

Los chakras, el aura y las energías

Los chakras son vórtices (remolinos) esféricos en el cuerpo etérico que actúan como transmisores de energía. Tienen influencia en nuestra actividad en el plano físico a través del funcionamiento de las glándulas endocrinas (glándulas de secreción interna como la tiroides). Estas glándulas afectan a nuestro funcionamiento corporal, al balance mental y a la integridad emocional. Dependiendo del uso que les demos a ellos y a nuestras energías serán constructivos o discordantes.

Nuestro cuerpo etérico tiene **7 chakras** básicos. No existen chakras buenos o malos, todos son necesarios para las experiencias terrestres como para el mismo proceso de espiritualización.

Voy a explicar la función de cada chakra por separado, pero no hay que olvidarse que funcionan como un todo. En ese todo está el equilibrio.

Cada chakra tiene una función dual, con excepción del primero y el séptimo. Los demás tienen una actividad mundana y otra espiritual.

Chakras Menores

Existen cientos de puntos de energía dentro del cuerpo físico y alrededor de él, inclusive dentro de los vehículos mental, emocional y espiritual. Los más importantes de estos chakras estarían en las manos y en los pies.

Chakra Básico ó Primer Chakra

El funcionamiento de este chakra determinará nuestra conexión con la tierra y la materia. Se encuentra a la altura de los genitales.

Suele llamárselo como el ancla del espíritu. Está relacionado con una sustancia (ubicada a lo largo de la columna vertebral) que mantiene al cuerpo en forma y cuando no funciona bien se presentan las enfermedades y el cuerpo empieza un proceso de deterioro.

Este chakra está asociado con el sexo. Es también el lugar donde más intensa energía hay en el cuerpo humano, aquella energía que nos permite generar vida.

Como todos los chakras se encenderá con el estímulo de la corriente espiritual. Cuando está muy activado la persona tendrá deseos de saciar su deseo a ese nivel. Cuando lo logra, el nivel de energía retrocede.

Posee 4 pétalos. Características positivas: Fortaleza, vigoriza el ánimo, anima el entusiasmo, estimula el sistema nervioso y otorga la resistencia, el esfuerzo y la constancia.

El mal uso determina el abatimiento físico y moral.

Chakra Esplénico ó Segundo Chakra

Se encuentra a la altura del ombligo. Posee 6 pétalos.

Características positivas: Tiene influencia sobre el sistema nervioso y en la temperatura del organismo. Da una perfecta armonía en el cuerpo, la mente y las emociones. Su mal uso produce histerismo ó se buscan experiencias que reflejen intensidades de placer o de dolor.

Plexo Solar ó Tercer Chakra:

Se encuentra en la boca del estómago. Posee 10 pétalos.

Tiene influencia sobre el aparato digestivo cuando están los 10 pétalos activados. Además da dominio sobre el subconsciente e ilumina la mente. Da cordura, enciende iniciativas y talentos, y desarrolla en alto grado la prudencia. Su mal uso o desequilibrio da necesidad a consumir azúcar, celos, imposibilidad a decir 'no'

Chakra Cardíaco ó Cuarto Chakra

Se encuentra a la altura del corazón. Este chakra es responsable de toda compasión y amor sin egoísmo, de la trascendencia y el discernimiento. Posee 12 pétalos. Tiene relación directa con el rayo rosa. Cuando están todos los rayos activos estimula la vitalidad y actividad en el cerebro, tonifica el sistema glandular y activa la secreción interna.

Otorga la sabiduría Divina, la estabilidad, la perseverancia, la paciencia y el equilibrio mental ante el sufrimiento o el placer. Se empieza a ser más objetivo.

Su desequilibrio da sensación de vacío, el ser se vuelve prejuicioso.

Chakra Laríngeo ó Quinto Chakra

Está centrado alrededor de la garganta. Influye en la expresión y la comunicación, el oído y la telepatía. Tiene 16 pétalos. Gobierna la tiroides, los aparatos bronquial y vocal, los pulmones, el canal alimenticio y el oído interno (la clarividencia). Este centro es responsable del rejuvenecimiento y la longevidad.

A niveles puramente físicos, las dolencias de este centro incluyen el vértigo, la anemia, alergias, fatiga y asma. Existe confusión y el ser se desintoniza.

Tercer Ojo ó Sexto Chakra

Se encuentra en el entrecejo. Tiene 2 divisiones compuestas, cada una en 48 pétalos, o sea, un total de 96. Este centro pertenece al mundo del espíritu en donde residen los superiores y permanentes principios del hombre. En el cuerpo físico, el tercer ojo gobierna la glándula pituitaria, el cerebro izquierdo, el ojo izquierdo, las orejas, nariz y el sistema nervioso en general. Cuando se activan todos los rayos, el individuo desarrolla la templanza, despierta ideas de dignidad, grandeza, veneración y sentimientos delicados, produce la clarividencia positiva.

Su despertar otorga la evolución espiritual y el dominio del espíritu sobre la materia.

Su desequilibrio hace que el ser sea ilógico, demasiado intelectual, distraído, olvido, miedo al futuro.

Chakra Coronario ó Séptimo Chakra

Se encuentra en la cabeza en la parte superior. Es el loto de mil pétalos, en el que se manifiesta ampliamente la Divinidad. El hombre se hace uno con su Intimo. No entra en funcionamiento a menos que el individuo haya hecho un trabajo espiritual consciente. Es un chakra que vibra con altísima rapidez, hasta cubrir la parte superior de la cabeza pudiéndose ver en algunos casos un aura dorada. Cuando se activan todos los rayos, el individuo por primera vez entiende que la creación no tiene límites y que es uno con su potencialidad. En este punto se convence que posee el poder de la transmutación. La maestría a este nivel implicará la eventual trascendencia del propio Cuerpo Causal.

Pares

El esplénico y el laringeo trabajan juntos y pertenecen a la creatividad. El Plexo Solar y el Tercer ojo están relacionados con la visión y la inteligencia. El cardíaco y el Coronario expresarán dimensiones cósmicas. Cada chakra expresará la misma función en una frecuencia más baja.

Las enfermedades, están relacionadas también a la incapacidad de absorber, transmutar o integrar frecuencias energéticas. Cuando una energía entra en un chakra y se ve bloqueada, buscará expresarse mediante una disociación psicológica. En cambio cuando una energía ya está dentro de un chakra pero se expresa de manera negativa se manifiesta eventualmente a través de problemas físicos.

Chakras Interdimensionales

Existen cinco centros de energía fuera del cuerpo que están localizados en otras dimensiones del ser. Aunque existen en el presente son invisibles e inaccesibles a nuestros sentidos. Estos chakras aparecen en pares. El primero estaría localizado a más o menos 30 cm. sobre la cabeza y 30 cm bajo los pies; el segundo alrededor de 90 cm en ambas direcciones y el tercer par a un metro. El cuarto y quinto par sobrepasaría nuestros conceptos tridimensionales y se extenderían hacia el infinito arriba y abajo. Cuando aumentamos nuestra vibración podemos percibirlos, sentirlos y ser partícipes de ellos. Hay también un octavo, noveno, décimo, onceavo y doceavo chakra que operan con o sin nuestra participación consciente. Todos están ubicados por encima y por debajo del cuerpo.

Existen varias técnicas para el nivelamiento de nuestros centros, entre ellas la cromoterapia, ejercicios físicos, técnicas de visualización, etc. En realidad todas estas técnicas colaboran para que nuestros centros funcionen correctamente.

Mariana Rivas

www.mantra.com.ar

Cromoterapia y los Chakras

Una de las formas de restablecer nuestros centros energéticos o chakras, es a través de la cromoterapia. Con luces de diferentes colores dirigidos sobre cada uno de ellos logramos una armonización externa. Cabe aclarar en este punto que de nosotros depende cómo mantenemos nuestros chakras. Cualquiera sea el método que usemos, siempre vamos a notar una mejoría inmediata en todas las áreas (físico, emocional y mental) pero ese bienestar va a durar en la medida que nos ocupemos de nosotros mismos. Un método eficaz de nivelación de chakras es con una luz estroboscópica. Esta luz, tiene la particularidad de poder parpadear a diferentes velocidades, con lo cual, usando filtros de distintos colores, cada chakra va a ir aumentando su velocidad en forma paulatina. Con este aumento de velocidad se irá limpiando y restableciendo su propia energía. Cuando digo limpiando me refiero a que nuestros estados de ánimo, pensamientos negativos o autoexigencias, van desmejorando y oscureciendo su color original. A continuación les doy una lista con los chakras y sus respectivos colores etéricos:

Chakra Coronario: violeta
Chakra del Tercer Ojo: blanco
Chakra Laríngeo: turquesa

Chakra Cardíaco: verde
Chakra del Plexo Solar: naranja
Chakra Esplénico: amarillo
Chakra Básico: rojo

M.M.

Quinto Chakra - Vishuddha

Color:	Azul Cielo
Cristales:	Celestina, Aguamarina
Ubicación:	La Garganta

Nuestro quinto Chakra, se encarga de nuestra creatividad en su más amplia expresión.

Cuando hablamos de creatividad, no solamente estamos hablando del arte, porque es cierto que no todo el mundo está destinado a ser artista aunque tenga un excelente equilibrio en este Chakra.

La creatividad se desarrolla, en cualquier área en el que trabajemos, si eres empresario, tendrás un "bombardeo" de ideas que llevarán a tu empresa al éxito, si eres ama de casa tendrás la suficiente "chispa" para hacer de la rutina algo especial (no es lo mismo servir la comida, que decorar la mesa con flores y detalles para hacer único y confortable, ese momento). En fin, cualquier actividad debe de ser desempeñada con creatividad.

Al ser la garganta el punto donde se ubica nuestro quinto Chakra, éste regulará también nuestra voz, pero no solamente la voz física, sino nuestra voz interior, la cuál pugna por expresar sus ideas sin miedo a los demás, sin miedo a nos ser aceptado, sin temor a que la gente que nos rodea no compartan nuestros ideales. Es hablar con la verdad, nuestra verdad.

Aquí no hay apasionamientos ni fanatismo, únicamente comunicamos nuestras ideas y no nos preocupamos por convencer a nadie ni imponer nuestro pensamiento, simplemente entramos en un intercambio de ideas por la necesidad de expresión.

Las corrientes filosóficas y religiosas entran en este punto de expresión y creatividad, te sentirás atraído por el conocimiento, te harás cuestionamientos sobre la vida, pero no te identificarás con alguna corriente ni criticarás a las demás, porque ante todo estará la comprensión de cada una de ellas, el por qué de cada camino y lejos de rechazarlas te abrirás a conocerlas. Al estar dentro de un sin fin de cuestionamientos acerca de los misterios de la vida, los "destellos de luz" irán llegando a tu mente, empezarás a responderte todas tus preguntas, o las respuestas empezarán a llegar a ti por otros medios, (libros, películas, hechos en tu vida, etc)

Al equilibrar la expresión y nuestra voz interior, también aprendemos a controlar el miedo escénico, el nerviosismo que nos invade cuando tenemos que hablar en público, sabremos controlarlo a modo de utilizar esa energía para "crear el mejor discurso". No se trata de ahogar u ocultar nuestra energía, es trabajar con ella y desde perspectiva Creativa

La elevación al quinto Chakra, es un gran salto de conciencia.

Este es el primero de los Chakras superiores y la combinación de la conciencia individual con la universal.

El pensamiento se vuelve innovador e individual, ya no nos preocupa etiquetarnos con alguna idea política, religiosa, o cualquier otra cosa, simplemente elegimos tomar decisiones basadas en una perspectiva independiente.

Se amplía nuestra visión del mundo y contagiamos a los demás, para que intenten lo mismo.

Cualquier corriente filosófica o religiosa va más allá de la obediencia o la cultura, aprendemos a apreciar la belleza de cada una de ellas. No nos identificamos con ninguna de ellas, las apreciamos. No hay puntos de vista que defender, compartimos. Nos convertimos en conducto de la mente universal. Somos capaces de encontrar el centro de cada ideología. Los discernimos y nada se nos impone.

Desequilibrio en nuestro Quinto Chakra

Uno de los puntos en desequilibrio, es cuando descubrimos nuestra necesidad de expresarnos, pero lo hacemos para buscar la aceptación y la aprobación de los demás, queremos convencer e imponer nuestras ideas porque "son las correctas". Empezamos a expresar lo contrario a lo que dice la mayoría de la gente. Si dicen blanco yo digo negro ¡y esa es la verdad universal!. No hay discernimiento, hay imposición. Hay que subrayar que el propósito de nuestro quinto Chakra no es imponer sino expresar.

Otro punto es el miedo a expresarnos. Podemos tener todas las ideas en mente y podemos sentir como bullen por salir ¡pero se quedan dentro!, el temor a que la gente no comparta la misma opinión nos detiene. Esto hace que nos situemos como espectadores en todas las reuniones en las que estemos y figuraremos como un "fantasma". Si el quinto Chakra busca libertad, aquí solo hay prisión. ¿Alguna vez has tenido una idea genial que no te atreves a iniciar y al poco tiempo descubres que "alguien te la ganó"? Ese sería el resultado del miedo a expresarse.

El descontrol del miedo escénico también ilustra un desequilibrio en este Chakra. Cuando tratamos de mitigar esta energía en lugar de explotarla, entonces nos desequilibramos, la energía no se puede apagar ni ocultar porque simplemente ¡está ahí!, lo que si podemos hacer es controlarla y utilizarla en nuestro propio beneficio.

Manteniendo el Equilibrio

Cuando equilibramos nuestro quinto Chakra, despertamos en nosotros un discernimiento total de las cosas, vemos la vida con mucha alegría y frescura. La creatividad se refleja en cada una de tus acciones, y fluyen continuamente, no se detienen, si eres artista, eres capaz de crear calidad y originalidad, si estas enamorado, llenarás tu relación de detalles que evitarán la rutina y la costumbre, si eres negociante, tendrás la visión para llevar a tu empresa a la cumbre.

Esto ocurre cuando estás seguro de tu identidad propia, cuando tienes conciencia de ti mismo, de tu propio poder, y no hay miedos ni inseguridades.

Tu mente se vuelve libre, abierta, sin ataduras e independiente, se conoce a si misma y no se siente amenazada por las diferentes opiniones que se encuentren alrededor. En este punto tu vida social puede ser diferente, es seguro que te aburran los temas "superficiales", y empieces a rechazar las situaciones donde esto se presente, empezarás a buscar tiempo de calidad, las fiestas y las diversiones cotidianas ya no te serán atractivas, en su lugar buscarás la soledad y la introspección. Ya no te reunirás para ver el partido de football, buscarás integrarte con la gente que se cuestiona sobre "el partido de la vida".

El Propósito del Alma del Quinto Chakra

Los Chakras superiores son de naturaleza colectiva, ellos nos conectan con la dimensión superior de nuestra especie. Esta mezcla personal-colectiva, te convierte en una fuente de discernimientos creativos. Podrás ayudar a mucha gente a que despierte de su sueño y en lugar de seguir caminos preestablecidos, siga su propia identidad y su propio camino.

El que busques una postura libre e individual ante los hechos, hará que la gente vea en ti un patrón de vida a seguir, también empezará a cuestionarse y esto los llevará a encontrar su propia identidad.

Ejercicios para Despertar el Quinto Chakra

Ejercicio 1

Si tienes miedo escénico o tienes miedo de expresar tus ideas considera la tradición de "la vara para hablar", la cual es utilizada en muchos grupos. Cuando tienes algo que decir pides tu vara para hablar y todos te ponen atención. Esto puedes hacerlo por medio de la visualización, imagina esa vara, cada vez que tengas algo que decir y tengas miedo de hacerlo

Ejercicio 2

Cuando tu creatividad se vea "bloqueada", imagina que estás creando algún proyecto y golpeas el muro de la energía bloqueada. Esto a veces sucede cuando todavía tenemos algún Chakra menor en desequilibrio. Respira profundo dentro del Chakra de la garganta y deja fluir tu creatividad y energía.

Sexto Chakra - Aina

Color:	Azul índigo
Cristales:	Fluorita, turmalina índigo
Ubicación:	El entrecejo

Cuando despierta en nosotros nuestro sexto Chakra, nos vemos inundados por un gran deseo de vivir la magia de una realidad trascendental. Una realidad que está fuera de lo normal y de lo cotidiano, expansiva e ilimitada. La imaginación es el vehículo de ésta trascendencia, aquí se mezclan las imágenes mentales con una fuerza interior que exige conocerlo todo, es la inspiración, y la buena ventura.

La imaginación bien orientada actúa como escape de la realidad habitual, para conectarnos con lo divino y con sensaciones que van más allá de lo sensorial.

Cuando hablamos de escapes, también estamos hablando de riesgos, podemos usar nuestra imaginación como forma de expansión y trascendencia, otra forma es utilizar la televisión como medio de evasión y aunque no es tan perjudicial, limita nuestro campo de acción, ya que el tiempo y energía que se dedican al entretenimiento, es el mismo tiempo que podríamos utilizar en empezar a armar nuestros proyectos. Medios nocivos: los vicios como las drogas y el alcohol.

Cuando despertamos en nuestro sexto Chakra, despertamos también nuestra intuición, como guía para seguir nuestro camino. Al trabajar con nuestra imaginación podemos diferenciar que nos gusta y que no, es decir, que nos llena de energía y que nos agota, cuando seguimos los caminos que nos conectan con nuestra naturaleza y nuestra identidad, podemos estar seguros de que estamos siguiendo nuestra propia luz. Cuando nos empeñamos en vivir lo que no queremos vivir, lo que nos agobia y desagrada, entonces estamos equivocando el camino.

Al despertar nuestra intuición debemos hacerlo con voluntad espiritual, es decir, voluntad de fe, ya no nos podemos permitir sentir miedo al decidir, nuestros temores tienen que estar reservados para señales de verdadero

peligro, no como sistema de vida. Aquí lo que cuenta es nuestra fe, la fe en lo que queremos, y la fe en que estamos dentro de nuestro verdadero camino.

Para poder reconocer lo que nos dicta nuestra intuición, solamente debes preguntarte si lo que estás haciendo o lo que vas a decidir te conecta a tu flujo de energía, si hay mejoramiento o desmejoramiento, si es saludable o poco saludable.

Nuestro sexto Chakra, nos ayuda a crear una conciencia colectiva, empezamos a actuar como espectadores o testigos de lo que nos ocurre y de la ideología en general, ya no hay juicios ni críticas, las cosas dejan de ser buenas o malas, simplemente las vemos como una diversidad de formas de ser y de pensar.

El Desequilibrio en el Sexto Chakra

El miedo es uno de los principales indicadores de nuestro sexto Chakra desequilibrado, el vivir basados en el miedo transforma nuestra realidad poniendo pensamientos, ilusiones y sensaciones que no existen, solamente provoca que al temer tomar cualquier decisión o camino nos paralicemos y no actuemos de una manera positiva o lo que es peor ino actuamos!

La dependencia de las drogas y el alcohol distorsionan nuestra realidad, llevándonos a mundos irreales y peligrosos, creando ilusiones falsas y monstruosas que pueden acabar con cualquier vida e intención de trascendencia.

La culpa también forma parte del desequilibrio, ésta a veces nos es impuestas por los antiguos dogmas religiosos que limitaban nuestras acciones y nuestros pensamientos al poner al hombre como un ser sin valor ante los ojos de Dios. De ahí se deriva el sufrimiento humano al aceptar el dolor como auto-castigo por ser "pecadores".

Otra manifestación de desequilibrio es cuando perdemos nuestro sitio y en lugar de integrarnos como un todo dentro de la Tierra o del Universo, nos "auto-situamos" como seres superiores, pensar que porque meditamos, practicamos yoga o rezamos somos mejores que quienes no lo hacen nos pierde de la realidad. También está el otro extremo, creer que nos ganaremos el cielo aceptando el sufrimiento y el dolor por "ser buenos" también es producto de una separación. Somos parte de un todo y no hay mejores ni peores, todos seguimos el camino de la evolución por diferentes rutas.

Una forma de hacer conciencia cuando hay un desequilibrio y no lo queremos ver es simplemente notar si hay sufrimiento, molestia o dolor en algún aspecto de nuestra vida. El dolor y el sufrimiento, ya sea físico o espiritual, son indicativos de que algo no anda bien, algo está fallando en nuestra vida, estamos equivocando el camino y algo tenemos que aprender, si aceleramos el aprendizaje, aceleramos la evolución.

Manteniendo el Equilibrio

La conexión con el flujo natural de la energía de la vida, es el perfecto equilibrio,

Es en este punto en donde parece que estás en el lugar y en el momento correcto. Empiezas a conectarte con la magia de la vida y los milagros son parte de ti. Las oportunidades y los acontecimientos favorables vienen sin buscarlos.

A los ojos de los demás puedes ser una persona "con estrella" un visionario o profeta y tu solamente te consideras un observador de la vida.

Has aprendido a vivir en medio de la paz y la tranquilidad, lejos de los conflictos, en un estado de continua felicidad. Estás en medio de un mundo lleno de violencia y maldad, pero a ti, nadie te toca. Atraes tu propia naturaleza.

Habrás momentos en que te sientas confundido y que has "perdido el suelo" en estos casos busca la voz de tu subconsciente para reencontrarte con tu camino y la luz.

La práctica de la meditación y el yoga son algunas de las opciones, también puedes buscar libros que te den nuevos alicientes para tu vida, libros que aporten a tu conocimiento, conceptos de filosofía y de la nueva era de la vida, autores de Maestros y Guías espirituales son algunos ejemplos. Existen otras formas de "sacar la voz" de nuestro subconsciente, las artes adivinatorias como el tarot o las runas, también te pueden guiar.

Como complemento para mantener el sexto Chakra, puedes hacer este ejercicio de visualización: La Unificación del Ser.

El Propósito del Alma del Sexto Chakra

Al aprender a ver y vivir una realidad más allá de la cotidiana, expansiva y trascendental, buscas ayudar a los demás mostrándoles este otro esquema de vida. La gente puede sorprenderse de la facilidad con que se te dan las cosas, y el poder de visión que tienes, esto hará que se acerque a ti para aprender de tu sabiduría y a ti te gustará abrirles nuevos caminos en su vida.

Séptimo Chakra - Sahasrara

Color:	Violeta
Cristales:	Cuarzo Claro
Ubicación:	La Coronilla

El séptimo Chakra, ubicado en la coronilla, es la conjunción total de energía, es la unión de nuestras experiencias personales con las colectivas. Es la expresión de la divinidad. Cuando tenemos activado este Chakra, todo lo divino se nos muestra en cada momento de nuestra vida, aquí ya no nos conformamos con

saber de Dios, en esta etapa, sino queremos integrarnos a el, vivirlo.

Aquí vemos a través de los ojos de la divinidad, ya no vemos a las personas como antes, porque aprendemos a ver su alma. Cada acontecimiento lo vemos a través de los ojos de la espiritualidad y vivimos el milagro cada día. En esta etapa se empiezan a vivir cosas raras, porque nuestra conciencia es totalmente diferente, los guías espirituales, entregados al espíritu, pertenecen a este grupo.

El mantener esta conciencia de la divinidad, no es nada fácil, ya que cualquier señal de miedo nos devuelve a nuestros Chakras inferiores. No podemos activar este séptimo Chakra, si los inferiores tienen algún desequilibrio. Este Chakra es el más complejo, el más difícil, es el que lo abarca todo, por eso exige del perfecto equilibrio de los demás Chakras. Aquí se encuentra el propósito total de nuestra alma.

Cuando aceptamos vivir a través de nuestro séptimo Chakra, estamos aceptando la responsabilidad que este conocimiento nos da, la decisión de si aceptamos o rechazamos esta responsabilidad es lo que hará el que nos mantengamos en ese nivel. Si la rechazamos seremos devueltos a los Chakras inferiores, si la aceptamos, la energía inextinguible de lo divino estará con nosotros, para llevar a cabo la realización del propósito de nuestra alma.

Cuando se vive a través de lo espiritual, tendemos a vivir solos contemplando la naturaleza y nuestro espíritu, pero la gente que está a nuestro alrededor, se sentirá a traído por nuestra energía y querrá estar con nosotros por la paz que le inspiremos, por aprender, y por que representamos el ejemplo y la guía. Al estar en este nivel podremos hacerlo muy bien, ya que podremos darle a la gente lo que nos pide a través de la energía divina, esto se da de manera natural, porque también existirá en ti el gusto por ayudar a los demás, y se nos proveerá de una especial conexión divina, y de su energía, por eso es importante que mantengamos la conexión con lo divino, y el equilibrio, porque al desequilibrarnos, la gente nos seguirá pidiendo ayuda, y en ese caso se la seguiremos dando, pero ya no a través de la energía divina, si no a través de nuestra propia energía, lo cual terminará siendo desgastante y agotador

El Desequilibrio en el Séptimo Chakra

Al estar en este nivel, un desequilibrio resulta bastante peligroso.

Al estar viviendo experiencias íntegramente espirituales, podemos dejar de tener relación con todo lo mundano, haciendo que ya no tengamos relación con la gente ni con lo que respecta al mundo material, por considerar ambos puntos de importancia inferior.

Los temores representan otro peligro, ya que se manifestarán como entes amenazantes. En cualquier otra etapa de nuestra vida, esto no sería tan importante, ya que el temor no toma forma, pero en este caso estaremos viendo y percibiendo seres que pueden alterar nuestra tranquilidad psíquica, pidiéndonos llevar, en casos extremos, a un hospital para enfermos mentales.

Otro desequilibrio, es el "capricho de pedir", cuando nos integramos al conocimiento de la nueva era, o las enseñanzas metafísicas, estas nos dicen que haciendo una lista de lo que necesitamos y pedir por ello como si fuera parte ya de nuestra realidad, hará que todo se materialice, esto puede resultar, pero al mismo tiempo, esta lista la está escribiendo nuestro ego, y tendemos a pensar que nuestro ego sabe más lo que necesitamos que Dios mismo. En este caso lo mejor es entregarse a Dios, el más que nadie sabe lo que necesitamos, más que nosotros mismo. No intentemos dirigirlo a Él.

Manteniendo el Equilibrio

Cuando estamos ya en este nivel, vivimos dentro de una conciencia divina y tenemos conciencia también de la eternidad, es decir, conocemos el significado de esta y sabemos que la ley causa y efecto es verdadera, por lo tanto nos preocupamos por estar alineados con lo divino y hacer las cosas bien.

Es importante aclarar que la apertura de este Chakra no se da por voluntad propia, es el Ser Supremo quien "autoriza" la apertura y se da sola, son flashazos breves de concientización divina lo que empezamos a vivir. La entrega a lo divino es un acto de fe y elimina cualquier rastro de sufrimiento, aquí no hay sacrificio porque sabemos que nuestras acciones son para el bien de todos, incluso de nosotros mismos. Aquí debemos incluir el hecho de entregarnos a lo divino con una fe que no nos permite dudar que la voz interior que dicta nuestros deseos o vocación es la adecuada y lejos de que alguien salga dañado es beneficio para todos y de todo, incluyendo el fluir de la prosperidad material. Solo que aquí, aunque estemos hablando de dinero y las cosas materiales que esto conlleva, ya no hay apego por ello, podemos disfrutar de los beneficios de tener una posición económica desahogada, pero ya no hay dependencia y apego hacia ello.

El tiempo y la paciencia se convierten en nuestros mejores aliados, ya que no tenemos ya el mismo concepto de tiempo, a estas alturas, sabemos que no existe el tiempo, que tenemos toda la vida para realizar nuestros proyectos y que unos minutos mas aquí o en la eternidad no hacen diferencia, esto aflora nuestra paciencia porque ya no hay desesperación por concretar nuestros deseos. Simplemente disfrutamos de la libertad de acción que esto nos permite.

Meditación para los Chakras



El siguiente ejercicio está diseñado para alinear la energía de cada uno de nuestros Chakras. Antes de entrar de lleno en el ejercicio, quisiera hablar un poco de la importancia de la respiración, en este caso no se trata de alguna técnica en especial, lo importante es respirar dentro de tu ser, el sentimiento que quieras integrar. Al hacer alguna respiración imagina que estás inhalando amor, claridad, sabiduría, ánimo, etc. Cuenta hasta 4 mientras sostienes la respiración al mismo tiempo que sientes como se va llenando tu ser de esta energía. En esta meditación utilizaremos como base los colores, así que al respirar, inhala el color que corresponda.

Limpiando la energía

Busca un lugar cómodo, tranquilo y haz algunas respiraciones profundas para relajarte. Mantén tus ojos cerrados... Con cada inhalación de energía visualiza una luz blanca entrando en tu cuerpo a través de la cima de tu cabeza... Sigue esta luz hasta llegar hasta la parte inferior de tu columna... Siente como esa energía se acumula en la base de tu columna mientras aguantas la respiración... Con cada exhalación, visualiza la energía viajando de vuelta por la columna... A medida que pasa a través de cada Chakra, visualiza la energía haciéndose más oscura ya que está limpiando las impurezas... Observa como sale por tu cabeza... se ha transformado en un color turbio y oscuro... Repite este proceso varias veces, y con cada intento, ve tu energía convirtiéndose en una emanación más clara y más limpia desde el Chakra de la coronilla.

Primer Chakra

Dirige la luz blanca hacia la base de tu columna vertebral... Sostén esta luz en el Primer Chakra y visualízalo volviéndose de un color rojo profundo... Aguanta la respiración y concéntrate en la naturaleza física de los sentidos... Siéntete volviéndote apasionado, fuerte, físico y lleno con energía motivadora... A medida que exhales, emana el color rojo y siente su fortaleza... Has esto durante algunos ciclos hasta que entres en el sentimiento del Primer Chakra.

Segundo Chakra

De nuevo respira el rayo de luz blanca hasta la base de la columna vertebral... Sigue la energía que sube hasta el siguiente Chakra, localizado justo encima del pubis... Visualiza la energía volviéndose de un color anaranjado profundo... Mientras te bañas en este color, permítete tener la sensación de vitalidad y vigor... Reconóctete como alguien magnético y también reconoce que puedes atraer todo lo que necesitas... Siente como se despierta tu sexualidad a medida que tus cinco sentidos se sienten vivos y cuando exhales, envía esta energía magnética al mundo exterior.

Tercer Chakra

Lleva la luz blanca hasta la base de tu columna vertebral... Lleva esa luz hasta el tercer Chakra, que está ubicado a dos o tres pulgadas arriba de tu ombligo (plexo solar)... Visualiza el color cambiando a un amarillo brillante... Obsérvate como una persona dotada con la capacidad de hacer elecciones independientes sobre la expresión de tu voluntad... Siente la claridad de tu poder personal... siéntela arraigada en los valores y convicciones en los que tu crees... Nota como entras en una sensación de total independencia y entrega esa claridad al mundo a través de la respiración.

Cuarto Chakra

Una vez más lleva la luz blanca hasta la raíz de tu columna... déjala subir hasta el corazón y visualiza un color verde bosque emanando desde el corazón... A medida que es rodeado con ese rayo refrescante, date cuenta que una persona totalmente amorosa... Siente la abundancia de vida y reconoce que hay suficiente de todo y para todos... Despierta tu generosidad y comparte tu corazón en el mundo... Nota que puedes tomar decisiones desde tu corazón... las cuales complacerán tus necesidades personales y espirituales.

Quinto Chakra

Regresa la luz blanca a la base de tu columna... y deja que se eleve hasta la garganta... sumergiéndose en un azul cielo... Deja que tus pensamientos sean tan ilimitados como el cielo... permite que tu imaginación lleve su visión hacia extensiones interminables de conciencia... Despierta tu habilidad para ver el mundo de una manera creativa y tu capacidad de expresar tu verdadero ser...
Despierta tu ser auténtico, liberado del condicionamiento cultural.

Sexto Chakra

Lleva la luz blanca a la base de tu columna... deja que se eleve a través de cada uno de los Chakras hasta el Tercer ojo en el entrecejo... Deja que la luz se transforme a un color índigo a medida que te concentres en el espacio que hay entre tus ojos... Siente la sabiduría de aceptar la vida como es... Esto conduce a una sensación de unidad con toda la vida... Desde este punto de vista puedes ver tu vida simultáneamente de una manera mundana y espiritual... Los juicios se acaban, porque tu simplemente te vuelves un testigo de tu vida... Estás entrando en la bienaventuranza porque te sientes alineado con el más grande flujo de la vida... Se conciente de los discernimientos penetrantes que provienen de tu intuición.

Séptimo Chakra

Lleva por última vez la luz blanca a la raíz de tu columna vertebral... deja que se dirija al Chakra de la coronilla y deja que salga... Dibuja un resplandor violeta rodeándolo y a medida que sostienes la respiración, llénate de esa luz... Date cuenta que no estás solo, como un ser separado... eres uno con el todo... Experimenta la sensación de la protección espiritual a medida que te alineas con lo divino... Exhala y envía la energía de tu ser hacia Dios y hacia el mundo que te rodea.

Con tus ojos todavía cerrados, empieza a sentir que estás sentado en el salón... de nuevo vuélvete conciente de los sentidos y olores circundantes...
Manteniendo tu respiración regular, abre los ojos y experimenta tu conciencia ahora.