

LOS CHAKRAS

Chakra significa "rueda" en sánscrito. Según el hinduismo y algunas culturas de Asia, los **chakras** son vórtices energéticos situados distribuidos a lo largo de la columna vertebral y Su función es de recepción, acumulación, transformación y distribución de la energía llamada prana o energía vital.

Cada chakra está relacionado con unas cualidades, órganos y aspectos concretos, por lo que su diámetro y luminosidad variará según el nivel de actividad y grado de conciencia en cada persona.

Estos centros energéticos son como remolinos que parecen torbellinos, su vórtice hacia el cuerpo físico y su boca agrandándose hacia afuera. Cada uno de los chakras tiene una parte frontal y una parte posterior, excepto el primero y el séptimo. Todos ellos están unidos por un canal energético que corre a lo largo de toda la espina dorsal (Shushumna) y de dos entrelazados: Ida y Pingala.

Sus funciones principales son: mantener el cuerpo en armonía ya sea física y/o energéticamente. Cada vórtice o chakra cumple una función específica pero todos trabajan en conjunto, si un chakra se desequilibra, produce un desequilibrio general, por eso se dice que cada vórtice debe estar alineado y equilibrado para que juntos trabajen armónicamente. Determinado síntomas físicos / psíquicos pueden darnos la pauta de que uno o varios chakras están desequilibrados y debemos trabajar sobre ellos para prevenir futuras dolencias y/o restablecer nuestra salud.

Hay diferentes formas de alinear, recargar, y equilibrar los chakras: mediante el Yoga, la radiestesia, Tai Chi, Falun Dafa, ejercicios de respiración, visualización, técnicas de reiki, música, gemas, etc.

Los 7 CHAKRAS PRINCIPALES.

- 1) chakra: MULADHARA o RAÍZ
 - 2) chakra: SWADISTHANA o SACRAL
 - 3) chakra: MANIPURA o SOLAR
 - 4) chakra: ANAHATTA o CARDÍACO
 - 5) chakra: VISHUDDA o LARÍNGEO
 - 6) chakra: AJÑA o FRONTAL
 - 7) chakra: SAHASRARA o CORONARIO
- CHAKRA 1

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	COLO R	GEMA	NOTA MUSICA
--------	-----------	----------	-----------	------	----------------

					L
Muladhara Raíz	Base de la columna, coxis	Suprarrenales	rojo	GRANATE	DO
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE	EN DESEQUILIBRIO PRODUCE		
estructura ósea, tejidos más compactos, aparato urogenital, piernas, pies, recto, adiposidad, piel, coxis	hemorroides, ciática, obesidad, estreñimiento y todo lo referido a las partes asociadas	estabilidad, arraigo, vida confortable, prosperidad, salud física, seguridad, sentido de auto-conservación	carácter timorato, incapacidad para concentrarse, despiste, stress, codicia, falso conocimiento, credulidad, desilusión, depresión, excesivo materialismo		

CHAKRA 2

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	COLOR	GEMA	NOTA MUSICAL
Swadisthana Sacral	sacro-genital	Gónadas	anaranjado	Ágata Cornalina	RE
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE	EN DESEQUILIBRIO PRODUCE		
órganos sexuales, aparato urogenital, columna lumbo-sacra, cadera, intestino, riñones	impotencia, frigidez, hipersexualidad, problemas urogenitales	calidad del amor, fluidez de movimientos, placer, relaciones, paciencia, resistencia	falta de escrúpulos, aislamiento, inestabilidad o embotamiento de las emociones, frustración, afecto, ansiedad, miedo		

CHAKRA 3

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	COLOR	GEMA	NOTA MUSICAL
---------------	------------------	-----------------	--------------	-------------	---------------------

Manipura Solar	Plexo Solar (entre la boca del estómago y el ombligo)	Páncreas	amarillo	Cuarzo Citrino	MI
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE		EN DESEQUILIBRIO PRODUCE	
estómago, páncreas, bazo, parte superior del sistema digestivo	diabetes, trastornos digestivos y hepáticos	vitalidad, fuerza de voluntad, perseverancia, eficacia, poder personal, automotivación		ineficacia, codicia, duda, cólera, culpa, apegos, afán de dominio	

CHAKRA 4

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	COLO R	GEMA	NOTA MUSICAL
Anahatta Cardíaco	Centro del pecho	Timo	verde	Cuarzo Rosado	FA
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE		EN DESEQUILIBRIO PRODUCE	
corazón, aparato circulatorio, tórax, brazos	enfermedades cardiovasculares	equilibrio en relaciones con los demás y con uno mismo, compasión, piedad, aceptación de si, amor		soledad, baja autoestima, melancolía, situaciones de codependencia	

CHAKRA 5

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	COLOR	GEMA	NOTA MUSICAL
Vishudda	Garganta	Tiroides	Azul turquesa	Turquesa	SOL
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE		EN DESEQUILIBRIO PRODUCE	
aparato	problemas de	expresión, armonía		: incapacidad	

respiratorio, voz, cuello	garganta y de voz	con los demás, creatividad, buena comunicación	para expresarse o soltarse
---------------------------	-------------------	--	----------------------------

CHAKRA 6

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	COLOR	GEMA	NOTA MUSICAL
Ajña Frontal	Entrecejo	Hipófisis o Pituitaria	añil	Lapislázuli	LA
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE	EN DESEQUILIBRIO PRODUCE		
silla turca, base del cráneo	jaquecas, pesadillas, percepción visual débil	: aptitud para distinguir las pautas, la "visión", habilidades intelectuales y psíquicas	alucinaciones, pesadillas, dificultad de enfocar la vida, estancamiento intelectual		

CHAKRA 7

NOMBRE	UBICACIÓN	GLÁNDULA	CO
Sahasrara	Coronilla	Pineal o Epífisis	vio
PARTES FÍSICAS	ENFERMEDAD	EN EQUILIBRIO PRODUCE	
cima del cráneo, córtex cerebral, cerebro	tumores cerebrales	energía universal y consciencia cósmica, inspiración divina	

ABRIENDO LOS CHAKRAS

Meditaciones de los Chakras usando Mudras y el Sonido de los Chakras para abrirlos.

Estas meditaciones de los chakras utilizando los mudras, los cuales son posiciones especiales de las manos, son para abrir los chakras. Los mudras tienen el poder de mandar mayor energía a un particular chakra.

Para aumentar el efecto los sonidos son entonados. Estos sonidos son letras sánscritas. Cuando son entonados, estos causan una resonación en tu cuerpo que puedes sentir el chakra para el cual es.

Para su pronunciación mantenga en mente esto;

La "A" es pronunciada como un "aj"

La "M" es pronunciada como una "mn"

Haga la meditación de 7 a 10 respiraciones. Entone el sonido varias veces en cada respiración (por ejemplo tres veces).

ABRIENDO EL CHAKRA RAIZ

Chakra

Deje que las puntas de su yemas de los dedos pulgar y indice se toquen. Concentrate en el Chakra Raiz en el punto entre los genitales y el ano.

Entona el sonido LAM.

ABRIENDO EL CHAKRA SACRO

Coloque sus manos en su regazo, las palmas hacia arriba ,una encima de la otra. La mano izquierda es la que queda abajo y su palma toca la parte de atras de los dedos de la mano derecha. Las puntas de los dedos pulgares se tocan suavemente .

Concentrate en el Chakra Sacra en el hueso Sacro Concentrate Entona el sonido VAM.

ABRIENDO EL CHAKRA DEL OMBLIGO(HARA)

Coloca tus manos mas abajo de tu estomago , un poco por debajo de tu plexo solar. Permite que los dedos se unan en su parte de arriba, todos apuntando hacia afuera de ti. Cruza los pulgares. Es importante estirar los dedos.

Concentrate en el Chakra del Ombligo .

Entona el sonido de RAM

ABRIENDO EL CHAKRA DEL CORAZON

Sentado con las piernas cruzadas . Deja que las puntas de tus dedos indice y pulgar se toquen. Coloca tu mano izquierda en tu rodilla izquierda y tu

mano derecha en frente de tu parte baja de tu esternon (es un poco mas arriba de tu plexo solar)

Concentrate en el Chakra del Corazon en la espina dorsal , al nivel del corazon.

Entona el sonido YAM (este mudra es particularmente fuerte , puede no ser necesario)

ABRIENDO EL CHAKRA DE LA GARGANTA

Cruze sus dedos dentro de sus manos, sin los pulgares. Deje que los pulgares se toque en la punta, y empujelos suavemente hacia arriba.

Concentrese en el Chakra de la Garganta en la base de la garganta.

Entone el sonido HAM.

ABRIENDO EL TERCER OJO

Ponga sus manos en frente de su parte baja de su pecho. Los dedos del medio estaran estoirados y se tocaran en la punta , apuntando hacia adelante de usted. Los otros dedos estan doblados y se tocaran en los nudillos. Los pulgares apuntaran hacia uno mismo y se tocaran en las puntas.

Concentrate en el Chakra del Tercer Ojo.

Entona el sonido KSHAM.

ABRIENDO EL CHAKRA DEL LA CORONA

Coloca tus manos frente a tu estomago. Deja que el dedo chiquito(meñique) apunte hacia arriba, tocandose en sus puntas. Cruza el resto de los dedos, con el pulgar izquierdo por debajo del derecho.

Concentrate en el Chakra de la Corona .

Entona el sonido OM o AU

Pasemos ahora a explicar y describir los restantes chackras que se encuentran de forma ascendente sobre la cabeza, no si antes hacer una

nota aclaratoria sobre ellos. Muchos saben que después de la Convergencia Armónica el vidente mexicano, José Argüelles, dedujo la conclusión de una Era basándose en mitos de los indios hopi, mayas y aztecas. La terminación de esta Era coincidía con esta Convergencia. Argüelles lanzo una suplica para que 144.000 personas meditaran juntos para conseguir entrar en esta nueva Era, la petición tubo éxito y muchos millones persona se unieron en este trabajo energético durante 24 horas. Colin Bloy (padre de la Sanacion Espiritual en España y Presidente Honorífico de A.E.S.E.) comprobó y pudo demostrar que los cuerpos energéticos que antes solo eran 8 aumentaron a 16, también él numero de Chakras y él numero de los círculos concéntricos en la columna de Luz.

*Empezamos con **el Chakra numero 7** que forma un ángulo de 45° y es la conexión con las energías del Cosmos y punto de entrada de la energía.*

***El chakra numero 8** es una estrella de 8 a 16 puntas. Se reduce él numero de puntas si se tiene pensamientos impuros, representa un nivel nuevo de conciencia.*

***El Chakra numero 9** es un anillo concéntrico y contiene el arquetipo básico del hombre.*

*Pasamos al **Chakra numero 10** es una esfera, es la entrada a la conciencia colectiva del mundo.*

***Chakra numero 11**, es un huevo, es la realidad de la conciencia Universal. Dentro del huevo hay una serie geométrica de los sólidos Platónicos, que cambian secuencialmente cada 5 segundos, son la base de la construcción del mundo de la materia.*

*Entramos en el **Chakra numero 12** donde encontramos un par de Alas, que probablemente evocan a conceptos de niveles angelicos. Los Ángeles son la fuerza formativa del Cosmos, naturaleza y del hombre.*

*En el **Chakra numero 13** encontramos una espiral girando igual que la energia del Dragón. Se asocia con la creación del Universo y lo atribuimos a la Creación del cosmos.*

*En le **chakra numero 14** observamos un Girasol con un precioso centro de hélices contra-rotando con sus pétalos alrededor. Se asocia con la manifestación de la Luz Divina, es el primer paso de la creación.*

*En el **Chakra numero 15** nos encontramos con un Poliedro formado por pentágonos y hexágonos, como un diamante tallado, tiene la forma exacta del carbono C 60. Para Platón era el símbolo del ETER, del derivan los 5 sólidos Platónicos.*

*Pasamos al **Chakra numero 16** y en él vemos una figura que representa un Cáliz, símbolo de la conciencia Divina, el Santo Grial, es el arquetipo más potente de la Humanidad.*

Fuente:

http://www.palimpalem.com/8/KUNDALINI_REIKI/index.html?body1.html