



Los chakras



Introducción a los Chakras:

Los chakras son centros de energía situado en el cuerpo a un nivel más sutil. De ellos nutrimos la fuerza por la vida, así como el entendimiento de lo infinito, la divinidad que hay dentro de cada uno.

Los escritos que nos ha legado la tradición, mencionan un número elevado de chakras: 88.000. Esto significa que en el cuerpo humano apenas existe ningún punto que no sea un órgano sensible para la recepción, transformación y retransmisión de energías. Sin embargo, la mayoría de estos chakras son muy pequeños y desempeñan un papel subordinado en el sistema energético.

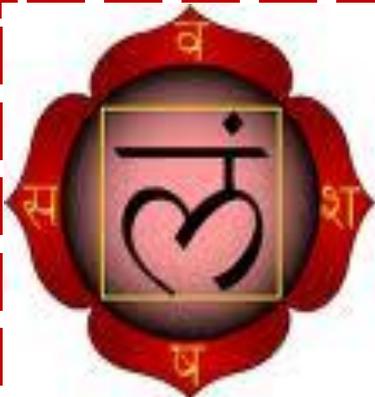
Existen aproximadamente 40 chakras secundarios a los que se asigna una mayor importancia. Los más importantes de ellos se encuentran en la zona del bazo, en la nuca, en las palmas de las manos y en las plantas de los pies. Los siete chakras principales, situados a lo largo de un eje vertical junto a la mitad anterior del cuerpo, son tan decisivos para el funcionamiento de las zonas más fundamentales y esenciales del cuerpo, del espíritu y del alma del hombre.

Los chakras se encuentran en permanente movimiento circular. A esta cualidad deben su nombre de «chakra», que en sánscrito significa «rueda». El movimiento giratorio de estas ruedas produce que la energía sea atraída hacia el interior de los chakras. Si el sentido de giro cambia, la energía es radiada partiendo de los chakras. Los chakras pueden girar hacia la derecha o hacia la izquierda. A medida que va despertándose por un desarrollo creciente de la consciencia, va ascendiendo a través del canal de la columna vertebral en un flujo siempre creciente, y activando los diferentes chakras. Esta activación produce una extensión de los centros energéticos y una aceleración de sus frecuencias. La energía *Kundalini alimenta los chakras con la vibración energética que faculta a los hombres para ir abriendo paulatinamente en el curso de su evolución, todas las facultades y energías que actúan en los diferentes planos energéticos y materiales de la creación, con el fin de integrar dichas energías en su vida.

El grado en que una persona permite la acción de la energía Kundalini depende del grado de conciencia que tenga en los diferentes ámbitos de la vida representados por los chakras, y de la medida en que el estrés y las vivencias no procesadas hayan causado bloqueos en los chakras. Cuanto más consciente es una persona, tanto más abiertos y activos están sus chakras, de forma que la energía Kundalini puede fluir a ellos con más intensidad; y cuando más intenso sea este flujo de energía, tanto más activos se volverán los chakras, lo cual, a su vez, despierta una mayor conciencia. De esta forma surge un ciclo permanente de mutua influencia, tan pronto como empezamos a eliminar nuestros bloqueos y a recorrer una senda del desarrollo de la conciencia.

*KUNDALINI: En el marco del hinduismo, la kundalinī es una energía invisible e inmedible representada por una serpiente (o a veces por un dragón), que duerme enroscada en el Muladhara (el primero de los chakras).





1º Chakra

MULADHARA

Situado en el plexo sacro, Muladhara, el primer centro metafísico de energía, se mantiene dispuesto a las necesidades corpóreas y a la supervivencia básica del ser humano. Nos mantiene unidos al mundo físico, a la tierra, es la base para la existencia en el mundo material y de la cohesión física.

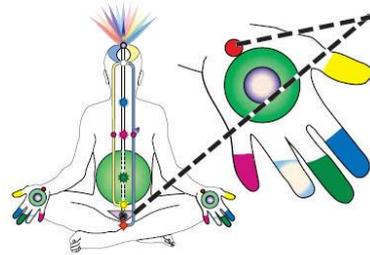
Él «si» a la vida en la tierra, a la existencia física, y la disposición de actuar en armonía con la energía de la Tierra y aprender de ella son cualidades de un primer chakra abierto.

El primer chakra y sus correspondencias

- Significado: Raíz.
- Localización: Base de la columna o perineo.
- Color: rojo fuego.
- Símbolo: Loto de cuatro pétalos.
- Figura: cuadrado.
- Bija mantra: Lam
- Cuerpo: denso.
- Elemento correspondiente: Tierra.
- Glándulas correspondientes: Glándulas suprarrenales. Las glándulas suprarrenales producen adrenalina y noradrenalina, que tienen la misión de adaptar la circulación sanguínea a las necesidades concretas regulando la distribución sanguínea. De esta forma el cuerpo está preparado para la acción y puede reaccionar de inmediato a las exigencias planteadas. Además, las glándulas suprarrenales tienen una influencia predominante sobre el equilibrio térmico del cuerpo. El chakra radical nos une con el mundo físico.
- Órganos: vejiga, vesícula biliar.
- Partes de cuerpo: Pies, piernas, nariz.
- Función sensorial: Olfato.
- Nivel de consciencia: físico.



- Deseo. Seguridad material.
- Principio básico: Voluntad corporal para el ser (como polo opuesto a la voluntad espiritual de ser en el séptimo chakra).
- Correspondencias corporales: Todo lo sólido, como columna vertebral, huesos, dientes y uñas; ano, recto, intestino grueso, próstata, sangre y estructura celular.
- Localización en la mano: base de la palma
- Animales: Elefantes, buey y toro.
- Mandala; Cuadrado amarillo
- Alimentos: Proteínas y carne.



Funcionamiento armónico:

- Experimentas la unión con la tierra y con todas sus criaturas.
- Experimentas satisfacción, estabilidad y fortaleza interior.
- Completas ciclos (reposo, actividad, sueño, vigilia, muerte, nacimientos...)
- Te resulta fácil realizar tus objetivos.
- Denotas confianza.
- Ves la tierra como un lugar seguro en el que recibes cuanto necesitas (dedicación, alimento, seguridad y protección).

Funcionamiento inarmónico:

- Vives enfocado a las posesiones materiales.
- Vives dependiendo de los estímulos y placeres sensoriales (Buena comida, bebida alcohólica, sexo, etc.)
- Te resulta difícil dar y recibir con franqueza.
- Tienes la tendencia a protegerte y delimitarte.
- Con frecuencia el no poder desprenderse y el querer retener se manifiesta en el cuerpo en forma de estreñimiento y sobrepeso.
- Solo te preocupas de satisfacer tus propias necesidades y pasas por alto inconscientemente las necesidades de los demás y las de tu propio cuerpo (descanso, alimentación).
- Te aferras a determinadas ideas y ambiciones de las que no puedes desprenderte; y cuando estas son desafiadas te excitas y te enejas con facilidad, y en ocasiones extremas también de forma de forma iracunda agresiva
- Careces de confianza.
- Sientes angustia de perder algo.
- La tierra para ti es su lugar que debe ser dominado y explotado.



Hipofunción:

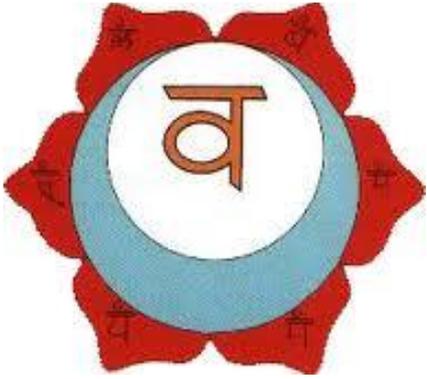
- Tu constitución corporal es bastante débil.
- Posees poca capacidad de resistencia física y anímica.
- Te preocupas por muchas cosas en la vida.
- Conoces los sentimientos de inseguridad.
- Tienes la sensación de estar elevado o volando, no pisas fuerte y no tienes los pies en la tierra
- La vida sobre la tierra te parece una carga.
- Añoras una vida que sea más fácil, más agradable y menos exigente.

Ásanas:



Purificación y activación:

- La contemplación de un sol naciente o poniente de color rojo.
- Siéntate sobre la tierra despojada y respirar conscientemente su olor.
- Oír músicas con ritmos monótonos, música arcaica de pueblos primitivos.
- Cantar la vocal “u” con el tono de do profundo de la escala musical.
- Gemas: Ágata, Hematites, Jaspe rojo, Granate, Coral
- Aromas: Cedro, Clavo de Especias.



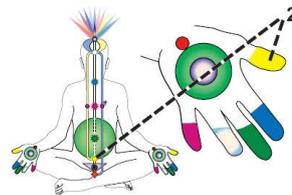
2er. Chakra

SWADHISTHANA

El segundo chakra se encuentra situado encima de los genitales. De los siete principales centros metafísicos de energía o Chakras el segundo, Swadhisthana, está muy vinculado al inconsciente, a la energía sexual.

El segundo chakra y sus correspondencias:

- Significado: dulzura.
- Localización: En el hueso del pubis, encima de los genitales.
- Color: Un primer chakra activo luce con color naranja.
- Símbolo: Loto de seis pétalos.
- Velocidad: 60 Km. /h.
- Figura: triangulo hacia arriba.
- Bija mantra: Vam
- Planeta: Venus
- Cuerpo: Vital.
- Elemento correspondiente: Agua.
- Glándulas correspondientes: Órganos sexuales, ovarios, próstata, testículos. La función de los órganos sexuales es la formación de las características sexuales masculinas y femeninas y la regulación del ciclo femenino.
- Plexo: pélvico, prostático...
- Órganos: sexuales, sistema urinario, intestino grueso.
- Partes de cuerpo: rodillas, columna, caderas, lengua.
- Función sensorial: instintos.
- Nivel de consciencia: instintivo.
- Deseo. Deseo sexual, deseo de ser querido.
- Principio básico: Programación creativa del ser.
- Correspondencias corporales: Cavity pélvica, órganos reproductores, riñones, vejiga, todos los humores como la sangre, linfa, jugos digestivos, esperma.
- Localización en la mano: Dedo pulgar
- Guna: Tamas y Rajas
- Verbo: Siento.
- Animales: Pez y cocodrilo.
- Mandala; media luna hacia arriba plateada.





- Alimentos: Líquidos.

Funcionamiento armónico:

- Experimentas un fluir natural con la vida y los sentimientos.
- Estás abierto a los demás y en especial para el sexo contrario.
- Sientes el fluir de la creación a través de tu cuerpo y tu alma y tu espíritu.
- Te sientes lleno de asombro y entusiasmo.
- Tus sentimientos son originales y así los demuestras.
- Tus acciones son creativas.

Funcionamiento inarmónico:

- Este funcionamiento inarmónico tiene frecuentemente su origen en la pubertad. Las fuerzas sexuales en crecimiento provocan inseguridad y los padres raramente están en condiciones de manejar estas energías de forma correctas. Tal vez en la infancia también ha faltado cercanía corporal y delicadeza.
- Existen demasiadas fantasías sexuales o instintos reprimidos.
- Existe inseguridad y tensiones hacia el otro sexo.
- La percepción sensorial es relativamente grosera.
- Vives en una continua añoranza de una relación sexual satisfactoria.
- Has perdido la ingenuidad y la inocencia.
- Has perdido la franqueza para expresar las energías sexuales en la creación.
- Has perdido el asombro infantil por el milagro de la vida.

Hipofunción:

- Cuando los padres reprimen su propia sensualidad y sexualidad y a ti te faltó estimulación sensorial, contactos, caricias y ternura tú te retrajiste completamente en este ámbito. Después de la pubertad bloqueaste las energías sexuales que querían salir, y así probaste una gran falta de autoestima, un entumecimiento en las emociones y frialdad hacia los sentimientos sexuales.
- La vida te parece triste e indigna de ser vivida.



Ásanas:



Purificación y activación:

- La luz de la luna especialmente llena.
- Contacto con una corriente de agua.
- Oír músicas con ritmos fluidos, bailes populares y en pareja.
- Cantar la vocal “o” cerrada en la clave de re de la escala musical.
- Color naranja, trasmite energías vivificantes y renovadoras, libera patrones emocionales entumecidos. Favorece la autoestima y despierta la alegría por el placer sensorial.
- Gemas: Cornalina, Piedra Lunar.
- Aromas: Sándalo.



3º. Chakra

MANIPURA

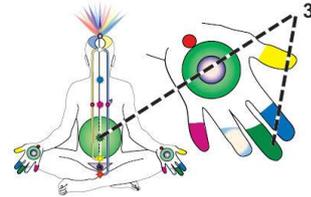
El tercer chakra se encuentra situado aproximadamente dos dedos por encima del ombligo. De los siete centros metafísicos de energía o Chakras el tercer chakra, manipura, está muy vinculado a la personalidad. Es el creador y distribuidos de energía.

El tercer chakra y sus correspondencias.

- Significado: Gema brillante.
- Localización: El ombligo.
- Color: Un tercer chakra activo luce con color amarillo.
- Símbolo: Loto de diez pétalos.
- Velocidad: 100 Km. /h.
- Figura: media luna tumbada.
- Bija mantra: RAM
- Planeta: Júpiter
- Cuerpo: emocional
- Elemento correspondiente: fuego
- Glándulas correspondientes: Adrenales. Páncreas (hígado) El páncreas desempeña un papel decisivo en el procesamiento y digestión del alimento .produce la hormona insulina, que es importante para el equilibrio del azúcar en la sangre y para el metabolismo de los hidratos de carbono. Las enzimas segregadas por el páncreas son importantes para el metabolismo de las grasas y las proteínas.
- Plexo: solar
- Órganos: hígado, vesícula, páncreas, bazo, complejo digestivo.
- Partes de cuerpo: ojos, pies, columna dorsal.
- Función sensorial: vista



- Nivel de consciencia: instintivo.
- Deseo. Deseo de estar alimentado, óseo de reconocimiento.
- Principio básico: Configuración del ser.
- Correspondencias corporales: parte inferior de la espalda, cavidad abdominal, sistema digestivo, estomago, hígado, bazo, vesícula biliar, sistema nervioso vegetativo.
- Localización en la mano: Dedo Medio o corazón
- Guna: Rajas
- Verbo: Puedo
- Animales: Carnero y león.
- Mandala; triangulo rojo hacia abajo.
- Alimentos: hidratos de carbono



Funcionamiento armónico:

- Somos trasmisores de sentimientos de paz.
- Se siente armonía interna; con uno mismo y con la vida y su posición en ella.
- Te aceptas con todo tu ser y respetas los sentimientos de otras personas.
- Aceptas deseos y experiencias vitales y los integras como parte de la evolución.
- Actúas armónicamente con las leyes naturales.
- Fomentas la prosperidad.
- Atraes hacia ti y tus congéneres la riqueza y la plenitud tanto interiores como exteriores.
- Estás lleno de luz y fuerza.
- La claridad que hay en ti te protege de las vibraciones negativas.
- Reconoces la plenitud como derecho adquirido en el nacimiento.

Funcionamiento inarmónico:

- Te gusta influir en todo según tu sentido.
- Te gusta controlar tanto tu mundo interior como tu mundo exterior, ejercer poder y conquistar.
- Estas impulsado por la intranquilidad e insatisfacción interior. Posiblemente en tu infancia y juventud hayas experimentado poco reconocimiento.
- Careces de autoestima y buscas en el exterior esa confirmación.
- Desarrollas un enorme impulso de actividad.
- Te falta serenidad interior.
- Dado que para ti es fundamental adquirir reconocimiento y riqueza externa, posiblemente tendrás éxito.



- Reprimas los sentimientos viciosos e indeseados y así tus emociones se estancan, en ocasiones las dejas actuar movidas por el rechazo y el control y te desbordan porque no estás en condiciones de digerirlas.
- Te exasperas con facilidad y en ello escondes todo lo que has ido tragando sin procesar.

Hipofunción:

- Te sientes derrotado y sin armonía.
- Ves obstáculos en todas partes.
- Por no exteriorizar los sentimientos creas “secuelas emocionales” que te quitan fuerza y espontaneidad.
- En las situaciones difíciles te invade una sensación en el estomago o te pones tan nervioso que tus acciones son descoordinadas.
- No te sientes a la altura de lo que se entiende por la lucha vital.

Ásanas:



Purificación y activación:

- La luz dorada del sol.
- Observar campos de cereales bañados por el sol.
- Oír música orquestal.
- Cantar la vocal “o” abierta en la clave de mi de la escala musical.
- El amarillo acelera la actividad nerviosa y el pensamiento, favorece el contacto y el intercambio con los demás. Elimina la fatiga, la jovialidad. Favorece la digestión física y la digestión psíquica.
- Ojo de tigre, Ámbar, Topacio, Citrino.
- Aromas: Lavanda, Romero, bergamota.



4º. Chakra

ANAHATA

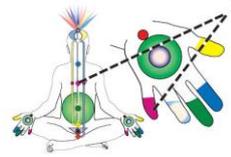
El cuarto chakra se encuentra situado en la parte del corazón. De los siete centros metafísicos de energía o Chakras el cuarto chakra, anahata, está muy vinculado a la unión por el amor. Es el transformador de la energía emocional.

El cuarto chakra y sus correspondencias.

- Significado: Indemne.
- Localización: El corazón.
- Color: Un cuarto chakra activo luce con color verde, cuando evoluciona es rosa.
- Símbolo: Loto de doce pétalos.
- Velocidad: 120 Km. /h.
- Figura: estrella de seis puntas dentro de la cual se encuentra un hexágono.
- Bija mantra: Yam
- Planeta: Regido por la estrella del sol.
- Cuerpo: Afectivo emocional superior.
- Elemento correspondiente: aire.
- Glándulas correspondientes: Timo. El timo regula el crecimiento y controla el sistema linfático. Además, tiene la misión de estimular y fortalecer el sistema inmunitario.
- Plexo: Cardíaco.
- Órganos: Corazón, tórax, sistema circulatorio.
- Partes de cuerpo: Manos, pies, brazos, columna dorsal alta.
- Función sensorial: Tacto.
- Nivel de consciencia: Afectivo superior, personal.
- Deseo. Deseo de amar.
- Principio básico: Entrega del ser.
- Correspondencias corporales: Corazón, parte superior de la espalda con la caja torácica y cavidad torácica, zona inferior de los pulmones, sangre y sistema circulatorio, piel.



- Localización en la mano: Dedo meñique.
- Guna: Rajas, Sattvas.
- Verbo: Amo
- Animales: Antílope y paloma.
- Mandala; estrella de seis puntas azul.
- Alimentos: Verduras.



Funcionamiento armónico:

- Cuando el cuarto chakra está completamente abierto e interactivo con todos los demás chakras te conviertes en un canal de amor divino.
- Las energías de tu corazón pueden transformar tu mundo y el de los que te rodean.
- Irradias calor, cordialidad y jovialidad de forma natural.
- Despiertas confianza y obsequias con la alegría.
- Compartes los sentimientos y siempre estas dispuesto a ayudar.
- No existen dudas e incertidumbres en tu interior.
- No esperas nada a cambio y das por la alegría de dar.
- Observas los acontecimientos del mundo desde la alegría del corazón.
-

Funcionamiento inarmónico:

- Puedes dar y estar siempre para los demás, y quizás sin ser consciente de ello pretendes obtener reconocimiento y confirmación a cambio de todo “tu amor” y te decepcionas cuando tus esfuerzos no son suficientemente recompensados.
- O puedes sentirte ponderoso y fuerte, pero no eres capaz de aceptar tu mismo el amor, de abrirte para recibir. Lo tierno y suave te desconcierta. Te dices a ti mismo lo que necesitas del amor de los demás, con frecuencia esta postura va pareja a una actitud arrogante, un indicativo de blindaje y del rechazo interior al dolor y los ataques.

Hipofunción:

- Eres vulnerable y dependiente del amor y la simpatía de otros.
- Cuando eres rechazado, te introduces en tu caparazón y te sientes triste y deprimido.
- Sequedad y desinterés, que puede llegar hasta la frialdad de corazón.
- Para poder sentir algo necesitas una fuerte estimulación exterior.
- Estas descompensado y sufres depresiones.



Ásanas:



Purificación y activación:

- Paseos silenciosos por la naturaleza
- Un cielo teñido de rosas con formaciones nubosas ensanchan el corazón.
- Oír música clásica, música New Age” o música sacra, de cualquier cultura.
- Cantar la vocal “a” en la clave de fa de la escala musical.
- Color verde, proporciona armonía y empatía, nos da un animo conciliador, proporciona paz.
- Color rosa con sus delicadas vibraciones disuelven los espasmos del corazón. Despiertan sentimientos de amor y ternura y estimulan la actividad creadora.
- Gemas: Cuarzo rosa, turmalina.
- Aromas: Esencia de rosas.



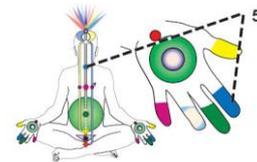
5º. Chakra

VISHUDDA

El quinto chakra se encuentra situado en la garganta, entre la nuez y la laringe. De los siete centros metafísicos de energía o Chakras el quinto chakra, vishudda, está muy vinculado a la percepción. Es el encargado de la comunicación y la reflexión.

El quinto chakra y sus correspondencias.

- Significado: purificación.
- Localización: Garganta.
- Color: Un quinto chakra activo luce con color azul cobalto
- Símbolo: Loto de 16 pétalos.
- Velocidad: 160 Km. /h.
- Figura: círculo blanco de color de la luna llena.
- Bija mantra: Ham
- Planeta: Júpiter
- Cuerpo: Mental superior
- Elemento correspondiente: éter
- Glándulas correspondientes: Tiroides. La tiroides desempeña un papel importante en el crecimiento del esqueleto y de los órganos internos. Se encarga del equilibrio físico y psíquico y regula el metabolismo, es decir, la forma y la velocidad en la que transformamos nuestro alimento en energía y en que consumimos dicha energía. Además regula el metabolismo del yodo y el equilibrio del calcio en la sangre y en los tejidos.
- Plexo: laríngeo
- Órganos: Respiratorios, cuerdas vocales, músculos.
- Partes de cuerpo: Cuello, labios, oído, cara ojos.
- Función sensorial: Oído.
- Nivel de consciencia: Mental concreto.
- Deseo: De crear y comunicar.
- Principio básico: resonancia con el ser.
- Correspondencias corporales: zona del cuello, zona cervical, zona de la barbilla, orejas, aparato del habla voz), conductos respiratorios, bronquios, zona superior de los pulmones, esófagos, brazos.





- Localización en la mano: Dedo índice.
- Guna: Rajas.
- Verbo: Hablo
- Animales: Elefante y toro

Funcionamiento armónico:

- Expresas claramente y sin temor tus sentimientos.
- Posees sinceridad interior frente a ti y frente a los demás.
- Puedes expresarte de forma creativa en todo tu ser y puedes guardar silencio cuando es lo más indicado.
- Estás capacitado para escuchar a los demás.
- Utilizas un lenguaje lleno de fantasías y a la vez muy claro.
- Voz plena y cadenciosa.
- Provocas el cumplimiento de tus deseos transmitiendo tus deseos de la forma mas eficaz.
- Ante las dificultades permanece fiel a ti mismo.
- Eres asertivo.
- No te dejas convencer por la opinión de otras personas.
- Trasmites alegría, plenitud e integridad.

Funcionamiento inarmónico:

- Cuando este chakra esta bloqueado el entendimiento entre el cuerpo y la cabeza está alterado; o bien te resulta difícil reflexionar sobre tus sentimientos y expresas emociones acumuladas mediante acciones irreflexivas, o bien te encierras en tu intelectualidad o tu racionalismo
- Niegas l derecho a la vida
- La sabiduría de tu mundo sentimental pasa el filtro de tu auto juicio a muchas emociones.
- Posees sentimientos inconscientes de culpa.
- La angustia te impide verte tal y como eres y no te deja expresar libremente tus pensamientos y sentimientos.
- Escondes con palabras y gestos tu autentico ser.
- Tu lenguaje es poco elaborado y grosero o incluso objetivo y frío.
- Tu voz es relativamente alta y tus palabras no tienen mayor profundidad de contenidos.
- Podrías abusar de las palabras y de tu capacidad de expresión para manipular a los que te rodean o intentan con su locuacidad ininterrumpida atraer hacia si la atención.
- Le falta la franqueza, la amplitud interior y la independencia



- Existe la posibilidad de que poseas profundos conocimientos interiores pero por miedo al juicio no los manifiestes. Dado que tienden a salir, surgen espontáneas poesías, imágenes o cosas similares que muestras con desagrado.

Hipofunción:

- *Tienes dificultades para mostrarte, manifestarte y representarte.*
- Eres tímido, callado y retraído o hablas solo cosas sin importancia de tu vida exterior.
- Cuando tienes que expresar lo que piensas o sientes se te hace un nudo en la garganta y tu voz suena coaccionada.
- Podrías tartamudear.
- Te sientes inseguro frente a otras personas y temes su juicio.
- No tienes ninguna confianza a tu intuición.

Ásanas:



Purificación y activación:

- El azul de un cielo despejado.
- El reflejo del cielo azul en aguas cristalinas.
- Oír músicas y cantos ricos en tonos superiores, danzas sagradas y meditativas.
- Cantar la vocal “e” en la clave de sol de la escala musical.
- Color azul claro, proporciona tranquilidad y amplitud y te abre la inspiración espiritual.
- Gemas: Aguamarina, turquesa, calcedonia.
- Aromas: Salvia y eucalipto.



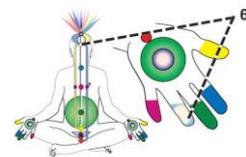
6º. Chakra

AJNA

El sexto chakra se encuentra situado entre las cejas. De los siete centros metafísicos de energía o Chakras el sexto chakra, ajna, está muy vinculado a la percepción extrasensorial, la clarividencia, la telepatía, la intuición y la sabiduría.

El sexto chakra y sus correspondencias.

- Significado: Saber.
- Localización: El entrecejo.
- Color: Un sexto chakra activo luce con color índigo y rosa, mas evolucionado, plata y violeta.
- Símbolo: Loto de dos pétalos.
- Velocidad: 960 Km. /h.
- Figura: un triangulo hacia arriba.
- Bija mantra: Om
- Planeta: La Luna.
- Cuerpo: mental superior.
- Elemento correspondiente: manas-mente.
- Glándulas correspondientes: Pineal. La hipófisis se denomina también a veces "Glándula maestra "puesto que, mediante su actividad secretora interna, controla el funcionamiento de todas las demás glándulas. Al igual que un director de orquesta, establece una conjunción armónica de las restantes glándulas.
- Plexo: Cavernoso.
- Órganos: Cerebro, mente superior.
- Partes de cuerpo: Base craneal, cerebelo, tronco cerebral.
- Función sensorial: todos los sentidos, también en forma de percepción extrasensorial.
- Nivel de consciencia: mental superior.
- Deseo. Deseo de conocimiento.
- Principio básico: Conocimiento del ser.
- Correspondencias corporales: Rostro, ojos, oídos, nariz, senos paranasales, cerebelo, sistema nervioso





central.

- Localización en la mano. Dedo anular.
- Guna: Sattvas.
- Verbo: veo, intuyo
- Animales: Lechuza y mariposa

Funcionamiento armónico:

- Existe un entendimiento despierto en las habilidades intelectuales.
- Facultad de visualización y captación intuitiva de muchas relaciones.
- Tu espíritu esta concentrado y abierto para las verdades místicas, te das cuenta de que las cosas no son un símil, tal vez observes que a menudo tus pensamientos e ideas se cumplen espontáneamente.
- Cuanto más desarrollado este más propenso serás para facultades del sexto chakra como a clarividencia táctil, o apto para recibir intuiciones de otras dimensiones en las meditaciones o en el sueño.
- Percibirás el mundo de una forma nueva si esta completamente abierto.
- El mundo material se hará transparente para el baile de energías que se ejecutan en los planos más sutiles.
- Aumentara tu percepción extrasensorial y percibirás las fuerzas que actúan detrás de la superficie de las apariencias externas.
- Tu intuición y tu visión interior te llevarán a contemplar la grandeza de este drama divino.

Funcionamiento inarmónico:

- El alcance mas frecuente de un chakra inarmónico es la “pesadez de cabeza”.
- Eres una persona que vive a través del intelecto y la razón.
- Tus capacidades mentales están muy marcadas y haces análisis sagaces sin ninguna visión holística
- Intentas influir sobre las personas o las cosas con la fuerza del pensamiento.
- Cuando está demasiado abierto también se intenta manipular a las personas, pero no funciona y se tiene una sensación de aislamiento.

Hipofunción:

- Con el sexto chakra completamente bloqueado para ti la única realidad es el mundo exterior visible.
- Tu vida depende de tus deseos materiales, necesidades corporales y emociones.
- Las discusiones intelectuales las encontraras estresantes.



- Las situaciones que te exigen mucho pierdes fácilmente la cabeza
- Eres muy olvidadizo.
- La visión la tienes alterada. Son una llamada de atención para mirar mas al interior
- Tus pensamientos pueden ser poco claros y confusos y estar condicionados por patrones emocionales no liberados.

Ásanas:

- La respiración alterna (Anuloma Viloma)
- Movimientos circulares de ojos
- Sambadi →



Purificación y activación:

- El cielo nocturno plagado de estrellas.
- Oír todos los sonidos que tranquilizan el espíritu, que evocan imágenes. Música clásica de oriente y occidente.
- Cantar la vocal "i" en la clave de la de la escala musical.
- Color añil transparente. Da al espíritu tranquilidad interior. Potencia y cura los sentidos.
- Gemas: Lapislázuli, zafiro añil, sodalita.
- Aromas: Menta, jazmín.



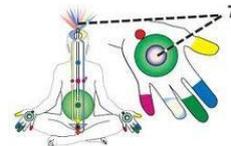
7. Chakra

SAHASRARA

El séptimo chakra se encuentra en la coronilla. De los siete centros metafísicos de energía o Chakras el séptimo chakra, sahasrara, está relacionado con la conciencia cósmica. Simboliza lo inexplicable, llega al estado de samadhi.

El séptimo chakra y sus equivalencias

- Significado: Multiplicado por mil.
- Localización: La coronilla
- Color: Dorado, violeta y blanco.
- Símbolo: Loto de mil pétalos.
- Velocidad: 10000 Km. /h.
- Figura: triangulo boca arriba.
- Bija mantra: Ohm
- Planeta: Marte
- Cuerpo: Espiritual.
- Elemento correspondiente: etéreo
- Glándulas correspondientes: Pineal (epífisis). La influencia de la epífisis no se ha esclarecido del todo científicamente. Con gran probabilidad influye en la totalidad del organismo. Cuando falla esta glándula se produce una madurez sexual prematura.
- Plexo: Coronario
- Órganos: Mentales.
- Partes de cuerpo: Cuerpo físico
- Función sensorial: todas
- Nivel de consciencia: Voluntad espiritual.
- Deseo. Deseo espiritual.
- Principio básico: Conexión con el todo. Ser puro.
- Correspondencias corporales: Cerebro.





- Localización en la mano: Centro de la palma.
- Guna: Sattva.
- Verbo: Yo sé
- Animales: Elefante
- Mandala; Rueda con mil radios.
- Alimentos: Ninguno

Funcionamiento armónico:

- En este chakra no existe bloqueos propiamente dichos, solo se puede tener mas o menos desarrollado.
- Con un chakra un poco abierto se aprecia que la separación entre tu ser interior y la vida exterior se anula.
- Tu conciencia esta en calma y discernida.
- A medida que esta mas evolucionado sientes que estas despertando de un sueño y estas viviendo la realidad solo ahora.
- La luz que irradas abre el corazón de todos los seres que son sensibles a la presencia divina.
- Descubres que la materia sólida no es otra cosa sino la forma mental de la conciencia divina.

Funcionamiento inarmónico o cerrado:

- Siempre tienes la sensación de separación del ser y esto te causa angustia.
- El resto de Chakras no podrán estar totalmente armónicos y no vibraran en consonancia con la creación.
- Si en el ciclo del chakra coronal no te abres a él, crecerá en ti sentimientos de inseguridad y desorientación.
- La angustia ante la muerte aparece con claridad en tu conciencia.
- Te sobrecargas de responsabilidades para demostrarte que eres imprescindible y para suprimir estos sentimientos te refugias en numerosas actividades.
- Con este comportamiento estas personas cogen enfermedades que les obliga al reposo.
- En caso de que no prestes atención a los mensajes, puedes quedarte estancado en las exterioridades y en las limitaciones de tu yo personal.



Ásanas:



- La oración

Purificación y activación:

- Experimentar la amplitud e inmensidad como la cima de una alta montaña solitaria.
- La forma musical de séptimo chakra es el silencio,
- El sonido “m” abre el chakra. En India es una vocal y se entona en la clave de si de la escala musical.
- Color violeta, transforma el espíritu y el alma y los abre a dimensiones espirituales. Disuelve limitaciones.
- Color blanco, abre el alma a la luz, al conocimiento y a la curación divina.
- Gemas: Amatista, cristal de roca.
- Aromas: Olibano, loto.