

Chakras

Quien mira afuera sueña; quien mira adentro despierta. Carl Jung.

El alma habita tanto en el cuerpo físico, sutil como causal, y se aferra a los chakras mediante tentáculos astrales que provienen del centro energético ubicado a la derecha del corazón.

El alma puede vivir y coexistir con cada Chakra.

Podemos viajar a través de cada centro y abandonar el cuerpo por la parte trasera de cada Chakra, pues éstos actúan como una puerta al exterior.



7- Sahasrara o Chakra de la Coronilla

Este es el centro del éxtasis del espíritu imperecedero.

La mente o conciencia individual, se mantiene en continuo contacto con todo tipo de información que proviene del cosmos y todas las extensiones del espíritu.

Este Chakra está relacionado de diversas maneras con el universo.

Cuando Sahasrara se encuentra equilibrado, amplifica la capacidad de la consciencia permitiéndonos apreciar nuestro entorno con transparencia.

En caso de mal funcionamiento o agitación centrífuga del Sahasrara se pueden observar síntomas de desesperación, aislamiento, falta de sabiduría y estampa. Éstos desórdenes pueden exteriorizarse de una manera repentina y a veces se simboliza como una nube gris que se despliega sobre la totalidad del cuerpo. A lo dicho se suman sentimientos de enajenación, desesperanza, aletargamiento, cambios de humor, fatiga y aburrimiento.

Este Chakra interviene sobre la zona privilegiada del pensamiento.

Generalidades del Chakra de la Coronilla

- Su color es el dorado con mil pétalos, y en algunos documentos aparecen como una mezcla de colores.
- Abarca todos los elementos cósmicos.
- Su mantra "AUM" o "ee" que se pronuncia tiiii.
- Se asocia con la glándula pineal, con Saturno, y en los tiempos modernos con el Sol.

- Se sitúa en la parte superior de la cabeza, en el centro del cráneo.

Manas o Chakra de la Mente

Se encuentra en entre Ajna y Sahasrara en Chitrani Nadi, que se halla a su vez dentro de Sushumna Nadi. Cuenta con seis pétalos que concuerdan con los cinco sentidos y el sexto para el estado de suspensión.

Los colores de los pétalos están relacionados con los cinco elementos: ?

Amarillo: la tierra y el olfato.

Rojo: el fuego y la forma.

Blanco: el agua y el gusto.

Gris: el aire y el tacto.

Blanco: se repite y representa el espacio y el sonido.

Negro: el sueño

En Manas Chakra se encuentra la sede esencial de la conciencia, donde todas las modificaciones de la mente están inmersas.



6- Ajna o Chakra del Tercer Ojo

Este Chakra está relacionado con la clarividencia. De aquí brotan cualidades de confianza, solidaridad, investigación de la veracidad de la realidad, así como la mirada hacia el interior del ser.

Su Influencia cae sobre los ojos y vuelve al yogui consciente del mecanismo de la inteligencia.

El practicante que esté centrado en este Chakra tendrá como objetivo principal, el cómo emplear la lógica y el perfeccionamiento de la información recibida a través de los sentidos. Además, trabajará para acumular su conocimiento del "YO".

Una función adicional es dejar atrás la limitación que imponen el tiempo y el espacio. De esta manera, Ajna nos proporcionará una mejor visión del espacio que nos rodea y correrá el velo que cubre esta aparente realidad.

Cuando este Chakra esta carente de energía, la mente se descentraliza y se tensa. Una aparente bruma la cubre, por ello el proceso de reflexión se despliega en planos de patrones desorganizados. Será aquí cuando comienzan

una serie de elucubraciones y donde el camino se vuelve complicado. Los niveles de comprensión intuitiva pueden involucionar transfigurándose y creando un patrón de ilusiones o alucinaciones, pesadillas, dolores de cabeza, que podrían desencadenar en graves problemas psicológicos.

Generalidades del Chakra del Tercer Ojo

- Flor de loto con dos pétalos de color blanco y en el centro un triángulo invertido de color blanco. También se presenta de color índigo y a veces violeta.
- Involucra a todos los elementos.
- El mantra es "AUM", "OM" o "MMM" .
- Se asocia con el planeta Júpiter.



Es el que exuda amrita, el nectar de inmortalidad.



Lalana

Es un chakra secundario correspondiente a la energía femenina de la lengua.

Se encuentra localizado entre Vishudha y Ajna.

Este secreto y sagrado Chakra llamado Lalana, también es conocido como Talu Chakra ya que se afirma que está situado en la zona de la región Talu detrás de la campanilla.

Algunos antiguos textos Tántricos recomiendan que mientras nos concentramos en los diferentes Chakras, hay que hacer un alto en Lalana Chakra y dedicarle tiempo extra, antes de continuar con el recorrido.

En el *Saubhagya-Lakshmi Upanishads (111, 6)* se manifiesta que Lalana Chakra tiene doce pétalos "rojo brillante". Otros textos afirman que tiene 64 pétalos "blanco plateados" y un color rojo brillante en el centro o ghanika donde la energía de la luna condensa su néctar o bramhi o bhumi.

Proporciona al Sadhak o practicante, una idea del gran vacío espiritual.

Se dice que si se llega a estimular correctamente este centro el practicante alcanzará los ocho principales sidhis o facultades psíquicas.

Este Chakra presenta el peligro de que el alumno pueda perderse mientras disfruta de estos poderes psíquicos y, en consecuencia, alejarse del proceso de auto-realización.

Este chakra recolecta el nectar de inmortalidad.



5- Vishudha o Chakra de la Garganta

Es el eje medular de Udhana Prana. Aquí el discípulo puede alcanzar más los estados de bajos Samadhi. En tal estado todos los problemas psicológicos se descartan y la energía es depurada.

Este Chakra está en conexión con la comunicación interna y externa, con la individualidad y la percepción extrasensorial, e involucra y estimula a las glándulas tiroides y paratiroides.

El Chakra de la garganta se asocia a la comunicación y la creatividad.

Cuando se bloquea da lugar a problemas de garganta, tiroides, oído, laringitis, amigdalitis, cuello rígido, falta de motivación y fatiga. Con frecuencia estas alertas nos indican que algo no fue comunicado o expresado con veracidad, ya sea por inseguridad o por exceso de poder externo. Por ejemplo Hitler tenía un chakra de la garganta hiper desarrollado y cuando alguien no sabe cómo negarse a una situación donde es necesario hacerlo, el chakra tiene un problema de hipodesarrollo.

Cuando Vishudha se encuentra en equilibrio otorga el poder de la levitación mística. ?

Vishudha está gobernado por el espacio, da la capacidad para estudiar, concede la capacidad para reducir el cuerpo al tamaño de un átomo y el poder absoluto para aumentar de tamaño según el deseo, así como el poder para controlar todos los objetos animados e inanimados, y la potestad de crear la materia a través del pensamiento.

Generalidades del Chakra de la Garganta

- Es una flor de loto de dieciséis pétalos. El color es humo púrpura y en el centro hay un arco azul, similar a la luna creciente. Otras fuentes exponen que el color dominante es el azul
- Su mantra es "HAM"
- Su elemento: el éter.



4- Anahata o Chakra del Corazón

Está situado en el punto medio de la zona del pecho. Este Chakra simboliza la estabilidad, la simetría, y el amor.

Es la diócesis del Prana y donde se encuentran la energía física y espiritual. Conocido como el hogar del alma, desde él se puede escuchar el famoso sonido SPURUNA, que atrae consigo la iluminación; de ahí que sea tan importante en las prácticas yóguicas. ?

Los órganos relacionados con Anahata son el corazón, los pulmones, el diafragma y nos otorga la capacidad de transformar y de arraigo. También está relacionado con la preocupación, el intercambio, la interacción con otras personas, disciplina y todos los aspectos relacionados con el crecimiento individual.

Cuando se halla balanceado, hay sensación de quietud, apertura, tolerancia, comprensión, bondad, compasión, amor incondicional por todos y todo.

Se dice que cuando Anahata Chakra es estimulado adecuadamente todos los deseos se cumplen, lo cual pasa a ser traicionero, porque si poseemos pensamientos desorganizados, sentimientos, emociones, dudas y aversiones podemos materializar deseos negativos, e instalarnos en una vida infernal y traicionera.

Si este Chakra se insensibiliza, pueden surgir síntomas de asma, hipertensión arterial, enfermedad pulmonar y del corazón, resfriados, obsesiones como claustrofobia, ser indigno o inmerecido, disgusto, sensación de estar restringido o sometido.

El poder que otorga este Chakra es el de volar como las aves y de entender su idioma.

Generalidades de Anahata Chakra

- Tiene doce pétalos de color rosa o verde según las tradiciones. Su centro es una estrella de seis puntas.
- Su color es verde o rosado.
- Su sentido es el tacto.
- Su elemento es el aire.
- Su mantra es "YAM".



Chakra de los deseos.



3- Manipura o Chakra del Plexo Solar

Es el trono de Samana Prana, y es el centro de la energía egoica. Es de esta zona que el ego succiona su energía.

Las personas trascienden las necesidades fundamentales de alimentación en Muladhara y las sexuales en Swadishtana, pero si se empantanar en este centro. Se convierten en políticos, presidentes de un país o de importantes empresas, famosos músicos o estrellas de cine, etc. ?

Este Chakra expresa alteraciones por el tipo de vida que llevamos. Emplea y renueva la energía en condiciones insuficientes.

Manipura genera modificaciones en nosotros y quienes nos rodean, mediante "alargamientos energéticos" que se conectan a los seres cercanos.

Manipura, nos otorga de manera sistemática la capacidad y la determinación de poner nuestra vida bajo control y ser eficientes. Se ocupa de numerosas configuraciones comunes del cuerpo físico: digestión, estómago, intestino delgado, hígado, páncreas, bazo, y además contribuye al buen desempeño de la estructura nerviosa. ?

Con un Chakra Manipura balanceado, la persona se caracteriza por su optimismo, seguridad, espontaneidad, flexibilidad, simpatía, sentido del humor, poder de mando y liderazgo. ?

Este es el núcleo principal del elemento fuego, o sea que si logramos activar este centro, podremos resguardarnos del frío. Este foco, en la práctica budista de Tumo, se equilibra para generar calor y para almacenarlo en las heladas cumbres de los Himalayas.

Si Manipura se encuentra fuera de balance, suelen presentarse reacciones adversas como úlcera, diabetes, indigestión, insomnio, dolores de cabeza, trastornos de pánico, reacciones alérgicas, artritis, aprehensión y preocupación.

El poder de este centro confiere la capacidad para comer grandes cantidades de alimentos sin efectos negativos, ayuda a soportar tanto el calor como el frío, y honra al cuerpo con un aura color roja.

Generalidades de Manipura Chakra

- Es simbolizado por una flor de loto de diez pétalos de color azul y en el centro hay un triángulo rojo con el vértice hacia arriba.
- Su color es amarillo.
- Su mantra es "RAM" o "MUA"
- Se rige por el elemento fuego.



2- Swadhistana o Chakra Coxigeo

Está relacionado con el progreso y las corrientes de poder. Se asocia con la sensualidad y el anhelo infantil para el disfrute y la satisfacción. ?

Una persona con un Swadhishtana chakra agotado puede mostrar signos de tensión músculo-esquelético, sentimientos limitados, disturbios digestivos, falta de concentración y fuerza, sentimientos de quedar atrapados en el pasado, impotencia, problemas uterinos, de vejiga, riñones, y rigidez en la espalda baja. También se observan sentimientos de inferioridad, posesividad, envidia, conductas anti-sociales, lujuria, egoísmo, engreimiento, agresión, falta de consideración, desánimo, victimización, masoquismo, consumismo. ?

Cuando Swadhistana se encuentra consolidado despertara por sí solo la energía Kundalini, la cual se restablecerá en este Chakra. Este poder femenino evolucionará en el cuerpo sutil y físico y purificará las emociones superfluas,

enfermedades, sentimientos indefinidos negativos y otros bloqueos complementarios que obstaculizan el libre desplazamiento de esta fuerza. Si la Kundalini se descontamina en el transcurso de esta vida, se dice que el individuo alcanzará la total iluminación. ?

Este Chakra da el poder de vivir por un largo período sin alimentos o agua y hace brillar el cuerpo con un aura de plata.

Generalidades de Swadhistana Chakra

- Tiene seis pétalos de color bermellón, el centro es de color blanco plateado.
- Su color es el naranja.
- Su mantra es "Vam"
- Su elemento es el agua.



1 - Muladhara o Chakra Raíz

En algunos libros, se afirma que se trata de la sede central del Kundalini. Se dice que en tiempos remotos la sede era Swadishtana pero ésta cayó a Muladhara debido a que el ser Humano involucionó.

Comentario de Vinaya: "en los textos clásicos tántricos, como por ejemplo en "la serpiente de poder" se afirma que el Kundalini se encuentra en Muladhara, enrollado alrededor de $3 \frac{1}{2}$ veces en el syambhu lingam negro. Es del color de los rayos. Cuando despierta, la cabeza empuja y cruza el Chakra Muladhara. Entonces asciende como una flecha en el centro de la columna vertebral y atraviesa cada Chakra en su camino."

En lo personal, considero que la Kundalini requiere la fuerza fundamental de la energía sexual para despertar, sin este eslabón, no es viable un despertar. Esta es la energía de la vida, prodigiosos milagros brotan de ella, podemos procrear y dar vida a un nuevo ser. Este es el milagro más asombroso, insondable, fascinante y potente.

Esta misma energía sexual se consagra para el despertar del Kundalini. Concentrándonos en cualquier Chakra, Kundalini es estimulada y comenzara

tarde o temprano a trepar, pero es esencial almacenar fuerza vital en el primer Chakra para que este proceso se active. ??

Muladhara Chakra está relacionado con la vitalidad y el vigor. A través de él experimentamos con profunda sabiduría la conexión con el medio ambiente, sus ritmos y patrones. Cuando este Chakra está inactivo, existe en el cuerpo una falta general de energía, sentimientos de inutilidad, de no pertenecer y no ser capaz.

Sin esta energía nos atrapan sensaciones de frío, inercia, congestión, falta de coordinación, ausencia de dinamismo, fatiga, desaliento y la impresión de ser succionado por los demás.

Un Muladhara hiperactivo podría ser exhibido a través de síntomas como enrojecimiento de la piel, tensión física, incapacidad para relajarse, ira, temor, desconcierto, cambios de humor, intolerancia.

Con la positiva activación de este Chakra se obtiene el poder de convocar a la abundancia del universo. Se disfruta de salud y coordinación perfecta, entusiasmo y paz. El Muladhara confiere la capacidad de lograr que el cuerpo sea tan ligero como el aire, de hacer viajes astrales, y de brillar con un aura de oro.

Generalidades de Muladhara Chakra

- Su color es rojo y en algunos libros aparece como marrón amarillento.
- Su mantra es "lam".
- Se encuentra en la base de la columna vertebral.
- Regula la glándula suprarrenal.
- Su elemento es la tierra