

LOS CHAKRAS Y LOS ARQUETIPOS

Un viaje hacia el autodescubrimiento y
la transformación

“Taller: El Viaje Heroico”

LOS CHAKRAS

¿Qué es un chakra?

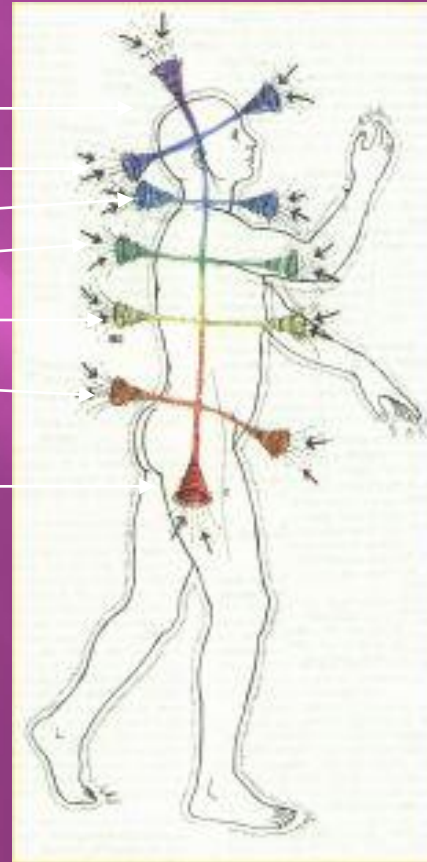
Chakra significa "rueda" en sánscrito. Los vedas utilizaron este término para denominar los centros energéticos del cuerpo humano. Hay siete chakras principales y varios secundarios que corresponden con los puntos de acupuntura. Cada uno de ellos se asocia con alguna de las glándulas endocrinas dentro del cuerpo físico.

Los siete chakras principales, corresponden con plexos nerviosos del sistema autónomo y nos dan cualidades como la diplomacia, la compasión, la sabiduría y la creatividad.



Localización de los chakras

- Coronario
- Entrecejo
- Garganta
- Corazón
- Plexo solar
- Sacro
- Raíz



http://www.sahajayoga.es/ss_chakras.html

¿Qué son los arquetipos?

- ▣ Representan un patrón fijo del comportamiento humano.
- ▣ Reflejan aspectos de nuestro propio inconsciente.
- ▣ Son proyecciones de las cualidades emocionales positivas y negativas.
- ▣ Un arquetipo negativo o disfuncional, bloquea la energía vital.

Los arquetipos y los chakras

- ▣ Los arquetipos son una manifestación clara de nuestro estado emocional.
- ▣ Cada chakra se relaciona, entre otras cosas, con un estado de ser emocional particular.
- ▣ Hay arquetipos positivos y negativos relacionados con cada chakra.
- ▣ Es posible evolucionar hacia arquetipos mejores o más poderosos, a medida que se abre la energía de los chakras que por alguna razón se hallen bloqueados o cerrados en su desarrollo.

Chakra	Arquetipo		Aspectos Emocionales
	Positivo	Negativo	
Base	Madre	Víctima	La base del ser
Sacro	Emperatriz/ Emperador	Mártir	Placer y bienestar
Plexo solar	Guerrero	Sirviente	Poder y <u>autocrecimiento</u>
Corazón	Amante	Actor	Amor
Garganta	Comunicador	Niño silencioso	Comunicación efectiva
Entrecejo	Intuitivo	Intelectual	Uso de la información para la felicidad y la salud
Coronario	<u>Guru</u>	Egoísta	La más alta conciencia espiritual

Trabajando con los arquetipos



Chakra Raíz o base

Función: fijar el espíritu en el mundo material



- ▣ Arquetipo disfuncional: La víctima
 - Se siente a merced de fuerzas externas.
 - Vulnerable, enfermiza, no controlan su ira, resentimiento o frustración.
 - Las circunstancias de la vida son responsables de sus males.

- ▣ Arquetipo funcional: La Madre
 - Capacidad de amarnos a nosotros mismos.
 - Nos permite sanar, estar conscientes de lo que se necesita para conservar la armonía; asegurándose de que estamos bien cuidados y somos amados.

CHAKRA SACRO



Función: El placer, bienestar, sexualidad, abundancia.

- ▣ Arquetipo disfuncional:
El Mártir
 - Renuncia a la responsabilidad por su bienestar. No plenitud, energía disipada.
 - Sin derecho a la felicidad, se sacrifica por otros.
- ▣ Arquetipo funcional:
Emperador/Emperatriz.
 - Bien consigo mismo.
 - Disfruta de la vida, es habilidoso, capaz y creativo.
 - Le gusta el bienestar, no se priva de nada, se preocupa por su salud.
 - Aunque no es muy espiritual, es feliz.

CHAKRA DEL PLEXO SOLAR



Función: autoestima y autovaloración, controla la entrada y salida de energía en nuestras relaciones.

- ▣ Arquetipo disfuncional: El sirviente
 - Se considera menospreciado.
 - Necesita del reconocimiento de otros.
 - Demanda amor de quien menos está dispuesto a dárselo.
 - Hace responsables a los demás de su infelicidad.
 - Es fácil de manipular y suele padecer enfermedades nerviosas y digestivas.
- ▣ Arquetipo funcional: El Guerrero.
 - Fuerte, autoconfianza, autovaloración, asertivo, inteligente y consciente, libre de imposiciones.
 - Le gustan los retos, busca hacer el bien. Es optimista, entusiasta, le busca sentido a la vida.
 - Puede ser arrogante.
 - Se recupera de heridas, mantiene su firmeza.

CHAKRA DEL CORAZÓN

Función: Nos envuelve con amor, alegría, unidad y gentileza.



- Arquetipo disfuncional: Actor/Actriz.
 - No saben amar de verdad sino que buscan poder y dominación.
 - Tienen viejas heridas temen amar, así que antes de resultar dañado, hieren a quienes confunden su encanto con amor.
 - Necesitan ser amados pero se aterran ante la posibilidad y para no quedar expuestos, mantienen sus defensas.
- Arquetipo funcional: el Amante
 - Asume el riesgo de ser vulnerable, exponer su dolor y ser merecedor de amor tal y como es.
 - Opta por el amor y éste halla su camino porque es energía que alimenta y llena de gozo.
 - Es libre de espíritu, generoso y feliz.
 - Afirmativo, entregado, crea alegría, hace que lo difícil, parezca fácil.

CHAKRA DE LA GARGANTA



Función: la verdad, la comunicación, la integridad, fuerza de voluntad y creatividad.

- Arquetipo disfuncional: El Niño Silencioso
 - No revelan su dolor y tristeza.
 - A salvo en silencio, refugiados en drogas, tabaco, alcohol o comida.
 - Sin fuerza vital. Ahoga las lágrimas, se siente carente de importancia, vive proyectando que nadie le ama o escucha.
- Arquetipo funcional: El Comunicador
 - Asume la responsabilidad por lo que dice y por cómo lo dice. No critica ni hieren a través de las palabras.
 - Supera toda negatividad porque es directo y positivo, imprime energía y vitalidad a su comunicación.
 - Dice la verdad.

CHAKRA DEL ENTRECEJO O “TERCER OJO”

Función: sabiduría, conocimiento, intuición; bienestar físico, emocional y mental.



- ▣ Arquetipo disfuncional: El Intelectual
 - Guiado por su cerebro izquierdo, suprime sus sentimientos.
 - No oye su voz interior, confía en información de fuentes secundarias.
 - Se ajusta a patrones antiguos y familiares para no tener dudas ni confusión.
 - Racionaliza, teoriza, intelectualiza. Se atasca en sus conceptos así como se estanca su energía porque está perdiéndose de la mitad de la vida.
- ▣ Arquetipo funcional: El Intuitivo.
 - Visión interior o clarividencia, confía en su conocimiento interno como su guía y protección.
 - Tiene confianza y amor por la vida, sirve a los demás con su percepción.
 - Confía también en que las experiencias por más duras que parezcan, llevan a buen fin. Puede ser un excelente terapeuta, sanador o artista. Otras cualidades del intuitivo es ser responsable y honrado profundamente.

CHAKRA CORONARIO

Función: belleza, espiritualidad, conexión con el Origen



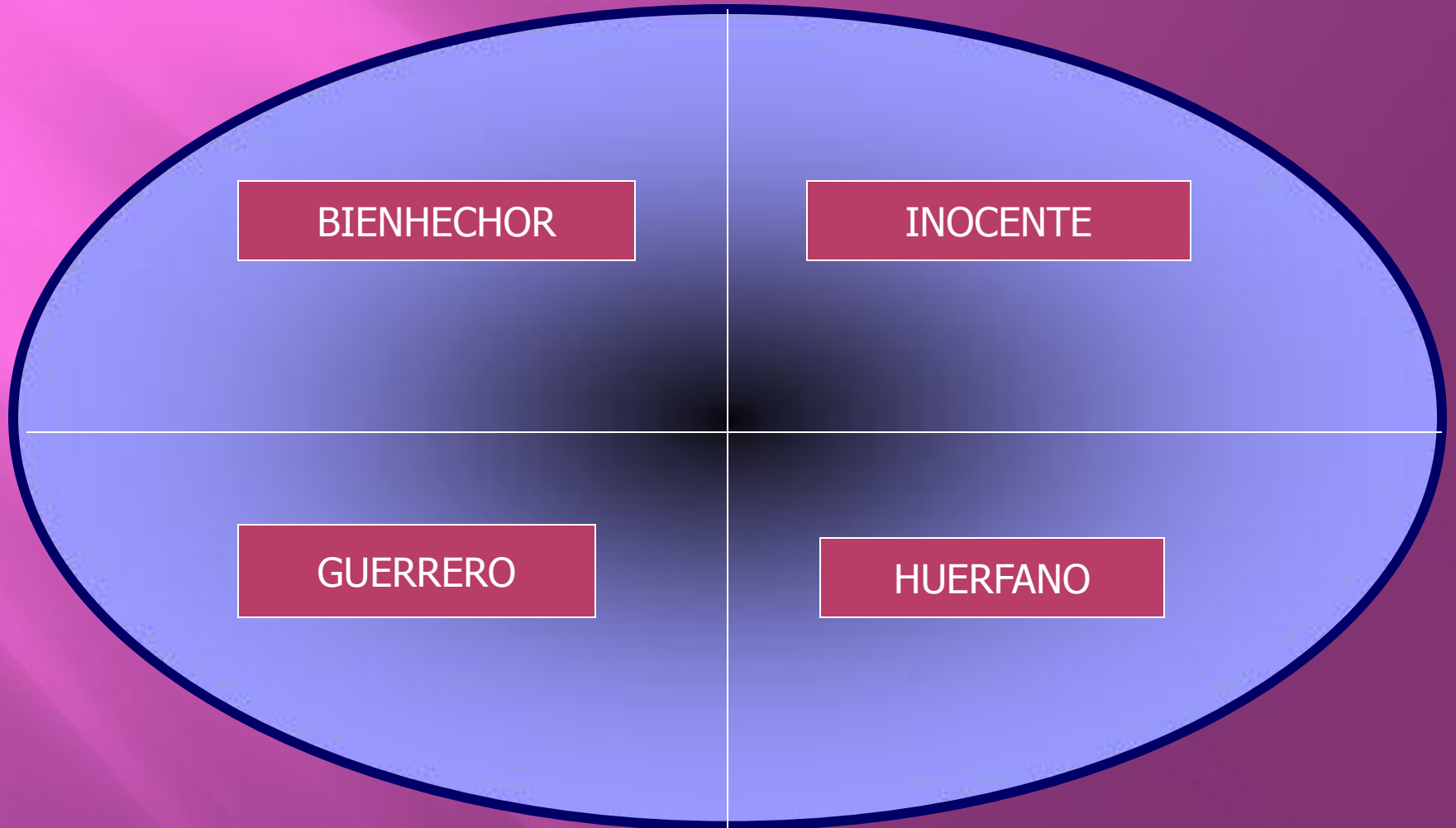
- ▣ El arquetipo disfuncional: El egoísta
 - Orgullosos, arrogantes.
 - Narcisista.
 - Se cree responsable de sus logros, completamente opuesto a la Víctima.
 - No humilde, ni pide ayuda.
 - Se aísla.
 - No reconoce ninguna fuerza superior. No abre su lado espiritual y en eso está limitado a su crecimiento.
 - Se siente omnipotente, de modo que nunca pide ayuda espiritual.
- ▣ Arquetipo funcional: El Sabio y/o el Mago (gurú)
 - El nivel más elevado de responsabilidad, vitalidad y fuerza. Está conectado con la alegría y la bendición del espíritu.
 - Maestría en el plano espiritual, encarna la esencia del amor y la percepción.
 - Unidad con el origen.
 - Sabe que es el origen de toda su experiencia y acepta la responsabilidad por cada aspecto de su vida, sabe que todo sirve para ayudar a desarrollarnos como seres espirituales.
 - Puede sanar, no da respuestas pero ayuda a encontrar el yo.

**Ahora analicemos el
arquetipo del Héroe con
base a lo anterior....**

EL VIAJE HEROICO



PREPARACIÓN





+ AMOROSIDAD
+ ACEPTACION
+ CONFIANZA
+ SEGURIDAD

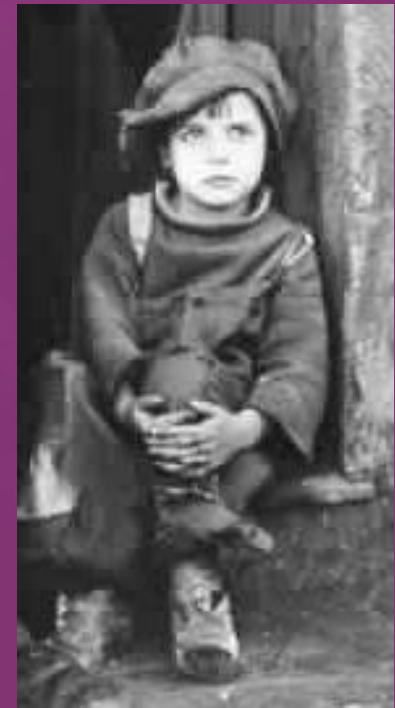
INOCENTE

- NEGACIÓN
- CONSUMISMO

+ RESPONSABILIDAD
+ SOLEDAD-EXILIO
+ INTERDEPENDENCIA

HUERFANO

- VÍCTIMA
- ADICTO A
PREOCUPACIONES





- + LUCHADOR
- + LIMITES
- + DEFENSA
- + GANAR-GANAR

GUERRERO

- GANAR/PERDER
- ADICTO AL LOGRO



+ GENEROSIDAD
+ COLABORACIÓN
+ NUTRICIOS

BIENHECHOR

- MARTIR
- ADICTO A LA
INTERDEPENDENCIA

TRAVESÍA





+ CALIDAD DE VIDA
+ SUPERIOR
+ TRASCENDER

BUSCADOR

- PERFECCIÓN
- ADICCIÓN AL
AISLAMIENTO



DESTRUCTOR

+ CRECIMIENTO

- SUICIDIO
- ADICCIÓN A LA AUTO-DESTRUCCIÓN

+ UNIÓN
+ PASIÓN
+ COMPROMISO

AMANTE

- SEXO
- CELOS



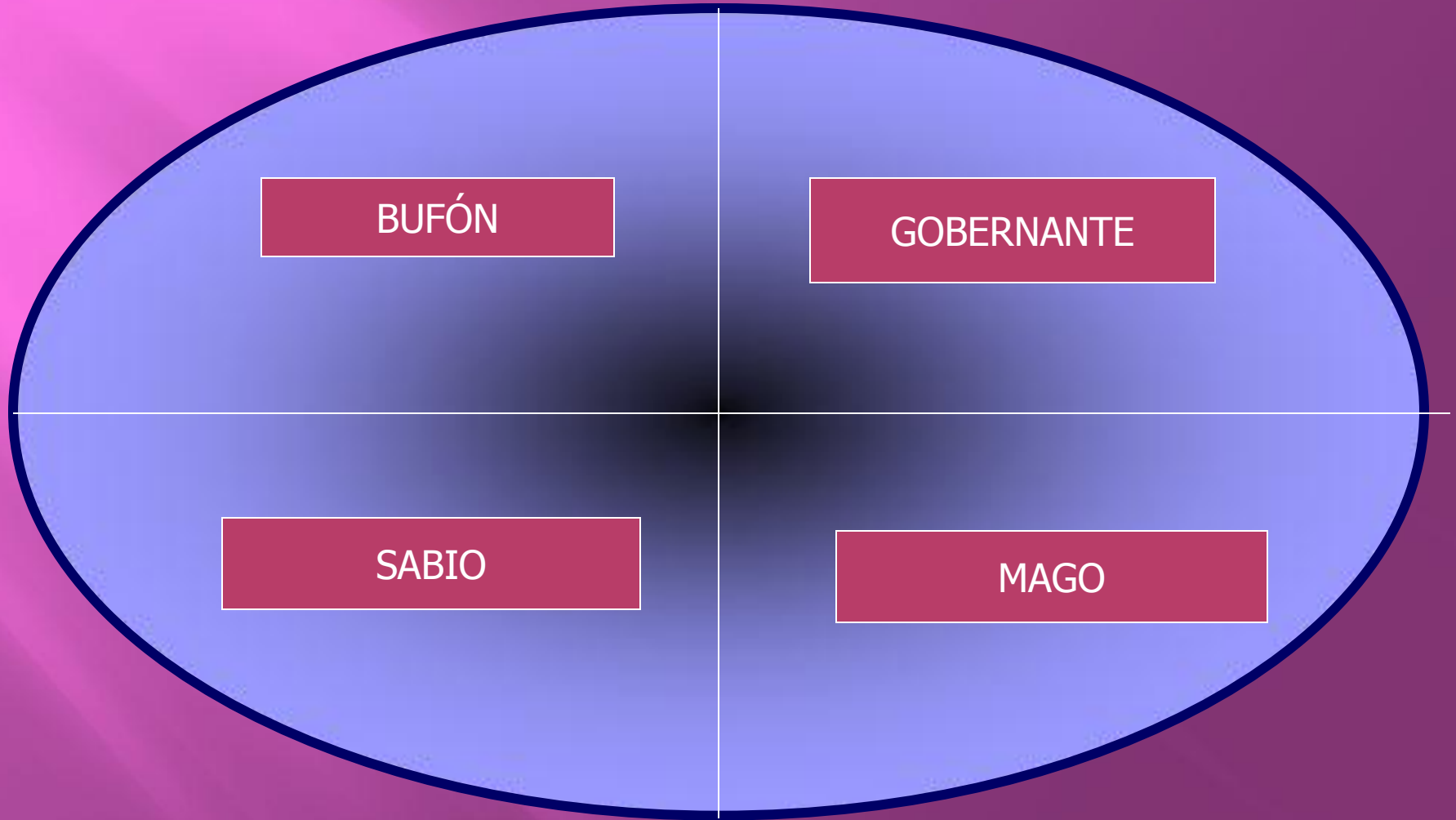
+ VOCACIÓN
+ CREATIVIDAD
+ FLEXIBILIDAD
+ IMAGINACIÓN

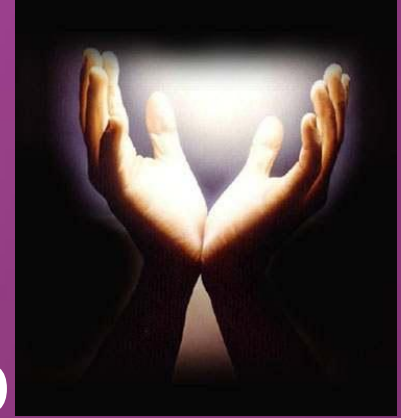
CREADOR

- ADICCIÓN AL TRABAJO



RETORNO





+ PROSPERIDAD

+ ARMONIA

+ PROACTIVO

GOBERNANTE

- OGRO

- TIRANOS

- ADICTO AL CONTROL

+ TRANSFORMACIÓN

MAGO

- MALÉFICO



+ CONOCIMIENTO

SABIO



- JUEZ
- ADICCIÓN A TENER
RAZÓN

BUFÓN

+ PLACER
+ LIBERTAD
+ DISFRUTE

- SENSUALIDAD
DESEMBOCADA



CONOCIENDO AL HÉROE POR SINCRONICIDAD

*“Sin salir por la puerta
se puede conocer el mundo.
Sin mirar por la ventana
se puede conocer el camino del cielo.
Cuanto más lejos se va,
tanto menos se aprende.
Por eso el sabio
sabe sin desplazarse.
Entiende sin ver.
Realiza sin hacer.”*

(Lao Tsé)