Cuando caminamos, nuestro corazón debe conducirnos. El problema es que nosotros nos hemos convertido en cabezas caminantes y parlantes. Nuestro cuerpo termina siendo una fuente de transporte para nuestros pensamientos sobre lo que pensamos que debemos estar haciendo. Lo que pasa es que nuestra cabeza física realmente nos lleva cuando nosotros caminamos e incluso incide por encima de nuestro cuerpo cuando estamos comiendo, mientras hablamos o trabajamos sentados en nuestra computadora. Cuando nuestra cabeza no está uniformemente equilibrada sobre nuestra columna, nuestra postura sale de alineación. Nuestro cuerpo tiene que compensar el peso de la cabeza afuera y adelante unida al cuerpo.

(3) FALTA DE CONEXIÓN A TIERRA: Debido a que vivimos en nuestros pensamientos y no en las sensaciones de nuestros cuerpos, nuestras energías permanecen en nuestra parte superior del cuerpo, arriba de los hombros. Cuando somos energéticamente pesados arriba, muchas cosas salen de alineamiento, inclusive nuestra postura. Si nuestros hombros no pueden relajarse, nuestro centro cardíaco no está relajado.

(4) CENTRO UMBILICAL DÉBIL: Nuestro centro del ombligo es el tercer ojo de nuestro cuerpo físico. Es también el punto medio físico de nuestro

cuerpo. Cuando él está débil, literalmente no tenemos un centro físico o camino para dirigir nuestros centros inferiores. Nuestros movimientos físicos deben ser iniciados desde nuestro centro del ombligo. Aunque, cuando éste es débil o cerrado, por principio lo iniciamos desde nuestra cabeza.