

## **LOS CHAKRAS PRINCIPALES**

MULADHARA chakra de la raíz o primer chakra  
SWADHISTHANA chakra de la dulzura o segundo chakra  
MANIPURA chakra de la gema brillante o tercer chakra  
ANAHATA chakra del corazón o cuarto chakra  
VISHUDA chakra de la purificación o quinto chakra  
AJNA chakra de la percepción o sexto chakra  
SAHASRARA chakra de la sabiduría o séptimo chakra

### **EL MULADHARA CHAKRA**

Su color es rojo y está ubicado en la base de la columna vertebral, en el periné (entre el ano y los genitales).

Tiene que ver con nuestra energía física, nuestra voluntad de vivir en la realidad física, nuestro sentido de pertenencia y la conexión con nuestro cuerpo, nuestra madre y el plano físico, por lo cual se lo conoce como el chakra de la raíz o el ancla del espíritu.

Es el depósito de la energía del Kundalini y su característica primordial es la inocencia y la alegría pura de un niño que se manifiesta cuando asciende el Kundalini.

Nota: El kundalini es la energía que permite el despertar espiritual y se representa simbólicamente con la forma de una serpiente de amor enrollada sobre sí misma, que al ascender por la columna vertebral, activa a su paso cada chakra y despierta las cualidades positivas de cada uno de ellos.

#### **EN EL PLANO FÍSICO:**

Se relaciona con las glándulas corticoadrenales, el sentido del olfato, el sistema límbico, los huesos, los dientes, la próstata, el plexo sacro, la vesícula, el sistema excretorio, la nariz y las piernas

#### **EN EL PLANO DE LA CONCIENCIA:**

Representa la seguridad, la confianza, nuestra relación con el hogar y el dinero y la capacidad de estar en contacto con el aquí y ahora. También nos permite lograr la satisfacción de nuestro ser interior.

#### **CUANDO ESTÁ ABIERTO:**

El individuo tiene un poderoso deseo de vivir la realidad física, tiene una sensación de dirección y propósito para su vida, su cóccix es como una bomba que proyecta energía hacia arriba por la columna vertebral y se manifiesta una sólida presencia, y la seguridad que dan tener los pies bien afirmados sobre la tierra.

Otorga una sensación de poder que emana como energía vital contagiando incluso a quienes le rodean.

#### **CUANDO ESTÁ CERRADO O BLOQUEADO**

La persona pasa desapercibida, es como si fuera invisible al faltarle energía física.

El individuo tiende a ser enfermizo, inseguro, carece de energías y tiende a evitar la actividad física. Si aumenta la tensión en esta zona se llega a sentir miedo y hasta terror o amenaza a la supervivencia.

El plano físico por un lado puede atraparnos con el engaño de ser la verdadera realidad, pero por el otro lado es indispensable para el desarrollo espiritual, el cual no se puede lograr si no se es capaz de aceptar las limitaciones y necesidades propias de la vida en la tierra.

## **EL SWADHISTHANA CHAKRA**

Su color es naranja y está ubicado en el abdomen a la altura de los órganos sexuales.

Se relaciona con las emociones y la sexualidad por lo cual rige la forma en la cual nos conectamos con los demás, los sentimientos, deseos, sensaciones, movimientos y capacidad para dar y recibir amor y placer en una relación de pareja.

Es un chakra de intensa energía que cuando está muy activado provoca el deseo pero cuando se satisface dicho deseo la energía decae. De aquí la antigua costumbre de mantener vírgenes vestales en los templos, ya que el hecho de mantenerse virgen les otorgaba gran poder de consciencia.

Este también es el chakra que nos conecta con nuestra fuente interna de inspiración, creatividad, atención y poder de concentración, tanto que cuando una persona piensa demasiado, se drena la energía de este chakra hasta el punto de provocar enfermedades.

### **EN EL PLANO FISICO:**

Se relaciona con las glándulas gónadas, el plexo lumbar, la matriz, los genitales y la cantidad de energía sexual de una persona.

También con la lengua, el sentido del gusto y el apetito, la reproducción y la asimilación.

### **EN EL PLANO DE LA CONSCIENCIA**

Se orienta hacia la auto-gratificación por lo cual está relacionado con las partes de la conciencia concernientes al sexo y la comida.

Tiene que ver con lo que el cuerpo pide porque halla placentero. Inclusive la capacidad para tener hijos está asociada a este chakra.

Por otra parte está relacionado con la capacidad del individuo para sentir sus emociones.

### **CUANDO ESTÁ ABIERTO**

La persona siente el deseo y la potencia sexual, puede dar y recibir placer sexual y tener orgasmos.

El orgasmo sexual revitaliza el cuerpo y despeja la energía atascada producida por la tensión por lo cual es importante para el bienestar físico. Y el orgasmo sexual es necesario hasta que se logre la capacidad del orgasmo total, el cual se produce por la unión de los aspectos físico y espirituales de las personas, que se logra mediante la práctica del kundalini yoga y el yoga tántrico, por lo cual no es accesible para la mayoría de los seres humanos.

Una vez activado este chakra se vuelve posible recordar vidas pasadas.

### **CUANDO ESTA BLOQUEADO**

En la mujer produce la incapacidad para alcanzar el orgasmo, el no disfrute de la penetración y una mayor inclinación a la estimulación del clítoris.

Mientras que si el bloqueo del aspecto frontal lo sufre un varón, esto produce eyaculación precoz, e impotencia. Y en ambos produce la ausencia de la agradable experiencia del instinto de protección.

Cabe destacar que una persona que sufre de bloqueo en este chakra no necesariamente deja de tener relaciones sexuales, por el contrario puede verse inmersa en una búsqueda desenfrenada de relaciones solo sexuales, incapaz de involucrarse profundamente en la relación entre dos almas que se da en un acto sexual acompañado de amor.

## **EL MANIPURA CHAKRA**

Su color es amarillo y está ubicado a la altura del plexo solar.

### EN EL PLANO FISICO

Se relaciona con el páncreas, la piel, el plexo solar, el sistema muscular, el estómago, el intestino, los riñones, los ojos y el sentido de la vista.

También con la capacidad para conservar la salud, la actitud hacia la propia salud física y la capacidad de sanación (por lo cual está especialmente desarrollado en algunos sanadores)

Es el chakra del temperamento y las pasiones.

### EN EL PLANO DE LA CONSCIENCIA

Se relaciona con la personalidad o ego, la sensibilidad frente al poder, el control, la libertad y la capacidad de ser libremente quien uno es.

Proporciona el sentimiento íntimo de poder, nos hace sentir conectados con la fuente de poder, por lo cual es indispensable para sentirse seguro de uno mismo y enfrentar con confianza a lo desconocido.

La actividad mental y el cuerpo mental también se relacionan con este chakra.

Este chakra también gobierna nuestros deseos, nuestra autonomía y metabolismo.

Una peculiaridad interesante de este chakra es que así como un feto tiene un cordón umbilical que lo une a su madre, cuando dos personas crean una relación entre ellas, crecen cordones entre sus respectivos chakras solares.

Los cordones serán más fuertes y numerosos cuanto más fuerte sea la relación entre las personas, y se irán desconectando lentamente si se corta relación.

La búsqueda del reconocimiento, la longevidad y el poder son características de este chakra

### CUANDO ESTA ABIERTO

El individuo tiene una vida emocional libre de tensiones, ya que es capaz de aceptarse a sí mismo como es y también puede aceptar a los demás, pues tiene una fuerte autoestima.

La persona se siente firmemente ubicada en el universo y de ello obtiene sabiduría espiritual, además de sentir amor por su cuerpo y el deseo de mantenerlo saludable.

La estimulación de este chakra desarrolla la telepatía y la capacidad de realizar viajes astrales.

### CUANDO ESTA BLOQUEADO

La persona bloqueará sus sentimientos ya que no sentirá amor por sí mismo ni será capaz de aceptarse como es.

La acción el poder y la vitalidad se encontrarán debilitados o ausentes y la persona tratará de pasar desapercibida, sentirá miedo e impotencia.

El exceso de peso es también un síntoma de mal funcionamiento de este chakra que regula el metabolismo, ya que existe un desequilibrio entre la ingesta y la eliminación de excedentes. Esto

sucede porque el individuo utiliza su energía para encerrarse en si mismo, esta energía al no ser repuesta naturalmente por el chakra, se busca reponer artificialmente por medio de golosinas o estimulantes, lo cual proporciona energía solo por un instante y luego el estado es peor.

Estas personas al no ser capaz de aprobarse a sí mismas, necesitan de las aprobación de los demás, y les gusta procurar la excitación y actividad que los lleva a estar fuera de sí mismos.

## **EL ANAHATA CHAKRA**

Su color es verde esmeralda y se ubica en el centro del pecho por el cual se lo conoce como el chakra del corazón

### **EN EL PLANO FISICO**

Se relaciona con el corazón y el sistema circulatorio, el plexo cardíaco, los pulmones y toda el área del pecho.

La glándula controlada por este chakra es el timo (que controla el sistema inmunológico).

También está relacionado con el sentido del tacto y los temores.

Una actividad característica de este chakra es el dar abrazos, lo cual nos permite sentir qué es lo que la otra persona siente en el interior de su cuerpo y le dice a la otra persona qué es lo que nosotros sentimos en el interior de nuestro cuerpo. Por eso la sensibilidad al tocar y ser tocado es una característica de este chakra.

### **EN EL PLANO DE LA CONSCIENCIA**

Pertenecen a este chakra los sentimientos de amor, de amistad, de compañerismo, y de parentesco.

Este chakra se relaciona con el aire y por ello la relación de la persona con el aire refleja su relación con el amor. Una persona que tiene dificultades para respirar, tiene tensiones en el chakra del corazón

### **CUANDO ESTA ABIERTO**

Cuanto más abierto está este chakra menor es nuestro ego, pues mayor es nuestro amor a toda forma de vida, en un círculo que se expande cada vez más.

Por medio de este chakra extendemos conexiones con los chakras del corazón de aquellos que amamos y el sentimiento amoroso que fluye del mismo puede hasta hacernos llorar.

Podemos amar a los demás incondicionalmente ya que este no es un amor dirigido hacia un determinado objeto, sino que fluye naturalmente como un estado del ser.

Este chakra abierto nos posibilita la aceptación gozo de uno mismo y de los demás, se siente una absoluta paz y armonía con el universo, junto con deseos de ayudar, enseñar y sanar a otros.

### **CUANDO ESTA BLOQUEADO**

La persona tiene dificultad para amar incondicionalmente, y siente que su vida y la del mundo en general carecen de propósito.

No se puede establecer relaciones afectivas duraderas pues se es incapaz de renunciar al propio ego en pos de una mejor relación.

Se siente soledad, desolación falta de trascendencia y significado de la propia vida y la de los demás.

Es como si la voluntad de Dios y las demás personas fuera opuesta a la nuestra, por lo que en lugar de considerar su posible ayuda, tenderemos a evitarlos o utilizarlos en forma desconsiderada, injusta y hasta cruel.

Esta persona cree más en el poder de la fuerza que en el poder del amor.

### **EL VISHUDA CHAKRA**

Es de color azul cielo y se ubica en la base del cuello.

#### **EN EL PLANO FISICO**

Este chakra controla la garganta y la nuca, los brazos y las manos, y está asociado con el plexo cervical o braquial.

La glándula relacionada con este chakra es la tiroide y paratiroides, y el sentido que gobierna es el del oído.

Este es un chakra relacionado con la comunicación y la creatividad, el crecimiento, el metabolismo y las ambiciones.

#### **EN EL PLANO DE LA CONCIENCIA**

Posibilita la comunicación en todas sus formas, no solo la comunicación verbal, sino la comunicación de los sentimientos y la expresión artística en todas sus formas.

Este chakra también está relacionado con la intuición que nos guía hacia la abundancia. Por lo cual este es el primer nivel de conciencia mediante el cual nos podemos comunicar con niveles superiores de existencia.

Este chakra rige la creatividad que nos permite manifestarnos en el mundo físico para lograr nuestros objetivos, y por eso es la matriz desde la cual se manifiesta la realidad física.

Está también relacionado con nuestra capacidad de clariaudiencia, que simplemente es otra formas de comunicación indispensable para acceder a nuestros planos internos.

Este es el chakra que nos permite asumir responsabilidad por nuestras necesidades y a medida que el sujeto madura, la satisfacción de sus propias necesidades dependerá cada vez más de sí mismo.

#### **CUANDO ESTA ABIERTO**

Nos permite asumir el compromiso de ocuparnos de nosotros mismos y dejar de culpar a los demás por nuestras carencias.

La creatividad que nos permitirá conseguir lo que deseamos nos lleva a lograr la sintonía necesaria con aquellos que necesitamos para el logro de nuestros objetivos.

A medida que este centro se desarrolla el individuo aprende a entender al mundo vibracionalmente y a través del tiempo y del espacio.

#### **CUANDO ESTA BLOQUEADO**

El individuo carece de la capacidad de tomar lo que se le da, ya que del mundo hostil que cree existir

solo espera recibir cosas negativas, y al tener semejantes ideas negativas en su mente, atrae hacia si energia negativa confirmando asi sus expectativas.

Al no existir adecuada comunicaci3n con los dem3s, no puede desplegar su creatividad ni modificar la realidad como des3a.

### **EL AJNA CHAKRA**

El Ajna chakra o chakra del intelecto, es de color indigo (azul de medianoche) y se ubica en la frente entre los dos ojos por lo cual se lo conoce como el chakra del tercer ojo o chakra de la clarividencia.

#### EN EL PLANO FISICO

Est3 relacionado con la visi3n f3sica y nos abre el entendimiento mediante la percepci3n clarividente y la clarisensencia (sentido interno del tacto).

Tambi3n se relaciona con la gl3ndula pituitaria, el sistema end3crino, el plexo car3tido, la frente y los parietales.

#### EN EL PLANO DE LA CONCIENCIA

Se le asocia con el estado espiritual, con la perspectiva espiritual y con el contacto con nuestro verdadero ser interno. Es el nivel de la consciencia desde el cual verdaderamente se dirige nuestra vida.

Es un chakra que nos permite ver el mundo f3sico como la variada manifestaci3n del uno absoluto.

Y permite tener consciencia del sonido interior (el cual no est3 relacionado con sonidos en el plano f3sico), hecho que a veces provoca que los m3dicos occidentales lo consideran como un estado patol3gico.

#### CUANDO ESTA ABIERTO

La capacidad de entendimiento es clara, como as3 tambi3n la capacidad creativa y la voluntad para poner en marcha las ideas creativas.

Al estar abierto la persona no solo puede ser creativa, sino llevar a cabo lo que crea asumiendo la responsabilidad por lo que ha creado, y aceptando los inconvenientes que surjan al llevar al plano de la realidad f3sica lo creado mentalmente.

#### CUANDO ESTA BLOQUEADO

Los procesos mentales son confusos y las ideas son negativas y alejadas de la realidad.

El flujo reducido de energ3a por este chakra bloquea la creatividad.

Como la voluntad ejecutiva est3 bloqueada, cuando se intenta llevar al plano material las ideas, estas solo derivan frustraci3n, y tambi3n es posible que se intente llevar a cabo ideas que son descabelladas, ya que los conceptos b3sicos de la persona no se corresponden con la realidad.

### **EL SAHASRARA CHAKRA**

Este septimo chakra tambi3n conocido como "el loto de los mil petalos" corresponde a la espiritualidad, su color es el violeta y se ubica sobre la cabeza a la altura de la coronilla.

Es el chakra de la iluminaci3n y del contacto con la consciencia universal, el chakra del "Yo Soy".

Es la conexión con el mundo espiritual más allá del tiempo y del espacio. Y se relaciona con la integración de nuestro ser en los planos físico, emocional, mental y espiritual

#### EN EL PLANO FISICO

Controla el sistema nervioso y está asociado con el cerebro y la glándula pineal

#### EN EL PLANO DE LA CONSCIENCIA

Asi como el chakra de la raíz nos proporciona la conexión con la madre tierra, este chakra nos conecta con nuestro padre en el cielo por lo que este es el nivel del alma.

También representa nuestra conexión con nuestro padre biológico y nuestra relación con la autoridad.

Desde este chakra uno se ve a sí mismo como la consciencia creadora universal, conectado con todo como una proyección del sí mismo. Representa el cúlmine de la evolución humana.

#### CUANDO ESTA ABIERTO

La persona logra experimentar efectivamente su espiritualidad, vive en un estado de trascendencia de la realidad mundana que le otorga al individuo una sensación de plenitud.

También proporciona un sentimiento de empatía que nos permite experimentar las experiencias de los demás como propias.

#### CUANDO ESTA BLOQUEADO

La persona no tiene consciencia del mundo espiritual y no entiende a los que hablan o se interesan por estos temas.

Se tiene una sensación de spearación del propio padre que provoca ailsamiento y soledad con dificultad para relacionarnos con los que nos rodéan.

#### EL DESARROLLO DE LOS CHAKRAS

El chakra de la raíz se activa mediante el control de la actividad sexual.

El segundo controlando las emociones

El tercero cultivando la humildad

El cuarto desarrollando la confianza en sí mismo

El quinto con el servicio desinteresado a los demás

El sexto aplicando una firme voluntad en el desempeño de nuestro dharma (lo que debemos hacer cada día) y en el cumplimiento de nuestros objetivos

El septimo es la culminación de nuestro proceso de crecimiento espiritual y se desarrolla espontáneamente cuando hemos desarrollado los seis anteriores.