

¿Qué son los Chakras?



Los CHAKRAS son **formas geométricas que dividen la esencia en sectores** y permiten que la luz se densifique de manera progresiva, hasta penetrar en la dimensión física. Las primeras referencias que se conocen, se remontan a 2.000 años a.C. y pertenecen a los Vedas de la India. Posteriormente fueron incorporados a la cultura del Yoga y el Reiky; y, se difundieron por todo el mundo.

En el universo este sistema es bien visible en el movimiento helicoidal de las galaxias. En el cuerpo, los chakras se perciben como embudos perpendiculares a la columna vertebral, girando y formando espirales. Su **función principal** consiste en sostener los procesos vitales que garantizan la continuidad de la vida. Para lograrlo deben metabolizar la energía del entorno y dirigirla hacia el cuerpo. Metabolizar energía significa literalmente densificar la luz, es decir, captar la información que pulsa o vibra en diferentes frecuencias y moverla hacia la materia.

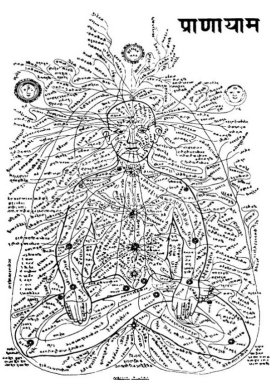
Cualquier situación vital propaga una cierta energía, que es captada por los chakras y dirigida hacia el organismo. Antes de llegar al cuerpo, la luz atraviesa las distintas capas del campo energético (o aura), cada una de las cuales se corresponde con una dimensión de nuestra personalidad.

De este modo, **la experiencia que tenemos de una situación vital concreta difiere en función de la dimensión de personalidad por la que pasa la energía.**

Imagínate a dos personas del mismo sexo besándose en plena calle. ¿Qué pensarías?; ¿cómo te sentirías emocionalmente?; ¿qué sensaciones físicas tendrías?; y, finalmente: ¿qué harías al respecto? Si en tu campo de energía no hubiese bloqueos, la energía pasaría a tu cuerpo sin interferencias y la experiencia resultante sería saludable a todos los niveles. En caso contrario, las distorsiones resultantes influirían sobre tu experiencia, condicionando tus reacciones. Es posible que reprimieses tus propios sentimientos sexuales, que experimentases náuseas, sudores... pensases negativamente sobre la situación o incluso trataras de agredirles por su comportamiento.

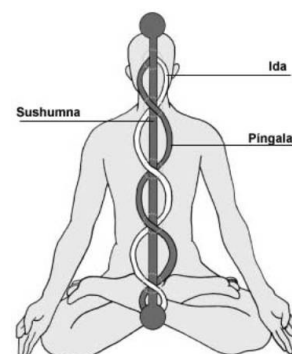
Una vez que la energía ha pasado por todas las dimensiones de nuestra personalidad, es recogida por unos canales muy finos que circulan paralelos a los nervios. Son los **nadis**. La medicina tradicional china calcula que hay hasta 72.000 nadis, formando una extensa red de canales responsable de llevar la energía hasta los órganos, los tejidos, las células y las moléculas del cuerpo. Estas estructuras físicas tienen sus propios campos de energía, a modo de matrices o redes que las sostienen, y los nadis lo que hacen es nutrirlos.

Mapa general de nadis



Los tres nadis principales

Fuente: Doctor Francis Lefebure



De acuerdo con esta explicación, resulta fácil comprender que la calidad de la energía que le llega al cuerpo está directamente relacionada con nuestra salud relacional, mental, emocional y física.

Habitualmente la energía que procesamos en relación a nuestras circunstancias vitales, suele presentar algún tipo de distorsión. En términos generales lo que hacemos es dirigirla hacia planos superiores (sublimando o exagerando lo que nos sucede); inferiores (creando rigidez y rutina); o, alternativamente en ambas direcciones (creando contradicción y cambios bruscos entre mucha actividad a mucha pasividad). También movemos la energía de manera caótica, para indicar que nos encontramos en un momento de cambio profundo. O la proyectamos hacia fuera, negando la realidad tal y como se nos presenta. En este caso lo que hacemos es forzar las situaciones y tratar de que la realidad se adapte a nuestros deseos (por ejemplo intentando que alguien se comporte de una manera determinada). Finalmente, cuando el chakra está inmóvil, informa del riesgo potencial a desarrollar una enfermedad física.

Disponemos de siete chakras principales ligados al cuerpo. Todos ellos están relacionados por un gran canal de energía que discurre paralelo a la columna vertebral. En la filosofía hindú este canal se denomina Sushumma y representa la vía natural de comunicación entre el Cosmos y la Tierra. Y todo juntos crean el vehículo que utilizamos para movernos en las distintas dimensiones de la realidad.

A medida que bajamos desde el séptimo al primero, la frecuencia de la energía que metabolizamos es más densa. En la tradición india se representan como flores. Cuantos más pétalos tienen más alta es la vibración que procesan. Cada chakra cruza el aura en dos direcciones. **La parte delantera está relacionada con el deseo y la trasera con la voluntad.** Otra característica de utilidad es que están vinculados a un color, a uno o a varios órganos, a un sonido, a un alimento... Además, de todos ellos, parten cordones energéticos que nos relacionan en distintos planos de personalidad.

RESUMEN DE LOS ASPECTOS MÁS IMPORTANTES ASOCIADOS A CADA CHAKRA

Función psicológica de cada chakra¹

- A = Delantero
- B = Trasero

| Aspecto | Chakra | Función psicológica |
|---------|--------|--|
| Razón | 7º | Integración de la personalidad con aspectos espirituales |
| | | Está relacionado con nuestra conexión a nivel espiritual, concretamente con la integración del ser, físico, emocional, mental y espiritual. Esto no se define dogmáticamente, ni se expresa con palabras. Se trata de un estado del ser, un estado de trascendencia de la realidad mundana al infinito. Va más allá del mundo físico, creando una sensación de plenitud. |
| | 6A | Visualizar y entender conceptos mentales |
| | | Está relacionado con la capacidad de visualizar y entender conceptos mentales. Esto incluye los conceptos de la realidad y el universo personal, o la forma en que consideramos el mundo y las probables respuestas que éste nos dará. |
| | 6B | Ejecutivo mental. Desarrollar ideas en la práctica |
| | | Está asociado con la puesta en práctica de las ideas creativas que formulamos a través del 6A. Si está abierto, a las ideas le siguen las acciones apropiadas para hacer que se materialicen en el mundo físico. |

¹Bárbara Ann Brennan. Manos que curan. Martínez Roca. Barcelona. 2001

| | | |
|-----------------|-----------|--|
| Voluntad | 1º | Vitalidad física |
| | | <p>Está relacionado con el cuerpo y la fisiología. Las sensaciones (dolor o placer físicos) y el funcionamiento automático y autónomo. Concretamente expresa la cantidad de energía física que tenemos y el deseo de vivir en la realidad física.</p> <p>Cuando la fuerza vital está en pleno funcionamiento, mostramos un poderoso deseo de vivir en la realidad material y nos sentimos muy conectados a la Tierra. Estamos asentados en la vida, con presencia; y, dotados de poder y vitalidad.</p> <p>Desde el punto de vista fisiológico, el cóccix actúa como bomba de energía en el nivel etéreo (1ª capa del campo de energía o aura), ayudando a encauzar el flujo energético hacia arriba por la columna vertebral.</p> |
| | | Cantidad de energía sexual |
| | 2B | <p>Está relacionado con la cantidad de energía sexual que tenemos. Con este centro abierto, sentimos nuestra potencia y fuerza sexual. Tenemos mucho impulso sexual y no evitamos el sexo.</p> <p>Dado que el orgasmo se encarga de inundar el cuerpo de energía vital, el organismo es alimentado y recibe la nutrición psicológica de la comunión y el contacto físico con otro cuerpo.</p> |
| | | Intencionalidad hacia la salud propia |
| | 3B | <p>Está asociado con la actitud que tenemos hacia la propia salud física. Si sentimos un fuerte amor hacia nuestro cuerpo y tenemos la intención de mantenerlo saludable, este centro está abierto.</p> <p>También se conoce con el nombre de centro de curación y está relacionado con la curación espiritual.</p> |

| | | |
|-----------------|-----------|---|
| Voluntad | 4B | Voluntad egocéntrica, hacia el mundo exterior |
| | | <p>Está relacionado con la voluntad egocéntrica, o voluntad exterior. Éste es el centro desde el que actuamos en el mundo físico. Perseguimos lo que deseamos.</p> <p>Si este centro gira en el sentido de las agujas del reloj, nuestra actitud acerca de la consecución de cosas en la vida será positiva, y consideraremos a las demás personas como soportes para estos logros. Veremos la voluntad de nuestros amigos alineada con la nuestra.</p> <p>Entonces tendremos las experiencias que apoyen este punto de vista, porque es parte de nuestra vida. Tendremos la experiencia de que nuestra voluntad y la voluntad divina están de acuerdo.</p> |
| | 5B | El yo en la sociedad. La profesión |
| | | <p>Está asociado con la sensación que tenemos respecto a la sociedad, a la profesión y a nuestros iguales.</p> <p>Si no nos sentimos cómodos en éste área de la vida, puede que nuestra disconformidad la cubramos de orgullo, para compensar la falta de la propia estimación.</p> <p>Cuando tenemos éxito y nos adaptamos bien en el trabajo, además de sentirnos satisfechos, lo podemos considerar como nuestra tarea en la vida.</p> <p>Si hemos elegido una profesión excitante y, al mismo tiempo nos permite realizarnos; y, si entregamos lo mejor de nosotros mismos a nuestro trabajo, este centro estará abierto y en plena floración.</p> <p>Tendremos éxito profesional y recibiremos del universo el apoyo para nutrirnos.</p> |

| | | |
|----------------|-----------|---|
| Emoción | 2A | Calidad de amor por el sexo opuesto |
| | | <p>Está relacionado con la calidad del amor hacia el sexo opuesto. Y también con la cualidad de los sentimientos que dirigimos hacia nosotros mismos.</p> <p>Cuando está abierto, somos sensibles nuestra autoestima es elevada. Y tenemos facilidad para dar y recibir placer sexual y físico. Disfrutamos con el coito y tenemos orgasmos placenteros y equilibrados.</p> |
| | 3A | Integración con el universo. Extroversión. Placer |
| | | <p>Está relacionado con el placer que produce el íntimo conocimiento del lugar único que ocupamos en el universo. De ello obtenemos sabiduría espiritual.</p> <p>Está relacionado con la vida emocional del individuo. Ayuda a comprender los estados emocionales y a regularlos. También es muy importante en lo que se refiere a la capacidad de conexión humana.</p> |
| | 4A | Amor por otros seres humanos |
| | | <p>Es el centro a través del cual amamos. A través de él fluye la energía de la conexión con toda forma de vida. Cuanto más abierto está su centro, mayor es nuestra capacidad de amar un círculo de vida cada vez más amplio.</p> <p>A través de este centro conectamos los cordones con los centros del corazón de aquellos con quienes tenemos una relación amorosa, lo que incluye a los niños y a los padres, igual que a los amantes y cónyuges.</p> <p>El chakra del corazón es el más importante entre los que se emplean en el proceso curativo.</p> |

| | | |
|--|-----------|--|
| | 5A | Toma y asimilación. Responsabilidad sobre vida propia |
| | | <p>Se halla asociado a la toma de responsabilidad en las necesidades propias.</p> <p>El funcionamiento de este chakra es apropiado cuando se alcanza la madurez y dejamos de culpar a los demás de nuestras propias carencias vitales; y, nos decidimos a crear lo que necesitamos y deseamos.</p> |

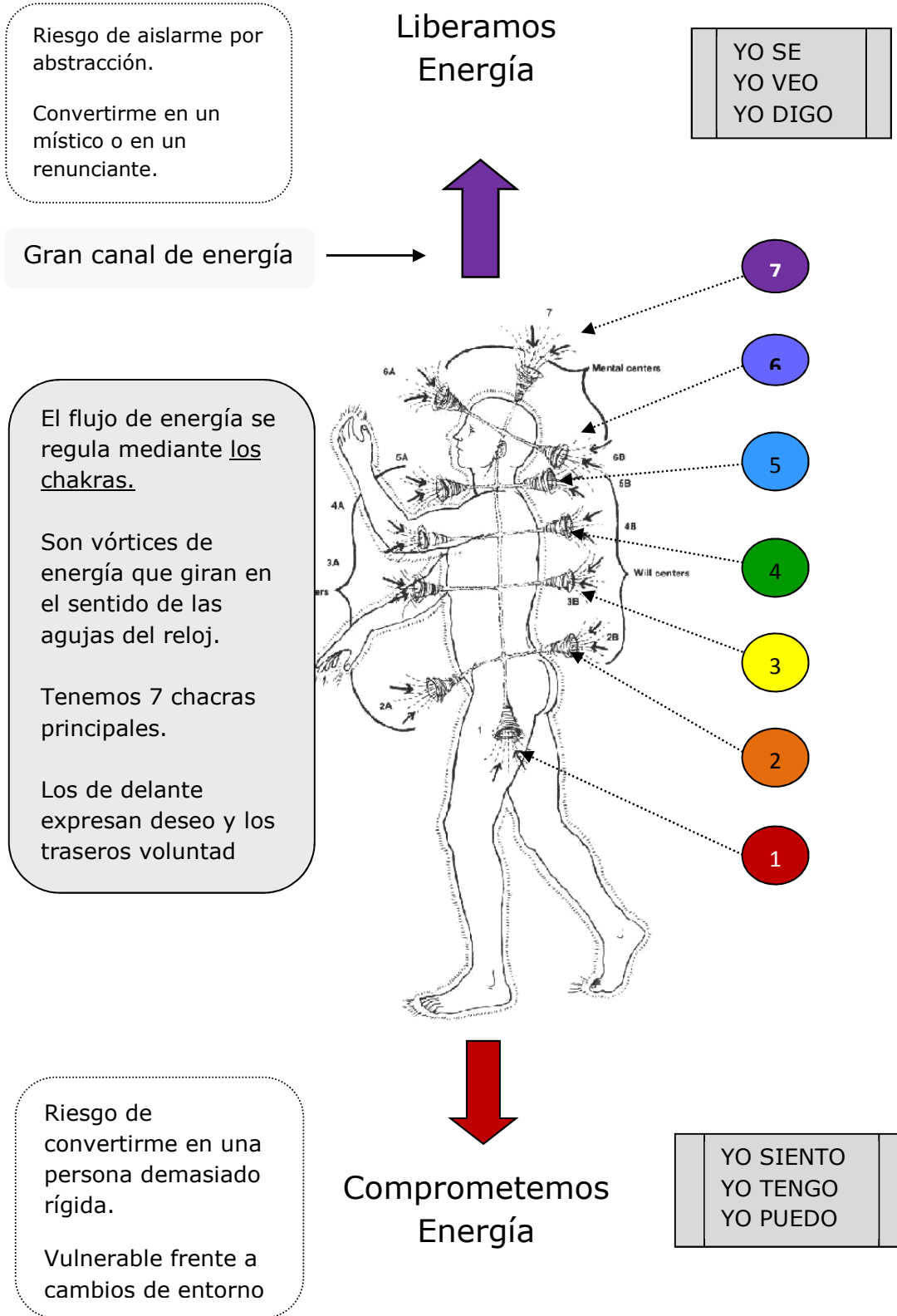
Los chakras y sus características principales I

| <i>Cualidad</i> <i>Chakra</i> | Color | Sonido | Energía | Psicología |
|----------------------------------|----------|--------|-------------|---------------|
| 1º | Rojo | Lam | Sólido | Supervivencia |
| 2º | Naranja | Vam | Líquido | Deseo sexual |
| 3º | Amarillo | Ram | Plasma | Voluntad |
| 4º | Verde | Sam | Aire | Amor |
| 5º | Azul | Ham | Éter | Comunicación |
| 6º | Índigo | Om | Luz | Intuición |
| 7º | Violeta | - | Pensamiento | Entendimiento |

Los chakras y sus características principales II

| <i>Cualidad Chakra</i> | Glándula | Verbo | Alimento | Estación |
|----------------------------|-----------------------------------|-------|---------------|-----------|
| 1º | Suprarrenales | Tengo | Proteínas | Invierno |
| 2º | Ovarios Próstata Testículos | Deseo | Líquidos | Primavera |
| 3º | Suprarrenales | Puedo | Féculas | Verano |
| 4º | Timo | Amo | Verduras | Otoño |
| 5º | Hipotálamo, tiroides | Digo | Frutas | - |
| 6º | Pineal | Veo | Psicotrópicos | - |
| 7º | Pituitaria | Se | Ayuno | - |

El sistema de Chakras según Bárbara Ann Brennan y Anodea Judith



Los Chakras desde el punto de vista de la Organización Social

Fuente: Matias De Estefano

7º
Chakra Corona



RELIGION

6º
Tercer Ojo



POLITICA

5º
Chakra Laringeo



EDUCACION

4º
Chakra Corazón



ECONOMIA

3º
Chakra Plexo



TECNOLOGIA

2º
Chakra Sexual



CULTURA / ARTE

1º
Chakra Raiz



ALIMENTACIÓN

Bibliografía de referencia

- Anodea Judith. Nueva guía de los Chakras. Editorial Robin Book. Barcelona.2000
- Soma (Javier Satrustegui). Cuadernos de trabajo de la Escuela de Yoga Witryh. 2010
- Bárbara Ann Brennan. Manos que curan. Martínez Roca. Madrid. 2001
- Bárbara Ann Brennan. Hágase la luz. Martínez Roca. Madrid. 2004
- Jeshua Channelins. www.jeshua.net/esp/
- Conciencia del ser. www.concienciadeser.es/index.html.
- Roger Deycaza Debora Johnson. www.highfrequencyhealing.org/index.html.
- Matias de Estefano / videos en You Tube