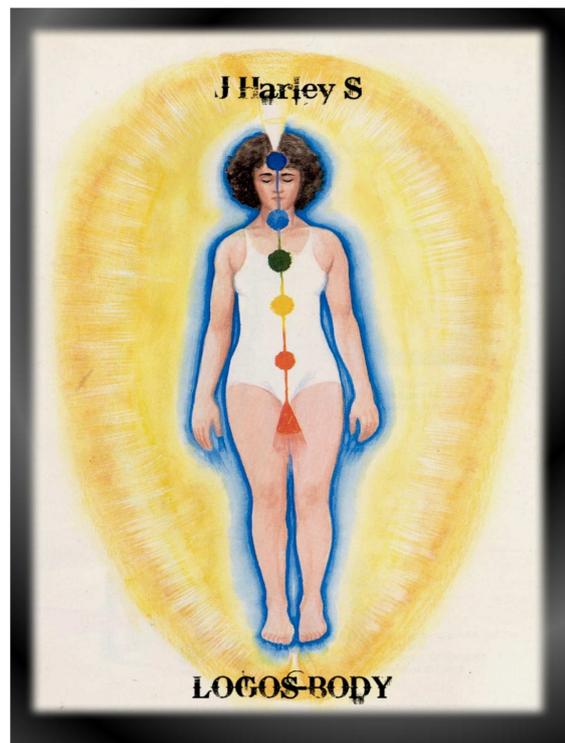


LAS CHAKRAS

Centros de energía vital



Sanación

1 Chakra Muladhara, también denominado chakra radical, chakra basal o centro coxal. Se encuentra entre el ano y los genitales. Está unido con el hueso coxal y se abre hacia abajo.



Elemento: Tierra.

Correspondencias corporales: Todo- lo sólido, como columna vertebral, huesos, dientes y uñas; ano, recto, intestino grueso, próstata, sangre y estructura celular.

Glándulas correspondientes: Suprarrenales.

El 1 chakra nos une con el mundo físico. Dirige las energías cósmicas en el plano corpóreo terrenal, mientras simultáneamente la energía de la tierra fluye a través suyo hacia dentro del sistema energético no material. Aquí tomamos contacto con el espíritu de la madre Tierra», experimentamos su fuerza elemental, su amor y su paciencia.

Para armonizar el chakra radical, puedes utilizar los sonidos de la naturaleza.

Vocal: tiene asignada la vocal «u». Se canta con el tono de do profundo de la escala musical. El sonido «u» desencadena un movimiento dirigido hacia abajo, en dirección a tus raíces. Te conduce a las profundidades del subconsciente y activa las energías terráneas originales.

Mantra: LAM.

Color. Rojo

Cuarzo: Ágata, Hematites, Jaspe sanguíneo, Gránate.

Aromaterapia: Cedro, Clavo de especia.

Nota musical: Do profundo y Do mayor.

2 Chakra Svadhistana, también denominado chakra sacro o centro sacro. El segundo chakra se encuentra encima de los genitales. Está ligado al hueso sacro.



Elemento correspondiente: Agua.

Correspondencias corporales: Cavity pélvica, órganos reproductores, riñones, vejiga; todos los humores; como: sangre, linfa, jugos digestivos, esperma.

Glándulas correspondientes: Órganos sexuales: ovarios, próstata, testículos.

El segundo chakra es el centro de las emociones originales no filtradas, de las energías sexuales y de las fuerzas creativas. Está asignado al elemento agua, del que ha surgido toda la vida biológica y que en la astrología se corresponde con el ámbito de los sentimientos.

Vocal: El chakra radical se activa mediante una «o» cerrada, igual que la primera «o» Se canta en la clave de re de la escala. La vocal «o» desencadena un movimiento circular.

Mantra: VAM

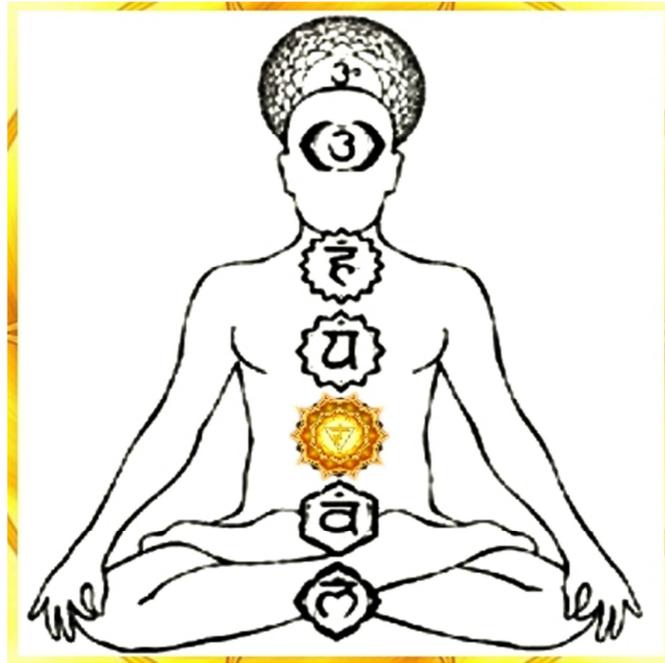
Color: Anaranjado

Cuarzo: Cornalina, Piedra lunar.

Aromaterapia: Ylang-ylang, Sándalo.

Nota musical: Re y Re mayor.

3 Chakra Manipura, o chakra del plexo solar, también llamado centro umbilical. Igualmente encontramos las denominaciones de chakra del bazo, chakra del estómago. Se encuentra aproximadamente dos dedos por encima del ombligo. Se abre hacia delante.



Elemento correspondiente: Fuego.

Correspondencias corporales: Parte inferior de la espalda, cavidad abdominal, sistema digestivo, estómago, hígado, bazo, vesícula biliar; sistema nervioso vegetativo.

Glándula correspondiente: Páncreas (hígado).

El tercer chakra encuentra diferentes denominaciones. También se dan diferentes indicaciones sobre dónde se asienta. Se trata de un chakra principal y varios chakras secundarios que, sin embargo, entrelazan tan estrechamente su funcionamiento que todos ellos pueden considerarse conjuntamente como un chakra principal.

Vocal: El chakra del plexo solar tiene asignada una «o» abierta, como la segunda «o» de la palabra «sofort». Se canta la clave de mi de la escala musical. También aquí la «o» provoca un movimiento circular que se dirige hacia fuera a través de la abertura de la O». Favorece la configuración exterior del ser a partir de una totalidad interior. La «o» abierta se aproxima a la «a» del chakra del corazón. Proporciona amplitud, plenitud y alegría en la manifestación.

Mantra: RAM

Color: Amarillo.

Cuarzo: Ojo de tigre, Ámbar, Topacio.

Aromaterapia: Lavanda, Romero.

Nota musical: Mi y Mi mayor

4 Chakra Anahata, también llamado chakra del corazón o centro cordial. Se encuentra a la altura del corazón, en el centro del pecho. Se abre hacia delante.



Elemento correspondiente: Aire.

Correspondencias corporales: Corazón, parte superior de la espalda con caja torácica y cavidad torácica, zona inferior de los pulmones, sangre y sistema circulatorio, piel

Glándula correspondiente: Timo.

El cuarto chakra conforma el punto central del sistema de chakras. En él se unen los tres centros inferiores físico-emocionales con los tres centros superiores psíquico-espirituales. Su símbolo es el hexágono, que representa muy intuitivamente cómo se penetran recíprocamente las energías de los tres chakras superiores y de los tres inferiores.

Vocal: El chakra cordial tiene asignada la vocal «a». Se utiliza en la clave de fa de la escala. La «a» simboliza el descubrimiento súbito del corazón, al igual que se manifiesta en nuestra exclamación «iah!». Es el sonido más abierto de todos, que representa la máxima plenitud posible en la manifestación de la voz humana.

Mantra: YAM

Color: Verde

Cuarzo: Cuarzo rosa, Turmalina, Jade.

Aromaterapia: Esencia de rosas.

Nota musical: Fa y Fa mayor

5 Chakra Vishuddha, también denominado chakra del cuello o de la garganta, o centro de comunicación. El quinto chakra se encuentra entre la nuez y la laringe. Nace de la columna vertebral cervical y se abre hacia delante.



Elemento correspondiente: Sonido

Correspondencias corporales: Zona del cuello, zona cervical, zona de la barbilla, orejas, aparato del habla (voz), conductos respiratorios, bronquios, zona superior de los pulmones, esófago, brazos.

Glándula correspondiente: Tiroides.

El quinto chakra del cuello encontramos el centro de la capacidad de expresión humana, la comunicación y la inspiración. Está unido con un chakra secundario menor, que está asentado en la nuca y que abre hacia atrás. También estos dos centros energéticos suelen considerarse a menudo como un único chakra.

Vocal: La vocal «e» activa el chakra del cuello. Se entona en la clave de sol de la escala. Si con la voz vas pasando lentamente de una «a» a una «i», en un momento determinado surgirá el sonido «e». Al igual que el cuello representa un canal de unión entre la cabeza y el resto de cuerpo, la «e» del chakra del cuello une el corazón y el entendimiento, «a. e «i», y canaliza sus fuerzas hacia el exterior.

Mantra: HAM

Color: Azul

Cuarzo: Aguamarina, Turquesa, Calcedonia.

Aromaterapia: Salvia, Eucalipto.

Nota musical: Sol y Sol mayor

6 Chakra Ajna, chakra frontal o tercer ojo, ojo de la sabiduría, también llamado ojo interior o chakra de las órdenes. El sexto chakra se encuentra situado un dedo por encima de la base de la nariz, en el centro de la frente. Se abre hacia delante.



Elemento: Luz

Correspondencias corporales: Rostro; ojos, oídos, nariz, senos paranasales, cerebelo, sistema nervioso central.

Glándula correspondiente: Glándula pituitaria (hipótesis).

El sexto chakra se consume la percepción consciente del ser. En él se asienta la fuerza psíquica superior, la capacidad intelectual de diferenciación, la capacidad del recuerdo y de la voluntad; y a nivel físico es la central de mandos suprema del sistema nervioso central. Su auténtico color es el añil claro, pero también pueden detectarse

matices amarillos y violetas. Estos colores indican sus distintas formas de funcionamiento en diferentes planos de conciencia.

Vocal: El chakra radical se activa mediante la vocal «i». Se canta en la clave de «la» de la escala. La «i» desencadena un movimiento dirigido hacia arriba. Representa la fuerza de la inspiración, que siempre te lleva a nuevos movimientos.

Mantra: KSHAM

Color: Violeta

Cuarzo: Lapislázuli, Sodalita.

Aromaterapia: Menta, Jazmín.

Nota musical: La y La mayor

7 Chakra Sahasrara, chakra coronal, también denominado centro de la coronilla o flor de loto. El séptimo chakra se encuentra situado en el punto supremo, encima de nuestra cabeza y en el centro. Se abre hacia arriba.



Elemento: Pensamiento

Correspondencia corporal: Cerebro.

Glándula correspondiente: Glándula pineal (epífisis).

El séptimo chakra coronal es donde se asienta la perfección suprema del hombre. En algunos escritos legados por la tradición se representa en vilo sobre la cabeza del hombre. Brilla con todos los colores del arco iris, pero el color predominante es el violeta. La flor exterior del chakra consta de 960 pétalos. En su interior se encuentra una segunda flor de 12 pétalos, que irradia luz blanca entreverada de rayos dorados.

Vocal: El sonido «m» abre el chakra coronal. En la India se considera también una vocal. La «m» se entona en la clave de SI de la escala. Es como un zumbido perenne, sin límites y sin estructura. Así, representa la unidad indivisa, la conciencia pura, amorfa e ilimitada, en la que están contenidas en forma latente todas las formas.

Mantra: OM

Color: Blanco.

Cuarzo: Amatista, Cristal de roca.

Aromaterapia: Olíbano, Loto.

Nota musical: Si y Si mayor

Logos.body@hotmail.com

Psitheosfil

J Harley S