

## DERECHOS Y FUNDAMENTOS DE LA EXISTENCIA DE LOS CHACKRAS

La existencia y utilidad de los chackras radica en que ellos son centros de energía que se encuentran en el cuerpo etérico, su función principal es transformar la energía universal de vida (prana, mana, chí , kí) o como sea conocido en distintas corrientes filosóficas y llevarlas al cuerpo físico. Cada chackra está encargado de mantener en balance energético diferentes órganos de nuestro cuerpo físico, además de glándulas del sistema endocrino.

Existen cientos de chackras en nuestro cuerpo, algunos corporales, intracorporales o extracorporales, también hay algunos ubicados en las manos, pies y sobre la cabeza, pero se consideran 7 como los mayores e importantes, los cuales representan también 7 derechos fundamentales que nos corresponden por nacimiento, de su balance depende nuestro estado de salud y envejecimiento.

Los derechos que corresponden con cada chackra son:

1) **M U L A D A R A** : Derecho a tener.

En este chackra balanceamos nuestra pertenencia a grupos, familia y entorno, nuestra capacidad de sustento y aceptación de la abundancia.

Cuando está activo rige los atributos de seguridad, instinto de supervivencia, equilibrio mental, vitalidad; su desbalance ocasiona temor irracional, violencia, rabia, malestares físicos y abatimiento psicológico.

Para activarlo y balancearlo todos los días sientate un rato en contacto con la tierra, baila.

2) **M A N I P U R A** : Derecho a hacer.

Este es el chackra del poder personal, la fuerza de voluntad y el dominio, si lo activamos correctamente podemos atraer hacia nosotros las riquezas de la vida, tanto físicas como espirituales, es nuestro Mental Inferior.

Cuando está activo rige los atributos de talentos, prudencia, determinación, cordura, logros, fortaleza; su desbalance ocasiona mala digestión, orgullo, miedo, imposibilidad de decir que no.

Para activarlo y balancearlo rie, frota tu plexo solar con las manos, respira con el diafragma.

3) **S W A D I S T A N A** : Derecho a sentir.

Este es el chackra que nos ayuda a ver la belleza, conseguir la felicidad y el gozo, nos ayuda aclarar partes confusas de nuestra existencia, cuando esta en equilibrio recibimos una hermosa sensación de paz y armonía.

Cuando esta activo rige los atributos de inspiración, placer, erotismo, intimidad, estética; su desbalance ocasiona celos, posesividad, problemas sexuales.

Para activarlo y balancearlo ensaya nuevas formas de expresar tu YO, baila moviendo las caderas.

Aquí ocurre una transición entre los chackras terrenales (todos los anteriores) y los chackras espirituales (siguientes).

#### 4) A N A H A T A : Derecho a amar y ser amado.

Este es el que representa el amor tanto el que damos como el que recibimos, aprendemos a amar a los demás, pero más importante aún, aprendemos a amarnos a nosotros mismos, dándole entonces auténtica fuerza al amor que sale de nuestro interior.

Cuando está activo rige los atributos de la confianza, objetividad, el perdón, respeto, aceptación; su desbalance ocasiona problemas cardíacos, debilidad, fallas en el sistema inmunológico, egoísmo.

Para activarlo y balancearlo sirve y cuida a otros, ámate y perdónate a ti mismo, práctica la respiración consciente.

Nota: Es de color rosa cuando vibra o se alinea con los chackras superiores y de color verde cuando vibra o se alinea con los chackras inferiores.

#### 5) V I S H U D A : Derecho a decir y a escuchar la verdad.

Este es el chakra comunicador, es el centro de la libertad y el poder verdadero, mitiga el desorden del lenguaje, armoniza los pensamientos y los sentimientos, permite que nuestras palabras y expresiones fluyan, pero también recibimos la comunicación del exterior, lo que nos ayuda a comprender la naturaleza de las cosas y de los mensajes.

Cuando esta activo rige los atributos de la comunicación, sinceridad, espontaneidad, simpatía; su desbalance ocasiona alergia, fatiga, vértigo, asma, afonía.

Para activarlo y balancearlo canta, tararea, vocaliza.

#### 6) A G N A C H A C K R A : Derecho a ver.

Este chakra representa el subconsciente, es ver más allá de nuestros ojos físicos, es la visión interior, el comprender los efectos de las cosas, las causas de los acontecimientos, sabiduría e intuición.

Cuando está activo rige los atributos de la memoria, concentración del pensamiento racional e intuitivo, equilibrio entre el Yin y el Yan, imaginación, visualización; su desbalance ocasiona dolores de cabeza, problemas en la vista, sinusitis, enfermedades mentales.

Para activarlo y balancearlo práctica la meditación y visualización.

#### 7) S A H A S R A R A : Derecho a saber.

Es un centro más etéreo que físico, completa a la persona, une el YO superior e inferior y acentúa todas las facultades humanas, es nuestra conexión directa con la energía cósmica, con Dios o la interpretación que se tenga de El, representado incluso por la iglesia o los santos con la famosa aureola.

Cuando está activo rige los atributos de espiritualidad, conciencia cósmica, gozo espiritual, integración; su desbalance ocasiona falta de inspiración y creatividad, depresión profunda.

Para activarlo y balancearlo trabaja las energías de tu cuerpo, ya que no entra en funcionamiento a menos que el individuo haya hecho un trabajo espiritual consciente, práctica yoga, vibra con altísima rapidez.

Todos estos chackras se basan también en 4 principios fundamentales los cuales son:

1) E L K A R M A :

Es la ley de la causa-efecto que obliga al alma a vivir, morir y renacer indefinidamente, según sus creencias en la reencarnación.

2) L A M A Y A :

Que significa ilusión, apariencia, es el encadenamiento de los ciclos perpetuos de los acontecimientos, las circunstancias, las pasiones, los deseos que ciegan los ojos de los hombres.

3) E L N I R V A N A :

Que se traduce a menudo por la iluminación o éxtasis, pero que literalmente significa extinción, desaparición, es una liberación, una salida fuera del ciclo del renacimiento que encadena el alma.

4) E L Y O G A :

Es un conjunto de técnicas físicas y mentales que el hombre puede utilizar para llegar a esta liberación, estas técnicas se basan en ejercicios cuyo objetivo es activar los chackras.

Existen otras técnicas para mantener estos centros en balance como son el Reiki, visualizaciones, meditaciones, respiraciones, entre otras.