

Curso sobre los Chakras

CONOCIMIENTO BÁSICO Y COMÚN

Este curso tiene características básicas, lo cual quiere decir que los conocimientos sobre chakras que se impartirán en él serán de utilidad al estudiante para cualquier otro tipo de estudios que desee asumir con posterioridad.

AURA

CAMPO BIOELECTROMAGNÉTICO: Lo poseen todos los seres vivos del reino animal y vegetal.

El campo bioeléctromagnético tiene una estructura determinada y vibra en determinada frecuencia, emitiendo pulsaciones. El de los animales tiene menos complejidad estructural que el del ser humano, y sus colores son más intensos.

La fotografía Kirlian fue la primera instrumentación que permitió comprobar su existencia al retratar la presencia de este campo alrededor de la hoja de una planta, y posteriormente alrededor de manos humanas.

Este campo es llamado AURA, y tiene la forma de un huevo con su parte más ancha hacia arriba y la más estrecha hacia abajo. En su interior se encuentra el cuerpo físico humano guardado como una larva en su crisálida.

El aura es invisible a simple vista, pero se puede llegar a visualizar mediante un entrenamiento especial y también con la ayuda de lentes especiales. Con ciertos equipos como los contadores Geiger o los minivoltímetros puede ser incluso registrada y medida. Las varillas de zahorí también pueden detectarla, e igualmente el péndulo radiestésico.

ESTRUCTURA DEL AURA

El aura humana es de forma ovoidal.

Está compuesta por siete capas o cuerpos, cada uno de diferente estructura, colorido y función. La apariencia del aura y de cada uno de sus cuerpos no es inmutable y puede cambiar con bastante rapidez, incluso dentro de un mismo día.

Cada uno de estos cuerpos se corresponde con uno de los siete chakras principales, que no son otra cosa que los puntos donde se cruzan o confluyen en número de veintiuno las líneas de energía que existen en el organismo de una persona.

En estos lugares del cuerpo humano donde existen estas confluencias energéticas múltiples se forman vórtices de energía en forma de conos, los cuales, en una vista frontal del cuerpo, parecen como ruedas que giran, y es por eso que los hindúes, en su sistema, les llamaron *chakras*, palabra sánscrita que significa RUEDA. Cada uno gira con una velocidad propia y posee su propio color.

¿DÓNDE ESTÁN COLOCADOS LOS CHAKRAS?

EN EL CUERPO FÍSICO: QUE ES EL COMPONENTE MÁS DENSO DE UNA SERIE DE CAMPOS INTERACTIVOS DE ENERGÍA. Cada uno de los otros campos o cuerpos de luz de dimensiones superiores tiene conexión con la estructura física celular por medio de una compleja red de conductos de energía

Los chakras no están sueltos dentro del aura ni colocados a capricho. Tienen una ubicación que obedece a razones profundas. El sistema hindú es uno de los que mejor lo grafica.

El prana o chi, energía sutil de la vida, penetra en nuestro cuerpo a través de la respiración y circula a través de una compleja red de canales sutiles llamados *nadis*. No son visibles como las venas, arterias o capilares, por lo cual la ciencia occidental niega su existencia. Pero es precisamente porque se trata de energía sutil que los nadis no son visibles.

Según textos antiguos el cuerpo humano tiene aproximadamente unos setenta y dos mil *nadis*. De entre ellos sólo cien serían importantes y recentralizarían la energía que fluye por los restantes.

Estos cien canales están dirigidos por diez canales principales que controlan todas las aberturas del cuerpo y órganos sensoriales: el orificio de los genitales, el ano, y el más esencial: el eje central que va desde el perineo hasta la cima del cráneo.

LOS TRES CANALES

Pero sólo tres nos importan ahora: los hindúes llamaron a estos tres canales *Ida* (o canal izquierdo), *Shushumna* (o canal central) y *Pingala* (o canal derecho).

Shushumna o canal central corre desde la coronilla hasta el perineo en forma de una columna estrecha que atraviesa el cuerpo y que convencionalmente suele alinearse con el canal de la médula espinal.

LOS SIETE CHAKRAS PRINCIPALES SE ENCUENTRAN ALINEADOS A LO LARGO DE SHUSHUMNA O CANAL CENTRAL. Y coinciden con la ubicación de los principales siete plexos nerviosos del cuerpo humano.

Ida es el canal de la Luna (o polaridad femenina), nace en la ventana izquierda de la nariz, desciende hasta el perineo y asciende enroscándose en torno a *Shushumna* o canal central, rodeando todos los chakras.

Pingala, el canal del sol (o polaridad masculina), nace en la ventana derecha de la nariz, baja hasta el perineo y rodeando los chakras en espiral remonta hasta el punto de partida.

Si hiciéramos un esquema de este recorrido sobre una hoja de papel descubriríamos que corresponde exactamente con el caduceo de Mercurio, en el que dos serpientes se enroscan en torno a la vara del caduceo. También hallaríamos que este esquema reproduce exactamente la estructura de la molécula de ADN.

LOS SIETE CHAKRAS

Los chakras son centros activos especializados en la recepción, asimilación, decodificación y transmisión de energías, o sea, del intercambio o interacción de la energía cósmica con el organismo.

Los siete vórtices chakrísticos principales son zonas del cuerpo NO FÍSICAS, sino ENERGÉTICAS, altamente especializadas, que cumplen unas funciones de coordinación y mando de determinadas funciones físicas, emocionales y mentales. A través de ellos el organismo absorbe la energía cósmica (también conocida como prana, chi, espíritu, ilíaster, fuerza ódica, orgón, etc) y se deshace de esa misma energía cuando ya ha sido utilizada y puede considerarse inerte o muerta.

UBICACIÓN Y ESTRUCTURA DE LOS CHAKRAS

Los chakras NO se encuentran dentro del organismo, sino fuera. Si pudiéramos visualizarlos percibiríamos que la rueda gira a más o menos dos centímetros y medio de nuestra piel, insertándose en el interior sólo el extremo fino del cono, QUE SE HUNDE EN EL CANAL MEDULAR.

Cada chakra en estado normal tiene un diámetro de unos 15 centímetros aproximadamente.

Los chakras tienen entrada por la parte posterior del cuerpo y salida por la anterior. Los aspectos frontales se relacionan con los sentimientos de la persona, y los dorsales con su voluntad. Los tres chakras de la cabeza se relacionan con los procesos mentales. El chakra raíz es la entrada y la corona la salida.

Los colores de cada chakra guardan relación con su frecuencia vibratoria.

Hay una réplica de cada chakra en cada uno de los cuerpos o capas del aura, de manera que cada capa aural tiene su propio juego de siete chakras mayores.

En el interior de cada chakra hay un núcleo central protegido por un sello. El núcleo contiene el holograma original que produce una vibración similar a las emisiones de radio, continuas e infinitas. Este sonido se llama *bija* y es fundamental para conectar con el centro del chakra. Cada chakra tiene su propia frecuencia o bija. Cuando vibramos, entonamos o catamos este sonido, el chakra se abre transformándose en una puerta tridimensional que nos permite conectar con otros niveles de conciencia.

El sello que protege cada núcleo central controla el intercambio de energía entre cada una de las capas del aura. La energía pasa de una capa o cuerpo del aura a otra a través de estos sellos.

La mayoría de las personas tienen cerrados estos pasajes, pero se pueden abrir con el trabajo de purificación.

Los chakras son también refinados centros de comunicación y mando que emiten y reciben información. Por eso otra persona que está vibrando en otra frecuencia no nos interesará, porque entre ella y nosotros no habrá conexión o feedback.

Es importante conocer que cuando respiramos nuestros chakras se abren y perciben más prana e información exterior. Cuando espiramos, nuestros chakras se cierran y percibimos con más claridad nuestro universo interior.

SÓLO VAMOS A ESTUDIAR LOS CHAKRAS DEL CUERPO ETÉREO O LA CAPA AURAL MÁS CERCANA A NUESTRO CUERPO FÍSICO.

FUNCIONES DE LOS CHAKRAS:

- 1-revitalizar cada cuerpo aural y con ello el cuerpo físico.
- 2-Provocar el desarrollo de distintos aspectos de la autoconciencia.
- 3-trasmitir energía entre los distintos niveles aurales.

Cuando los chakras en su conjunto giran cada uno a la velocidad que les es propia, están abiertos y tienen un tamaño correcto, y su color particular es claro y brillante, la persona

metaboliza buena cantidad de energía del campo cósmico universal y puede mantenerse en estado armonizado, lo que equivale a decir saludable y equilibrado. Pero si alguno de ellos se afecta en su funcionamiento, el individuo, O no puede absorber la energía cósmica, O no puede deshacerse de la que ya usó. En el primer caso se produce una desnutrición o empobrecimiento energético de la zona regida por el chakra afectado. En el segundo caso se produce un bloqueo de energía. Aunque en realidad ambos casos se pueden interrelacionar estrechamente y llegar a constituir un mecanismo de causa-efecto.

CHAKRAS MENORES

Hay veintiún chakras menores diseminados por todo el cuerpo. En ellos se cruza o confluyen catorce veces las líneas de fuerza del cuerpo. Cada chakra menor mide aproximadamente 7,5 cm, la mitad que los siete chakras principales:

- uno delante de cada oreja
- uno encima de cada tetilla
- uno donde se unen las clavículas
- uno en la palma de cada mano
- uno en la planta de cada pie
- uno detrás de cada ojo
- uno relacionado con cada gónada
- uno cerca del hígado
- uno conectado con el estómago
- dos conectados con el baso
- uno en cada corva
- uno cerca del timo-
- uno cerca del plexo solar

OTROS SISTEMAS

BUDISMO: Reconoce cinco chakras

HINDUISMO: Reconoce siete chakras principales

TAOISMO: Reconocen trece centros o puntos

¿QUIÉN TIENE RAZÓN?: Existen numerosas rutas para llegar a la cima de una montaña, pero hay que escoger sólo una. No se debe cambiar de un camino a otro, probándolos todos y sin llegar nunca al final de uno de ellos. Tras varias decenas de años explorando un único camino, el aprendiz se convierte en maestro. Entonces realiza una síntesis entre lo que ha recibido y sus propias experiencias, y quizás funde una escuela propia, que será una pincelada más en el paisaje.

CHAKRA UNO

UBICACIÓN: entre el sexo y el ano.

NOMBRE SÁNSCRITO: Muladhara (raíz)

SIMBOLO HINDÚ: loto de cuatro pétalos y cuadrado amarillo

SÍLABA MÍSTICA O BIJA: Lam o Lang (se canta con voz gutural, grave, y con la punta de la lengua tocando el paladar. Comience con un minuto y llegue hasta tres)

KABALA: Malkut (orificio de salida de los desechos, ano, mundo de la manifestación)

ELEMENTO: Tierra

SENTIDO FÍSICO: tacto.

ÓRGANO SENSORIAL: nariz

ÓRGANOS DE RELACIÓN: Columna, Huesos, músculos, sistema linfático, sistema nervioso y sistema glandular. Piel, pelo, suprarrenales, piernas, intestino grueso y todo lo que es estructura, pues la función de este chakra es la de SOSTÉN.

GLÁNDULAS: suprarrenales

PLANETA: Saturno

COLORES: rojo y negro

GEMOTERAPIA: hematite, ónice, cuarzo ahumado, jaspe rojo, granate, rubí (piedras rojas y negras)

TIPO DE DESEO: seguridad

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: conciencia física

METAL ALQUÍMICO: plomo

HORA DE MÁXIMA ACTIVIDAD FÍSICA Y ENERGÉTICA: de tres a siete de la mañana.

PUNTOS DE ACUPUNTURA PARA SU TRATAMIENTO: 1 VC Y 1 VG

Este chakra otorga la capacidad de conectar con las fuerzas telúricas y la facultad de tomar decisiones cotidianas atendiendo al más genuino interés propio. Guarda relación con los instintos más ancestrales de miedo a la lesión física y es el primer motor de la llamada reacción de lucha o huida. En este sentido se relacionan con las glándulas suprarrenales productoras de la adrenalina, hormona de la respuesta rápida ante situaciones límite. Se vincula con la supervivencia. No sólo concierne al plexo del cóccix, sino también a las piernas y los brazos. Está dirigido hacia abajo y a través de él penetra por los pies el haz de energía procedente de La Tierra.

Se dice que la diferencia de potencial entre la superficie del suelo es de cien voltios por metro vertical en plano y con buen tiempo. Por ello existe una diferencia de potencial de 180 voltios entre los pies y la cabeza de una persona de un metro ochenta de estatura.

RELACIONES: la matriz, el mundo material, el dinero y las finanzas, pero también con la matriz de nuestro cuerpo físico y todo lo que atañe a la supervivencia. Los siete primeros años de la vida humana dependen de este chakra. Es uno de los dos únicos chakras abiertos con que el bebé humano llega al mundo.

Asiento de la energía Kundalini.

En este chakra se juntan los tres nadis principales: Ida, Shushumna y Pingala, formando un triángulo invertido que dirige la energía hacia abajo.

Desde que se comienza a trabajar con el chakra uno la energía comienza a ascender por el canal central.

Cuando cantamos la sílaba Lam estamos bloqueando el movimiento descendente de la energía. Es por eso que para que las curaciones resulten más eficaces siempre debemos acompañar el tratamiento curativo sobre un chakra con el cántico de su sílaba mística o bija.

Como este chakra está directamente conectado a la materia densa su vibración es la más lenta de los siete. Ello se indica en su yantra correspondiente por el escaso número de pétalos.

FUNCIÓN PSICOLÓGICA: cantidad de energía física, voluntad de vivir. Deseo de vivir en la realidad física.

ARMÓNICO: Este chakra se dice que funciona bien en las personas que hayan desarrollado seguridad, fuerza interior y generosidad. Nunca asentirá miedo de perder algo o a alguien ni de morir. Sin embargo, éste es precisamente el chakra del apego y el aferramiento. Las cualidades psíquicas de las personas del primer chakra son la quietud, la estabilidad y la firmeza. Cuando la fuerza vital está en pleno funcionamiento a través de los tres chakras inferiores, en combinación con un poderoso flujo que desciende por las piernas hay una afirmación clara y directa de la potencia física, la fuerza, el vigor. El cóccix actúa como una bomba de energía en el nivel etéreo, ayudando a encauzar el flujo energético hacia arriba por la columna vertebral. Esta afirmación de la potencia física, combinada con la voluntad de vivir, hace que el poder y la vitalidad emanen del individuo en forma de energía vital. La persona que vibra en este chakra se convierte en un generador que da energía a quienes le rodean y es capaz de recargar su propio sistema energético y también el de los demás. Estas personas se integran bien en los grupos.

BLOQUEO: Cuando este centro está bloqueado o cerrado, la persona carece de energía vital suficiente y su presencia no produce una fuerte impresión en el mundo físico. Es como si no estuviera ahí, no se la percibe. Evita la actividad física, su energía estará baja y quizá será enfermiza. La persona se vuelve pasiva, sin resistencias, llena de preocupaciones, perezosa. Su inseguridad le llevará a almacenar reservas energéticas o incluso a robarlas a otros para hallar la tranquilidad (vampirismo energético). También, CUANDO HAY PLÉTORA EN EL CHAKRA, se pueden comportar como personas agresivas que intentan siempre ir contra la corriente, CON CONDUCTAS PARANOICAS Y DEL TIPO “LEY DE LA SELVA”. Ello le causa un desgaste físico que le induce a comer comidas densas, carnes, grasas en un intento por reponer de un modo rápido toda la energía que pierden.

ENFERMEDADES: HEMORROIDES Y FISURAS DEL ANO, ESTREÑIMIENTO, ARTRITIS, CIÁTICA, PROBLEMAS DE PRÓSTATA, OBSTRUCCIONES DE LA URETRA, , DIARREAS, OBESIDAD, DESCALCIFICACIÓN DE LOS HUESOS Y DOLENCIAS VERTEBRALES, delgadez, Ansiedad sin causa aparente.

CORPÚSCULOS O CÉLULAS DE LEYDIG Y LA ETERNA JUVENTUD: (NO es reiki) Producen estrógenos y testosterona. Debidamente estimuladas inician un proceso de rejuvenecimiento en la persona, que se apreciará ya en el primer mes de estimulación diaria al amanecer, a las horas de máxima energía del chakra. Al hacerlo probablemente se sentirá un incremento de la libido y la energía sexual.

TÉCNICAS DE APOYO:

Color rojo: todos los elementos que contengan color rojo nutrirán a este chakra. El rojo debe usarse también en las comidas, bebida, ropa, decoración de habitaciones, despacho etc. Por simpatía con la sangre el rojo es el color de la vida y da fuerza a los anémicos.

Caminar descalzo, de ser posible sobre la tierra de un campo o jardín y sobre la arena de una playa.

La música ideal para potenciar este chakra es tambores y danzas y música africanas (en general cualquier instrumento de sonoridades rítmicas primitivas). También los sonidos de la naturaleza y similares.

CHAKRA DOS

UBICACIÓN: 4 cm debajo del ombligo

NOMBRE SÁNSCRITO: Svadhisthana

YANTRA: loto de seis pétalos, un círculo y una media luna de color blanco azulado

BIJA: VAM O VANG (se canta con la voz grave y con la punta de la lengua tocando los dientes por la parte posterior, en la unión con el paladar. De 1 a 3 minutos **KABALA:** Yesod (La Luna)

ELEMENTO: agua (rige todos los ciclos relacionados con el agua, todos los fluidos)

SENTIDO: gusto

ÓRGANO SENSORIAL: lengua y genitales

GLÁNDULAS: ovarios, testículos

PLANETA: Júpiter

COIOR: naranja

PIEDRAS: cornalina, ópalo de fuego, coral

TIPO DE DESEO: reproducción

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: conciencia de la energía

METAL ALQUÍMICO: estaño

HORA DE MÁXIMA ACTIVIDAD FÍSICA Y ENERGÉTICA: de siete a once de la mañana.

PUNTOS DE ACUPUNTURA: 6 VC Y 4 VG

ÓRGANOS FÍSICOS ASOCIADOS: riñones, vejiga, órganos sexuales, ganglios linfáticos, útero, glándulas suprarrenales y todos los líquidos del cuerpo, semen, sangre, saliva, sudor, lágrimas, pues la función primordial de este chakra es permitir que todo fluya armónicamente

Simboliza la expresión del yin y el yang y de las polaridades inversas (arriba-abajo, luz-tinieblas, etc). La atracción de estas polaridades es el origen del movimiento y los cambios. Regula todo lo que concierne al placer, las sensaciones, la sexualidad, la sexualidad y la procreación. Como su elemento es agua, lo que fluye, es el centro de la purificación y de la dimensión femenina. En el hindú y en algunos otros sistemas se le considera el centro de la creatividad, por su relación con el alumbramiento. Se dice que el artista la usa para crear, el guerrero para combatir y el magnetizador para curar. Es un **centro de control** de la energía base que asciende por el UNO y que comienza a ser transformada y filtrada en este nivel.

Chinos y japoneses lo llaman el **centro del hara**.

La bija VAM libera los bloqueos por su fuerza vibrante y permite al individuo canalizar la energía en su ascenso hacia los centros superiores. Para escapar de la dualidad que representa este chakra, la mejor actitud consiste en la indolencia exterior y la voluntad tranquila más que en el nerviosismo.

FUNCIÓN PSICOLÓGICA (2-A) DELANTERO: se relaciona con la calidad del amor hacia el sexo opuesto.

ABIERTO: Cuando está abierto facilita el dar y recibir placer sexual y físico. La persona disfruta con el coito y tiene orgasmos. Pero el orgasmo total de cuerpo requiere que todos los centros estén abiertos.

FUNCIÓN PSICOLÓGICA 2-B (TRASERO): se relaciona con la cantidad de energía sexual de la persona.

ABIERTO: la persona siente su potencia sexual.

BLOQUEO DEL 2-B: fuerza y potencia sexuales débiles y decepcionantes. No habrá impulso sexual fuerte. La

persona intentará negar la importancia del sexo, y ello traerá como consecuencia que el área del chakra en cuestión se vaya desnutriendo. Pero como este chakra se encarga de almacenar la energía vital, si se desnutre, la persona estará falta de energía y su vitalidad será baja.

BLOQUEO DEL DOS COMPLETO: Incapacidad de alcanzar el orgasmo en la mujer (FRIGIDEZ). Preferencia por la estimulación manual clitoridiana. En ocasiones temor y recelo ante la pareja sexual. En el hombre se produce eyaculación precoz o incapacidad para lograr una erección (IMPOTENCIA). El flujo energético que debe escapar por el pene se reencausa hacia la espalda saliendo por el DOS posterior, lo que provoca sensaciones dolorosas o desagradables. Miomas en genitales femeninos, problemas de próstata, vejiga, dolores lumbares, trastornos de la menstruación, disfunciones renales, infecciones urinarias y venéreas, fatigas crónicas y debilidad en la mujer, y rodillas débiles en el hombre.

DESARMONÍA: La persona con un chakra dos inarmónico sentirá codicia material y lujuria, tendrá afán de posesión y continuamente sentirá una acuciante necesidad de marcar el territorio que, en su mente e imaginación, concibe como suyo, aunque en la realidad no lo sea.. Constantemente se sienten ofendidos porque consideran que no se les trata con el debido respeto ni se les concede la atención que creen merecer. Son muy demandantes. La convivencia con ellos es muy difícil y puede ocasionar amargura en quienes le rodean.

ENFERMEDADES: venéreas, esterilidad, trastornos menstruales, impotencia, frigidez, disfunciones renales, infecciones urinarias y del sistema genital, fatigas crónicas, lumbalgias, debilidad de las rodillas, etc. COLITIS E IRRITACIONES INTESTINALES, TUMORES DE LA VEJIGA, ANOMALÍAS DE ABSORCIÓN EN EL INTESTINO DELGADO, prostatitis y dolores lumbares

ARMONIZADO: paz, emociones plácidas; desarrollo de la creatividad artística basada en la imaginación (alimentada por la influencia lunar). Mejora de la comunicación con los otros.

Lo más frecuente es que uno de los dos aspectos del chakra esté abierto (con un exceso de funcionamiento), cuando otro está cerrado, pues las personas generalmente no pueden soportar que ambos aspectos de un chakra funcionen al mismo tiempo. Cuando el centro posterior es fuerte en la dirección de las agujas del reloj y el delantero es débil o está cerrado, la persona tendrá un fuerte impulso sexual y deseará tener muchas parejas sexuales, pero nunca quedará completamente satisfecho (complejo de don Juan) y tal vez el impulso vaya acompañado de violentas fantasías sexuales. Las personas pueden mostrar tendencia a romper sus compromisos amorosos.

TÉCNICAS DE APOYO:

Este Chakra se nutre con todo elemento que sea de color anaranjado.

Contemplar la luna para ganar en fuerza vital. La luna llena estimula poderosamente este chakra.

Contemplar cursos o caídas de agua que fluye y dejarse llevar mentalmente por ella.

La música de este chakra son los ritmos lentos para bailar en pareja, la música fluida o acuática.

Los sonidos de agua en todas sus formas: ríos, mares, arroyos, lluvias ayudan a equilibrar este chakra.

Mirar los reflejos de la luna en el agua con los ojos ligeramente desenfocados.

CHAKRA TRES

UBICACIÓN: plexo solar

NOMBRE SÁNSCRITO: Manipura. También se le llama **CENTRO ADRENAL** *.

BIJA. RAM o RANG. Se canta con voz en dos tonos, la R es nasal y la parte final ang es media, con la boca abierta en O y la lengua en el centro sin tocar la boca. Se canta de 1 a 3 minutos.

YANTRA: loto de diez pétalos con triángulo rojo apuntando hacia abajo.

CABALA: Tiphereth (plano cósmico)

ELEMENTO: fuego

SENTIDO: vista

ÓRGANO SENSORIAL: ojos

ÓRGANOS FÍSICOS ASOCIADOS: sistema digestivo (hígado, baso, páncreas, vesícula biliar estómago, intestinos) y todos los músculos. Todo lo relacionado con la digestión y asimilación tanto de alimentos como de emociones, ideas, vivencias, experiencias.

GLÁNDULAS: páncreas

PLANETA: Marte

COLOR: amarillo

TIPO DE DESEO: control

PIEDRAS: topacio dorado, ámbar, cuarzo citrino

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: conciencia de la acción

METAL ALQUÍMICO: hierro

HORAS DE MÁXIMA ACTIVIDAD: de las once a las quince horas.

PUNTOS DE ACUPUNTURA: 12 VC Y 6 VG

Manipura es el centro de la voluntad y el poder. A través de él se produce la afirmación del Yo a los ojos del mundo.

PLANO FISIOLÓGICO: esta zona del abdomen concierne a la transformación de los alimentos por el fuego vital, en calor y energía que regenerará el conjunto del organismo. La percepción formal del fuego a nivel digestivo corresponde a una transformación psíquica de la energía, indispensable para hacer subir la energía descendente de los primeros dos centros, que están sometidos a la ley de la gravedad. A la inversa, las llamas de Manipura ascienden hacia los centros superiores y purifican los deseos.

ESTRESS: el stress acumulado se concentra en Manipura y produce el famoso “nudo” en el plexo solar, que provoca las úlceras de estómago y otros padecimientos relacionados con la digestión. El nudo en su estado crítico produce lo que se conoce como incendio en el plexo solar, lo que, a su vez puede provocar taquicardia, palpitaciones, salto en la boca del estómago, dolor en el ganglio estrellado y otros disturbios. Una mala gestión de este centro puede llevarle a consumir más alimentos de los necesarios para la supervivencia, lo que desencadena obesidad y diabetes (sentimiento de pérdida de poder y de renuncia a las dulzuras de la vida).

La falta de autoconfianza procede de un bloqueo en Manipura. Las dudas sobre la capacidad personal de realización pueden inducir al consumo de drogas y excitantes. Estas drogas producen por corto tiempo el efecto de liberarse del bloqueo.

Cuando hay un exceso de actividad en Manipura se produce un exceso de fuego: una energía borbotante asciende por el cuerpo. La voluntad de actuar se vuelve muy potente y

desordenada. La persona se muestra colérica e impaciente. La energía no filtrada bloquea a Manipura e impide su ascenso provocando perturbaciones en el corazón y la cabeza. La persona comienza a sentir que está viviendo como sobre un volcán y para aliviarse aumenta el consumo de sedantes y barbitúricos, alcohol para relajarse, cigarrillos para tranquilizarse y ayudarse a pensar..

FUNCIÓN PSÍQUICA: Con un 3-A abierto la persona se siente conectada con el universo. Manipura es un chakra relacionado con el plano mental, pero igualmente con la vida emocional del individuo, ya que los procesos mentales sirven como reguladores de la emocionalidad.

ARMONIZADO: vida emocional profundamente satisfactoria y libre de agobios; la persona se muestra jovial, positiva y confía en sus capacidades. Será afectuosa y tendrá un mayor éxito en todo lo que emprenda cuanto más eficaz sea el control de la energía de base por el segundo chakra.

Si Manipura tiene **rasgada la membrana protectora** que lo cubre la persona sufrirá emociones extremas e incontroladas, y puede sentir la influencia de fuentes externas provenientes del plano astral que le confundirán. Llegará un momento en que el abuso de dicho chakra le provocará dolor físico en esa área, y más tarde ello podría desembocar en una enfermedad. En GENERAL, LA TRISTEZA Y LA NOSTALGIA POR EL PASADO Y POR LO QUE PUDO HABER SIDO Y NO FUE TAMBIÉN DESAMONIZAN ESTE CHAKRA.

BLOQUEO DEL 3-A: la persona puede bloquear sus sentimientos hasta llegar a no sentir nada. No podrá conectarse con el universo.

Muchas veces este centro bloquea la comunicación entre los chakras del corazón y el sexo. Si estos dos chakras están abiertos y Manipura bloqueado, ambos funcionarán por separado. El sexo no estará profundamente conectado con el amor y viceversa.

Es un chakra muy importante para la capacidad de comunicación humana. Cuando una persona se comunica con otra se crean cordones etéricos entre ambos 3-A. Y estos cordones se multiplicarán y crecerán cuanto mayor vaya siendo esta comunicación. Eso es justamente lo que hace que, inmediatamente después de la ruptura de una relación amorosa, las personas sientan como un vacío o un dolor o desazón en el área del plexo solar, que obedece a la desgarradura de los cordones comunicativos. Por eso cuando alguien se ha desamorado de su pareja suele decir: “ya no tengo nada que ver con ella, nada nos une”, y es cierto: los cordones de unión se han roto y las dos personas vuelven a ser dos entidades absolutamente desvinculadas una de la otra.

FUNCIÓN PSÍQUICA DEL 3-B: asociado a la actitud que tenga la persona hacia la propia salud física. Cuando la persona siente un fuerte amor hacia su cuerpo y tiene la intención de mantenerlo saludable, significa que probablemente este centro estará abierto.

Es un centro relacionado con la curación espiritual. Se dice que se halla muy desarrollado en algunos sanadores.

Es un centro volitivo y el de menor tamaño entre todos los centros volitivos del cuerpo humano. Estará abierto si el plexo solar lo está.

BLOQUEO DEL 3-B: se cierra cuando se cierra el 3-A.

INARMÓNICO: Cuando el comportamiento del chakra es inarmónico se puede ser una persona enérgica y ambiciosa, que ansía el poder por el solo hecho de tenerlo. Persigue el poder personal e intenta manipular a sus amigos y allegados para conseguir sus deseos, y si no lo consigue o le contradicen se enoja con facilidad. Gasta mucha energía y necesita reponerla. Come mucho y mal. La persona manifiesta obsesión por ser la mejor en todo, por mandar, dirigir. Es muy materialista y siempre intentará conseguir sus objetivos sin escrúpulo alguno ante los medios que pueda emplear. Es el típico “el fin justifica los medios”. Pero sus ambiciones nunca se sacian, sino que cada éxito o logro conseguido lo espoleará a emprender la lucha por nuevas y mayores conquistas. Se aprecia dificultad en el pensamiento lógico y racional y alteraciones en la capacidad inductivo-deductiva. El abuso de autoridad, la iracundia y el comportamiento ofensivo hacia los demás también se retrotraen a un funcionamiento anómalo de dicho centro

ENFERMEDADES: trastornos digestivos, estreñimiento, colitis, úlcera, indigestión crónica, pleura, enfermedades de los ojos, hinchazón abdominal, cirrosis, hepatitis, enfermedades de la vesícula, diabetes, mala circulación. Como las suprarrenales también se consideran vinculadas con el plexo solar, cuando éste se bloquea ellas se afectan, pudiendo degenerar, provocando sensaciones de fatiga y debilidad. Por eso este chakra contribuye al aspecto externo de la vitalidad de la persona.

ARMONÍA: La persona tiene disposición y fuerza para servir causas justas, lucidez para guiar a grupos humanos y se convierte en líder. Este chakra se asocia con el pensamiento racional y la inteligencia. Mientras más armonizado se encuentre, más rapidez de intelección y facilidad para el pensamiento lógico tendrá el individuo.

VOZ: Si este chakra está equilibrado el individuo tendrá una voz clara y poderosa, pero de lo contrario la voz será ronca y áspera, con potencia, pero sin timbre

TECNICAS DE APOYO:

Nutrirlo con color amarillo, color que permite controlar y estructurar la mente para la consecución de objetivos materiales, lo que corresponde al lado izquierdo del cerebro.

Este chakra obtiene su fuerza vital de la luz solar, Se recomienda mirar campos de trigos o de girasoles con sus frutos y flores amarillos. El fuego en todas sus manifestaciones, por ejemplo una chimenea o una gran hoguera, ayudará a equilibrar este chakra.

Las puestas de sol lo relajan y los amaneceres lo estimulan.

Su música apropiada es la de orquestas, danzas caribeñas o similares, con mucho movimiento y ritmo. La música Nueva Era lo relaja.

CHAKRA CUATRO

UBICACIÓN: plexo cardíaco o hundimiento bajo el esternón.

NOMBRE SÁNSCRITO: Anahata

BIJA: YAM O YANG. Se canta con la boca abierta, como para decir A, la lengua al centro sin tocar la boca, y el tono es medio, como si saliera del pecho. De 1 a 3 minutos.

YANTRA: loto de doce pétalos con estrella de seis puntas verde oscura. En su interior un hexagrama

KABALA: Tipheret

ELEMENTO: aire (el sistema respiratorio está muy ligado a este chakra)

SENTIDO PREDOMINANTE: tacto

ÓRGANO SENSORIAL: corazón, piel-pulmones

GLÁNDULA: timo

PLANETA: Venus

COLOR: verde

PIEDRAS: esmeralda, jade, amazonita venturina, malaquita, rodocrosita, cuarzo rosa

TIPO DE DESEO: amor

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: conciencia colectiva

METAL ALQUÍMICO: cobre

HORAS DE MÁXIMA ACTIVIDAD: de las 15 a las 19 horas

PUNTOS DE ACUPUNTURA: 17 VC Y 10 VG

Este chakra se encuentra en el centro de la secuencia de los siete chakras principales, por lo cual sirve como nexo de unión entre los tres centros inferiores y los tres superiores. Se asocia con el amor en todos sus matices y grados que van de lo humano a lo divino.

A través de este chakra la persona comienza a tomar conciencia de los demás.

Anahata tiene un papel primordial en la transformación de la energía, porque es en este centro donde se produce el momento más importante en el proceso de refinación y utilización de las energías procedentes de los centros inferiores para que puedan integrarse a las energías del nivel espiritual.

VIBRANDO EN EL CUARTO CHAKRA: las cualidades físicas de la persona son la armonía y el movimiento. Es la típica persona de la que se dice que está llena de gracia y armonía, que se mueve como si bailara, sin tocar el suelo, todo un prodigio de levedad. Se le asocian las cualidades psíquicas de la pureza, la inocencia, el equilibrio regido por la sabiduría y el amor.

ARMONÍA: la persona fluye con la vida sin perder su identidad. Tiene fe en lo que hace. Se comunica bien y consigue realizar sus ideas y proyectos. No trabajan para ellos, sino

para los demás, y no necesitan el reconocimiento ajeno y a menudo prefieren el anonimato. Son tolerantes, saben perdonar, cultivan el desapego. Sienten interés por otras culturas y tradiciones. Generalmente este chakra armonizado induce a ser muy selectivo con la dieta y las bebidas. No se fuma ni se ingieren bebidas alcohólicas y repugna comer carne de animales sacrificados. Son personas que nacen con una tendencia natural a la pureza en todos los aspectos de la existencia.

INARMÓNICO: poca capacidad para concretar proyectos o ideas, y tenderá a culpar de ello a los demás o a las circunstancias. No logrará decir exactamente lo que quiere y pasará trabajo para comunicar sus pensamientos. Puede desarrollar depresión y sentimientos mesiánicos.

CHAKRA HIPERACTIVO: si estuviera demasiado abierto, la persona puede volverse hiperemotiva, excesivamente generosa y afectiva; abrumará a quienes la rodean con asfixiantes muestras de amor y al mismo tiempo querrá recibir pruebas del amor ajeno, aspecto en el que se mostrará insaciable y nada podrá colmarla. Aparece el tipo del que quiere sacrificarse por todo y por todos aunque tal sacrificio no redunde en beneficio de nadie. El impulso de inmolación se vuelve difícil de controlar, la persona quiere darse, ofrecer su ayuda, su vida, su sangre, su dinero, sus pertenencias, se vuelca irrefrenablemente hacia los demás.

BLOQUEO: cuando este chakra se bloquea provoca en la persona un gran sufrimiento interior; si la situación se prolonga por algún tiempo la persona puede replegarse sobre sí misma y romper la comunicación con su entorno. El bloqueo del chakra cuatro interrumpe el paso de la energía de abajo hacia arriba y viceversa. La persona no se gusta a sí misma y tampoco consigue agradar a los demás.

CENTRO DELANTERO 4-A:

Este es el chakra más importante para los sanadores, ya que desde su centro irradia el poder para la curación por imposición de manos, PORQUE DESDE ÉL FLUYE LA ENERGÍA DE LA CONEXIÓN CON TODA FORMA DE VIDA. Esa energía brota después por las manos y los ojos del sanador.

En el proceso de curación el corazón transmuta las energías del plano terrestre en espirituales y las energías del plano espiritual en terrenales para que el paciente las utilice.

DELANTERO 4-B: Se relaciona con la voluntad egocéntrica o voluntad exterior. Con este centro actuamos en el mundo físico persiguiendo lo que deseamos.

GIRO HORARIO: la actitud de la persona hacia la consecución de las cosas será positiva; tendrá la sensación de que su voluntad y la voluntad divina están de acuerdo y que sus deseos y sentimientos fluyen conjuntamente con el universo. Por ejemplo, si una persona ha escrito un libro y desea publicarlo, al primer intento hallará editores que declararán que ese material era precisamente lo que andaban buscando para publicar. Si la persona sale a la calle buscando un taxi, de inmediato aparecerá uno que irá en la misma dirección que ella desea. Todos los aspectos de la vida fluirán con más facilidad y el número y densidad de los obstáculos disminuirá agradablemente.

GIRO ANTIHORARIO: la persona siente con mucha fuerza que sus deseos no coinciden con la voluntad del mundo, que todos se le oponen y sentirá nacer dentro de sí ese

sentimiento de “yo contra el mundo o el mundo frente a mí”. Sentiremos la presencia de una barrera invisible, pero infranqueable, entre nosotros y todo aquello que deseamos realizar, como si todo en el universo se hubiera complotado para llevarnos la contraria. En suma: percibiremos el universo como un ámbito hostil que nos rodea por todos lados. Esto hará que la persona sienta que debe tensar sus fuerzas al máximo y hacer algo decisivo para saltarse esta barrera, y como está llena de negatividad y resentimiento, las decisiones que tome y todo lo que se le ocurra para dar ese salto serán probablemente, cosas nefastas y desaconsejables, que no harán más que empeorar su situación de enfrentamiento contra lo que le rodea. La persona comienza a desarrollar una necesidad de controlar a los demás para asegurarse su propia supervivencia.

CHAKRA HIPERACTIVO: lo mismo horario que antihorario. La persona sustituye el amor por la voluntad. No se entrega a otras personas por un impulso de amor o cariño, sino porque decide hacerlo. Ya no tiene afectos, sino sólo un sentido de lo que *debe* o *quiere* hacer.

VOZ: si el chakra está equilibrado la voz es suave y profunda, se escucha con facilidad y es agradable de oír. Si no está equilibrado la voz será débil y lejana de difícil audición, como si la persona murmurara consigo misma.

TÉCNICAS DE APOYO: Nutrirlo con alimentos de color verde combinados con otros de colores rosa y dorado. Usar la misma combinación de colores en ropas, decoraciones etc.

Obtener la fuerza vital necesaria a este chakra de la contemplación de la naturaleza, especialmente paisajes donde predomine el verde brillante de la vegetación sana y pujante. La contemplación será más efectiva si se conjuga con un cielo azul brillante y despejado, así como los amaneceres de tonos rosa salmón y oro Tener siempre flores en la casa.

La música del cuarto Chakra es la trascendente, es decir, la música sacra, devocional, coral, meditativa, piezas orientales tipo ragas o banis (cantos espirituales) y especialmente el canto gregoriano. Música Nueva Era.

QUINTO CHAKRA

UBICACIÓN: plexo tiroideo o laríngeo. Depresión interclavicular en la base del cuello.

NOMBRE SÁNSCRITO: Vishuddha

YANTRA: loto de dieciséis pétalos con un círculo y una media luna

BIJA: HAM O HANG. Este sonido hace vibrar el cerebro y purifica la energía menta. Se canta con la boca abierta como para decir A y la lengua relajada; sólo al final toca con la punta ligeramente el paladar, y el sonido sale de la parte baja de la garganta. De 1 a 3 minutos

ELEMENTO: éter

SENTIDO PREDOMINANTE: oído

ÓRGANOS: cuello, orejas, mandíbula, aparato vocal

GLÁNDULAS: tiroides

PLANETA: Mercurio

COLOR: azul

PIEDRAS: aguamarina, turquesa

TIPO DE DESEO: comunicar

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: conciencia del sonido

METAL ALQUÍMICO: mercurio

PUNTO DE ACUPUNTURA: 22 VC Y 14 VG

HORAS DE MÁXIMA ACTIVIDAD: de las 19 a las 23 horas

En la zona estrecha del cuello la energía debe refinarse y sutilizarse aún más que en los centros precedentes. Es el lugar de la purificación indispensable para abordar los centros superiores.. Este chakra se asocia al elemento éter, que corresponde a la sutilización de los cuatro elementos fuego, tierra, agua y aire del mundo material.

Un bloqueo en este chakra se manifiesta por una voz débil o falta de comunicación, así como por una postura de hombros caídos o cabeza baja. Por el contrario, en una persona demasiado voluble y habladora, este chakra estará demasiado abierto en relación a los demás. Un chakra laríngeo bien dispuesto permitirá el paso de una vibración específica para las palabras o el canto, y la trasmisión de los sentimientos o las ideas. Permite expresarse al corazón y despierta la capacidad de escuchar a los demás.

Volviendo al yantra del chakra insisto en esa medialuna que puede observarse como parte del mismo: ella simboliza el mundo psíquico, la clariaudiencia y la telepatía, a las que se llega por un proceso de purificación del quinto centro.

Vishuddha está ligado a la expresión artística del segundo chakra.

Las personas que vibran en el quinto chakra se relacionan con el cuerpo sutil, que rige la comunicación y la palabra, por ello su energía es creciente y expansiva. Su cualidad física será la comunicación con el mundo exterior. Sus cualidades psíquicas serán la comunicación, la conexión con ideales elevados y la CAPACIDAD DE DIRIGIR. A partir de este chakra se alcanza un alto grado de evolución.

ÓRGANOS ASOCIADOS: el cuello, la garganta en todas sus partes y funciones, glándulas tiroides y paratiroides, oídos, amígdalas, glándulas salivales, cuerdas vocales, laringe, faringe, tráquea, vértebras cervicales y brazos.

ALTERACIONES DEL CHAKRA A NIVEL FÍSICO: Todas las afecciones de otorrinolaringología. Rinitis, resfriados, escasez de defensas, afecciones bronquiales, anginas, faringitis, otitis, dolores cervicales, disfunciones y tumores de las glándulas implicadas.

afonías, lesiones de las cuerdas vocales y cualquier trastorno de la voz.

ALTERACIONES DEL CHAKRA A NIVEL PSÍQUICO: incomunicación e incapacidad de expresar sus ideas coherentemente, ello puede producir una cierta melancolía, tendencias depresivas, un exceso de preocupaciones, dificultad para la creatividad. La persona muestra una fuerte tendencia a idealizar a otros seres, situaciones y posibilidades, con lo que se vuelve muy exigente, busca paraísos. Además la persona pierde el respeto por sí misma y se vuelve orgullosa, individualista y fanática.

Cuando las mujeres están en edades entre 28 y 35 años, y los hombres entre 32 y 40, son regidos por este chakra, y ello hace que en estas etapas de la vida las personas entren en una fase de actividad que les da la oportunidad de despertar su conciencia, así como la capacidad de profundizar en la comprensión del universo y sus mecanismos. Posiblemente se le despierte el deseo de investigar el aspecto profundo de las cosas.

INARMÓNICO: la persona podría ser muy manipuladora, no dudaría en usar todas sus capacidades y habilidades y encantos para conseguir que los demás acepten sus ideas sin que se sientan directamente presionados, y para ello se mostrará muy dispuesta a mentir si eso le ayuda a conseguir sus fines. Ello le causará paulatinamente un estado de estrés generalizado, pero particularmente en el nivel de la garganta, donde podrían llegar a aparecer, tras un período de más o menos dos años, lesiones graves. Los fumadores con este chakra inarmónico serán mucho más susceptibles de padecer cáncer y tumores en el área regida por el chakra. Habrá quizás conductas hiperactivas y se verán con frecuencia niños muy excitables que no pueden estarse tranquilos.

ARMÓNICO: persona equilibrada con capacidad para proyectar ideas y llevarlas a cabo conjuntamente con otras personas, es decir, están bien preparadas para el trabajo de equipo. La persona sabe cuál es su identidad, su misión y cómo cumplirla.

DELANTERO 5-A: asociado a la toma de responsabilidad en las necesidades propias. Este chakra sirve para medir a la persona por la actitud que toma al recibir lo que le llega.

BLOQUEO: la persona no toma lo que se le da, deja escapar consejos y oportunidades, Y obedece a sus primeras impresiones. Expectativas negativas atraerán sobre sí experiencias negativas.

DELANTERO 5-B: Se le llama *el centro profesional* y se abre por sí mismo cuando la persona se adapta bien a su entorno y alcanza éxitos en el trabajo cotidiano, más aún si la persona siente que el trabajo que ella desempeña es justamente la misión con que ha venido a esta vida.

BLOQUEO: la persona no se mostrará colaboradora y se negará a dar lo mejor de sí, y ocultará en el orgullo su falta de éxito, aunque sepa que con un cambio de actitud le iría mucho mejor. Este centro se bloquea por el miedo a fracasar, la persona teme mucho salir a crear lo que en realidad desea.

VOZ: si el chakra está equilibrado la voz será clara y llegará a todos lados sin necesidad de gritar, y si no lo está, la persona será gritona y su voz resultará molesta a quienes la escuchen.

TÉCNICAS DE APOYO:

nutrir el chakra con todos los elementos de color turquesa.

Las fuerzas vitales ser extraerán de aguas color turquesa, cuya contemplación dará gran paz. Contemplar bocarriba sobre el suelo la inmensidad del cielo infinito claro y sin nubes.

La música apropiada para este chakra será rica en tonos altos y voces, por ejemplo, la música coral. También música sacra, óperas, baladas, Nueva Era.

CHAKRA SEIS

UBICACIÓN: nacimiento de la nariz entre las cejas o un dedo por encima del entrecejo

NOMBRE SÁNSCRITO: Ajna

YANTRA: loto de dos pétalos con un círculo blanco. Dentro del círculo un triángulo invertido y en su interior el grafismo OM. En realidad la frecuencia vibratoria es muy elevada y lo componen noventa y cuatro pétalos

BIJA: AUM o KSHAM. Se canta con la boca relajada sonido de garganta y tocando con la punta de la lengua lo más atrás que pueda. De 1 a 3 minutos.

KÁBALA: BINAH Y CHOKMAH

ELEMENTO: luz interior, inteligencia cósmica, conciencia cuántica

SENTIDO PREDOMINANTE: el pensamiento, la conciencia

ÓRGANOS ASOCIADOS: cerebro, cerebelo y todas las funciones dependientes de estos órganos; glándula pituitaria y todo el sistema hormonal; órganos de los sentidos, en especial los ojos; columna cervical y todo el cráneo menos la parte superior del mismo.

GLÁNDULAS: pineal

PLANETA: sol y luna

COLOR: índigo (color del cosmos)

PIEDRAS: Lapislázuli, zafiro

TIPO DE DESEO: clarividencia

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: conciencia de las tramas

METAL ALQUÍMICO: plata

PUNTO DE ACUPUNTURA: 23 VG Y 16 VG

HORAS DE MÁXIMA ACTIVIDAD: de las 23 a las 3 horas (es la mejor franja horaria para estimular procesos creativos y de inspiración)

El centro frontal se denomina comúnmente Tercer Ojo y es el centro de la visión interior y la percepción extrasensorial. Cuando este centro es convenientemente desarrollado permite

ver el aura humana y también otros planos de existencia, o sea, otros niveles de vibración sutil de la energía; igualmente permite percibir vidas pasadas, así como lo que sucede en otros lugares o tener visiones de anticipación. Se dice que algunos mediums muy avanzados pueden modificar los estados de la materia y curar con esferas de luz que proyectan sobre las partes enfermas del cuerpo del paciente. Un buen chakra seis permite ver más allá de las apariencias.

CUALIDADES PSÍQUICAS ASOCIADAS: la videncia, el desarrollo de la intelectualidad y las capacidades psíquicas; imaginación, visualización, intuición, y la capacidad de traer a este lado de la realidad ideas abstractas o sueños, dándoles una forma material (pensamiento creador o materialización de la forma de pensamiento)

En el iniciado el Tercer Ojo es el nivel donde los dos nadis o canales Ida y Pingala se juntan y equilibran.

Si el chakra tres es el centro del pensamiento racional, el sexto, con quien actúa en pareja, es el centro del conocimiento concreto. Lo mismo permite comprender una estructura abstracta que registrar los elementos de una ciencia en nuestra memoria.

CENTRO DÉBIL: la persona se vuelve influenciable y dubitativa. Lo que registra mentalmente de sus experiencias sólo sirve para crearle más problemas, ya que no tiene la suficiente fuerza interior para elaborar una síntesis y asumir su libre albedrío. La persona no resulta creativa, porque la cantidad de energía que fluye a través del mismo es reducida. La evolución espiritual y el desarrollo armónico de Adjna agudizan la percepción al extremo de que la persona sabe cómo tiene que proceder para estar siempre en el lugar y en el momento adecuado.

ALTERACIONES A NIVEL PSÍQUICO: indiferencia ante lo cotidiano, falta de creatividad, ensoñación, perversidad, rigidez mental, disociación de la realidad, angustias y seducción por lo extraño.

BLOQUEOS: dificultad para concentrarse y llevar la vida armónicamente. Posiblemente estará estancado a nivel intelectual y con frecuentes dolores de cabeza, con pensamientos e intuiciones negativas, y corazonadas muy fuertes que después NO se cumplen. La persona puede andar perdida en sus fantasías, a caballo entre la ilusión y la realidad.

DESARMONÍA: la persona se muestra propensa a los estados de cólera y a resultados de los cuales no es comprendida por los demás. Genera ideas muy innovadoras que pueden resultar chocantes para quienes la rodean, lo cual la hará encerrarse en sí misma; como estas personas suelen tener un mundo interior muy rico, al refugiarse en él generalmente se sienten muy a gusto y terminan perdiendo parte o todo contacto con la realidad ordinaria, que les parece mezquina, indigna de ellos y completamente insatisfactoria, puede volverse huraña, engreída, sentirse superior a los demás, y tendrá tendencia a las crisis emocionales y existenciales, pueden acariciar la idea de suicidio, pues para esta persona “el otro lado” es tan real como éste y debido a su tendencia a idealizar y fantasear, le ofrece más atractivos. También podría iniciar un suicidio lento que pudiera durar años, embarcándose en un proceso en el que cada vez se irá alejando más de la realidad hasta llegar a una ruptura total porque estará más en el mundo de los sueños, en otras dimensiones. En una etapa de su vida puede desarrollar tendencias mesiánicas.

ENFERMEDADES: dolores de cabeza, alteraciones de la memoria, resfriados, sinusitis, otitis, sensación de ardor y presión en la frente, sordera progresiva, dolores de cabeza frontales, cervicales y vertebrales. Cataratas y otras enfermedades del ojo.

ARMONÍA: la persona toma conciencia de la realidad y de cuáles son sus necesidades reales. Aunque siempre será una persona con tendencia a la soledad y el recogimiento, no perderá el vínculo con la realidad. Será muy espiritual y observadora, muy intuitiva, pero con los pies anclados en la tierra.

DELANTERO 6-A: Se relaciona con la capacidad de visualizar y entender conceptos mentales

ANTIHORARIO: la persona tiene conceptos mentales confusos o ideas sobre la realidad que no son ciertas, y sí, por lo general, negativas. Si durante el proceso de curación el sanador detecta que el chakra gira antihorario, se deben aplicar símbolos (u otros procedimientos) para hacer que las ideas negativas afloren; el sanador debe invitar al paciente a que verbalice estas ideas, a que las confiese con voz clara. Si el paciente sigue esta instrucción con sinceridad, será como quitar un obstáculo del lecho de un río que impide el flujo de las aguas: es el mejor procedimiento para que el chakra comience a girar en sentido horario. Este *sacar a la luz* una idea negativa o un concepto erróneo sobre la realidad puede llevar más de una sesión de trabajo. Incluso puede suceder que habiéndose obtenido un buen resultado durante una sesión, en la siguiente el sanador encuentre que el chakra se ha vuelto antihorario otra vez. Entonces debe repetir los procedimientos de extracción cuantas veces sean necesarios, y al mismo tiempo observar muy atentamente al paciente, no sea que éste, ya sea por desconocimiento o por deseo de ocultación, no haya verbalizado lo que realmente tiene en su mente.

DELANTERO 6-B: Se le llama centro ejecutivo mental, porque se asocia con la puesta en práctica de las ideas creativas formuladas a través del centro de la frente.

Si este centro está abierto, a las ideas que el individuo conciba seguirá la acción apropiada para lograr que se materialicen en el mundo físico.

Si este centro está cerrado la persona no será capaz de llevar sus ideas a la práctica y sentirá frustración. Todo quedará en planes y proyectos que, en ocasiones, parecerán delirantes o absurdos. A veces lo que ocurre es que la persona no sabe cómo debe actuar para llevar a la práctica las ideas que se le ocurren.

CONTRADICCIÓN: Si el 6-B gira horario mientras el 6-A lo hace al revés se producirá una situación realmente peligrosa, pues aunque la persona tenga conceptos distorsionados o errados sobre la realidad o sobre cómo debe proceder o simplemente sobre lo que desea, los pondrá en práctica impulsada por la fuerza de este 6-B abierto, y lo peor es que lo hará con cierto nivel de éxito, lo que no significa que esté actuando de forma correcta. Por ejemplo, si usted piensa que este mundo está mal hecho y por lo tanto usted no tiene responsabilidad alguna con las cosas que salen mal, la siguiente idea que se le ocurrirá será que usted tiene derecho a actuar como le venga en gana, sin regirse por orden ni ley, y como su 6-B está bien abierto, usted sabrá lo que tiene que hacer para conseguir lo que se le antoje. Por ahí comienza el camino de la falta de escrúpulos, de ética, y se llega al delito. Si además usted tiene atascado el centro del corazón, tampoco tendrá sentimientos. Sin sentimientos ni moral usted no tendrá barrera psicológica que lo detenga y caerá fácilmente en el crimen.

VOZ: con el chakra equilibrado su voz será limpia y cristalina, con musicalidad. Si está desequilibrado la voz será pegajosa y llegará a la confusión. Quien tiene este chakra inarmónico, a veces, de manera inconsciente, intenta adormecer o hipnotizar a los demás con un tono gangoso que aparentará ser dulce, cálido y acariciante.

TÉCNICAS DE APOYO:

Nutrir el chakra con elementos de color índigo.

Meditar sentado, al oscurecer, contemplando el cielo infinito o el mar, que a esa hora también presenta tintes oscuros.

La música que estimula a este chakra es todo tipo de música espacial, Nueva Era, meditativa, etc, pero también los sonidos de la noche, que se pueden grabar en el campo, en un bosque o en una selva.

CHAKRA SIETE

UBICACIÓN: Coronilla

NOMBRE SÁNSCRITO: Sahasrara

BIJA: AUM

YANTRA: Loto de mil pétalos

CÁBALA: Kether

ELEMENTO: La vibración primordial

SENTIDO PREDOMINANTE: La liberación

ÓRGANOS: Córtex

GLÁNDULAS: Epífisis

PLANETA. Ninguno

COLOR: violeta claro y transparente, blanco con algo de dorado

PIEDRAS: Amatista, cristal de roca, diamante, cuarzo blanco

TIPO DE DESEO: Iluminación, inmortalidad

PRINCIPIO FUNDAMENTAL: Conciencia superior

METAL ALQUÍMICO: oro

PUNTOS DE ACUPUNTURA: 20 VG

HORAS DE MÁXIMA ACTIVIDAD: todas las horas del día, pues este chakra es el director de todos los procesos, que sin él estarían descoordinados.

Este chakra es el centro del conocimiento, la conciencia y la inteligencia. Es la última etapa de transformación de la energía. Que se va refinando de chakra en chakra y que surge por la parte superior del cráneo como un haz de contacto con los centros superiores al cuerpo humano, o sea, es el centro de unión con otras dimensiones y otras octavas.

Como Ajna, está relacionado con todas las actividades intuitivas y espirituales.

En casi todas las religiones que tienen rituales de iniciación, el Maestro o sacerdote trabaja este centro en la parte superior de la cabeza para abrir el canal y conectarlo con el Universo. Esto es un intento por abrir la fontanela, con la que todos nacemos abierta pero se cierra tras los primeros seis meses de vida.

A través de este centro el hombre recibe las informaciones concernientes a su programa de reencarnación. Puede recibir un guía para gestionar su vida en este plano.

Se han visto fotografías donde la fuerte luz que emite este chakra aparece representada sobre la película fotosensible como una nube ligeramente luminosa sobre la cabeza del retratado.

ÓRGANOS FÍSICOS ASOCIADOS: cerebro, cerebelo, médula espinal glándula pineal, las funciones de la memoria y el control del sistema hormonal que comanda todo el cuerpo, control del sistema nervioso. Las partes de la columna que se le asocian son las vértebras y el cráneo, especialmente la parte superior del mismo.

ALTERACIONES A NIVEL FÍSICO: todos los trastornos psíquicos, mentales, emocionales, de relación o comportamiento. Alteraciones del sistema hormonal, y por extensión, de todos los sistemas que integran al ser humano.

MUY DESARROLLADO: la persona puede no sentir ningún interés en la vida sobre la Tierra y desear desligarse de ella. Algunos maestros, por esta razón, abandonan su cuerpo físico antes de lo previsto por el Universo.

Las personas que vibran en el séptimo chakra generalmente tienen clara conciencia del entorno y su momento. Saben en cada circunstancia cómo y cuando actuar. El simple estar a su lado trasmite una gran paz y silencio mental.

BLOQUEO: problemas mentales, de adaptación, convivencia y comprensión de su entorno y de sí mismo.

ARMONIZADO: persona compasiva, sólido en sus ideas y decisiones, con capacidad de concretar y estructurar procesos y proyectos. Sin embargo, la persona necesita más tranquilidad que las demás. Disposición para ayudar a otros. Buen humor y placidez. Conecta los dos hemisferios cerebrales.

INARMÓNICO: persona poderosa con gran capacidad de mando y decisión, así como de creación, que se servirá de los demás para realizar sus proyectos. Será agresiva y autoritaria

y no escuchará a nadie más que a sí misma, porque estará segura de saberlo todo mejor que los demás, de tener siempre la razón. Gran obcecación. Dolores de cabeza fuertes.

Este chakra hay que mantenerlo constantemente armonizado.

TÉCNICAS DE APOYO:

estimular este chakra con los colores blanco y violeta y su presencia en todos los aspectos de nuestra vida.

Contemplar puestas de sol y amaneceres, así como mirar al vacío con la vista desenfocada. Contemplar el arco iris. Meditar con prismas de cristal de cuarzo que descompongan la luz en siete colores.

Las fuerzas vitales necesarias para este chakra se pueden extraer a través de la meditación en lugares sagrados o de energía especialmente limpia, como montañas altas y puras, lagos, bosques sagrados etc...

Este chakra vibra especialmente con el silencio absoluto, como el de la naturaleza en ciertos momentos o el de un salón vacío encerrado herméticamente entre cristales.

La música para este chakra es el silencio y los sonidos puros de la naturaleza, pero también le sirven los sonidos indicados para el quinto y sexto chakras, cuando se trate de trabajos concretos.

CICLOS

El séptimo chakra rige los ciclos-horarios de la circulación de la energía a través de los nadis y meridianos para ir activando los diferentes órganos y sistemas y los procesos mentales.

- Si un chakra está débil o desequilibrado, es en estas horas donde se suele desequilibrar más, pero también estas horas son el momento del día en que un sanador podrá reequilibrar mejor y más eficazmente el chakra en conflicto.
- Si un chakra está especialmente abierto, a estas horas su regencia se intensificará, por lo que conviene saber cómo controlar las reacciones que esto inducirá en nosotros.

Hay **TRES CICLOS MAYORES**, regidos por o asociados a unos determinados niveles de conciencia. Estos ciclos van en sentido ascendente, desde el nivel más denso hasta el más sutil o espiritual de la energía. El chakra siete está presente en todos los ciclos.

Cada **CICLO MAYOR** dura **ocho horas**. Cada **ciclo mayor** de **ocho horas** se subdivide en **dos CICLOS MENORES** de **cuatro horas** cada uno. Ello da **seis ciclos menores de cuatro horas**: un ciclo menor de **cuatro horas** para **cada chakra**.

LOS CICLOS HORARIOS DE CADA CHAKA SON LOS SIGUIENTES:

1ero. o Muladhara de las 3 a las 7 de la mañana (primer ciclo)

2do. o Svadishthana de las 7 a las 11 de la mañana (segundo ciclo)

En este ciclo temprano del día estos dos chakras presentan una tendencia a la pasividad y no conciencia, por lo cual a esas horas es que mejor descansa la persona. Aquí se produce la regeneración física, energética y sutil.

En el primer ciclo hay unas cinco horas muy interesantes para dedicarlas al trabajo espiritual y la meditación. Si hacemos ejercicio de 7 a 9 de la mañana conseguiremos buena vitalidad para todo el día.

El segundo ciclo lleva en sí el estado del despertar y recuperación de la movilidad, especialmente de 10 a 11.

3ero. Manipura de las 11 de la mañana a las 15 horas

4to. Anahata de las 15 a las 19 horas

Estos dos chakras en este ciclo presentan una tendencia auditiva, a la conciencia y la actividad.

El tercer ciclo de 11 a 15 horas es de máxima actividad física. La energía está en su punto máximo, en lo más alto del cielo. En este lapso el sol está en su punto máximo. Como el tres es un chakra solar la relación es más que evidente.

4to.ciclo es para el chakra cuatro, viene una etapa de paz y sosiego. Es un descanso muy necesario porque en el ciclo anterior hubo un gran desgaste de energía. Ahora el sol (y su energía) comienzan a descender .

5to. o VISHUDA de las 19 a las 23 horas

6to. o Ajna de las 23 horas a las 3 de la mañana

Estos dos chakras en este ciclo presentan una tendencia a la supraconciencia y la reflexión trascendente.

El 5to. ciclo es el tiempo de desarrollar la intuición y la comunicación con los seres queridos más cercanos. Es buena ora para meditar y abrir mente y corazón.

El 6to. ciclo es el momento ideal para retiro y meditación en nosotros mismos y nuestro entorno espiritual.

