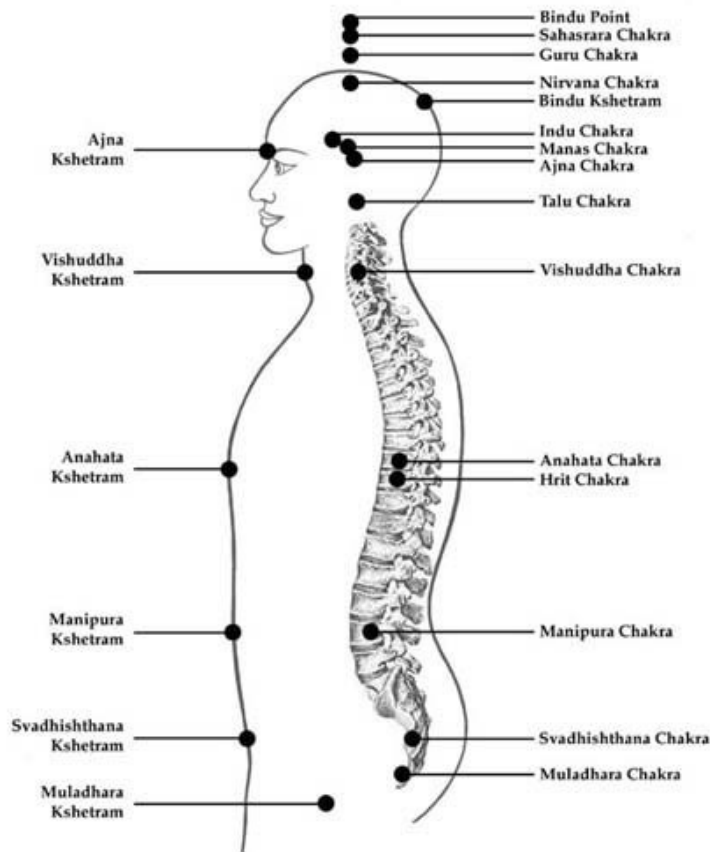


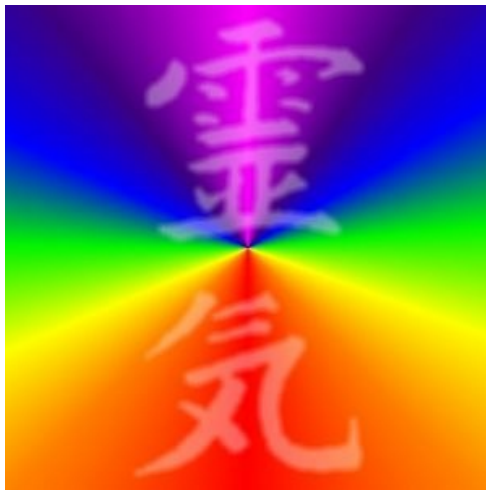
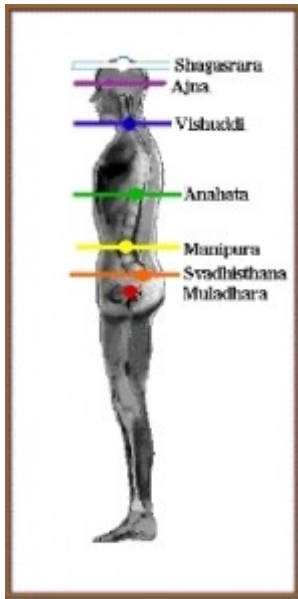
CHAKRAS



Location of Chakra Points and Kshetram

Figure 8a

Según Todos los seres humanos tenemos a nuestro alrededor un campo de **Energía fluctuante**, similar a un arco iris. Este campo es nuestra **aura**, que se comunica a través de vibraciones con las **energías** de todo el universo. Los chakras concentran la **Luz** del aura hacia el cuerpo, conectando de esta forma el mundo actual y el terrenal. Estos centros tienen la función primordial de **acumular y distribuir la energía** del universo en forma de rayos que penetran perpendicularmente en el cuerpo físico ejerciendo influencia en la salud física y mental y en la armonía emocional y espiritual. Por eso son considerados desde la antigüedad de gran importancia en los **métodos de sanación**. Están asociados a distintos órganos del cuerpo y relacionados con el sistema endocrino, el sistema nervioso central y la columna vertebral. En el hinduismo y algunas culturas asiáticas, los chakras son **vórtices energéticos** situados en los cuerpos sutiles del ser humano, llamados **kāma rupa ('forma del deseo')** o **linga sharira ('cuerpo simbólico')**. Su tarea es la recepción, acumulación, transformación y distribución de la **energía** llamada **prana**.



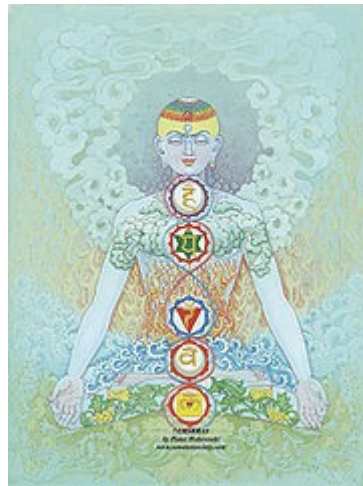
Siete chakras y cinco elementos del Tantra

Orígenes y desarrollo

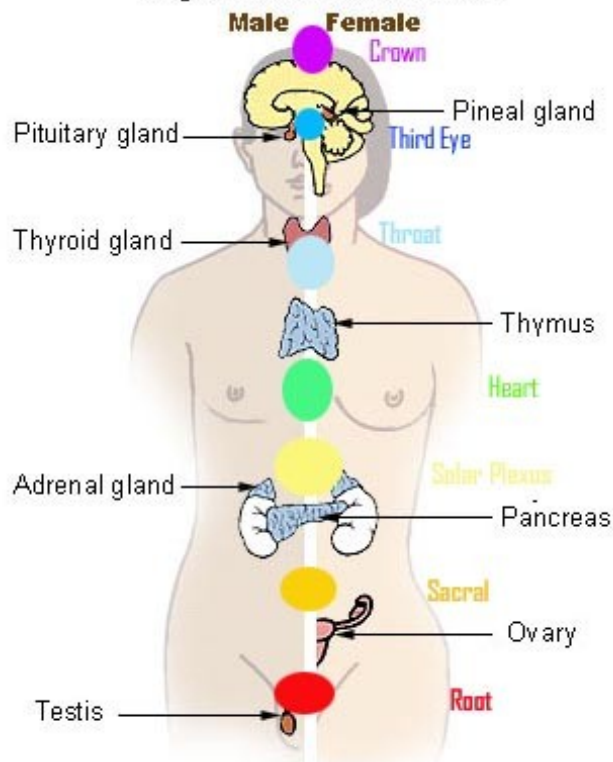
La mención más antigua de los chakras se encuentra en los **Upanishad**, incluyendo específicamente el Upanishad Brahman y el Upanishad Yogatattva. Estos modelos fueron adaptados en el Budismo Tibetano como la teoría Vajrayana, y en la teoría Tántrica Shakta. Es la **teoría shakta** de siete chakras principales la cual la mayor cantidad de personas occidentales adhieren, en mayor parte gracias a la traducción de dos textos Hindúes, el **Sat-Cakra-Nirupana**, y el **Padaka-Pancaka**, por Sir John Woodroffe, alias Arthur Avalon, en un libro titulado El poder de la Serpiente (The Serpent Power). Este libro es extremadamente detallado y complejo, y luego las ideas fueron desarrolladas en lo que es la vista occidental predominante, y también al controvertido C. W. Leadbeater en su libro Los Chakras, que son su propia reflexión sobre el tema. Hay otros varios modelos de chakras en otras tradiciones, incluyendo la Medicina China y el Budismo Tibetano. Y también se pueden hacer interpretaciones del kabbalah judío y el sufismo islámico. Incluso los chamanes tienen sus zonas corporales energéticas. La energía liberada en la creación, llamada **Kundalini**, yace dormida, entonces, en la base de la espina. Por ende, es el propósito del **yoga tántrico o kundalini** el manifestar esta energía, y hacerla elevar a través del canal

central pasando por los chakras, hasta que la unión con el Absoluto sea lograda en el chakra Sahasrara en la cabeza. Se dice que los siete chakras reflejan como el sentido humano (el humano inmortal o el alma), es dividido para manejar distintos aspectos de la vida terrenal (cuerpo/instinto/energía vital/emociones/comunicación/contacto con lo Absoluto). Los chakras se asocian con diferentes niveles de delicadeza espiritual, con Sahasrara en la posición más alta relacionado con el puro sentido, y Muladhara en la menor posición estando relacionado con la materia. El término chakra es sánscrito, antiguo idioma de la India, en el cual significa "rueda". Y según la teoría médica hindú, los chakras son centros o bien "puertas" que están en constante movimiento, girando y absorbiendo la energía del Cosmos hacia el interior del organismo y haciéndola retornar al mismo. La intensidad y la buena marcha de ese intercambio, depende justamente de la apertura de las chakras. Cuando están bloqueados, se interrumpe el flujo de energía produciéndose problemas físicos y psicológicos. Los chakras son vórtices (remolinos) esféricos en el cuerpo etérico que acúan como transmisores de energía. Tienen influencia en nuestra actividad en el plano físico a través del funcionamiento de las glándulas endocrinas (glándulas de secreción interna como la tiroides). Estas glándulas afectan a nuestro funcionamiento corporal, al balance mental y a la integridad emocional. Dependiendo del uso que les demos a ellos y a nuestras energías serán constructivos o

discordantes.

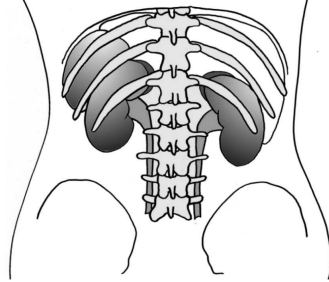


Seven Major Chakras and Major Endocrine Glands



Nuestro **cuerpo etérico** tiene 7 chakras básicos. No existen chakras buenos o malos, todos son necesarios para las experiencias terrestres como para el mismo proceso de espiritualización. Se va a explicar la función de cada chakra por separado, pero no hay que olvidarse que funcionan como un **Todo**. En ese todo está el equilibrio. Cada chakra tiene una función dual, con excepción del primero y el séptimo. Los demás tienen una actividad mundana y otra espiritual. Existen cientos de puntos de energía dentro del cuerpo físico y alrededor de él, inclusive dentro de los vehículos mental, emocional y espiritual. Los más importantes de estos chakras estarían en las manos y en los pies.

Significa "rueda" en sánscrito. Al igual que los acupuntos, los chakras, son centros e...
 una forma de energía su...



del entorno y la transportan a las células, los órganos y los tejidos del cuerpo. El ser humano posee varios sistemas especializados que proporcionan energía e información a las células y los tejidos del organismo en diferentes niveles. Entre ellos se encuentran el de los Meridianos, los Chakras, el Cuerpo Etéreo y los Cuerpos Espirituales Superiores. Cada sistema energético presenta una dinámica y características especiales que afectan



En los niveles físico y espiritual necesitamos diferentes formas de energía para que el cuerpo físico funcione de forma adecuada. Cuando este flujo de energía que sostiene la vida se bloquea en algún nivel, existe la posibilidad de que se produzca la enfermedad. En el nivel físico obtenemos el sustento en forma de **energía metabólica** a partir de los alimentos que comemos. Poseemos un tipo de metabolismo especializado del **chi, o Qi, o energía vital** que obtiene, procesa y distribuye la energía sutil entre los distintos cuerpos que conforman nuestro ser. Los chakras pueden considerarse una especie de sistema de **retroalimentación emocional y espiritual entre el alma y la personalidad consciente**. El lugar exacto en que

se desarrolla una enfermedad en el cuerpo suele ser un indicador simbólico de los aspectos psicoespirituales a los que el individuo debe dirigir su atención a fin de lograr el reequilibrio interior y restablecer su salud.

Los meridianos

Los chakras están conectados por canales energéticos llamados **nadis o meridianos**. Según los fundamentos del yoga, existen 72.000 nadis que conectan el aura y los chakras con el cuerpo físico, de los cuales tres son considerados los principales, **pingala ida y Sushumna**. Los siete chakras principales absorben y distribuyen la energía sutil entre los diferentes órganos y tejidos del cuerpo. Desafortunadamente esta capacidad de

almacenamiento puede predisponer de forma indirecta a la enfermedad, ya que las experiencias que causan el mayor impacto en los chakras son aquellas que se asocian con fuertes reacciones emocionales a sucesos pasados en la vida, ya sean de índole negativa o positiva. Mientras el cerebro registra los recuerdos de los sucesos significativos que ocurren en el curso de la vida, los años de educación y preparación profesional, los chakras pueden registrar los **patrones de energía emocional** del modo en que reaccionamos a la vida cotidiana.

Los siete chakras básicos

Los antiguos tratados hablan de siete chakras principales, situados a lo largo de la columna vertebral, o, más exactamente en un nadi central a lo largo del raquis y hasta la mollera o vértex, llamada abadhuti, por donde asciende la serpiente llamada kundalini o śakti, hasta encontrarse con el Brahman (en el chakra superior), de gran importancia en el tantra:

Los principales Chakras y sus asociaciones:

Primer Chakra - Centro Raíz - Color Rojo Rubí



Muladhara o Chakra Raíz o Fundamental

Chakra Básico ó Primer Chakra Muladhara: es la chakra de la raíz, la cual activa la vejiga, los órganos sexuales, la reproducción y la seguridad. El aroma de la tierra la armoniza y el color rojo la fortalece. Significado: Raíz; como las raíces que crecen hacia abajo, así nuestra primera experiencia chákrica es el desplazamiento de nuestra energía hacia abajo, en lo corporal bajar a la base de la espina dorsal, bajar hacia las piernas y pies., hacia el bajo vientre, en busca de las raíces ancestrales de nuestro pasado y nos encontramos con él.

Elemento: Tierra

Localización: Entre ano y genitales, unido con el cóccix, abre hacia abajo. Debemos señalar además, que según algunas tradiciones o corrientes, se piensa que también puede estar a la altura de las rodillas.

Tema Principal: Supervivencia, energía vital, conexión con la vida y energía de la tierra. Este chakra nos permite ver nuestra relación con el mundo, como nos sentimos en él, como nos vemos en él.

Finalidades: Estabilidad, arraigo, prosperidad, arraigo, vida confortable, salud física, relación con la tierra, y mundo material, fuerza realizadora. Correspondencia corporal: Todo lo duro, columna vertebral, huesos dientes, uñas, piernas, ano, intestino grueso y delgado. Glándula: Suprarrenal.

Hormona: Adrenalina, cortisona.

Color: Rojo.

Sentido: Olfato.

Piedras: Granate, hematites o sanguinaria, coral rojo, rubí.

Fuerzas Positivas: Estabilizadoras, aterrizadas. Afecciones,

Deficiencias: Obesidad, hemorroides, estreñimiento, ciática, anorexia, lesiones de la rodilla, alteraciones óseas, incapacidad para concentrarse, carácter timorato, despiste, agitación, excesivo apego a la seguridad, miedo al cambio. Nuestro Cuerpo es la Morada de nuestro Espíritu, Es la Manifestación Física de todo cuanto nos ocurre. El trabajo del primer chacra se centra en el cuerpo, empezando por la atención

Consciente: salud, dieta, ejercicios, interacción física con el resto del mundo; atención a las sensaciones, debemos estar despiertos y activos pero jamás embotados y fatigados. Dominar el Primer chacra obliga a entender y sanar nuestro cuerpo, y la parte que el desempeña en el estado general de nuestra consciencia y nuestra interacción con el mundo que nos rodea.

Este chacra es la fuente de **fortaleza y supervivencia** y es esencial para el desarrollo adecuado. El desempeño adecuado de los demás chakras depende del chacra raíz y puede verse afectado si está en desequilibrio. El chacra raíz se encuentra en la base de la columna vertebral, entre el ano y los genitales. El color relacionado con este chacra es el **rojo**. En el cuerpo físico, el chacra raíz está relacionado con el sistema de **excreción**, incluyendo **riñones, vejiga, intestinos, huesos, inclusive la columna, también cabello, uñas, eyaculación y el cuerpo físico en general**. El chacra raíz representa las **necesidades de supervivencia básicas del cuerpo (abundancia de dinero, alimento y cobijo), nutrición, seguridad, estabilidad, fundamento, y contacto con la Madre Tierra**. El mantra asociado a este chacra es "Lam", la representación del mantra es el hogar de kundalini, la energía vital (Shakti), simbolizada por una serpiente dormida. Existen muchas divinidades que pertenecen a este chacra: Bala Brahma, Ganesh e Indra. **Marte** es el planeta análogo al chacra raíz, las piedras semipreciosas que pertenecen a este chacra son ágata, jaspe rojo, coral rojo, rubí, hematita y obsidiana. Los signos astrológicos relacionados incluyen Aries, tauro, Escorpión y Capricornio.

El elemento paralelo es el **fuego**, y el metal asociado con el chacra raíz es el **hierro**: los aromas relacionados son **cedro y canela**. El sentido que le corresponde es la **vista**. El funcionamiento de este chacra determinará nuestra conexión con la tierra y la materia. Se encuentra a la altura de los genitales. Suele llamárselo como el **ancla del espíritu**. Está relacionado con una sustancia (ubicada a lo largo de la columna vertebral) que mantiene al cuerpo en forma y cuando no funciona bien se presentan las enfermedades y el cuerpo empieza un proceso de deterioro. Se relaciona con el **instinto**, y al **potencial básico humano**. Se localiza en el periné (la región entre los genitales y el ano). Aunque no hay una glándula endocrina aquí, se relaciona con las glándulas adrenales internas, la médula adrenal. En esta región se localiza el músculo pubococcígeo que causa la eyaculación en el acto sexual. Simbolizado por un loto de cuatro pétalos, de color rojo. Este chacra está asociado con el **sexo**. Es también el lugar donde más intensa energía hay en el cuerpo humano, aquella energía que nos permite generar vida. Como todos los chakras se encenderá con el estímulo de la corriente espiritual. Cuando está muy activado la persona tendrá deseos de saciar su deseo a ese nivel. Cuando lo logra, el nivel de energía retrocede. Posee **4 pétalos**. Características positivas: Fortaleza, vigoriza el ánimo, anima el entusiasmo, estimula el sistema nervioso y otorga la

resistencia, el esfuerzo y la constancia. El mal uso determina el abatimiento físico y moral.

Segundo Chakra - Chakra Sacro - Color Naranja

Nombre: Savadhisthana Chakra.

Significado: Dulzura. El primer aspecto significativo del segundo chakra es el Cambio Mismo, mientras el primer chakra nos enseñaba a echar raíces y permanecer quietos, el segundo chakra nos autoriza el movimiento a través del cuerpo, con el cual iniciamos el camino hacia el chakra corona, recordemos que este círculo que significa chakra, es un camino que hay que recorrer, cuya única finalidad es nuestra evolución en distintos aspectos, lo que se traducirá en algún momento en una vida plena, llena de abundancia en diferentes sentidos y bendiciones. El movimiento fomenta flexibilidad y salud, relaja nuestros músculos y moviliza energías bloqueadas. Todo movimiento es fluidez, especialmente cuando es hacia arriba.

Elemento: Agua.

Tema principal: Sexualidad, emotividad, sentimientos primitivos.

Finalidades: Fluidez de movimientos, placer, relación en el sentido de la sensualidad, creatividad, asombro y entusiasmo, procreatividad del ser. El segundo chakra, es el chakra del sexo, de la unión y complementación con el otro, de la fertilidad, pero también de la oblación o donación al otro.

Correspondencias corporales: Región sacra, genitales, riñones, vejiga, todo lo líquido, como la sangre, linfa, jugos gástricos, espermatozoides. Glándula: Ovarios, testículos, próstata.

Hormonas: Testosterona, progesterona, estrógeno. Color: Anaranjado

Sentido: Gusto

Piedras: Carneol, coral, carnelita.

Fuerzas Positivas: de limpieza y movimiento de corrientes. Afecciones,

Deficiencias: Rigidez, adicción sexual, pero también inapetencia sexual, aislamiento o embotamiento de las emociones. El segundo chakra nos invita al movimiento, agua, placer, emotividad, es cuestión de quererse y darnos un gusto, de mimarnos y de cuidarnos. Nos merecemos lo mejor. Chakra Esplénico ó Segundo Chakra Se encuentra a la altura del ombligo. Posee 6 pétalos.

Características positivas: Tiene influencia sobre el sistema nervioso y en la temperatura del organismo. Da una perfecta armonía en el cuerpo, la mente y las emociones. Su mal uso produce **histerismo ó se buscan experiencias que reflejen intensidades de placer o de dolor.**

Meditación 2º Chakra: El Chakra Sacro tiene una gran influencia y rige la energía sexual y emocional del cuerpo, contiene información sobre **la forma en que sentimos y grabamos las experiencias.** El Chakra Sacro se ubica justo debajo del ombligo, en el área del abdomen bajo, entre la quinta vértebra lumbar y el hueso del sacro. El **anaranjado** es el color asociado a

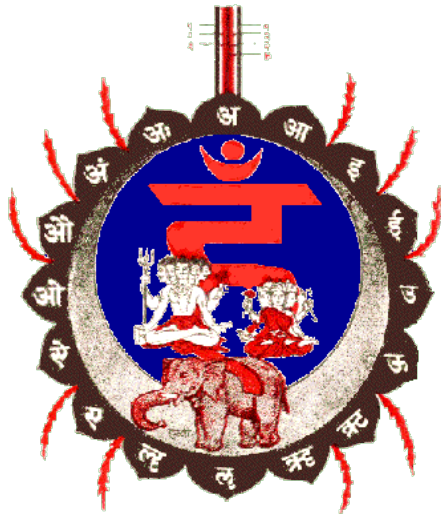
este chakra. El chakra sacro afecta todos los fluidos del cuerpo, regula los **organos digestivos, urinarios y sexuales: ovarios, testiculos, glandulas de la prostata, gonadas, organos reproductivos, espalda baja, vejiga, riñones, y sistema linfático**. Este chakra corresponde a las relaciones y pensamientos, la forma en que **nos relacionamos con los demás, sentimientos de depresion, cambios en el estado de animo, tacto corporal y limpieza**. El mantra relacionado en este Chakra es VAM, está simbolizado por el cocodrilo Vishnu es la divinidad asociada con el chakra sacro. El planeta correspondiente del chakra sacro es **Mercurio**. Las piedras semipreciosas relacionadas son **carnelian y feldespató**. **Cancer, Libra y Escorpio** son los signos astrológicos para este chakra. Su elemento relacionado es el **agua, el hierro** su metal. Los aromas asociados con el **Ylang Ylang y sándalo**. El sentido correspondiente es el **gusto**.
Svadhishthana



Svadhishthana o Chakra Sacro o Esplénico se relaciona con la **sexualidad y la creatividad**. Se relaciona con los testículos o los ovarios, ya que estos crean las hormonas involucradas en la reproducción y pueden causar dramáticos cambios de ánimo. Simbolizado por un loto de seis pétalos, de color **naranja**. Ejerce su influencia sobre los riñones, el apetito y la inmunidad. Determina también, la sensualidad. Se armoniza en entornos marinos o con corrientes de agua. Se equilibra con el color naranja o meditando junto al mar.

Chakra Sacro-Coccígeo: El último, ubicado en la entrepierna, sus funciones específicas tienen que ver con la sexualidad en su sentido genital (no con lo psicoemocional), y la absorción de radiaciones telúricas. Es asiento de la "kundalini" o, como le llamaban los hindúes, "la roja serpiente de fuego" un simbolismo de la poderosísima energía sexual que, mezclada con las emanaciones terrestres, podía despertarse y ascender por el "shushunna" otorgando temibles poderes pero también poniendo al borde de la locura. Este chakra nutre de energía a los órganos reproductores. Es el centro de la creatividad, la procreación y las nuevas ideas.

Tercer Chakra - Chakra del Plexo Solar - Color Amarillo



Vishuddha Chakra



Nombre: Manipura

Significado: Gema lustrosa chakra, chakra del plexo solar (chakra del páncreas, hígado y estómago).

Elemento: Fuego

Localización: Plexo solar entre el ombligo y la base del esternón.

Tema principal: Poder, energía.

Finalidades: Vitalidad, fuerza de voluntad, perseverancia, eficacia, asimilación de sentimientos y experiencias, formación del ser, influencia y poder, fuerza y abundancia, sabiduría que nace de la experiencia.

Correspondencia corporal: Estómago, hígado, vesícula, páncreas, sistema nervioso vegetativo.

Glándulas: Páncreas, insulina.

Color: Amarillo, amarillo oro.

Sentido: Vista.

Piedras: Topacio, ámbar, zitrin.

Fuerzas positivas: De cambios, formadoras, depurativas.

Afecciones y deficiencias: Por exceso, precipitación irrefrenable, afán de dominio, cólera incontenibles y frecuentes, úlceras de estómago, exceso de peso localizado en al región central; por defecto, timidez, nivel de energías

bajas o fatigas crónicas, adicción a sustancias estimulantes, actitudes de sumisión ante la vida, trastornos de digestión.

Equilibrar el tercer chacra implica el armonizar nuestra capacidad de dar y recibir

Meditación 3er. Chakra - Plexo Solar

El Plexo Solar, o la ciudad de las Joyas, es el **centro del ego** y del poder y se relaciona con la **personalidad**. Contiene información sobre la distribución de energías en el cuerpo relacionada con la **libertad personal**. El Plexo Solar se localiza en la base de la caja torácica en el área del abdomen alto. El color para este chacra es el amarillo; las partes correspondientes del cuerpo físico son el **sistema digestivo: estómago, hígado, vesícula biliar y páncreas**. El Plexo Solar representa nuestras esperanzas y miedos, la defensa propia, la forma en que los demás nos perciben, los sentimientos de envidia, culpa o guita. El mantra relacionado con este chacra es " RAM ", y su divinidad correspondiente es Braddha Rudra. El **sol** es el planeta relacionado a este chacra; y el **tigre de ojo, ámbar, topaz amarillo, jaspe verde y citrino** sus piedras preciosas. Los signos astrológicos son **Leo, Virgo y Sagitario**. El **fuego** es el elemento asociado, y el metal correspondiente es el **acero**. Los aromas son **lavanda, romero y bergamota**; el sentido relacionado es la **vista**. Este es el centro energético vinculado con la **autoestima y la valoración de uno mismo**. Es el centro en el que residen los conceptos acerca de nuestra **apariciencia**. **Chakra Umbilical**: También conocido por su nombre japonés ("hara") sus principales funciones ocurren al nacer y al morir. En el momento de cortarse el cordón umbilical, la primera masa de energía pránica ingresa por él, y por él sale toda la energía cuando morimos.

Es el famoso "cordón de plata", que permite el desapego astral. Rige además **el intestino delgado y grueso, vejiga, colon, etc.** Por esa función de "antena" de la energía universal, es que los japoneses que practican el "shintoísmo", cuando deciden suicidarse ritualmente, dicen que ayudan a su espíritu si permiten que la energía ("ki") salga rápidamente por donde entró. De resultas de lo cual, hacen el "sappukku" (o "harakiri") clavando la "katana", corta espada samurai, a la altura del riñón izquierdo y desventrándose hacia la derecha. No es esta estrictamente una forma de muerte, ya que aun con los órganos expuestos el ser humano puede sobrevivir horas y hasta días, por lo cual el "sappukku" se completa con la decapitación que efectúa un superior o amigo del sacrificado. En realidad, lo que se busca es esa liberación o salida ("rí ") de la energía ("ki") por el "hara".



Manipura Chakra



literalmente “ciudad de las joyas”. el cuerpo es el vehículo de la conciencia, si el vehículo funciona bien todo lo demás va mejor. La digestión es parte decisiva del proceso energético, de la salud, del sosiego existencial y en definitiva de la conciencia, por lo tanto, el trabajo de gestión ecológica de uno mismo comienza en esta región. Localización del chakra, se trata de la ansiedad, el llamado nudo del estómago que aparece cuando uno está nervioso y preocupado. La ansiedad no es algo negativo, sólo es una manifestación de las cosas que nos ocurren y que en caso de gran intensidad hacen sensible el complejo entramado de nervios denominado plexo solar. sin energía no hay información que se mueva, llegue a su meta y cumpla su cometido. En el caso de Manipura la energía-información obra de manera precisa y controlada para destrozarse cosas. Es el chakra de la destrucción, la región del fuego. Se ocupa de reducir a moléculas la comida que ingerimos, por su actividad, coordinadora de los órganos digestivos, la magra, el aceite de oliva o el perejil dejan de ser lo que conocemos convirtiéndose en diminutas moléculas. La digestión o destrucción del alimento es un paso crucial, de no ser así, de conservar sus propiedades vitales ligadas al animal o vegetal, los alimentos no podrían ser asimilados. Gracias a la destrucción previa, el intestino absorbe las moléculas de grasa, proteína y demás principios inmediatos, que llegan al hígado como materia desorganizada (antes orgánica), lista para preparar las sustancias que este órgano sabe cocinar. Psíquicamente Manipura se ocupa de digerir el alimento intelectual. Continuamente ingerimos grandes dosis de experiencias mentales (conceptos e ideas) a través de conversaciones, lecturas o televisión. Manipura desmenuza todas esas experiencias y las reduce a una sopa espiritual amorfa. Posteriormente otros chakras se ocupan reestructurar la información y adaptarla. Si Manipura anda flojo, y por lo tanto no destroza el espíritu que vive en las palabras, las ideas pasan a nuestra mente tal cual, se habla en esos casos de mentalidad débil y su consecuente falta de criterio personal. Recuerda si no el efecto que tienen las palabras cuando te confundes al interpretarlas, o aquellas otras que vienen cargadas de intención, si no tienes una buena disposición guerrera para enfrentarte a ellas pueden hacer mucho daño, al sentirnos heridos

reaccionamos de manera desproporcionada contraatacando iracundamente o bien deprimiéndonos al introvertirnos en nuestra desazón. Si por el contrario Manipura va pasado de vueltas, en exceso revolucionado, impide, por la fuerza, la entrada de toda idea ajena, entonces se dice del portador que, entre otras cosas, es un pasota intelectual, proclive al cinismo. Resumiendo. Manipura ataca todo alimento, lo descuajaringa y prepara para que los demás chakras puedan utilizarlo en sus menesteres: mantener el cuerpo y sostener una base para la conciencia. En la India a Manipura se lo relaciona con Rudra, uno de los nombres de Siva, el dios destructor que, en algunas tradiciones, sólo respeta la belleza más depurada. En la Grecia clásica sería Atenea, diosa de la guerra y del arte. En la antigua Roma, Marte. En la tradición cristiana San Miguel o San Jorge. Manipura representa la fuerza destructiva controlada, que juega su papel en colaboración con las fuerzas generadoras (Brahma), y las que sostienen la apariencia (Visnú). Es el chakra del valor y nobleza guerrera. Muchos trastornos psíquicos comienzan en Manipura, la ansiedad es uno de los más letales y pandémicos. trabajando con Manipura.

Desde el punto de vista práctico lo principal es apaciguar su nerviosidad. En diverso grado todos padecemos nervios en el plexo solar, mucho más quienes son adeptos a la cafeína (los niños con los refrescos). Si el plexo solar funciona demasiado excitado todos los órganos que controla van como locos cumpliendo sus funciones aprisa y mal. El descontrol nervioso impide enfrentarse con astuta calma a los problemas cotidianos. El nerviosismo no es un asunto simple, no proviene del plexo solar ni termina en él, por el contrario en su génesis interviene el total de nuestra organización. Puede adoptar muchas formas y las diferentes regiones nerviosas encaminan la irritación psíquica hacia tipos particulares de neurosis. El caudal espiritual puede adquirir unos tintes u otros dependiendo de las regiones corporales que lo tratan, cada región tiene unas particularidades y condiciona el conjunto. Manipura es la zona de la pasión, aspecto positivo de la psique que descontrolado se convierte en extremadamente peligroso. Siempre que dirijas la atención a Manipura conviene en primer lugar que observes si te notas nervioso en esa zona. Observa bien, porque lo común es que te hayas habituado a cierto nivel de neurótica ansiedad y creas que es tu estado es normal. Siente la zona donde se ubica el chakra, el área del estómago, sonríe y háblale mentalmente: “mi mundo interior no se reduce a mis quebraderos de cabeza, a mis desánimos, a mis miedos e incertidumbres, tranquilo (Manipura), todo ello no va contigo, has de cumplir tu función y vigilar que todo vaya bien en tu región”. Puedes decir más cosas y de otra forma, lo anterior es sólo un ejemplo. Lo mejor es que hables de forma simple, no filosofes ni andes por las ramas. Con el tiempo no necesitarás hablar con palabras, podrás resumirlo todo en intuiciones. Confía en Manipura, la naturaleza sabe muy bien cómo hacer sus cosas, no interfieras en su actividad introduciendo órdenes o sugerencias, es más eficaz el cariño.

La forma de trabajar con los demás chakras es exactamente la misma. Lo más importante observar la zona de actividad y discriminar sus cualidades, para, posteriormente, relajarse y confiar en ti mismo. Descansa un rato del jaleo mental, esa dispersión traída por muchas causas, que se acumulan, irritan y nos va tensando el carácter año tras año. Céntrate en el chakra y recuerda las buenas cualidades que esa zona debería tener: fuerza digestiva, astucia guerrera o control pasional, capacidad para disfrutar sosegadamente de la vida activa. Es el chakra del erotismo (sexualidad más

abajo), del saber vivir, del refinamiento para pasarlo bien con cualquier cosa importante o insignificante. Cada año que pasa nos ponemos espiritualmente un poco más tiesos y menos dispuestos a disfrutar. En cierta ocasión escuché al querido profesor Aranguren (José Luis López Aranguren) decir que el espíritu no envejece, por desgracia no es así, el espíritu sí envejece, lo hace conforme se va llenando de verdades incuestionables, de dudas sin solucionar, de aburrimiento. Envejece menos si se recicla, se vacía de vez en cuando de cacharros, de sabiduría detenida en el tiempo, de arraigados lugares comunes. Y no envejece jamás (puede que el profesor diera con la pócima) si el saber, el cúmulo de la burbuja espiritual, se transforma en sabor, en sensibilidad afectiva, en gusto por las cosas, que es el mejor filtro de amor del espíritu. La sabiduría transformada en sonrisa llena, en amable estética, no ocupa espacio y por lo tanto el tiempo no le afecta. Un tipo de sabiduría misteriosa, que no es nada, que viene y va en el mismo instante que se precisa.

Despertar al chakra

Tradicionalmente los chakras se corresponden con centros nerviosos, pero no es la aglomeración neuronal lo que interesa, entre otras cosas porque no podemos percibirla, interesa la cualidad, aquello que puede sentirse en esas zonas del cuerpo: la angustia, la ansiedad, la desesperanza, el miedo, la alegría, la amistad, el valor, el asombro... Es lo que los antiguos yoguis denominaban plano sutil, astral, etc., y que hoy llamamos entorno psíquico. Hacia esas sensaciones cualitativas es donde hay que apuntar la atención. Primero para inyectar tranquilidad, e inmediatamente para escuchar, para hacerte sensible a los posibles mensajes. Los chakras despiertan o normalizan su actividad en la medida que los conoces y aprendes a confiar en ellos, a confiar en tus propias cualidades innatas, las cualidades negativas corresponden a la flaqueza de las positivas. Nuestras cualidades psíquicas no despiertan e inundan la conciencia, por el contrario los durmientes somos nosotros, o sea, nuestra conciencia: sensibilidad, percepción, discriminación, lenguaje... Las cualidades positivas siempre están ahí, desde que nacemos, lo que no está ahí es el trabajo de observación, de discriminación de las experiencias personales, depuración del lenguaje que les corresponde, confianza en el propio criterio, etc. Las cualidades negativas son importantes, es crucial distinguirlas, de lo contrario no podrás cultivar su aspecto positivo y seguirán activas. Todos desarrollamos cualidades negativas, mal llamadas negativas, pues son muy útiles en ciertos momentos, ya que el sufrimiento que causan es una clara pista para encaminarse hacia la causa. También desarrollamos las positivas, que pueden llegar a ser un desastre si dominan en momentos inapropiados. La armonía es cuestión de equilibrio, y éste depende de la afición al bricolaje interior. Dicho en parábola, las pequeñas averías de tu casa sólo puedes arreglarlas tú. Las cualidades son elementos de intermediación entre el sujeto y el entorno, arraigan en la medida que se las utiliza. Aquel que quiera cualidades positivas debe ponerlas en marcha y entrenar en la vida real, o sea, en las relaciones consigo mismo y con lo que le rodea. Chakra Manipura: es la chakra correspondiente al plexo solar. Es nuestra **auto imagen**. En armonía genera pensamientos claros y emociones sanas; bloqueada genera **cólera y hostilidad**. Para armonizarla es necesario visualizar el color **amarillo**.

ANSIEDAD

La ansiedad se encuentra entremezclada con otros desarreglos aledaños: nerviosismo, irritación, angustia, depresión, estrés; todos ellos forman parte de nuestra vida cotidiana. Todos los especialistas coinciden en destacar que existe una ansiedad natural o necesaria para adaptarse a los constantes cambios de la vida de cada día y una ansiedad destructiva o anormal causante de muchos trastornos y enfermedades. Las diferencias entre la ansiedad normal o adaptativa y la ansiedad patológica se miden clínicamente por el grado de afectación, el paso de una a otra depende del grado de abandono del individuo a unas pautas desordenadas de comportamiento, dichas pautas suelen ser aprendidas, principalmente en el seno de la familia, transmitidas de los mayores a los niños. Los psicólogos nos dicen también que pueden ser desarrolladas o engrosadas a lo largo de toda la vida. Respecto del temperamento, o forma básica de comportamiento (sanguíneo, flemático, nervioso, etc.) no está claro que pueda influir decisivamente en la evolución de la ansiedad natural hacia sus formas más patológicas. “Los estudios epidemiológicos señalan que al menos un 20 % de la población general del mundo occidental padece en algún momento de su vida un trastorno de ansiedad. Uno de los aspectos más importantes es que se ha observado un aumento real de estas enfermedades en las últimas décadas, sobre todo cuando se han realizado estudios epidemiológicos serios y se ha hecho un seguimiento continuado de determinadas poblaciones a lo largo de los años.”

Definición: Es un estado psíquico mezcla de sentimientos imprecisos y sensaciones corporales. Implica la presencia de aprensión, tensión, inquietud, temor indefinido, inseguridad o miedo, preocupación o anticipación ante un peligro en ciernes o una situación que podría ser peligrosa.

Signos de ansiedad:

- Preocupación constante.
- Inquietud, nerviosismo.
- Irritabilidad, mal humor.
- Tensión muscular.

En casos más graves:

- Dificultad para concentrarse.
- Fatiga.
- Dificultad para conciliar el sueño o mantener un sueño profundo.
- Disfunciones corporales: arritmias, estreñimiento, diarrea, jaquecas, etc.

Las personas que padecen ansiedad están siempre preocupadas, bien sea por problemas importantes, por otros menos relevantes e incluso por nimiedades y problemas imaginarios. Aquellas en que la ansiedad es más grave muestran grados de desequilibrio y descontrol, se sienten muy vulnerables y realimentan su ansiedad en círculo cerrado: problema-ansiedad-problema. En el terreno físico afecta en primer lugar al sistema nervioso, somatizándose o haciendo mella sobre las funciones fisiológicas cuando es reiterada. La ansiedad del grado catalogado como natural o normal es asumida perfectamente por el organismo mediante el descanso nocturno o el ocio.

Tanto la ansiedad como la depresión comienzan en un modo de pensamiento inseguro, mal gestionado. Por lo general las personas que sufren ansiedad no saben que es posible amainarla mediante unas sencillas pautas de comportamiento mental y una mínima organización de su vida: ritmos de trabajo-descanso-ocio, relaciones sociales positivas, deporte, etc.

Veamos otra lista de los signos de la ansiedad, esta vez extraída del libro *Cómo superar la ansiedad y depresión*, de Joseph Luciani:

- Preocupación, cavilación.
- Pensamiento rígido, testarudo.
- Compromiso excesivo.
- Frugalidad excesiva.
- Perfeccionismo.
- Adicción al trabajo
- Ambición excesiva.
- Arrogancia.
- Desconfianza

Luciani desarrolla una de las mejores estrategias para atajar tanto la ansiedad como la depresión, lo denomina autocharla. La técnica tiene dos tramos, el primero consiste en observar o escuchar lo que la mente dice:

hay una parte de la mente que siempre está hablando, a veces de manera negativa, otra parte de la mente se dedica a escuchar y hacer caso de la parte hablante. El segundo tramo de la autocharla consiste en elaborar pensamientos de manera voluntaria, un tipo de pensamientos alternativos a los automáticos o habituales. El yoga tradicional coincide la psicología en que todos los trastornos psíquicos, en ausencia de enfermedades orgánicas previas, son debidos a una deficiente gestión de la actividad mental. La raíz de ésta problemática se encuentra siempre en lo que se denomina ignorancia o maya. El término maya no tiene una connotación meramente relativa a la falta de conocimientos o información, sino a la irresponsable gestión de los conocimientos. La pobreza y la falta de medios dificultan la evolución cultural del individuo, sin embargo, es en los medios más cultos, desarrollados y acomodados donde se dan con mayor gravedad los problemas relacionados con la ansiedad y depresión. El individuo ansioso está demasiado distraído, vive más fuera que dentro, maneja más información, pero se conoce menos y, en consecuencia, tiene menos recursos para enfrentarse a sus problemas íntimos. La ignorancia o maya tiene que ver con la debilidad de los valores positivos adquiridos en el transcurso del desarrollo vital, lo que impide, no tanto la percepción de esos valores, sino la incapacidad para transformarlos en voluntad y explicitarlos como comportamiento.

Vipasana

La autocharla corresponde en el yoga a la técnica denominada **Vipasana**. Vipasana es mucho más simple en las explicaciones y más directa en la estrategia. Consiste simplemente en dedicar unos minutos del día al recogimiento meditativo y observar el ir y venir de la mente: los pensamientos, los recuerdos, etc. Tras un periodo más o menos largo de insistencia en la observación, va apareciendo una especie vigilante mental denominado sakshi o conciencia testigo. Más adelante éste vigilante comienza a diferenciar los problemas y sugerir alternativas. En poco tiempo

el practicante pasa de la absoluta ignorancia respecto del funcionalismo psíquico a un conocimiento práctico de lo que la mente hace a espaldas del individuo. El mismo proceso dota de seguridad en uno mismo y cierta fiabilidad o ausencia de duda respecto a lo que ocurre y debe hacerse. Vipasana es una disciplina aconsejable para abordar la labor con los chakras. La práctica disciplinada de Vipasana u otro tipo de meditación clásica desarrolla poco a poco un criterio centrado en lo esencial. Yoga encara los problemas internos de un modo peculiar, en lugar de estudiar la mente y sus problemas de un modo teórico, prefiere experimentarla, observarla y conocerla sobre el terreno. Todo ello se hace a modo de bricolaje, es el propio interesado quien se ha de ocupar de sí mismo, de practicar las técnicas, desarrollar estrategias, tomar medidas y arreglar sus asuntos. La información: médica, psicológica, filosófica, etc., es muy útil para completar el lenguaje, explicar los resultados y argumentar lo necesario.

Manipura o Chakra plexo solar o Umbilical se relaciona con **energía, asimilación y digestión, y corresponde a los roles de las glándulas adrenales externas o páncreas en el cuello sobretodo**. Simbolizado por un loto de **diez pétalos**, de color amarillo. Notamos que la energía de base del loto transforma la energía de nuestro cuerpo en la fuerza normal, se diría que este en cierta razón es nuestra energía oculta. Plexo Solar ó Tercer Chakra:

Se encuentra en la boca del estómago.

[Meditación Para El Tercer Chakra: Dar Y Recibir](#)

En el universo hay una ley primordial en la que se nos enseña el necesario equilibrio entre el **gesto dar y el gesto de recibir**. Esta meditación se basa en el movimiento de nuestros brazos. A través del movimiento que explicamos podrás descubrir si tu dar y recibir está equilibrado o si más bien sucede que recibes más de lo que das o das más de lo que recibes. Así podrás mejorar este flujo de energía en tu vida.

1- Preparativos: busca un lugar tranquilo, enciende una vela y apaga la luz. Siéntate en un lugar muy cómodo, y si te fuera posible procura hacerlo con las piernas cruzadas en la típica posición de meditación. No pongas música.

2- Relajación: ahora intenta relajarte todo lo que puedas. Respira profundamente tres veces. Después comienza a respirar normalmente, pero préstale mucha atención al sonido de tu respiración, a como te llenas de aire y como lo expulsas. Céntrate después de unos instantes en los latidos de tu corazón y vuelve a respirar profundamente tres veces.

3- Gesto de Dar: empezarás la meditación con este gesto. Para ello, debes llevar tus manos al corazón y a partir de ahí llevarlas hacia adelante como si estuvieras entregando un regalo. Termina el gesto haciendo un semicírculo hacia fuera y vuelve a llevarte las manos al corazón. Mientras lo haces debes imaginar que estás entregando tu energía positiva al mundo. Analiza profundamente cómo te sientes, sobre todo si te sientes cómodo al hacer el gesto.

4- Gesto de Recibir: después, cuando lo consideres oportuno y durante otro ratito ejecutarás el gesto de recibir. Para ello vas a realizar el proceso a la inversa, esto quiere decir que deberás hacer con tus brazos como si fueras a

abrazar a alguien y terminar con las manos en el corazón. Mientras lo haces imagina que te estás nutriendo de todas las energías positivas de la vida. Analiza profundamente cómo te sientes, sobre todo si te sientes cómodo al hacer el gesto.

5- Dar y Recibir: por último vas a equilibrar las energías porque lo más probable es que descubras que te sientes más cómodo dando o recibiendo. Para ello durante un ratito, hasta que te sientas cómodo con ambos gestos, vas a hacer un gesto de dar y otro de recibir. Así mantendrás tu energía en equilibrio. Para salir de la meditación no necesitas grandes esfuerzos. Simplemente detén todo movimiento, respira profundamente tres veces y ya está. Realmente esperamos que poco a poco estés descubriendo y sanando distintos aspectos de tu vida a medida que vamos profundizando en los distintos chakras. Tiene influencia sobre el aparato digestivo cuando están los 10 pétalos activados. Además da dominio sobre el subconsciente e ilumina la mente. Da cordura, enciende iniciativas y talentos, y desarrolla en alto grado la prudencia. Su mal uso o desequilibrio da necesidad a consumir azúcar, celos, imposibilidad a decir 'no'

Cuarto Chakra - Chakra del Corazón - Color Verde Esmeralda

Cuarta Chackra:

Nombre: Anahata

Significado: Indemne; literalmente es un sonido que se obtiene sin necesidad de entrecocar dos objetos.

Elemento: Aire

Localización: En el centro del pecho, esternón, abre hacia delante.

Tema Principal: El amor, las relaciones.

Finalidades: Equilibrio en las relaciones con los demás y con uno mismo, compasión aceptación de si mismo, altruismo, entrega.

Correspondencia Corporal: Corazón, tórax, sistema circulatorio, piel, manos.

Glándula: Timo.

Hormona: Glóbulos-tColor: Verde - rosado.

Sentido: Tacto. Piedras: Esmeralda, cuarzo rosado, jade verde.

Fuerzas Positivas: Apertura, unión.

Afecciones - Deficiencias: Por defecto, soledad, baja autoestima, pecho hundido, respiración superficial, melancolía; Por exceso, situaciones de co-dependencia, apego excesivo. El justo equilibrio del cuarto chakra, equivale a nuestra armónica capacidad de amar, pero también de sentirnos amados.

Meditacion 4º Chakra

Corazon — Anahata

El Chakra del corazón controla la **propia aceptación**, que se extiende a la aceptación de todos a nuestro alrededor; este chakra es sobre el amor incondicional, la compasión y la afinidad entre nosotros mismos y los demás. El chakra del corazón se encuentra sobre el corazón, en el centro del cuerpo. Los colores asociados con el verde o rosa. En el cuerpo físico, este chakra se relaciona con el **corazón, los pulmones, el hígado, el sistema circulatorio, y la energía pránica, con una fuerte influencia sobre el nervio vago y el timo**. El chakra del corazón está asociado con el amor a nosotros mismos, la felicidad con quienes somos, la muestra de amor y cuidado por los demás, la validación de sentimientos, la autoestima y el desprendimiento. El mantra que corresponde a este chakra es "YAM".

Ishana Rudra Shiva es la divinidad que le corresponde. **Venus** es el planeta relacionado con este chakra; las piedras semipreciosas correspondientes son la **esmeralda, aventurina verde, cuarzo rosa, malaquita, jade verde y turmalina rosa. Leo y Libra** son sus signos astrológicos. El elemento asociado es el **aire**. El metal, la **plata**. El **rosa, palo de rosa, romero y escaramujo** son los aromas conectados con el chakra del corazón, y el **tacto** el sentido correspondiente. Esplénico: También llamado "**del bazo**" -por su analogía con el órgano homónimo- se ubica tres dedos por encima del ombligo, siempre alineado, siguiendo el shushunna, con el cardíaco. Su función es muy interesante; expresa las correspondencias entre el plano energético y los demás. Chakra Cardíaco ó Cuarto Chakra Este chakra es responsable de toda **compasión y amor sin egoísmo, de la trascendencia y el discernimiento**. Posee **12 pétalos**. Tiene relación directa con el rayo rosa. Cuando están todos los rayos activos estimula la **vitalidad y actividad en el cerebro, tonifica el sistema glandular y activa la secreción interna**. Otorga la sabiduría Divina, la estabilidad, la perseverancia, la paciencia y el equilibrio mental ante el sufrimiento o el placer. Se empieza a ser más objetivo. Su desequilibrio da sensación de vacío, el ser se vuelve prejuicioso.

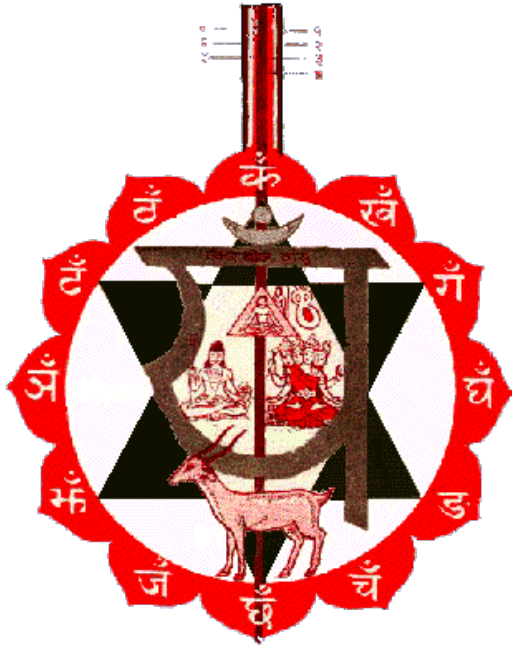
Decíamos líneas arriba que cuando, por ejemplo, se lesiona físicamente un punto cualquiera del organismo, a la visión áurica se manifiesta sobre él una mancha negra que denominábamos "**hiato**". Pero el hiato no aparece espontánea y directamente sobre la zona de la afección, sino que en realidad lo hace frente al chakra esplénico, y con movimientos giratorios va desplazándose en segundos por la periferia del aura hasta situarse sobre el punto de la lesión.

Esto se comprenderá mejor al saberse que **el aura no es estática sino que gira**, rotando alrededor del cuerpo de la persona. A la visión áurica, incluso, los colores del aura se distribuyen como bandas o grandes pinceladas de color, y esa estratificación de los colores (que son en realidad distintas densidades de energía) se debe a la diferencia de velocidad de rotación del aura cerca de los "polos" (cabeza y pies) respecto del "ecuador"

(cintura).

Esto es análogo a lo que ocurre al observar al planeta Júpiter, característico por sus franjas de colores paralelas entre sí. Ello se debe a que debido a que este planeta es fundamentalmente líquido y gaseoso, al girar sobre su eje los gases de su enrarecida atmósfera se dividen en capas según su composición, generando esa presentación particular.

Si a una persona le comunicamos una pésima noticia, inmediatamente el hiato se formará sobre el chakra esplénico, pero siguiendo el comportamiento giratorio del aura, terminará por ubicarse sobre el chakra cardíaco o el del entrecejo (según le afecte intelectual o emocionalmente). Además el chakra esplénico rige el funcionamiento del bazo, estómago, hígado, páncreas y riñones, y su mal funcionamiento se traduce en la dificultad de que los efectos positivos en un plano determinado -por ejemplo, los de una buena alimentación- se traduzcan inmediatamente al energético.



Anahata Chakra



Este Centro energético se sitúa directamente encima del **corazón y los pulmones**. La investigación clarividente y la teoría yóguica de los chakras asocian el chakra del corazón con cuestiones emocionales, expresiones y relaciones de amor. **Aprender a perdonar a otra persona** por los “actos erróneos” que ha cometido en contra de nosotros puede resultar más curativo para el corazón que cualquier fármaco o dieta. Pese a que las principales tradiciones espirituales nos enseñan a “poner la otra mejilla” y amar y perdonar, muy a menudo olvidamos este consejo, salvo los domingos o en fechas religiosas. Chakra Cardíaco: Si bien está ubicado en el lugar físico del corazón, por las razones que explicaremos enseguida es que se le denomina así, además de “plexo solar”. Anahata Anahata: es la chakra del corazón. Afecta a los pulmones, al corazón mismo, el pecho y a la sangre. Se asocia al **amor y a la simpatía**. Para fortalecerla, se debe meditar visualizando el color verde, en un bosque. Para abrir esta chakra, se debe contemplar una rosa abierta. Anahata o Chakra Corazón o Cardíaco se relaciona con **emoción, compasión, amor, equilibrio y bienestar**. Se relaciona con la glándula **timo**, que además de ser parte del sistema endocrino es parte del sistema inmunológico, responsable de defender el cuerpo ante agentes patógenos, es decir que causan enfermedades, y stress. Simbolizado por un loto de doce pétalos, de color verde. Está en la boca del estómago -alineado con los anteriores- y además de controlar los órganos de la parte superior del tórax y los miembros superiores, regula las emociones; por eso, cuando conocemos a alguna persona con quien tendremos en el futuro un encontronazo emocional, sentimos una opresión en ese punto. Por lo mismo, los antiguos decían que el corazón era el asiento de las emociones. Hoy, pensamos que, confundían un simple músculo bombeador de sangre con algo tan complejo que, de tener un espacio físico estricto, se correspondería más con el cerebro; sin embargo, nuestros

antepasados no se referían al corazón físico sino a su contraparte energética, el chakra cardíaco.

Quinto Chakra - Chakra de la garganta - Color Celeste Vishudda

Quinta Chackra

Nombre: Visuddha, también chakra del cuello, garganta o centro de comunicación. Significado: Purificación.

Elemento: Ejer, Sonido.

Localización: Garganta

Tema Principal: Comunicación

Finalidades: Expresarse, armonía con los demás, creatividad, buena comunicación, resonancia con uno mismo y con los demás

correspondencia Corporal:

Pulmón, bronquios, laringe, garganta, nuca, mandíbula.

Glándula: Tiroides y paratiroides.

Hormona: Tiroxina.

Color: Azul claro y transparente (este color propicia tranquilidad y amplitud y te abre la mente para la inspiración espiritual).

Sentido: Oído

Piedras: Acuamarín, turquesa.

Fuerzas Positivas: Comunicación.

Afecciones - deficiencias: Incapacidad para expresarse o para soltarse, creatividad bloqueada, irritación de garganta, tortícolis y agarrotamiento de hombros.

Vishudda: es la chakra que se encuentra en la zona de la **laringe**. Es el centro de la **comunicación**. En armonía, posibilita una **respiración fluida y una expresión segura**. El miedo puede hacer que se bloquee, afectando al habla. Se fortalece visualizando el color **azul claro del cielo**. Vishudda o Chakra **Garganta** o **Faríngeo** se relaciona con el **crecimiento**; siendo el crecimiento una forma de expresión. Este chakra se paralela con la **glándula tiroides**, una glándula en la garganta, que produce distintas hormonas, responsables del crecimiento y el desarrollo. Simbolizado por un loto con dieciséis pétalos, de color azul.

Meditación 5º Chakra

Garganta - Vishuddha

Localizado en la base de la garganta, este chakra controla la creatividad, **la expresión personal y la comunicación**.

El color asociado es el azul. En el cuerpo físico, corresponde a garganta, cuello, pulmones y tiroides.

El chakra de la Garganta representa la habilidad de expresarnos oral y creativamente, para que nuestras mentes hablen y utilizar el lenguaje, incluyendo palabras y gestos. El mantra para este chakra es " Ham ". Este chakra está asociado a la divinidad Panchavakra Shiva. Está relacionado con el planeta **Júpiter**, y con las piedras semipreciosas **azurita, turquesa, lapislázuli, ágata azul y aguamarina**. Los signos astrológicos asociados a este chakra son **Géminis, Tauro y Acuario**; el **éter** su elemento y el **oro** su metal. La **salvia, el eucalipto y el pino** son los aromas relacionados con el chakra de la Garganta; el sentido asociado es el **oído** Chakra Laríngeo ó Quinto Chakra

Está centrado alrededor de la garganta. Influye en la expresión y la comunicación, el oído y la telepatía. Tiene **16 pétalos**. Gobierna la tiroides, los aparatos bronquial y vocal, los pulmones, el canal alimenticio y el oído interno (la clarividencia). Este centro es responsable del rejuvenecimiento y la longevidad. A niveles puramente físicos, las dolencias de este centro incluyen el vértigo, **la anemia, alergias, fatiga y asma**. Existe confusión y el ser se desintoniza.

Chakra Laríngeo: Ubicado en el centro de la garganta, en línea recta con los dos anteriores, su función no es ni aferente ni eferente, sino de **regulador**; allí los dos canales del "shushunna" se estrangulan, regulando el flujo de los chakras superiores a los inferiores. Por esa razón, es el único chakra que **nunca puede estar completamente "cerrado"** (un chakra "cerrado" es aquél por el cuál no fluye energía alguna) ya que de ocurrir se interrumpe el circuito energético y, de hecho, **no puede existir vida sin fluir energía**. Por la misma razón, en artes marciales se conoce un toque (no un golpe) hecho con los dedos en ese punto que puede matar al individuo. Si se tratara de un golpe, cabría suponer la muerte por rotura del cuello o estrangulamiento traqueal; pero cierto sencillo toque -recordemos que las manos, como los pies, son las bocas de descarga natural de la **energía**, al igual que los ojos- inhibe su funcionamiento, perturbando radicalmente el comportamiento del bioplasma en todo el organismo. Se halla directamente encima de la tiroides y la laringe. Las cuestiones emocionales que afectan al chakra de la garganta están relacionadas con la forma en que elegimos ejercer nuestra voluntad personal. Existe una **"forma correcta de utilizar la voluntad" que sigue la regla de oro de "tratar a los demás como quisieras que los demás te trataran a ti"**.

Sexto Chakra - Chakra del Tercer ojo - Color Azul Índigo

Tercer Ojo ó Sexto Chakra

Sexta Chackra

Nombre: Ajna

Significado: Saber, percibir, disponer.

Elemento: Luz Localización: La sede teórica del chakra es la llamada cueva Brama, o centro del cráneo, situado a la altura horizontal del entrecejo. Llamada también tercer ojo o chakra frontal, queda situado entre los dos ojos corporales.

Tema Principal: Percepción visual, imaginación, intuición, clarividencia.

Finalidades: La aptitud para distinguir las pautas, la visión.

Correspondencia Corporal: Rostro, ojos, oídos, nariz, senos paranasales, cerebro, sistema nervioso central..

Glándula: Pituitaria, hipófisis. Centro de las actividades nerviosas. Es la primera célula que se forma en el momento de la concepción. Es la glándula más importante ya que controla a otras. Se aloja en la silla turca (parte superior a la nuca).

Hormona: La hormona del crecimiento, vasopresina, ayuda a regular el volumen de agua corporal y concentraciones de sodio y potasio.

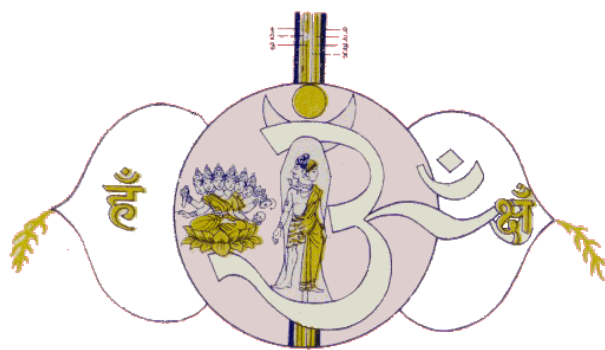
Color: Índigo, pero también, amarillo y violeta.

Sentido: los cinco sentidos.

Piedras: Lapislázuli. En el color profundamente azul del lapislázuli se insertan, al igual que las estrellas sobre un cielo nocturno, inclusiones doradas de pirita. Transmite al alma una vivencia de seguridad en el cosmos y la abre para la vida infinita en el universo. Al fomentar la intuición y la visión interior, permite reconocer el sentido oculto y las fuerzas que actúan detrás de las cosas; además, transmite una profunda alegría sobre los milagros de la vida y del universo. Fuerzas Positivas: Aptitud para distinguir lo que es bueno o está bien, de lo que no.

Afecciones - deficiencias: Jaquecas, pesadillas, alucinaciones, percepción visual débil, cataratas, sinusitis, bruxismo.

Se encuentra en el entrecejo. Tiene 2 divisiones compuestas, cada una en 48 pétalos, o sea, un total de 96. Este centro pertenece al mundo del espíritu en donde residen los superiores y permanentes principios del hombre. En el cuerpo físico, el tercer ojo gobierna la **glándula pituitaria, el cerebro izquierdo, el ojo izquierdo, las orejas, nariz y el sistema nervioso** en general. Cuando se activan todos los rayos, el individuo desarrolla la **templanza, despierta ideas de dignidad, grandeza, veneración y sentimientos delicados, produce la clarividencia positiva**. Su despertar otorga la evolución espiritual y el dominio del espíritu sobre la materia. Su desequilibrio hace que el ser sea ilógico, demasiado intelectual, distraído, olvido, miedo al futuro. Chakra del Entrecejo: Ubicado en el cruce de dos planos (uno que pasa por entre las cejas y otro de sien a sien) alineado directamente por debajo del coronario y por encima de la **"glándula pineal"**, también conocido como **"tercer ojo"**, su función es eferente: regula el funcionamiento de los órganos de la caja craneana, las funciones del intelecto y la percepción extra-sensorial.



Ajna Chakra

Donde se procesan cuestiones relacionadas principalmente con la mente. Es donde reside el intelecto, la visión interior y la clarividencia, así como el centro de energía que se encuentra relacionado en mayor medida con el poder de la mente.

Meditación 6º Chakra Tercer ojo - Ajna

Este Chakra es el centro de la **intuición, de la visión y percepción de la verdad**. Se localiza en el centro de la frente. El color asociado con el chakra del Tercer Ojo es el **púrpura**. Las partes del cuerpo físico que le corresponden son la **cabeza, la glándula pituitaria y el sistema nervioso**. Este chakra representa las **habilidades físicas, la conciencia de los guías, la voluntad, el hallazgo de nuestra propia trayectoria por la vida, la concentración y la habilidad para aprender, soñar, y sentimientos de aburrimiento o apatía**. El mantra para este chakra es "

OM " Ardhanarishvara es la divinidad correspondiente. El chakra del Tercer Ojo está asociado con el planeta **Saturno**; las piedras semipreciosas son la **amatista y la fluorita púrpura**. Los signos astrológicos asociados son **Sagitario, Acuario y Piscis**. Su elemento relacionado es el **Aire**, y el **oro y la plata** sus metales. Los aromas conectados con este chakra son **jazmín, menta, romero y limoncillo**. El éter es el sentido asociado al chakra del Tercer Ojo.

Ajna Agna: se relaciona con los oídos, nariz, ojos y tronco encefálico. Permite ver cosas no visibles en el mundo material. Determina además la intuición y el contacto con lo místico. Ajna o Chakra Tercer Ojo o Frontal se relaciona con la glándula pineal. Ajna es el chakra del **tiempo, la percepción y luz**. La glándula pineal es una glándula sensitiva, que produce la hormona melatonina, que regula los mecanismos del sueño. Simbolizado por un loto con dos pétalos, de color índigo.

Séptimo Chakra - Chakra Coronario - Color Púrpura

Sahasrara Saharara: es la chakra de la coronilla y representa con un loto de **mil pétalos**. Integra lo humano con lo trascendente y acerca al cielo y a la divinidad.

Meditación 7º Chakra



Coronilla - SahasraraShasrara Chakra

El Chakra de la Coronilla nos conecta con nuestro **Yo Superior y la energía del Universo**. La ubicación de este Chakra es justo por encima de la cabeza. El blanco es su color relacionado, y las partes del cuerpo físico asociadas son el **cerebro, los ojos y la glándula pineal**. El Chakra de la Coronilla representa las etapas espirituales del ser, la habilidad para recibir luz e imágenes, así como la imaginación. Su Mantra es " HAM ", y la divinidad correspondiente es Guru. La **Luna** está relacionada estrechamente con este Chakra; su piedra semipreciosa correspondiente es el **cuarzo claro**, y los signos astrológicos son **Capricornio, Pícis y Cáncer**. El **aire** es el elemento que le corresponde, y el **oro** su metal. Los aromas asociados con este Chakra son **lavanda, neroli, pachuli y romero**. El sentido correspondiente es el **éter**. Sahasrara o Chakra Corona o Coronario es el chakra del sentido, el chakra maestro que controla a los demás. Su rol sería parecido al de la glándula pituitaria, que segrega hormonas para controlar el resto del sistema endocrinológico, y que también se conecta con el sistema nervioso central a través del **hipotálamo**. Simbolizado por un loto con mil pétalos, de color blanco o violeta, se localiza en la cabeza, fuera del cuerpo. Su piedra es el **cuarzo transparente**. Chakra Coronario: Llamado así no

porque tenga algo que ver con el corazón, sino por estar situado en el tope de la cabeza (o "coronilla") su función es "aferente"; de absorción de radiaciones cósmicas que, en forma de partículas ementales, emiten vibraciones captadas por este chakra y que pasan a formar parte del campo bioplasmático (que se forma de éstas, más la polaridad yin-yang de los alimentos que consumimos, más el "prāna" que ingresa con la respiración, más las transmutaciones sutiles interiores -como la energía sexual que se transforma en psíquica mediante ciertos ejercicios- más las energías telúricas, positivas o negativas, que absorbe el último chakra) Chakra Coronario ó Séptimo Chakra Se encuentra en la cabeza en la parte superior. Es el loto de mil pétalos, en el que se manifiesta ampliamente la Divinidad. El hombre se hace uno con su Intimo. No entra en funcionamiento a menos que el individuo haya hecho un trabajo espiritual consciente. Es un chakra que vibra con altísima rapidez, hasta cubrir la parte superior de la cabeza pudiéndose ver en algunos casos un aura dorada. Cuando se activan todos los rayos, el individuo por primera vez entiende que la creación no tiene límites y que es uno con su potencialidad. En este punto se convence que posee el poder de la transmutación. La maestría a este nivel implicará la eventual trascendencia del propio Cuerpo Causal. Se ha asociado esotéricamente con cuestiones relacionadas con la **fe, la espiritualidad y la búsqueda de un significado** personal en el universo.

Es el centro de energía que nos conecta con la búsqueda de la esencia divina que existe en cada uno de nosotros y con la exploración personal de nuestra relación con Dios.

Septima Chakra

Nombre: Sahasrara

Significado: Multiplicado por mil.

Elemento: Pensamiento

Localización: La cima del cráneo, el cortex cerebral.

Tema Principal: Entendimiento

Finalidades: Expansión de la conciencia.

Correspondencia Corporal: Cerebro

Glándula: Glándula pineal (epífisis). Las influencias de la epífisis no se han esclarecido del todo científicamente. Con gran probabilidad influye en la totalidad del organismo. Cuando falla esta glándula se produce una madurez sexual prematura.

Hormona: Serotonina

Color: Violeta, también blanco y oro.

Piedras: Amatista, diamante.

Fuerzas Positivas: La fe, capacidad de creer, de confiar, seguridad en uno mismo, desarrollo intelectual.

Afecciones - deficiencias: Por

defecto: Depresiones, alineación, confusión, tedio, apatía, incapacidad para aprender o comprender; Por exceso, intelectualismo (excesivo), propensión a cavilaciones o extravagancias.

Octavo Chakra - Chakra Transpersonal

De acuerdo con las investigaciones clarividentes, el octavo chakra o chakra transpersonal se sitúa directamente encima de la cabeza y actúa como **vínculo entre el alma y el ego o personalidad consciente**. Además de estos siete chakras principales, a lo largo de los "nadis" se distribuyen

exactamente **365 chakras secundarios o "madras"** que, de hecho, son los famosos **"puntos de acupuntura"**. Obviamente, lo que en sánscrito llamamos "nadis" usted seguramente los conocerá mejor como "meridianos". Debe entenderse que, más allá del trabajo sobre un chakra específico que haga el practicante, debe asegurarse que todos se encuentren armónicos. Un **chakra armónico** es un centro de energía que no está hiperactivo (demasiado "abierto") o hipoactivo ("cerrado"), y existen dos maneras de trabajar sobre ellos: o bien chequeando cada chakra individualmente (el estudiante de Parapsicología comprenderá que para ello puede usar el péndulo radiestésico, un aurómetro o un par de "dualrods") o, partiendo del hecho que el problema emocional, intelectual o de salud que aqueje al individuo necesariamente estará aparejado a un chakra desarmonizado, simplemente entendiendo, según la naturaleza del problema y siguiendo las instrucciones de correspondencias entre cada chakra y los aspectos espirituales u orgánicos que hemos explicado hasta aquí, determinará así cuál es el vórtice problemático y podrá armonizarlo según las instrucciones que daré a continuación. También es importante comprender que la armonización, lo que hará será potenciar nuestros recursos para enfrentar las problemáticas, pero no resuelve por sí mágicamente el problema. Los componentes de la naturaleza energética del ser humano. La moderna Parapsicología se alimenta de la milenaria tradición médica china, en su afirmación de que el ser humano está formado por la interacción de tres naturalezas: un **plano físico** (obviamente, mi cuerpo) un **plano mental** (también obvio) y un **plano energético**, conformado por la suma de energías emitidas por nuestro organismo. A éste lo llamamos, precisamente, **campo bioenergético o bioplasmático**. La porción del campo bioplasmático que sobresale del cuerpo físico se denomina comúnmente, **"aura"** y se divide en tres capas: una primera exterior, hasta unos cinco centímetros de distancia del cuerpo y que sigue el contorno de éste -esta capa es la que fotografía la cámara **Kirlian**- una segunda exterior -el "aura" propiamente dicho- hasta esos cincuenta centímetros y de aspecto general ovoidal, y una tercera capa exterior, extremadamente sutil, y que se extiende hasta unos diez/quince metros, adoptando una forma esférica. De la interacción de esta última capa con las correspondientes a otros seres humanos surgen las afecciones por "contagios energéticos" estudiados por nuestra ciencia. Dentro del cuerpo humano, el campo energético también tiene una estructura particular: además de "espesarse" alrededor de cada órgano, músculo, arteria, vena o hueso, se distribuye en una red **de 48 canales secundarios o "nadis"** que como un sistema nervioso energético, se distribuyen por todo el organismo. Y son secundarios porque existe un canal principal, el shushunna, paralelo a la columna vertebral, dividido a su vez en dos canales menores; uno de energía ascendente, solar o positiva ("idT) y otro descendente, lunar o negativa ("pingalT): tal cual usted se observa a usted mismo, Idá se encuentra a la derecha y Pingalá a la izquierda. Este shushunna alcanza en siete puntos una increíble Intensidad energética: son los "vórtices" (no "vértices") llamados "chakras". Un chakra es como una válvula de control de cuyo comportamiento vibratorio depende determinada área de nuestro cuerpo, de nuestro intelecto o de nuestras emociones. Dicho de otra forma, cualquier perturbación sufrida en uno de aquellos tres primeros planos del ser repercutirá, por carácter transitivo, en los otros dos, y son precisamente los chakras los responsables de esta transferencia. Así si alguien, por ejemplo, me da un fuerte pisotón en un pie, habrá una lesión orgánica (lógico), una lesión psíquica (obvio también, a menos que sea un masoquista a quien le



encante que le anden pisando los juanetes) y, si se observa el pie con algún sistema de visión áurica (el “sistema Schieleren” por ejemplo) sobre el punto del pisotón aparecerá una mancha negra, “hiato”, y que indica una violenta pérdida energética del lugar. Pero el razonamiento también puede aplicarse a la inversa: si es tan estrecha la relación entre esos tres planos, cualquier potenciación u optimización de uno de ellos también repercutirá en los demás. Vale decir que energetizar al individuo, por carácter transitivo, le mejorará también en lo mental y lo corporal. Y será a través de los chakras que esa activación será posible. Como, según dijimos, cada chakra gobierna un determinado aspecto de nuestro cuerpo o nuestra vida emocional o intelectual, la **“activación”** (que así se llama al proceso de energetización) de uno determinado repercutirá en ese ámbito específico. Recordando que los mismos se encuentran perfectamente alineados en el shushunna, estas son sus ubicaciones y funciones: [La activación de los generadores](#) Para trabajar con estos siete vórtices de energía, se suele emplear la **cromoterapia o aplicación de los colores por vibración**. Luego de una práctica profunda de respiraciones rítmicas, se debe visualizar cada uno de los Chakras, empezando desde el primero hasta concluir con el centro coronario. Cada Chakra debe ser visualizado girando primero lentamente, y luego a velocidad acompañado del color o energía correspondiente. Podemos ayudarnos con otra persona al frente, y en el caso de hallarnos solos, visualizaremos en nuestra pantalla mental un espejo, donde veremos nuestra imagen reflejada y en ella identificaremos los siete chakras, envolviéndolos en los colores antes mencionados. El esplénico y el laringeo trabajan juntos y pertenecen a la creatividad. El Plexo Solar y el Tercer ojo están relacionados con la visión y la inteligencia. El cardíaco y el Coronario expresarán dimensiones cósmicas. Cada chakra expresará la misma función en una frecuencia más baja. Las enfermedades, están relacionadas también a la incapacidad de absorber, transmutar o integrar frecuencias energéticas. Cuando una energía entra en un chakra y se ve bloqueada, buscará expresarse mediante una disociación psicológica. En cambio cuando una energía ya está dentro de un chakra pero se expresa de manera negativa se manifiesta eventualmente a través de problemas físicos.


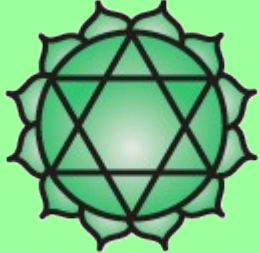


| | |
|------------|--|
| Físico | Dolores, lesiones, fracturas, metabolismo, sobrepeso, infecciones etc. |
| Mental | Hábitos dañinos, estrés, insomnio, metas concretas, etc. |
| Emocional | Problemas de amor, agresividad, infelicidad, tristeza, etc. |
| Espiritual | Armonía, paz y equilibrio, sentirse “Mas cerca de Dios” etc. |

Chakras Interdimensionales

Existen cinco centros de energía fuera del cuerpo que están localizados en otras dimensiones del ser. Aunque existen en el presente son invisibles e inaccesibles a nuestros sentidos. Estos chakras aparecen en pares. El primero estaría localizado a más o menos 30 cm. sobre la cabeza y 30 cm bajo los pies; el segundo alrededor de 90 cm en ambas direcciones y el tercer par a un metro. El cuarto y quinto par sobrepasaría nuestros conceptos tridimensionales y se extenderían hacia el infinito arriba y abajo. Cuando aumentamos nuestra vibración podemos percibirlos, sentirlos y ser

participes de ellos. Hay también un octavo, noveno, décimo, onceavo y doceavo chakra que operan con o sin nuestra participación consciente. Todos están ubicados por encima y por debajo del cuerpo. Cada chakra es un vórtice de energía en miniatura, girando en el sentido contrario de las agujas del reloj. Cada chakra tiene dos extremos conectados, uno para la parte frontal del cuerpo y otro para la espalda. Dependiendo de la salud de la persona y su evolución, la fuerza con la que “brillan”, su apertura y la velocidad de su giro serán de diferentes maneras. Cuanto más evolucionada esté la persona, más abiertos estarán sus chakras y más armoniosos serán su giro y brillo. A medida que se crece se van abriendo de abajo a arriba. Cuando hay momentos de fuerte intensidad emocional, el chakra relacionado con la situación aumenta su actividad respondiendo con sensaciones de hormigueo, zumbido, a veces incluso dolor. Podría decirse que son vórtices de energía localizados en el cuerpo asociados a funciones tanto biológicas como mentales y emocionales, que nos permiten interactuar con la energía del entorno y la energía emocional tanto de los otros como con la nuestra propia. Los colores con los que se representan los chakras estén ordenados de la misma manera que los que abarca la percepción humana. Cabría preguntarse si la correspondencia entre la energía electromagnética que percibimos como colores, y los diferentes chakras, podría implicar una relación entre las diferentes energías representadas por ellos y sus efectos sobre el cuerpo humano. El chakra muladhara representado con el color rojo, está asociado a los mismos conceptos con los que se asocia el color en áreas tan dispares como la decoración de interiores y el esoterismo. Podría postularse una asociación intuitiva entre los efectos de la energía que desprende ese color y cómo la procesa nuestro cuerpo, con base en un centro de energía que responde a ella a nivel muy sutil. Características de cada chakra . Las propiedades asociadas usualmente a cada chakra incluyen:

| Chakra | Color | Funciones | Elemento Asociado | Dios y Mantra | Símbolo |
|--|---|---|-------------------|------------------------------------|---|
| Coronilla (sobre cabeza) Sahasrara | Blanco o violeta; la puede adquirir el color del chakra dominante | o trascendencia, conexión con la divinidad | El espacio | Paramashi va OM |  |
| Tercer Ajna | ojo indigo añil | o intuición, percepción extrasensoria | La luz | Sambhu KSHAM |  |

| | | | | | |
|------------------------------------|----------|--|-----------|---|---|
| <u>Garganta</u> Vishuddha | azul | el habla, auto- expresión y crecimiento | El éter | <u>Sadashiva</u> HAM |  |
| <u>Corazón/Pulmón</u> Anahata | verde | devoción, amor, compasión, sanación | El aire | Isha YAM |  |
| <u>Plexo solar</u> Manipura | amarillo | mente, poder, control, libertad propia | El fuego | Rudra RAM |  |
| <u>Sacro</u> (Hara) Svadhithana | naranja | emoción, energía sexual, creatividad | El agua | Vishnu VAM |  |
| <u>Raíz</u> Muladhara | rojo | instinto, supervivencia, seguridad | La tierra | <u>Brahmā</u> y <u>Ganesh</u> LAM |  |

Chakras en Series de televisión

En la serie animada Avatar: La leyenda de Aang los chakras son la clave para poder controlar el Estado Avatar. En el anime Saint Seiya, los chakras son la clave del poder del General Krishna de Crisaor. En el anime Naruto el chakra es la **energía** que fluye en todos los seres humanos a través de 361 puntos conectados entre sí, y lo que le permite a los ninjas hacer sus técnicas. En el anime Satoru, el chakra es la fuente de energía que existe para los ninjas. Generalmente solo los 7 legendarios demonios pueden liberarlo fácilmente y cada uno está relacionado con los 7 chakras. En la serie de anime Earth Girl Arjuna, se muestran los chakras de los personajes y los cambios que tienen lugar en ellos en muchas situaciones. Se tratan con seriedad y además que ofrecen

una buena descripción del flujo de las energías según el estado emocional, las intenciones, el estado de salud, la interacción con el entorno, y el desarrollo de la persona. Pingala Canal derecho, conectado con la parte izquierda del cerebro. Ida Canal izquierdo, conectado a la parte derecha del cerebro. Sushumna Nadi central, conectado a la columna vertebral y al sistema nervioso central. Ida Y Pingala se entrecruzan con Sushumna en los siete puntos de los chakras, creando una especie de espiral por donde circula el prana o energía vital a través de todo el cuerpo. En la tradición hindú se los reconoce y representa como flores de loto que se diferencian por sus diversos colores y un número determinado de pétalos. Para tener una idea de su forma podríamos imaginarnos una flor que abre sus pétalos por encima del cuerpo y cuyo tallo nace en la columna. Así, la flor estaría por encima del cuerpo físico pero conectada a él. La columna vertebral sería el tronco de donde se abren los siete chakras a una distancia determinada. Cada chakra toma un color de la luz del campo aurico, aspirándolo en forma de espiral y llevándolo directamente a nuestro organismo. De esta forma, nuestro cuerpo es irradiado por una luz de color que fluye desde el aura. El color de los chakras progresa en el sentido de la escala de colores del espectro solar. Es decir que comenzando desde la base, el chakra raíz posee el color rojo y va variando, a medida que asciende, a las tonalidades naranjas, amarillas, verdes y azules hasta culminar en un color blanco que se transforma en luz, en claridad. Cuanto más elevado es el chakra. Más tiende hacia la zona de luz de ondas cortas. El aspecto de los chakras dependerá de la evolución personal: será poco luminoso en las personas mundanas y muy brillantes en aquellos que hayan elegido hacer hincapié en la esfera espiritual. Los símbolos de los chakras
Los chakras están representados por **yantras o imágenes simbólicas que poseen el color**, correspondiente a cada uno.

7 Chakra corona: color violeta, blanco o dorado

6 Chakra tercer ojo: color azul oscuro

5 Chakra garganta: color turquesa

4 Chakra corazón: color verde

3 Chakra plexo solar: color amarillo

2 Chakra sacro: color anaranjado

1 Chakra raíz: color rojo

Funciones energéticas de los Chakras . laves y técnicas para abrir los Chakras . Funciones principales de los chakras:

Revitalizar cada cuerpo aural o energético y con ello el cuerpo físico; provocar el desarrollo de distintos aspectos de la **autoconciencia**, pues cada chakra está relacionado con una función psicológica específica; y transmitir energía entre los niveles aurales ya que cada capa progresiva existe en octavas de frecuencia siempre crecientes. Cuando el funcionamiento de los chakras es normal, cada uno de ellos estará abierto, girando en el sentido de las manecillas del reloj para metabolizar las energías particulares que necesita del campo de energía universal (energía

que también se ha llamado **chi, prana u orgón**). Cuando el chakra gira en sentido contrario a las agujas del reloj, la corriente fluye del centro hacia fuera, con lo que interfiere el metabolismo. Por tanto, se dice que el chakra está cerrado o bloqueado a las energías que llegan. La mayoría de las personas tienen tres o cuatro chakras que giran en sentido contrario en un momento determinado. Como los chakras no sólo son **metabolizadores de la energía**, sino que también la detectan, sirven para proporcionarnos información sobre el mundo que nos rodea. Si bloqueamos algún chakra, no dejamos que entre la información. Por tanto, cuando nuestros chakras fluyen en sentido contrario a las agujas del reloj, hacemos salir nuestra energía enviándola al mundo, detectamos la energía que hemos enviado y decimos que eso es el mundo. Es lo que **en psicología se llama proyección**. La realidad imaginaria que proyectamos al mundo guarda relación con la "imagen" que nos hemos formado de aquél a través de nuestras experiencias infantiles, a través de la mente del niño que fuimos. Dado que cada chakra está relacionado con una función psicológica específica, lo que proyectamos a través de cada uno de ellos estará dentro del área de funcionamiento de dicho chakra y será algo muy personal, ya que la experiencia vital de cada persona es única.

LIMPIEZA DE LOS SIETE CHAKRAS

Somos una configuración multidimensional de una sola y única sustancia o **energía**, en realidad tenemos siete niveles dimensionales o cuerpo, estos son: el cuerpo divinal, el cuerpo búdico, el cuerpo cósmico, el cuerpo mental, el cuerpo emocional, el cuerpo entérico y el cuerpo físico. Cada uno de estos niveles tiene una densidad o frecuencia diferente. El cuerpo divinal es el más sutil de todos, su energía a medida que va descendiendo hacia el último nivel o cuerpo físico, va cambiando de frecuencia, es decir se va "frenando". Cada cuerpo toma la energía de vida o bioenergía y la densifica un poco. En cada uno de ellos hay "órganos" particulares y también conductos específicos a través de los cuales se van comunicando con el siguiente cuerpo. Cuando, por ejemplo, la bioenergía o espíritu llega al cuerpo mental se transforma en eso que llamamos ideas o pensamientos. Esos pensamientos, al descender al nivel próximo siguiente, el cuerpo emocional, se transforman en sentimientos y emociones y esas emociones, al penetrar el cuerpo físico, ya totalmente condensadas, se transforman en hormonas. La energía única, como vemos, va siendo transformada y al hacerlo va manifestándose en variados aspectos. En cada uno de estos cuerpos existe un tipo de órganos llamados chakras, que actúan como transformadores de la energía sutil con la finalidad de adecuar su frecuencia vibratoria a la del cuerpo inmediato inferior. Los chakras "frenan" la energía y la adecúan de esta forma a la frecuencia más baja del cuerpo siguiente. Es como si gradualmente la fueran despojando de su luz para entregarla totalmente congelada a las células físicas en forma de fluido hormonal. Cada cuerpo a nivel tiene su sistema particular de chakras.

MEDITACIONES CHAKRAS- MEDITACION PRIMER CHAKRA

Ejercicio para la apertura de chakras, empieza a desearlo. Atráelo hacia ti diciendo: «Es mi intención experimentar una vida armoniosa. Es mi intención experimentar la salud y la energía que me conducirán hacia aventuras creativas. Es mi intención estar bien provisto, que el abrigo, el alimento y todo lo que necesito para experimentar la vida me sea dado en abundancia, y que yo pase esta abundancia a otros y la comparta con ellos». Desde nuestro punto de vista todos vosotros tenéis conocimiento y lo único que

tenéis que hacer es **activar la memoria almacenada en vuestro ser**.. No nos han enseñado a pensar así. Dedicad dos o tres momentos del día, una pequeña porción de tu tiempo, a definir lo que deseas. Abre cada día los centros de energía de tu cuerpo llamando a la frecuencia de la **Luz**. Nosotros lo denominamos pilar de luz. Visualiza un rayo de luz entrando en tus doce centros de chakra, siete dentro de cuerpo y cinco fuera de él. Estos chakras son centros de información o vórtices que, una vez activados, comienzan a girar. Al girar, crean un movimiento dentro de tu cuerpo que activa los filamentos con codificación de luz para que trabajen juntos, se reagrupen y formen las doce hélices de la evolución. Es muy importante que todos aquellos que deseen estar completamente equilibrados con su ser físico empiecen a practicar con regularidad algún tipo de ejercicio de respiración profunda. Se trata de un programa en el cual la respiración es muy importante y en el que se practica la **oxigenación**. Otra actividad que recomendamos a aquellos que deseen entrar en una amplia aceleración es la de girar. Muévete de izquierda a derecha, girando con la vista fija en tu dedo pulgar, contando y girando. Te recomendamos que gires treinta y tres veces al menos una vez al día. Puedes realizar los giros muy lentamente. Si eres capaz de girar treinta y tres veces, tres veces al día, de manera que habrás girado noventa y nueve veces, bueno, ya veremos cuánto tiempo permaneces en el planeta, o al menos en esta dimensión. Cuando termines de girar, no importa cuántas veces lo hayas hecho, une las palmas de las manos al nivel del pecho. Presiona una contra la otra manteniendo los ojos abiertos y balancéate con los pies la distancia de los hombros para sentirte anclado y, al mismo tiempo, sentir la rotación. Esto acelera enormemente la rotación de los sistemas de chakras dentro de tu cuerpo, lo cual acelera también la velocidad en que interpretas y recibes la información.

Por lo tanto, los métodos a utilizar son la **intención, la respiración, el pilar de luz y el girar**. Añadiremos una posdata: como sois seres electrónicos que están alterando su frecuencia a una gran velocidad, nos gustaría recomendaros que bebáis grandes cantidades de agua fresca, pura o mineral. El agua actúa como conducto o conductor. Mantiene tu sistema abierto y fluyendo. Hay muchas otras cosas que puedes hacer. Aprende a tener experiencias de estados alterados de consciencia sin sentir que pierdes el control. Cultívalos y entra en ellos para recoger información, cambiar probabilidades, entrar en el pasillo del tiempo y alterar tu propia vida. Luego sal de ellos usando total y completamente tu voluntad con respecto a tu forma de utilizar los estados alterados. Cuando aprendas a hacerlo, la aceleración será absolutamente fenomenal. Existen muchas consciencias en el planeta con ese tipo de habilidad, la red entera que organiza y dirige la consciencia humana se altera a sí misma. Cada vez entra más **energía** en el planeta porque hay quienes son capaces de acomodarla. Todo el mundo puede aprender a acomodar y a honrar esta energía, porque hay que albergarla. Si no tenéis los pies en la tierra, la información no tiene modo de llegar a vuestra realidad y ser utilizada. podría sobrecargar vuestro sistema y entonces no seríais capaces de interpretar lo que os llega y permanecer tranquilos. Tenéis que equilibrar muchos mundos a la vez.

[Meditación de los Chakras](#)

El siguiente ejercicio está diseñado para alinear la energía de cada uno de nuestros Chakras. Al hacer alguna respiración imagina que estás inhalando amor, claridad, sabiduría, ánimo, etc. Cuenta hasta 4 mientras sostienes la respiración al mismo tiempo que sientes como se va llenando tu ser de esta

energía. En esta meditación utilizaremos como base los colores, así que al respirar, inhala el color que corresponda.

Limpiando la energía: Busca un lugar cómodo, tranquilo y haz algunas respiraciones profundas para relajarte. Mantén tus ojos cerrados... Con cada inhalación de energía visualiza una luz blanca entrando en tu cuerpo a través de la cima de tu cabeza...

Sigue esta luz hasta llegar hasta la base de tu columna... Siente como esa energía se acumula en ese lugar mientras aguantas la respiración... Con cada exhalación, visualiza la energía viajando de vuelta por la columna... A medida que pasa a través de cada Chakra, visualiza la energía haciéndose más oscura ya que está limpiando las impurezas... Observa cómo sale por tu cabeza... se ha transformado en turbia y oscura... Repite este proceso varias veces, y con cada intento, ve cómo tu energía va cambiando, a una emanación más clara y limpia desde el Chakra de la coronilla.

Primer Chakra:

Dirige la luz blanca hacia la base de tu columna vertebral... Sostén esta luz en el Primer Chakra y visualízalo volviéndose de un color rojo profundo... Aguanta la respiración y concéntrate en la naturaleza física de los sentidos... Siéntete apasionado, fuerte y llenode energía motivadora... A medida que exhales, emana el color rojo y siente su fortaleza... Has esto durante algunos ciclos hasta que entres en el sentimiento del Primer Chakra.

Segundo Chakra:

De nuevo respira el rayo de luz blanca hasta la base de la columna vertebral... Sigue la energía que sube hasta el siguiente Chakra, localizado justo encima del pubis... Visualiza la energía volviéndose de un color anaranjado profundo... Mientras te bañas en este color, permítete tener la sensación de vitalidad y vigor... Reconóctete como alguien magnético y también reconoce que puedes atraer todo lo que necesitas... Siente como se despierta tu sexualidad a medida que tus cinco sentidos se sienten vivos y cuando exhales, envía esta energía magnética al mundo exterior.

Tercer Chakra:

Lleva la luz blanca hasta la base de tu columna vertebral... Lleva esa luz hasta el tercer Chakra, que está ubicado arriba de tu ombligo (plexo solar)... Visualiza el color cambiando a un amarillo brillante... Obsérvate como una persona dotada con la capacidad de hacer elecciones independientes sobre la expresión de tu voluntad... Siente la claridad de tu poder personal... siéntela arraigada en los valores y convicciones en los que tu crees... Nota como entras en una sensación de total independencia y entrega esa claridad al mundo a través de la respiración.

Cuarto Chakra:

Una vez más lleva la luz blanca hasta la raíz de tu columna... déjala subir hasta el corazón y visualiza un color verde bosque emanando desde el corazón... A medida que es rodeado con ese rayo refrescante, date cuenta que una persona totalmente amorosa... Siente la abundancia de vida y reconoce que hay suficiente de todo y para todos... Despierta tu generosidad y comparte tu corazón en el mundo... Nota que puedes tomar decisiones

desde tu corazón... las cuales complacerán tus necesidades personales y espirituales.

Quinto Chakra:

Regresa la luz blanca a la base de tu columna... y deja que se eleve hasta la garganta... sumergiéndose en un azul cielo... Deja que tus pensamientos sean tan ilimitados como el cielo... permite que tu imaginación lleve su visión hacia extensiones interminables de conciencia... Despierta tu habilidad para ver el mundo de una manera creativa y tu capacidad de expresar tu verdadero ser... Despierta tu ser auténtico, liberado del condicionamiento cultural.

Sexto Chakra :

Lleva la luz blanca a la base de tu columna... deja que se eleve a través de cada uno de los Chakras hasta el Tercer ojo en el entrecejo... Deja que la luz se transforme a un color índigo - violeta a medida que te concentres en el espacio que hay entre tus ojos... Siente la sabiduría de aceptar la vida como es... Esto conduce a una sensación de unidad con toda la vida... Desde este punto de vista puedes ver tu vida simultáneamente de una manera mundana y espiritual... Los juicios se acaban, porque tu simplemente te vuelves un testigo de tu vida... Estás entrando en la bienaventuranza porque te sientes alineado con el más grande flujo de la vida... Se conciente de los discernimientos penetrantes que provienen de tu intuición.

Séptimo Chakra :

Lleva por última vez la luz blanca a la raíz de tu columna vertebral... deja que se dirija al Chakra de la coronilla y deja que salga... Dibuja un resplandor violeta rodeándolo y a medida que sostienes la respiración, llénate de esa luz... Date cuenta que no estás solo, como un ser separado... eres uno con el todo... Experimenta la sensación de la protección espiritual a medida que te alineas con lo divino... Exhala y envía la energía de tu ser hacia Dios y hacia el mundo que te rodea. Con tus ojos todavía cerrados, empieza a sentir que estás sentado en la habitación de nuevo, vuélvete conciente de los sentidos y olores circundantes...

Manteniendo tu respiración regular, abre los ojos y experimenta tu conciencia ahora.

Los metales relación con los planetas:

Oro- sol

Plata - luna

Mercurio - mercurio

Hierro - Marte

Estaño - Júpiter

Plomo - saturno

Cobre - Venus.

Notas correspondientes a los chakras y sus elementos.

Chackra base Muladara - 1º Chackra le corresponde la nota Fa- F- Mantra LAM - Tierra.

Chackra Swadistana- 2º chackra le corresponde la nota Do- C- Mantra- VAM - Agua.

Chackra Manipura- 3º chackra le corresponde la nota Sol - G- Mantra RAM Fuego

Chackra Anahata - 4º chackra le corresponde la nota Re- D- Mantra YAM - Aire

Chackra Vishuda- 5º chackra le corresponde la nota La- A- Mantra HAM - Éter.

Chackra Ajña - 6º chackra le corresponde la nota Mi- E- Mantra OM - Éter.

Chackra Sahasara- 7º chackra le corresponde la nota Si- B- Mantra silencio.- Éter.

La relación de los chakras con las notas musicales en este caso están basadas en la filosofía oriental, no en la americana. La americana va desde 1º chakra con Do así sucesivamente, donde no están relacionada con la vibración de cada chakra, no vamos como la escala musical Do,Re,Mi,Fa,Sol,La,Si. La filosofía oriental ha correspondido las notas con cada chakra fundamentándose en la vibración de cada chakra y cada nota musical

Cosmología

lokas (3 mundos & 14 planos): Estas son las divisiones clásicas de conciencia, tradicionalmente 14 en número, como se listan. Una división más simple muestra en la primer columna los tres lokas: causal, sutil y grosero. Los 14 planos corresponden directamente a los chakras, centros de fuerza psíquicos dentro de los cuerpos internos del alma, también listados en la segunda columna. Los 14 chakras son dentro del ser humano los "portales de entrada" a cada uno de los 14 planos.

Kala (5 esferas): El centro de la tabla lista las cinco kalas -- vastas divisiones de conciencia o "dimensiones" de la mente. Nótese que los cinco estados de la mente - superconsciente, sub-superconsciente, consciente, subconsciente y sub-subconsciente - son también listados en esta columna.

Tattva (36 evoluciones): Los 36 tattvas, listados a la derecha de los kalas, son los "componentes básicos" del universo, sucesivamente evoluciones de conciencia más groseras. Estas se hallan en tres grupos, tal como se muestra.

kosha & sharira (3 cuerpos & 5 capas): Las capas o cuerpos del alma son dadas en las dos columnas de la derecha. Nótese la correlación de éstas con los mundos, leyendo a través de la tabla hacia la izquierda en las dos columnas denominadas "tres mundos" y "14 planos".

Tabla de Veintiun Chakras

Los Chakras son plexos nerviosos o centros de fuerza y conciencia localizados dentro de los cuerpos internos de la persona. En el cuerpo físico existen los correspondientes plexos nerviosos, ganglios y glándulas. Los siete chakras principales se pueden ver psíquicamente como coloreadas ruedas de muchos pétalos o lotos situados a lo largo de la médula espinal. Los siete chakras bajos, apenas visibles, existen por debajo de la médula espinal. Los Siete Chakras Superiores: Los chakras más sutiles yacen arriba y dentro del chakra coronario al tope de la cabeza. La literatura Budista cita treinta y dos chakras superiores. La tradición Agámica Hindú delinea siete niveles de dimensiones enrarecidas de paranada, el primer tattva y el estrato más elevado de sonido. Estos son: vyapini, vyomanga, ananta, anatha, anasrita, smana y unmana. Los chakras elevados han sido experimentados por muy pocos, como conglomerados de nadis, corrientes espirituales nerviosas, que son estimuladas y desarrolladas por muchas experiencias samadhi, despaño descienden hacia los cuerpos mental y astral, efectuando una transformación permanente del ser completo.

7 Sahasrara Iluminación, Divinidad. La cima de la montaña espiritual, pináculo de luz, energía y conciencia. Aham Brahmasmi, "Yo soy Eso", es revelado. Aquí aquellos liberados permanecen en comunión con el Ser. Significado: "de mil pétalos". Localización: el tope del craneo. Deidad: Siva. Sakti: Nirvanasakti. Color: Dorado. Pétalos: 1008. Plexo: pituitario. Plano: Satyaloka.

6. Ajna Visión Divina. Clarividentes y sensitivos residen en los pétalos de color pastel de este dominio refinado, con acceso a muchos niveles de superconciencia en mundos internos de luz. Significado: "comando". Localización: entre las cejas. Deidad: Ardhanarisvara. Sakti: Hakini. Color: lavanda. Vehículo: cisne. Pétalos: dos. Plexo: cavernoso. Plano: Tapoloka..

5. Vishuddha Amor Divino. Aquí emana amor ilimitado, una visión de todas las almas como hermanos y hermanas y todas las cosas como sagradas. Almas desinteresadas, artistas excepcionales y poetas místicos residen aquí. Significado: "pureza". Localización: garganta. Deidad: Sadasiva. Sakti: Sakini. Color: azul-púrpura ahumado. Vehículo: pavo real. Pétalos: dieciséis. Plexo: faríngeo. Elemento: éter. Plano: Janaloka.

4. Anahata Conocimiento directo. Aquellos que alcanzan este dominio, con su muy delicada, penetrante percepción en muchos campos de actividad y conocimiento, son los guías de la humanidad, consejeros, mentores y resolutores de problemas. Significado: "inmaculado". Localización: corazón. Deidad: Isvara. Sakti: Kakini. Color: verde ahumado. Vehículo: ciervo. Pétalos: doce. Plexo: cardíaco. Elemento: aire. Plano: Maharloka.

3. Manipura Fuerza de Voluntad. Este es el centro de la fuerza de voluntad. Hombres y mujeres consumados se desempeñan a altos niveles mentalmente y físicamente cuando viven en este centro de energía, disciplina y resistencia. Significado: "Ciudad enjoyada". Localización: plexo solar. Deidad: Maharudra Siva. Sakti: Lakini. Color: amarillo ámbar. Vehículo: carnero. Pétalos: diez. Plexo: epigástrico o solar. Elemento: fuego. Plano: Maharloka-Svarloka.



7 Sahasrara

6 Ajna

5 Vishuddha

4 Anahatha

3 Manipura

2 Svadhishtana

1 Muladhara

-1 Atala

-2 Vitala

-3 Sutala

-4 Talatala

-5 Rasatala

-6 Mahatala

-7 Patala

2. Svadhishtana Razón. Hogar del intelecto. La gente educada trabaja a través de este centro de lógica y análisis. Las grandes mentes lo dominan. Es la morada del pandita y el refugio del pragmático. Significado: "el lugar de uno". Localización: abdomen bajo. Deidad: Vishnu. Sakti: Sakini. Color: naranja rojizo. Vehículo: cocodrilo. Pétalos: seis. Plexo: prostático. Elemento: agua. Plano: Bhularloka.

1. Muladhara Memoria-tiempo-espacio. El domicilio de la memoria, el cimiento de todo conocimiento humano, este centro es también el asiento de nuestros instintos básicos de supervivencia, sexualidad y otros. Significado: "cimiento". Localización: base de la médula espinal. Deidad: Ganesa y Brahma. Sakti: Dakini. Color: rojo. Vehículo: elefante. Pétalos: cuatro. Plexo: sacro o pélvico. Elemento: Tierra. Plano: Bhuloka. Siete Chakras por debajo de Muladhara

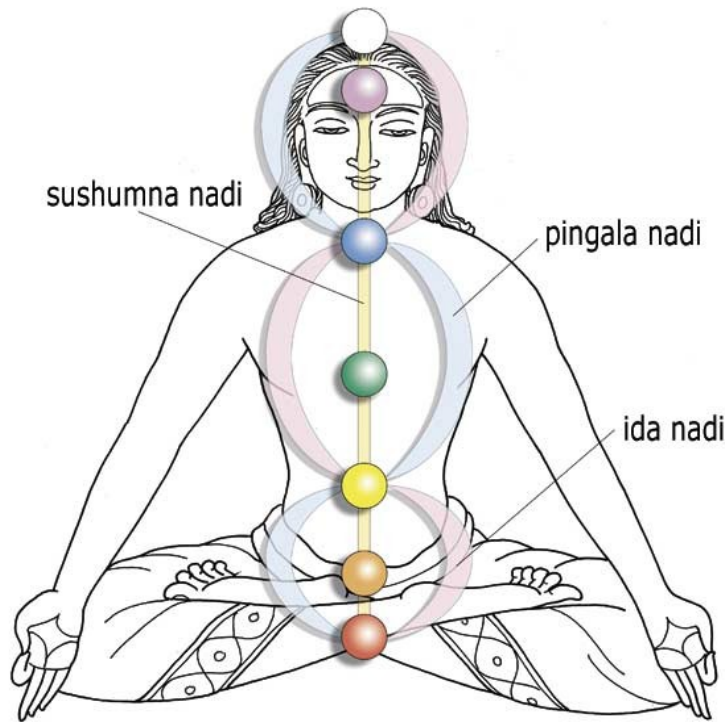
1. Atala Miedo y lujuria. Cuando la toma de conciencia cae por debajo del muladhara en miedo, indecisión bloquea la ambición y un estilo de vida licencioso opaca la capa pránica. Significado: “sin fondo”. Plano: Put.
2. Vitala Enojo furioso. Rayas negras-rojas oscuras adornan el aura cuando la toma de conciencia entra en esta caldera de fuego instintivo y entonces hace daño a otros. Significado: “región de los perdidos”. Plano: Avichi.
3. Sutala Celos vengativos. Querer lo que otros poseen y preocupación por lo que uno no es atormenta la mente, infundiendo rencor. Significado: “la gran región baja”. Plano: Samhata.
4. Talatala Confusión prolongada. Las perversiones reemplazan los goces naturales. Karmas negativos se componen y endurecen el flujo de la toma de conciencia. La razón se pervierte. Significado: “por debajo del último nivel”. Plano: Tamisra.
5. Rasatala Egoísmo. Un velo encarcelante de “mi” y “mío” ciega el instinto natural de preocuparse por los demás. Toda acción es para ganancia personal. Significado: “región baja de humedad”. Plano: Rijisha.
6. Mahatala Falta de conciencia. Predomina una ceguera a impulsos elevados. Culpa, remordimiento, incluso temor son extraños. La vida es criminalidad. Significado: “la más grande región baja”. Plano: Kudmala.
7. Patala Malicia y asesinato. Un virtual infierno de odio, hacer daño, matar por matar sin remordimiento. La razón raramente alcanza esta región. Significado: “la región baja de la maldad”. Plano: Kakola.

Ida, Pingala y Sushumna

Ilustrados aquí se hallan los tres principales nadis: ida, pingala y sushumna, corrientes psíquicas nerviosas a través de las cuales fluye el prana desde la fuente central, Shiva. Ida y pingala entrelazan la médula espinal (mostrada aquí por fuera de sushumna para ilustración). Ellas comienzan en el chakra muladhara, se cruzan de nuevo en los chakras manipura y vishuddha y se encuentran en el sahasrara. El nadi ida es de color rosado y de naturaleza femenina, es el canal de la energía física-emocional. Fluye hacia abajo, terminando en el lado izquierdo del cuerpo. El nadi pingala, de color azul y de naturaleza masculina, es el canal de la energía intelectual-mental. Fluye hacia arriba, terminando en el lado derecho del cuerpo. Sushumna, la mayor corriente nerviosa, de color amarillo pálido, pasa por la médula espinal desde el chakra muladhara en la base hasta el sahasrara en la corona de la cabeza. Es el canal del kundalini. A través de yoga, el kundalini energía que yace adormecida en el muladhara es despertada y hecha elevar por este canal a través de cada chakra hasta el chakra sahasrara.

Sushumna
 Ida
 Pingala
 Gandhari
 Hastajihva
 Kuhu

Saraswati
 Pusha
 Sankini
 Payaswini
 Varuni
 Alambusha
 Vishovodhra
 Yasasvini



Los 36 Tattvas: Categorías de Existencia

Atattva: Parasiva (Sivalinga, Realidad Absoluta), más allá de todas las categorías

5 SUDDHA TATTVAS Energía Actínica o Espiritual Pura

- 1)
- 2 *Siva tattva*: Parasakti-Nada (Satchidananda, pura conciencia)
- 3) *Sakti tattva*: Paramesvara-Bindu (Nataraja, Personal God), energía, amor
- 4) *Sadāsiva tattva*: el poder de revelación (Sadasiva)
- 5) *Isvara tattva*: el poder de ocultación (Mahesvara)
- 6) *Suddhavidyā tattva*: *dharma*, conocimiento puro, los poderes de disolución (Rudra), preservación (Vishnu) y creación (Brahma)
- 7)

| 7 | SUDDHASDDHA | | TATTVAS |
|--|--|-----------------------------|----------------|
| Energía Actinódica o Espiritual-Magnética | | | |
| 6) | <i>mâyã</i> | <i>tattva:</i> energía | mirífica |
| 7) | <i>kāla</i> | <i>tattva:</i> tiempo | tiempo |
| 8) | <i>niyati</i> | <i>tattva:</i> <i>karma</i> | <i>karma</i> |
| 9) | <i>kalã</i> | <i>tattva:</i> creatividad, | aptitud |
| 10) | <i>vidyã</i> | <i>tattva:</i> conocimiento | conocimiento |
| 11) | <i>rãga</i> | <i>tattva:</i> apego, | deseo |
| 12) | <i>purusha tattva:</i> el alma envuelta por los cinco <i>tattvas</i> previos | | |

| 24 | ASUDDHA | | TATTVAS |
|--|---|----|--------------------------------|
| Energía Odica o Grosera-Magnética | | | |
| 13 | | | |
|) | | | |
| 14 | | | |
|) | | | |
| 15 | | | |
|) | | | |
| 16 | <i>prakriti tattva:</i> naturaleza primordial | 27 | |
|) | <i>buddhi tattva:</i> intelecto |) | |
| 17 | <i>ahamkãra tattva:</i> ego externo | 28 | |
|) | <i>manas tattva:</i> mente instintiva |) | |
| 18 | <i>srotra tattva:</i> oído (orejas) | 29 | <i>sãbdha tattva:</i> sonido |
|) | <i>tvak tattva:</i> tacto (piel) |) | <i>sparsa tattva:</i> |
| 19 | <i>chakshu tattva:</i> visión (ojos) | 30 | sentir/palpar |
|) | <i>rasañã tattva:</i> gusto (lengua) |) | <i>rupa tattva:</i> forma |
| 20 | <i>ghrãna tattva:</i> olfato (nariz) | 31 | <i>rasa tattva:</i> gusto |
|) | <i>vãk tattva:</i> palabra (voz) |) | <i>gandha tattva:</i> olor |
| 21 | <i>pãni tattva:</i> asir (manos) | 32 | <i>ãkãsa tattva:</i> éter |
|) | <i>pãda tattva:</i> caminar (pies) |) | <i>vãyu tattva:</i> aire |
| 22 | <i>pãyuy tattva:</i> excreción (ano) | 33 | <i>tejas tattva:</i> fuego |
|) | <i>upastha tattva:</i> procreación |) | <i>ãpas tattva:</i> agua |
| 23 | (genitales) | 34 | <i>prithivi tattva:</i> tierra |
|) | |) | |
| 24 | | 35 | |
|) | |) | |
| 25 | | 36 | |
|) | |) | |
| 26 | | | |
|) | | | |

[Los chakras y el aura](#)

Los chakras son centros de energía que conforman nuestra anatomía. No son vistos con la visión normal, algunas personas clarividentes pueden percibirlos tanto en su forma como en movimiento y colocación. El movimiento, forma y color de los chakras nos ayuda a diagnosticar su funcionamiento, fluido o bloqueado. El alineamiento y armonía en el funcionamiento de los chakras por resultado buena salud. Cogemos el termino salud, como un equilibrio entre los Planos físicos, mental, emocional y espiritual. La armonía o desarmonía en los hechos y conductas de nuestra

vida cotidiana nos revelan el estado en que nuestras vidas se encuentran, también nos revelan el estado de nuestros chakras. Cada chakra tiene un nivel de vibración propio. Cada chakra vibra en sintonía con su color correspondiente. Nutren de energía nuestro cuerpo físico. Muchos sanadores trabajan armonizando y alineando los chakras lo cual produce un balance energético que mejora el estado de la persona tanto emocional, mental, espiritual y físico. Los chakras forman parte de nuestro campo magnético o Aura. El aura es el campo magnético que nos rodea y que nos inperpenetra sutilmente. **El aura es nuestra energía, está en permanente vibración.** La vibración del aura varía según como nos sintamos, por lo tanto no es estable y permanente. El aura nos dice mucho de las personas es como una radiografía del estado de las emociones, pensamientos, sentimientos, espiritualidad e estado físico. Los chakras principales son 7, están ubicados en forma aliñada vertical.

Medición de chakras; Estas mediciones están extractadas del método de **Barbara Ann Brennan**. Utilizamos el péndulo para medir al paciente acostado. Se puede usar el sistema de chakras antedicho, contando los 7 principales frontales (chakras A) y los 5 posteriores (chakras B), o el sistema al cual estén acostumbrados. El código de medición se puede adaptar a cualquiera de los sistemas ya que es una tabla de interpretación de nuestros impulsos neuromusculares y lo único que hay que hacer es asociarlo a cada chakra. La interpretación lleva un tiempo de práctica y nos puede dar mucha información de todos los planos del ser humano. Es bueno conversar sobre los resultados con la persona para ampliar, comprobar y/o ajustar los mismos.

Código de medición de chakras

R = reloj



abierto, clara percepción de la realidad, vida plena

CR = contrareloj



cerrado, inarmónico, bloqueo, experiencias negativas

I = inmóvil



invirtiendo su giro o abuso del funcionamiento, no metaboliza energía lo que puede producir enfermedad por falta de ésta

H = horizontal



retiene energía y sentimientos para sí para evitar interacción personal

V = vertical



desvía la energía hacia arriba, evita interacción personal

EM = eje movible



cambio, caos, reordenamiento de cosas asociadas, preocupación por éstas, trabajo activo o mal con respecto a éstas

DD = diagonal derecha



sobrecarga yang y/o agresividad

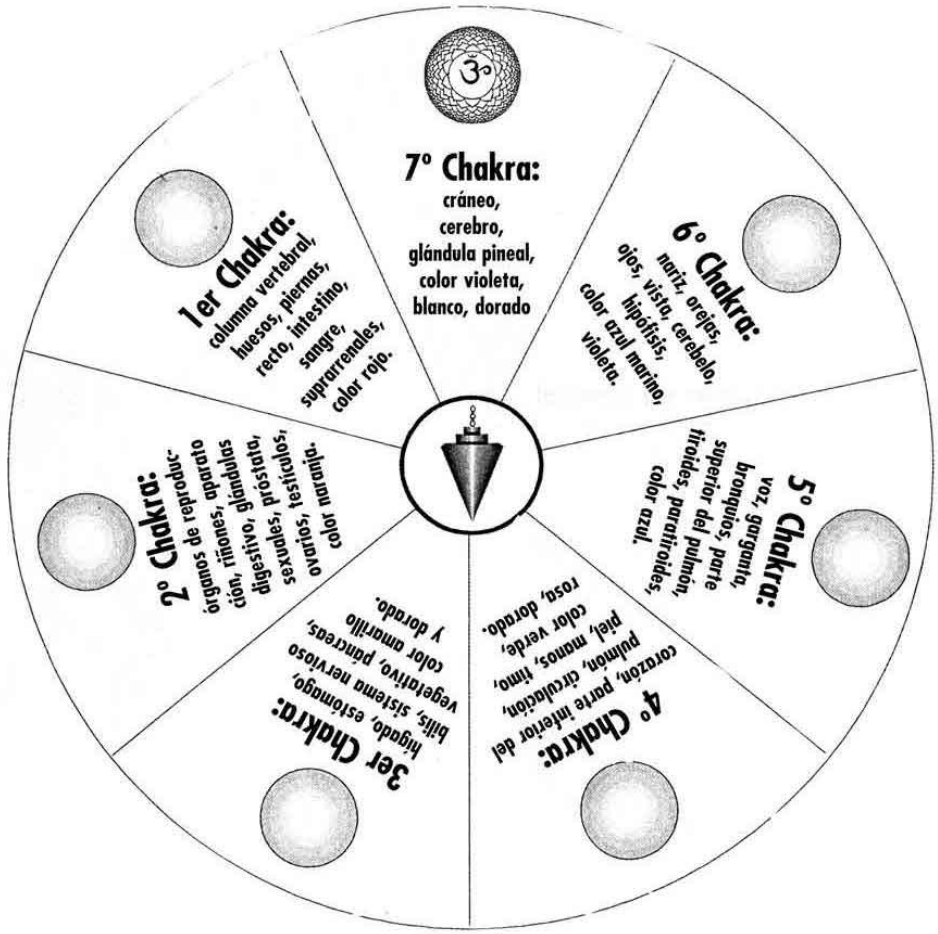
DI = diagonal izquierda

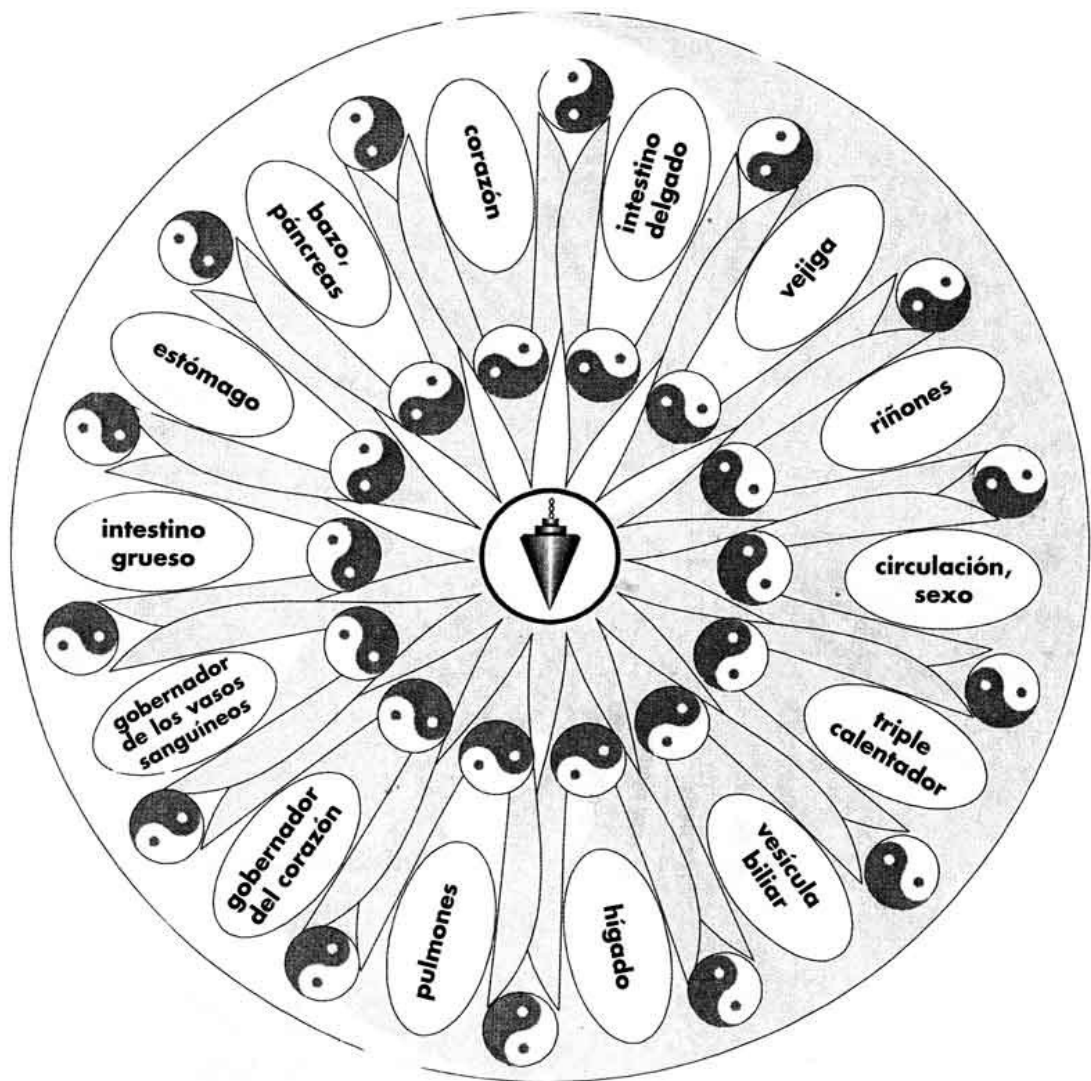


sobrecarga yin y/o pasividad

Estudiaremos los siete chakras principales y, diremos la solidez y estabilidad de dicha medida en cada chakra. Este dato nos puede servir para definir si la medida no esta influenciada por una entrada o salida de energía momentáneo. También podemos definir como se encontraba de energía-vibración dicho chakra, hace 5, 10 ó 15 años. Este dato nos puede ser útil para saber y traer conciencia de cuando y porque se ha producido una variación drástica de energía en un chakra. Para esto habría que hacer una **retrospección**. La medida se realiza del 0 al 10, aunque siempre se puede sobrepasar esta medida en ambas direcciones. Siempre se puede inventar una nueva pregunta, que sea clara y concisa, y realizar su respuesta radioestésica. Después de cada medición hay que hacer un reset o limpieza mental antes de empezar con la siguiente pregunta. En el sistema energético del hombre los chakras sirven de estaciones receptoras, transformadoras y distribuidoras de las diferentes frecuencias del «prana». Absorben, directamente o a través de los nadis, las energías vitales de los cuerpos energéticos no materiales del hombre, de su entorno, del cosmos y de las fuentes que son el fundamento de cualquier manifestación, la transforman en las frecuencias que necesitan las diferentes áreas del cuerpo físico o de los cuerpos inmateriales para su conservación y desarrollo, y la retransmiten a través de los canales energéticos. Además, irradian energías al entorno. Mediante este si uNa sesión curativa estará basada en percibir, equilibrar y recargar la energía del campo aúrico de la persona. Un ejemplo de una sesion curativa, clic aqui. La mayoría de las personas que he

observado tienen tres o cuatro chakras que giran en sentido contrario a las agujas del reloj en un momento determinado. Por lo general, la terapia consigue abrirlos cada vez más. Como los chakras no sólo son metabolizadores de energía, sino que también la detectan, sirven para proporcionarnos información sobre el mundo que nos rodea. Si “cerramos” los chakras no dejamos que entre la información. Por tanto, cuando nuestros chakras fluyen en sentido contrario a las agujas del reloj, hacemos salir nuestra energía enviándola al mundo, detectamos la energía que hemos enviado y decimos que eso es el mundo. Es lo que en psicología se denomina **“proyección”**. La realidad imaginaria que proyectamos al mundo guarda relación con la “imagen” que nos hemos formado de aquel a través de nuestras experiencias infantiles, y a través de la mente del niño que fuimos. Dado que cada chakra está relacionado con una función psicológica específica, lo que proyectamos a través de cada uno de ellos estará dentro del área general de funcionamiento de dicho chakra y será algo muy personal, ya que la experiencia vital de cada persona es única. Así, midiendo el estado de los chakras podemos determinar las cuestiones generales a largo plazo y la vida actual de una persona. Por tanto la terapia de sanación y equilibrio de chakras, a parte de curar sutilmente el cuerpo físico, cura de manera profunda y de efecto rápido el sistema emocional y mental de la persona tratada. Este mundo debe, lo antes posible, darse cuenta y ponerse a trabajar en curar, equilibrar y mejorar todo su sistema energético, chakras, niveles del aura, líneas de energía y todo tipo de parásitos y quistes de energía. Este mundo necesita con urgencia un enorme grupo de sanadores y equilibradores del campo de energía humano. Estos sanadores tienen y deben de pasar primero por su completa sanación de su campo de energía humano (CEH) y deben de aprender la percepción del sistema de chakras y campo aural de la persona.





La fuente energética que todos poseemos desde el día de nacimiento, y nos acompaña hasta el descanso eterno, se llama: **aura**. Los estudiosos han visto a través de sus estudios todo lo referente a manifestaciones psicológicas, es decir, reconocen las radiaciones a que se dirigen en distintos sectores del cuerpo humano formando un **campo magnético que se relaciona con lo biológico, la mente y, por supuesto con el funcionamiento de nuestras glándulas endocrinas y los cinco sentidos**. En parapsicología se considera el Aura, algo más de lo indicado, puesto que, el misterio de tales radiaciones que salen de las células del nuestro cuerpo es algo que atrae, fascina, ilumina, condiciona hasta el punto de envolverte en un poder mágico. Nadie puede negar que Aura y celebridad no tienen nada en común, y nadie puede comprar un pedazo de Aura, en ningún mercado del mundo, si ésta no se posee como herencia personal. Políticos, actores, actrices, gente de negocio, de comercio pueden trabajar mucho sin alcanzar metas anheladas, sólo por no tener un campo magnético atractivo que le permita abrir puertas más fácil, mientras, una persona del pueblo, analfabeta, sin darse cuenta, posee un carisma aurético tan

atractivo, que puede hasta representar una fuerza social y ganar condiciones a favor de su mismo futuro. En el 1939 el descubridor del campo magnético humano, fue el **ruso KIRLIAN**, que trabajaba en un laboratorio electro terapéutico, cuando vio centellas eléctricas sobre la piel de un paciente; su genial idea fue de fijar sobre una placa fotográfica este experimento. Desde entonces la evidencia del campo magnético alrededor del cuerpo humano.

El Aura la poseen también las matas, plantas, frutas, verduras y animales.

Mas tarde los estudios llegaron a concluir que, la falta de fuerza de los laberintos luminosos, según su compatibilidad del círculo aurético, el sujeto, estaba sufriendo una grave enfermedad o se encontraba en estado de fuerte depresión nerviosa. Las ciencias ocultas han siempre puesto a trabajar profesionales de todas las esferas sociales, y desde siempre nunca han llegado a resultados de recíproco entendimiento. Nadie puede desmentir que cuando se habla de ojos magnéticos o de persona fuertemente atractiva, estamos hablando de un sujeto solar, radiante, que posee un Aura intuitiva, comunicativa, expresiva, convincente, y es cierto, existen distintas clases auréticas: la intuitiva, cromática (de colores) curativa, cinematográfica, vegetal (plantas, flores), animales y minerales. Los colores en parapsicología se llaman "los colores del alma", o la expresión energética del momento. No acaso cuando no tenemos gana de nada, o nos han mortificado seriamente, yo no sé definir de que color es nuestra Aura. Un amigo contestó un día que el color de su Aura en aquel día debía ser negro, tan mal estaba. Por cierto los colores tienen gran importancia en nuestra existencia, y expresan particular estado de ánimo del momento que estamos viviendo.

Los colores vivos denotan:

Acción, energía, decisión, y también; violencia agresión insatisfacción.

Los colores pasteles:

Sensibilidad, ternura, indecisión, persona que conduce vida retirada, soñadores.

Los colores mixtos:

Pertenecen a personas que se adaptan fácilmente a situaciones de vida particular, o sobreviven en condiciones sociales difíciles. El aura es radiación de energía sutil emitida por la materia y los seres vivos en particular, cuya vibración y color representan e identifican ciertas características. Para entender y comprender el aura, es conveniente interpretar el **universo como una manifestación de energía en diferentes grados**, sujeta a factores que originan diferentes naturalezas, llamando pues, materia a uno de los estados aparentemente más densos de la energía. Todo cuerpo orgánico o inorgánico tiene su aura, o sea emite una determinada energía, la diferencia del aura de uno y otro es la **densidad de radiación energética, la vibración (color) y movimientos de las propias energías aúricas**. También debemos entender que el aura forma parte indisoluble de un campo de energía electromagnética que nos defiende de las radiaciones

externas, el aura defiende a los seres vivos de las influencias externas, al igual que, la atmósfera terrestre nos defiende de las radiaciones cósmicas, si las defensas atmosféricas y campos magnéticos de la Tierra desapareciesen, la vida en la Tierra sería prácticamente imposible, este hecho lo podemos constatar en otros planetas del sistema solar que al carecer en la actualidad de atmósfera carecen de la vida, por lo menos, tal y como la podemos encontrar en la Tierra.

Aura de la Tierra Aura humana

Cuerpo terrestre, diámetro 12.000 Km. Cuerpo humano 60 cm. Atmósfera 500 Km. 4% aproximadamente. Campo etérico 2,4 cm. 4% aproximadamente. Campo magnético 1º, Van Allen 5.000 Km. Campo aúrico hasta color amarillo, aprox. 25 cm.

Campo magnético 2º, Van Allen 20.000 Km. Campo aúrico total, aproximadamente 50 cm.

Magnetosfera 65.000 km. Zona de influencia del aura, 300 cm. (3 metros).

Como vemos el aura de la tierra responde en **las mismas proporciones al aura humana y de la mayoría de seres vivos**, al igual que con el ser humano, la parte del aura más densa de la Tierra es la atmósfera, es donde hay más cantidad de energía, y donde ésta interactúa más con la corteza terrestre, en el ser humano esos 2-3 cm de campo etérico están continuamente interactuando con el cuerpo, hay es donde se acumula la mayor cantidad de energía calorífica emanada por el cuerpo, así como los vapores que emitimos con nuestro sudor, la similitud por lo menos no deja de ser interesante. El aura **al ser una radiación energética, tiene una manifestación luminosa**, si pudiésemos concentrar toda la luz emanada por una persona en un cm. ² podríamos ver más fácilmente todos los colores del espectro, así que, de momento sólo la pueden ver aquellas personas dotadas para ello, o bien mediante fotografías obtenidas por las llamadas cámaras Kirlian. Como ya hemos dicho el aura es la radiación de una energía con una manifestación luminosa, y como sabemos la luz se descompone o está formada por los llamados colores. Cada color corresponde a una radiación luminosa con diferente longitud de onda. El llamado espectro nos muestra las diferentes longitudes de onda de dicha radiación, los colores naturales que encontramos en el arco iris se encuentran entre una longitud de onda para el rojo de 7.800 & hasta la del violeta de 4.000 &. Por ello en la medida que nos acercamos al violeta la vibración es más sutil y más alta. (longitud de onda más corta mayor vibración). Hay que pensar que el violeta tiene casi el doble de vibraciones que el rojo. El aura es como una especie de blindaje psíquico, muestra nuestra propia energía y nos defiende de la energía externa. La energía etérica está impregnada de los colores violeta, añil y azul, es más compacta y el aura propia de esa zona tiene mayor vibración. Cuando nos encontramos bien, los colores azules que se sitúan en nuestra energía etérica alcanzan mayor saturación y luminosidad, el resto de energía no se irradia hacia el exterior, y es por eso que mantenemos nuestros pensamientos y sentimientos positivos.

Una persona se encuentra mal cuando pierde energía, esa pérdida de energía se da por múltiples causas y se manifiesta emitiendo grandes cantidades de energía hacia el exterior de la zona de nuestra aura, y por lo general suele ser verde, amarilla, naranja y roja, cuando la emisión es importante por cantidad o calidad de la energía liberada, cuando ocurre esto el campo etérico suele contraerse. Cuando nos encontramos muy mal, es

que estamos perdiendo mucha energía, de forma intensa e inarmónica, y por ello se manifiesta en el color rojo.

Tabla de longitud de onda de los colores

Violeta - 4.200 Angstrom

Añil 4.200 - 4.400

Azul 4.400 - 4.800

Verde 4.800 - 5.700

Amarillo 5.700 - 5.900

Naranja 5.900 - 6.100

Rojo 6.100 - 7.800

Colores dominantes en el Aura

Rojo:

La persona pierde gran cantidad de energía y con mucha intensidad, las causas son, los pensamientos, sentimientos y emociones destructivas que bloquean la adecuada coordinación energética del cuerpo. Por lo general, la persona está muy deprimida (pierde energía-rojo débil y cercano al cuerpo), o bien está enfadada y agresiva. (rojo fuerte y se aleja del cuerpo). Alto riesgo para la salud

Naranja:

La persona todavía pierde una gran cantidad de energía a causa de sentimientos, emociones y pasiones, como celos, envidia, deseos y obsesiones sexuales, cuanto más intensos son, más se acercan al rojo. Es frecuente encontrar en estas personas, fijaciones, obsesiones, manías y fobias. Alto riesgo para la salud.

Amarillo:

La pérdida de energía es significativa, por lo general es debido a frustraciones y a un estado alto de ansiedad, éstas personas están continuamente inquietas, no pueden controlar sus pensamientos, hay un continuo análisis de las circunstancias sin conclusión alguna. Desarreglos funcionales.

Verde:

La pérdida de energía obedece a circunstancias conocidas por la persona, hay una gran preocupación (especialmente con los verdes sucios), pero también pensamientos positivos o esperanzas que equilibran en gran medida o controlan la pérdida de energía. Equilibrio fisiológico. Liberación.

Azul:

La persona apenas pierde energía, genera más de lo que pierde, y la que pierde, mayoritariamente es armónica. Sus sentimientos son altruistas, existe relajación, tranquilidad y se siente segura y protegida. La mente tiene una perspectiva holística, con gran capacidad de asociación, es capaz de captar la esencia de las cosas. Gran inteligencia. Evolución.

Añil:

Solamente se pierde una mínima energía de naturaleza armónica, es un estado muy similar al anterior, la mente intuitiva está muy activa, y los sentidos han aumentado su capacidad de percepción gracias al estado mental. La sensación de bienestar es profunda. Gran comprensión y capacidad de integrar los conocimientos más profundos. Iluminación.

Violeta:

Se pierde la mínima energía. La mente ha sintonizado con el universo, Se alcanza el conocimiento sin necesidad de la experiencia ni la participación de los sentidos, la mente está en armonía y sintoniza con el entorno. Clarividencia y estado de máxima comprensión existencial. Sintonización con el sentido de la vida. Interrelación con el todo. Máximo nivel de desarrollo de la conciencia. Espiritualidad.

EL AURA HUMANA Y LOS CANALES AKASHICOS

El Aura Humana:

Lo que se llama en nuestros escritos el **Linga Sharira**, por ejemplo, es claramente visible bajo la forma de una niebla gris azulada ligeramente luminosa, coincidiendo exactamente con el cuerpo físico, pareciendo como que lo penetra. No será, sin duda, científicamente exacto decir que se puede percibir Jiva en un estado esencial; pero su manifestación en el caso de la raza humana es perfectamente visible bajo la apariencia de una continua corriente de partículas de un hermoso rosa pálido, que parecen circular a lo largo de todo el cuerpo y de los nervios, como los corpúsculos sanguíneos en las venas y en las arterias, siendo el cerebro aparentemente el centro de esa circulación nerviosa.

La absorción y la especialización, para el uso del cuerpo humano, de la fuerza vital que el sol vierte constantemente sobre la tierra, parece ser una de las funciones del órgano denominado el **bazo**, y sin duda a la acción de ese órgano se debe la hermosa coloración rosa que hemos mencionado antes, pues Jiva - que entonces se conoce como prana - irradia constantemente del cuerpo en todas las direcciones, formando así una de las auras de que hablaremos más adelante. A simple vista, asemejase a una nube luminosa que se extiende en todos sentidos a una distancia de diez y ocho pulgadas o dos pies (46 cm. aproximadamente), afectando la forma oval, lo que hizo llamarla en los escritos ocultistas el «huevo áureo».

Aura Primera: La primera de ellas - empezando por las más ínfima y material -cuerpo físico. Se le llama algunas veces el aura de salud, por el hecho de que su aspecto depende, en gran parte, de la salud del cuerpo físico a que pertenece. Es casi incolora, y parece como estriada, es decir, como compuesta de una infinidad de líneas rectilíneas que irradian del cuerpo en todas direcciones Tal es al menos su condición normal cuando el cuerpo está perfectamente sano. Esas líneas son, entonces claras, regulares y tan paralelas como su radiación lo permite; pero en cuanto acaece la enfermedad todo cambia de pronto, y las líneas próximas al lado enfermo pierden su rectitud y proyectan confusamente en todos sentidos.

Aura Segunda: Íntimamente unida con la precedente, está la segunda, o aura pránica, cuya descripción puede simplificarse acaso examinando en seguida la relación que existe entre ambas. Hemos dicho anteriormente que el prana especializado irradia constantemente del cuerpo, y la materia así irradiada constituye el aura pránica. Pero ha de observarse aquí un hecho curioso cuya explicación no se presenta en seguida. El prana irradiado no tiene el color rosa, bajo el que se le distingue fácilmente cuando circunda al cuerpo, sino que posee un color con matiz clarísimo, pálido. Para dar una idea más comprensible de ello, puede decirse que se parece mucho a esas

burbujas de aire cálido que, en los días de estío, vemos surgir de las tierras expuestas a los rayos del sol. Se podría llamar así también aura magnética, y sirve, en efecto, para producir muchos fenómenos de mesmerismo. Eso es probablemente la llama magnética que los sensitivos han observado en algunos experimentos del **Barón Reichenbach**. Y quizá esa irradiación constante del prana alrededor del cuerpo sano produce la rigidez y el paralelismo de las líneas del aura de salud, pues se observa que cuando esa irradiación cesa, las líneas, como hemos dicho ya, se entrelazan y confunden. Cuando el paciente recobra la salud, la irradiación normal de esa forma magnética de la fuerza vital se recobra gradualmente, y las líneas del aura de salud vuelven a ser claras y regulares. Mientras las líneas están firmes y rectas, y prana irradia convenientemente sobre ellas, el cuerpo parece que está por completo protegido contra los ataques de las malas influencias físicas, como si los gérmenes de la enfermedad fueran rechazados por la proyección de la fuerza vital; pero así que por una causa como la debilidad, una herida, el sobrecargo, la depresión del ánimo o los excesos de una vida irregular se emplea una cantidad mayor de vitalidad en el interior para reparar las pérdidas, se produce una notable disminución en la energía de la irradiación, el sistema de protección se debilita y peligra, siendo comparativamente fácil que los gérmenes de la enfermedad penetren. Puede indicarse también que es posible, por un esfuerzo de la voluntad bien dirigida, proyectar el prana hasta la periferia del aura de salud, creando así como una especie de escudo impenetrable a cualquier influencia astral o elemental, mientras dure ese esfuerzo de la voluntad.

Aura Tercera: El tercer aura que hemos de considerar es la que representa Kama o el deseo. No sería estrictamente correcto decir que ésta es el Kama-Rupa, pues este nombre no se aplica, propiamente hablando, sino a la imagen del cuerpo físico, que tras la muerte se forma por medio de los materiales de este tercer aura, y es el campo de manifestación de Kama, el espejo en que se refleja todo deseo, toda sensación y todo pensamiento de la personalidad.

Es de su substancia de donde toman una forma material los malos elementales que crea el hombre y pone en actividad por sus mas bastos e inferiores sentimientos; del mismo elemento, pero más raramente, sacan también su cuerpo los elementales bienhechores engendrados por los buenos deseos. Y también de esa materia se forma «el cuerpo astral» que permite, a los que están en estado de hacerlo, viajar sobre otro plano, mientras que su cuerpo duerme.

Como puede comprenderse, las manifestaciones de este aura tan esencialmente fugitivas, su coloración, su brillo, el número de sus latidos, cambian completamente a cada instante. Un acceso de cólera llena el aura de ráfagas rojizas sobre un fondo oscuro y un espanto súbito transforma instantáneamente todo en una masa lúgubre de gris lívido.

Es menester, sin embargo, saber que si esas manifestaciones áuricas son temporales, su registro en el akasha no lo es; aunque el elemental creado por un mal deseo cese de existir, tras un período de tiempo proporcionado a la energía de ese deseo, las fotografías de cada uno de los instantes de su existencia y de cada uno de sus múltiples efectos, quedan impresos en el registro akáshico, contribuyendo con una justicia absoluta a la producción del Kama de su creador.

Aura Cuarta: Muy estrechamente unida al aura kármica se encuentra el cuarto aura, la del manas inferior, que registra exactamente los progresos de la personalidad. Hallase, sin embargo, formada por un orden de materia más elevado que el de la substancia kármica, que corresponde a los subplanos inferiores del plano mental o devachánico. De esta substancia está formado el vehículo en el que la personalidad pasa su periodo de sueño en el Devachán; y de ella está formado también el Mayavirupa, el cuerpo de que el adepto o el discípulo se sirven para obrar sobre el astral o los subplanos devachánicos inferiores, pues ese vehículo es superior, bajo todos respetos al «cuerpo astral» de que hemos hablado ya. Este cuarto aura, representa; en suma, el estado medio de las auras inferiores a ella; pero es algo más, pues aparecen en la misma rayos de intelectualidad y de espiritualidad que no dejan su huella sobre las envolturas inferiores. Si las llamas coloreadas, formadas por las vibraciones engendradas por los deseos, se producen frecuentemente y con intensidad en el aura kármica, provocan por fuerza vibraciones correspondientes en este aura manásica inferior, produciendo en ella un tinte permanente del mismo color. Es así también como en este aura se pueden leer las disposiciones generales o el carácter de una persona, sus buenas y peores partes; y en algunas de las corrientes, en relación con esa aura, pueden registrarse los cuadros de la pasada personalidad terrestre, cuadros sobre los cuales pueden leer algunos clarividentes como sobre un libro. Cuando, durante el sueño, un hombre abandona su cuerpo, la mayor parte del tercer aura, el cuarto y los que le siguen por debajo, le acompañan, mientras que la primera y la segunda, más un débil residuo de la tercera, que no se ha empleado para la formación del cuerpo astral, quedan con su cuerpo. Y ha de tenerse en cuenta que si ese hombre ha de pasar a un plano superior, el devachánico o el espiritual, dejará más numerosas auras tras sí. Es interesante conocer los matices que las diversas cualidades mentales o morales pueden dar a las auras tercera y cuarta (la kármica y la manásica inferior). En nuestro presente estado de evolución, y que surgirán muchos puntos sobre los cuales no es posible obtener una explicación exacta, aunque sea factible a veces sugerir analogías e indicar las líneas donde puede encontrarse una explicación. Tratemos, pues, de remontar nuestros pensamientos al principio de este sistema solar a que pertenecemos. Esto es un tema de estudio de los más complejos y difíciles de proseguir, y en el que la ecuación personal de los diversos observadores entra por mucho, lo que hace, además, que haya difícilmente un completo acuerdo.

Aura Quinta: Venimos ahora a considerar el aura quinta, la del Manas superior o Individualidad. No hay que decir que ese aura no la ve todo el mundo. En los casos en que es perceptible, su belleza y su delicadeza están por encima de toda expresión. Aseméjase menos a una nube coloreada, que a una luz viva; pero no hay en verdad palabras para expresarla. Está compuesta de una materia que corresponde a la de los subplanos devachánicos más elevados, y es en efecto el Karana Sharira, el vehículo del Ego reencarnador que pasa con él, de vida en vida, por las condiciones de su substancia y de su grado de avance. En el aura de un adepto, tiene tan inmenso predominio sobre el aura de la personalidad, que esta última en realidad no existe; pero el estudio del aura del adepto está por encima de los medios de aquellos que están en el comienzo del Path (Sendero). Uno, por ejemplo, de esos puntos importantes a considerar, es el de ese oscuro y misterioso factor que indica el tipo particular a que pertenece el adepto, y

de ese orden de ideas que revela una tradición persistente, - y perfectamente fundada - es la preservación de las pinturas murales que representan a Gotama Buddha en los templos de Ceilán.

Auras Sexta y Séptima: Las auras sexta y séptima existen sin duda, pero no tenemos datos sobre ellas; las mismas anteriores son ya bastante difíciles de imaginar por el que no las ha visto. Podrá formarse quizá una idea recordando que todas las partes constitutivas del aura son sencillamente manifestaciones de una misma entidad en planos diferentes, no siendo sino emanaciones del hombre como diversas expresiones del mismo. Al verdadero hombre no podemos verle, pero a medida que aumenta nuestra vista y nuestro conocimiento nos aproximamos a Eso que se oculta en él; y si admitimos que el Karana Sharira es el vehículo más elevado que podemos percibir, estamos entonces cerca de la concepción del verdadero hombre que podemos ver. Pero si el mismo hombre no se considera sino desde el punto de vista de los planos inferiores devachánicos, únicamente se verá lo que puede expresarse por el cuarto aura, la cual es la manifestación de la personalidad; y si se le examina sobre el plano astral, se encuentra que un nuevo velo le recubre, y que su parte inferior sólo ha podido expresarse por el vehículo kármico visible, mientras sobre el plano físico nos hallamos peor situados, puesto que el verdadero hombre nos está más escondido y oculto que nunca. De ahí la necesidad de tener en cuenta el grado de su brillo, la nitidez de sus contornos y el mismo aspecto de sus chakrams o centros de fuerza.

Los Anales Akashicos

La palabra **Akasha**, como muchos otros de los términos teosóficos, se ha empleado muy libremente. En algunos de nuestros primeros libros era considerada como sinónimo de luz astral, y en otros se usaba para significar cualquier clase de materia invisible, desde Mulaprakriti hasta el éter físico. En libros posteriores su empleo se ha limitado a la materia del plano devachánico, y en este sentido es cómo pudiera hablarse de los canales como akáshicos; Téngase, pues, bien entendido desde un principio, que una comprensión completa del asunto, es una absoluta imposibilidad

Todos estamos familiarizados con la teoría astronómica ordinaria acerca de su origen, la que comúnmente se llama la teoría nebular, Logos del sistema. Estamos familiarizados con la idea de que, a medida que una persona progresa en el Sendero, su cuerpo causal, que es el límite determinante de su aura, aumenta claramente de tamaño, así como en luminosidad y pureza de color. Lo hacemos por medio de una **vibración del éter**, llamada comúnmente un **rayo de luz**, que pasa desde el objeto que se ve a nuestros ojos. Ahora bien: la velocidad con que se transmite la vibración es tan grande - cosa de 300.000 Km. por segundo -, que cuando vemos cualquier objeto en nuestro mundo, podemos considerarlo como prácticamente instantáneo; pero cuando entramos a tratar de distancias interplanetarias, ya tenemos que tomar en consideración la velocidad de la luz, porque para atravesar estos espacios transcurren períodos apreciables. Por ejemplo: la luz tarda ocho minutos y un cuarto en pasar desde el Sol hasta nosotros, de suerte que cuando miramos a la órbita del Sol, la vemos por medio de un rayo de luz que la abandonó más de ocho minutos antes. De esto se sigue un resultado muy curioso. El rayo de luz por medio del cual vemos el Sol, nos trae sólo lo que ocurre en aquel orbe en el momento de su partida, sin

que en modo alguno haya sido afectado por nada de lo que después haya sucedido; de manera que en realidad no vemos al Sol tal cual es, sino lo que era hace ocho minutos. No hay posibilidad de que exista un futuro en El mismo, puesto que lo tiene todo presente.

la Ley de Justicia que rige la evolución:

Descubriendo el aura

El aura está dividida en siete estratos o capas relacionadas directamente con los siete chakras (centros energéticos que se asocian con las glándulas endocrinas del cuerpo físico). Cada uno de esos estratos puede tener uno de los once colores del aura. Aquel color que se repite frecuentemente será el básico (que denota las cualidades positivas y negativas del ser), el que cambia únicamente en circunstancias específicas.

Algunos significados de los colores del aura

Gris o negro: Depresión

Rojo: Frustración, ira o demasiada actividad.

Naranja: Creatividad o sexualidad.

Amarillo: Emociones



Verde: Sanación

Dorado y plateado: Alto nivel de evolución.

Púrpura: Espiritualidad

Azul: Comunicación

Blanco: Ser lleno de luz.

Rosado: Amor

“Aura: campo magnético o eléctrico que rodea especialmente el cuerpo animal y que contiene colores debidos a la frecuencia vibratoria de la energía de este campo. Semejante energía se debe al desarrollo psíquico y a las fuerzas vitales del cuerpo. El aura cambia de color en el curso de la evolución psíquica, pasando de un violeta muy subido a un blanco más puro en los estados más avanzados. El aura es visible en ciertas condiciones y ha sido fotografiada. Puede afectar ciertos instrumentos cuya receptividad ha sido perfectamente regulada. Toda célula viviente tiene su aura y lo mismo ocurre con grupos de células.”

El aura es la consecuencia de ciertas energías en actividad en nuestro campo de conciencia. Estas energías, provenientes del Sol o del alma, están contenidas en el hombre gracias a sus **centros psíquicos**; cuando éstos son activos, el aura lo es también. Los centros determinan la naturaleza y calidad del aura. Cuanto más elevados son los centros activos, más amplio y benéfico es el resplandor del aura. Aparte del aura del Espíritu, cuya vibración es percibida solamente en el momento de las últimas iniciaciones, existen tres fuegos cuya fusión compone el aura humana: El resplandor espiritual del alma, cuyas frecuencias vibratorias pueden ser percibidas solamente por iniciados avanzados. La resplandeciente luz dorada del cuerpo etéreo o vital alimentado por el centro del bazo. (bazo:m. Viscera de los vertebrados, de color rojo oscuro y forma variada, situada a la izquierda del abdomen. Sus funciones primordiales son la eliminación de hematíes caducos, la producción de linfocitos y el almacenamiento de hierro que se usa en la formación de la hemoglobina.) Se ha comprobado que el espacio que ocupamos no pertenece solo a nuestro cuerpo, sino que las vibraciones que irradiamos producen un halo que permanece durante un determinado tiempo en el lugar que hemos ocupamos anteriormente. Este hálito o halo se denomina aura. Todo ser humano posee su campo energético que si bien no lo vemos directamente, nuestros órganos de percepción captan esa energía ajena, esa aura de los otros, aunque nuestro nivel inconsciente no lo registra.

[EL AURA HUMANA](#)

Alrededor de la cabeza y del cuerpo, delineándolos con un contorno de entre 5 y 10cm de espesor, hay algo que se denomina cuerpo etérico. Según el estado del Yo Espiritual, el etérico se ve de color gris humo, azul, blanco, amarillo claro o dorado. El ojo físico lo percibe con más facilidad que al aura en sí; más allá del etérico esta el aura, que contiene todos los colores del espectro solar, algunos, brillantes, otros, cenagosos, y cada uno de ellos en todos sus tonos, mide entre 90cm y un metro y medio de circunferencia; tu aura es el tu de ti, completamente individual, refleja el estado de tu cuerpo astral, que se imprime de manera constante sobre tu cuerpo físico.

En condiciones adecuadas se las ve con la visión física, habitualmente periférica, o con el Tercer Ojo, la glándula pineal, situada en el centro de tu frente, entre las cejas. Existe una íntima vinculación entre el color, el sonido y las otras expresiones de la vida. El sonido ocupa un peldaño inferior en la escala, justo por encima de la forma y la sustancia de la materia. Por lo tanto, el sonido es intermediario entre el nivel superior de ideas abstractas en la mente y la forma concreta, el sonido es capaz de dar forma al éter, mediante estas formas, el poder correspondiente de la mente puede hacer una impresión en la materia física. La varita mágica es la energía de la mente

y la energía del sonido, tal como lo demostró Einstein y lo acepta ahora la ciencia moderna, energía y materia son intercambiables. La magia esta sujeta a la Primera Ley de la Física y la Metafísica: la ley de polaridad, esto significa que, cuando se utilizan estos tres pasos y lo que ha sido imaginado por la mente y dispuesto por la palabra hablada es negativo por algún motivo (lo sepas o no) en frases tales como "lo que se teme sobreviene". El miedo es una emoción tan poderosa que llega a proyectar un olor muy desagradable, los animales huelen el miedo en el ser humano y en cualquier otro animal, de manera instantánea. Y aunque no lo sepas el miedo es una fe muy poderosa, capaz de cambiar literalmente las leyes de la física. El miedo es fe negativa. La Fe poderosa manifiesta sus imágenes con tanta prontitud y seguridad cuando se la proyecta por fuerzas positivas como cuando se lo hace por fuerzas negativas. El cuerpo físico tiene formas geométricas inactivas en forma holográfica. Están siempre, nacen con nosotros. Están ahí, lo sepamos o no. Se mueven con escasa vibración generando color y sonido que nos caracteriza e individualiza. Ese color y sonido nos permite abrir nuestra conciencia a determinada realidad en la cual estamos virtualmente atrapados por vibración. La totalidad de tu capacidad cerebral es inmensa; sin embargo tú, en tu pensamiento limitado, usas sólo un tercio de ella. ¿Para qué crees que es el resto?

O sea: sólo te permites contemplar y razonar aquellos pensamientos que serán aceptados por los demás, inconsciente colectivo o mente de masa. Bueno, la descripción exacta sería «mente cerrada». Cada vez que hagas esto, el pensamiento superior se ofrecerá como «portador» para extender tu razonamiento a partir de este punto. Esto activará otras porciones de tu cerebro para más pensamiento, más recibimiento y más conocimiento. Cuando desees experimentar la súper conciencia, el pensamiento ilimitado, tu pituitaria empieza a abrirse y florece como una magnífica flor.

Ser un genio es muy simple. Todo lo que tienes que hacer es pensar por ti mismo. El cerebro ha sido un gran misterio que ha dejado perplejos a muchos. Algunos lo extraen para mirarlo y no pueden encontrar nada en él excepto sus fluidos, que son agua. El agua es conductora de la corriente eléctrica. Cuanto más densa es el agua, mayor es la amplificación de la corriente eléctrica que pasa a través de ella. En las porciones latentes de tu cerebro, el fluido es más denso para poder amplificar las frecuencias de pensamiento más altas hasta convertirlas en corrientes eléctricas más potentes y enviarlas a través del cuerpo a mayor velocidad. Así, cuando permites que más de tus pensamientos se alojen en las partes latentes del cerebro, tu cuerpo se activa para volverse más rápido y profundo en sus respuestas. Una vez que la totalidad de tu cerebro está en uso, puedes hacer cualquier cosa con tu cuerpo. La propia acupuntura, maneja la energía canalizando las corrientes eléctricas naturales del organismo. La persona debe buscar vibrar nuevamente en esa frecuencia, a través de un trabajo consciente. No sabemos amar. Lo único que activa las formas geométricas espontáneamente es el Amor Incondicional. El concepto de aura es un concepto bidimensional. Es lo que registra una Kirllian o un programa de Aura-soma en la PC.

Somos vibración que la máquina registra y decodifica en colores pero también somos sonido. El Universo es música. Todos somos sonido y luz, conciencia en movimiento continuo.

Cómo se ve el Aura

Debido a que el aura es un plasma etérico, se puede visualizar de muchas maneras. El aura se ve de varias formas, como capas de color que bordean el cuerpo; bandas circulares alrededor del mismo, como éter flotando sin forma definida, como flamas de colores que se extienden y desvanecen.. Otra forma de percibir el aura es con el ojo interno, (llamado comunmente tercer ojo). esto se logra con entrenamiento, ejercicios, práctica y continuo trabajo personal del individuo. Primeramente para entrenarnos a visualizar el aura, tenemos que comenzar con reconocer que existe dentro de nuestro cerebro una área de percepción, a la que se denomina Sexto sentido. - no queramos ir a "x" lado, porque tenemos alguna duda de que no es prudente, (como un mal presentimiento).- llegamos a un lugar y sentimos el ambiente muy pesado o negativo y queremos irnos de él - conocemos a una persona y sin saber nada de ella sentimos gran afinidad, como si de toda la vida la conociéramos. - sentimos que alguien está pensando en nosotros, y de repente nos llama, etc. Como estos ejemplos, hay muchas otras formas de comprobar que algo nos está indicando cosas que no podemos ver, o tocar, pero si podemos sentirlas. Este es el comienzo de la sensibilidad, que nos permite entrar al mundo de lo psíquico y manejar en forma mas amplia nuestra mente, de tal manera que con la práctica, y podamos conocer el potencial que tenemos dentro de nosotros mismos. Para lograr abrir nuestros sentidos, es necesario dejar libre nuestra mente, tener plena seguridad de lo que queremos hacer, no dudar, confiar en que interiormente tenemos el conocimiento y la capacidad para hacer las cosas. Cuando tenemos esta certeza, entonces podremos ir abriendo nuestra conciencia hacia otras dimensiones.

Ejercicio para aprender a ver tu aura Busca un lugar cómodo en tu casa, donde nadie te moleste, durante 10 minutos (aproximadamente). Debes ubicarte frente a un espejo, en el que te veas por completo. Ubícate en una silla o en el suelo... y siéntate delante de él, a unos 2 mts. Agrega a tu ambiente, una música suave tipo New Age Aquieta tu Mente...

Fija tu vista mirando tu rostro (en el entrecejo), Y mantenla así, por unos minutos... No pienses en estos momentos en pagos de cuentas, o algo por el estilo, para ello hay otros momentos, ¿sí? Aquíétate, y respira profunda y suavemente... siempre por la nariz. Vas a notar que todo tu entorno comienza a brillar al poco tiempo. No temas... es normal, es tu campo áurico que se manifiesta al estar relajado. Comienzas a descubrir quién eres en realidad! Y como tu te observas en el espejo, lo ves...Ahora ... cierra tus ojos y haz lo siguiente: Aspira profundamente.. contando mentalmente,Uno...dos...tres...cuatro... Retenlo..uno..dos...tre Y luego de retener...Exhala el aire suavemente... (siempre por la nariz) hasta vaciar casi completamente los pulmones Hazlo pausadamente ...Repítelo tres veces y así culminarás el ejercicio. Abre tus ojos y vuelve a observarte en el espejo Veras a un Ser Maravilloso!A Ti!!De esta manera, vas logrando un cambio en tu vida. Al "encender" tu energía y que ésta se manifieste

El vestirse verde: Representa la energía de crecimiento, confianza.

El vestirse rojo, naranja, amarillo: Aportan fuerza, energía, el rojo es para que nos presten atención y para mejoras laborales, entrevistas importantes.

El vestirse negros y azules: Colores fríos que atemperan el entusiasmo y su exceso, son efectivos en días bochornosos, o cuando haya mucha carga de trabajo.

El vestirse blanco: Reafirma la autoridad, si lo combinas con un broche de oro y plata aumenta el poder de tu aura.

AURASOMA



Aura Soma es un sistema terapéutico que fue concebido en Inglaterra por **Vicky Wall** tal como lo cuenta en su libro "El Milagro de la Sanación por el Color". Es un método auto-selectivo y no intrusivo, fácil de usar que puede combinarse y complementar con cualquier otro sistema terapéutico. La función específica de Aura Soma es de modificar la consciencia abriendo las puertas hacia el conocimiento de sí mismo a través de un proceso de despertar -llamado sanación- armonizando cuerpo, mente y espíritu. Aura Soma ayuda a regenerar, revitalizar y re-equilibrar al ser gracias a la acción de los colores apropiados. Nos da la posibilidad de experimentar el color como espejo de nuestra consciencia y de permitir que nuestros verdaderos colores brillen curando las cicatrices del alma.

El proceso terapéutico de Aura Soma funciona de la siguiente manera: La elección resultante es el barómetro de la condición física, emocional, mental y espiritual; también de acontecimientos del pasado y probablemente que puedan suceder en el futuro. En una consulta de Aura Soma el terapeuta interpretará el código de colores que se ha elegido y aportará datos sobre la persona acerca de sus potenciales, dones y obstáculos. Esta consulta del alma puede revelar perspectivas profundas acerca de tu vida, pues ante todo, los colores son el espejo del alma, del verdadero "Yo". La selección es el diagnóstico - significa prescribirse a uno mismo todo aquello que se necesita para desarrollar el propio potencial. Esto forma parte del proceso terapéutico en sí mismo, es decir que por primera vez el terapeuta es nuestro alma. El profesional interpretará la selección y guiará para activar el proceso que ha comenzado durante la sesión.

Gris o negro: Depresión

Rojo: Frustración, ira o demasiada actividad.

Naranja: Creatividad o sexualidad.

Amarillo: Emociones

Verde: Sanación

Dorado y plateado: Alto nivel de evolución.

Púrpura: Espiritualidad

Azul: Comunicación

Blanco: Ser lleno de luz.

Rosado: Amor

Coloraciones del Aura

Nubes negras espesas, indican odio y malicia.

Fulgores de rojo prieto, sobre fondo negro, denotan cólera; pero en el caso de una «noble indignación», frente a una injuria o una opresión, esos fulgores son de un escarlata brillante sobre el fondo ordinario del aura.

Rojo encendido, inconfundible, pero de difícil descripción, indica las pasiones animales

Rojo pardo, oscuro, como la herrumbre, manifiesta avaricia.

Gris plumizo, expresa profunda depresión y cuando es habitual el aura revela inexplicable tristeza.

Gris lívido, matiz horrible y horroroso, indica sensación de miedo.

Gris verde, la peculiar nube que puede con frecuencia describirse con el epíteto de «viscosa» denota picardía.

Verde oscuro, con algunos fulgores de rojo oscuro, parece engendrado por los celos.

Carmesí, indica amor. Es comúnmente un hermoso color claro, que varía muchísimo siguiendo la naturaleza del amor. Puede ser un carmesí oscuro y pasar por todos los tonos hasta el rosa pálido a medida que el sentimiento que genera la coloración es más puro e impersonal. Un rosa brillante, matizado de lila, es indicio del amor espiritual por la humanidad.

Anaranjado, claro, indica ambición; oscuro, es signo de orgullo. Los matices de este color varían por completo según los grados de orgullo o de ambición que pueden surgir de las generalidades de su descripción.

Amarillo, expresa intelectualidad. Si el matiz es profundo e intenso, indica un subplano bastante bajo como campo del intelecto; si es, por lo contrario, claro, de un brillo dorado, acercándose al amarillo limón, denota objetos más elevados y menos personales.

Verde brillante, parece señalar ingenuidad, rapidez en las resoluciones y, con frecuencia, fuerza vital.

Azul claro u oscuro, indica de ordinario el sentimiento religioso, y varía naturalmente mucho, desde el índigo al violeta oscuro, según la naturaleza del sentimiento y el impersonalismo de que está provisto.

Azul celeste (ultramar o cobalto), expresa devoción a un ideal noble y espiritual, y de un modo gradual se transforma en: Azul lila luminoso, que indica la más elevada espiritualidad, y va acompañado casi siempre de estrellas de oro parpadeantes, que parecen representar las aspiraciones religiosas.

Es menester añadir que todos esos colores sufren infinitas combinaciones y modificaciones, de tal modo que es muy difícil leer con toda claridad las indicaciones de un aura. Consiste en utilizar el color para tratar enfermedades físicas y trastornos emocionales. Reúne aportaciones de la psicología, medicina, arte y física. Los colores tienen la capacidad de calmar, inspirar, excitar, equilibrar o alterar nuestras y el magenta. **Hipócrates** usaba ungüentos y bálsamos de diferentes colores y el médico árabe **Avicena**, en el siglo IX escribió sobre las propiedades del color en el tratamiento de las enfermedades. Cada color emite unas vibraciones características que nos llegan de distinta manera y producen efectos diferentes. La **cromoterapia** utiliza ocho colores que son el rojo, el naranja, el amarillo, el verde, el turquesa, el azul, el violeta. La cromoterapia estuvo olvidada, en el siglo XVIII científicos y filósofos se interesaron por ella y en el siglo XX empezó a utilizarse de nuevo con fines terapéuticos. Una gran aportación fue el **test del color de Lüscher**, que estudiaba la influencia de los colores en las diferentes partes del sistema nervioso autónomo, el metabolismo y las secreciones glandulares. El estudio del espectro solar mostró que está compuesto por una infinidad de matices luminosos y **Newton** en 1666 demostró que la luz blanca se podía descomponer en los siete colores que percibimos a través de la vista. Se puede decir que los colores son la parte visible para el ser humano de la radiación solar. Entre las radiaciones no visibles se encuentra los rayos infrarrojos, la electricidad, las radiaciones ultravioletas, los rayos x, las radiaciones nucleares, etc.

ANTECEDENTES DE LA TERAPIA DEL COLOR CROMOTERAPIA

1. ANTECEDENTES: Antecedentes del uso de la cromoterapia como terapia médica natural y complementaria, uso de la luz y el color para la salud. Existen antiguos textos en la India que mencionan el uso de la cromoterapia, antes de la existencia de la luz eléctrica, se utilizaban cajas con pantallas de seda de color, iluminadas por velas. **Dinshah P. Ghadiali**, nacido en la India y emigrado a los EEUU, diseñó un sistema de cromoterapia basado en el uso de 12 colores y luz eléctrica, al que llamó "**Sistema Espectro Cromático**" y en torno a este sistema fundó las siguientes organizaciones: Spectro-Chrome Intitute, en 1920. Dinshah Spectro-Chrome Intitute, en 1941. Visible Spectrum Research Intitute, en 1953. El sistema Espectro Cromático ha sido ampliamente utilizado y probado por médicos en la consulta privada y muy especialmente impulsado por la **Dra. Kate W. Baldwin** aplicándolo en el hospital de la Ciudad de Philadelphia E.E. U.U., donde trabajaba. Otro sistema, muy importante, es el que diseñó la pareja francesa formada por el Dr. **Christian Agrapart** y su esposa Michele. Este sistema de cromoterapia, se basa en el uso de 6 colores y lámparas de alógeno. El doctor Christian Agrapart nació en 1940, estudió medicina en Lyon y se especializó en neuropsiquiatría. Creó junto con su esposa el "Centro de Estudios e Investigaciones sobre la Energética y el Color".

Y posteriormente publicó el libro "Guide Thérapeutique des Couleurs" en 1989 en Éditions Dangles. De acuerdo a lo publicado por la prensa internacional, hemos tenido noticias de aplicaciones de cromoterapia en Rusia, el Reino Unido, España, Italia y Suiza. En la Cd. de México, desde 1995, el Consejo de Curanderos Urbanos de la Fraternidad Indoamericana de Medicina Tradicional y Alternativa, A.C., ha venido utilizando el sistema a base de 6 colores, y los cromoterapeutas más avanzados, aplican el Sistema a base de 12 colores. Existen personajes que se dicen los inventores de la cromoterapia que engañan a la gente vendiéndoles o rentándoles un supuesto adelanto tecnológico, lo triste aparte del engaño es que cuando saben que alguien más maneja la curación con luz sin haberle comprado su aparato, dicen que "les robaron su invento", hay dementes que inclusive afirman poseer las patentes internacionales de la cromoterapia, a pesar de estar prohibida su aplicación en EEUU para fines médicos.

EFFECTOS DE CADA COLOR EN LOS SERES VIVOS

| | |
|------------------|--|
| ROJO: | Proporciona energía "calor" y retira energía "frío". |
| NARANJA: | Aporta energía "frío" y retira energía "calor". |
| VERDE: | Aporta energía "seca" y retira energía "humeda". |
| AZUL: | Aporta energía "humeda" y retira energía "seca". |
| VIOLETA: | Aporta calor-humedad y retira frío-sequedad. |
| AMARILLO: | Aporta frío-sequedad y retira calor-humedad. |

Para entender este lenguaje es necesario precisar que los conceptos frío, caliente, humedad, sequedad, o sus combinaciones, hacen referencia a una concepción energética, idéntica a las concepciones chinas e indoamericanas.

De tal manera que esto no quiere decir que la luz de color rojo aumente la temperatura en términos de grados centígrados, o que la luz anaranjada baje los grados de temperatura de algún objeto, sino que se refiere a cualidades energéticas atribuidas por la etnomedicina a cada padecimiento de algún ser viviente.

APLICACIONES PRÁCTICAS, RECETAS PROBADAS CLÍNICAMENTE DEL USO DE CROMOTERAPIA.



- Amnesia por traumatismo**
- Artrosis**
- Cefalea por frío**
- Cicatriz retractil**
- Congelaciones**
- Contractura muscular**
- Coxoartrosis**
- Artrosis por frío**
- Edema de piernas por clima caluroso**
- Encias rojas retraídas con dientes flojos**
- Escaras (dos aplicaciones al día cuando menos)**
- Estrías cutáneas**

Flebitis
Juanete
Hematoma
Herida sin complicaciones
Secuela de trombosis cerebral
Secuela de traumatismo craneal
Jaqueca por frío
Resfriados (aplicando en la espalda)
Traumatismos
Ulcera varicosa
Varices capilares
Verrugas.
Parálisis facial por frío (se complementa con naranja+azul en la parte sana de la cara).

NARANJA +AZUL

Acelerar la cicatrización post-operatoria y quitar el dolor,
Ardores y dolor por Herpes Zoster
Acné, no cura solo ayuda contra los síntomas
Bronquitis por calor húmedo
Callos en los pies
Ciática
Codo de Tenista
Conjuntivitis
Derrame sinovial
Cicatriz muela y quitar dolor por extracción
Artritis, inflamación de articulaciones
Eczema con comezón o pus Encías inflamadas y/o supurantes
Hemorragia nasal (al interior de la fosa nasal)
Rozaduras en glúteos
Forúnculos
Gota (sólo para aliviar dolor)
Hemorroide (cuando hay ardor)
Hemorragias
Herpes con ardor
Neuralgia facial
Orzuelo, o "perrillas"
Otitis (alivia el dolor aplicando al interior del oído)
Quemaduras

AZUL+NARANJA

Bronquitis por clima frío
Cistitis
Espasmo nefrítico
Colitis con espasmo
Calambres de estómago

VERDE+ROJO

Aftas
Ardor de estómago
Cicatriz edematosa
Colitis con calor
Gastritis
Encías hinchadas
Hemorragia nasal (aplicación externa)

Herpes (en tratamiento precoz)
Pérdida de memoria por fatiga mental
Picaduras de insectos (hinchadas)

NARANJA + VERDE

Cicatriz inflamatoria
Psoriasis

VIOLETA + AMARILLO a nivel ocular

Epilepsia
Espasmofilia

ROJO prolongado a nivel ocular

Angustia posterior a un choque afectivo brutal

NARANJA APLICACIÓN OCULAR BREVE DE BAJA INTENSIDAD

Fiebre posterior a insolación y cefaleas por calor Hipertensión arterial de origen psíquico Insomnio, despertándose a intervalos durante la noche Nerviosismo-irritabilidad Sudoración de manos y pies por nerviosismo

VERDE APLICACIÓN OCULAR BREVE DE BAJA INTENSIDAD

LA VISTA Y LOS COLORES

Las diversas longitudes de onda de la luz son percibidas por medio de los órganos receptores que hay en el ojo, las interconexiones nerviosas y las señales que estas transmiten a través del nervio óptico. Por último, es en el cerebro donde se efectúa el proceso integrador de la imagen captada. El hecho de que el cerebro participa vitalmente en la percepción visual queda suficientemente demostrado por el aparente carácter unitario de la percepción. El ojo humano no es capaz de distinguir todos los colores y sus diferentes tonalidades, pero como cada color y cada tonalidad, tiene su propia longitud de onda, con aparatos de gran precisión se pueden notar las diferencias que pasan desapercibidas para la vista más aguda.

EL COLOR DE LOS OJOS

Contrariamente a lo que podría parecer, el color de los ojos no afecta a la percepción de los colores y, en cambio, tiene una sorprendente relación con la percepción acústica. El color de los ojos depende del contenido de melanina en el iris. Las personas con ojos azules, y más aún los albinos que carecen por completo de melanina presentan una mayor sensibilidad al ruido.

LUZ COLOREADA

Su aplicación, los cromoterapeutas disponen de diversos dispositivos ópticos provistos de filtros especiales con los que es posible utilizar las distintas longitudes de onda de los diferentes colores del espectro luminoso visible, al objeto de tratar problemas estéticos o relacionados con el estrés y las deficiencias energéticas. En el campo de la medicina estética se obtienen efectos óptimos sobre acné, estrías, piel grasa, arrugas, eritrosis, etc. En el caso de la celulitis, el masaje bajo luz azul resulta menos doloroso y se

obtienen resultados inmediatos y controlables desde la primera aplicación. Colores para mejorar la salud Los colores están presentes en cada momento y actividad de la vida, y nos damos cuenta o no, influyen en nuestras emociones. Su uso terapéutico puede ayudar a cambiarlas, como también actuar positivamente sobre el funcionamiento de nuestro cuerpo. La cromoterapia es la técnica que se ocupa de ellos, y los emplea con fines curativos. No utilizamos los mismos colores en invierno que en verano, ni están pintadas con los mismo tonos las paredes de una guardería que las de una oficina. Se trata de algo obvio para la mayoría, pero tras este hecho se esconden razones que tienen que ver con la influencia de los colores en nuestro estado de ánimo, en nuestra capacidad de concentración y en el desarrollo de nuestras actividades cotidianas. La cromoterapia se suele utilizar combinada con otras técnicas, reforzándose así los efectos de unas y otras. Aunque no se puede calificar de terapéutico en el sentido estricto, en casa se pueden emplear los colores con el fin de hacer de ella un lugar agradable, en el que apetezca estar y en una ayuda para las tareas que allí se desarrollan. Se recomiendan los azules y verdes para habitaciones de estudio y de descanso, mientras que los tonos cálidos son adecuados para los sitios de reunión de familia y amigos.

CROMOTERAPIA (terapia natural del color)

Cotidianamente se puede observar la relación de los colores y el comportamiento de las personas: en días soleados, éstas tienden a ser más expansivas, alegres; en días nublados, se puede observar un comportamiento menos extrovertido con tendencia a la utilización de ropas oscuras o de tonos neutros. Naturalmente, los ojos están sensibilizados de acuerdo con la frecuencia de vibración de la luz, lo que elabora en el cerebro la "sensación de color". A partir de ese principio, la utilización del color comenzó a ser considerado como remedio eficaz para la curación de enfermedades y esa terapia ha sido usada desde las antiguas civilizaciones.



La cromoterapia -

El empleo adecuado del color como elemento curativo, antidepresivo, estimulante, regenerativo y mantenedor del equilibrio y de la armonía orgánicos - no es una moda o un culto) ni fue inventada o descubierta recientemente. Ya era empleada en la Era de Oro de Grecia, en los templos de luz y color de Heliópolis, en el antiguo Egipto y fue venerada por las antiguas civilizaciones de la India y de China. El conocimiento esotérico explica la cromoterapia como un sistema para curar las enfermedades y los desórdenes de los cuerpos mental, emocional y físico, lo que proporciona a cada uno la vibración que le falta a través de la energía de la luz manifestada por los colores. Como se sabe, así como nuestros oídos captan el sonido de una cuerda vibrante según la frecuencia de su vibración, nuestros ojos son sensibilizados de acuerdo con la frecuencia de la vibración de la luz, lo que crea en nuestro cerebro la sensación del color. Las

frecuencias más bajas nos dan la sensación del rojo y las más altas del violeta. Las frecuencias intermedias nos revelan todos los colores del arco iris. Las frecuencias más bajas que el rojo (infrarrojo) no son vistas, sino sentidas por nosotros como ondas de calor. Las frecuencias más altas que el violeta (ultravioletas), igualmente invisibles, producen un efecto fuerte sobre los organismos vivos, pues son ondas de alta energía. Para la ciencia esotérica, el sol, gran donador de energía y bienestar, es el foco central del poder de Dios en el sistema zodiacal y en los sistemas humanos. Las ondas de energía que provienen de él crean, sostienen y renuevan la vida en nuestro planeta y en todos los otros del Zodíaco. Los mismos principios que mantienen la vida en el sistema cósmico, mantienen al hombre en su sistema macrocósmico. Los ocultistas ven la vida como la esencia que actúa sobre y a través de todas las formas físicas, etéreas, astrales y mentales, en todos los planos de existencia. Y consideran que su proceso se puede acelerar o retardar por la acción del medio ambiente y de diversas circunstancias, así como por los esfuerzos del propio individuo. De acuerdo con esa concepción, todo efecto sentido en el cuerpo físico tiene su causa ya sea en el cuerpo mental, ya en el emocional o en ambos. En otras palabras, su concepto de salud se basa en la creencia de que los pensamientos destructivos, los malos sentimientos y los actos nocivos establecen tendencias en los diferentes planos de la existencia y, con el tiempo, producen la enfermedad por autopropagación continua de sus vibraciones. Para que la enfermedad desaparezca, se deben sustituir por pensamientos constructivos, sentimientos de amor y alegría, actos de ayuda - fuentes de la salud mental, emocional y física. Al considerar ahora que todo pensamiento se expresa en vibraciones cuyos colores reflejan su calidad, se llega a la conclusión que cada persona matiza su propio universo por los colores predominantes de su carácter o de sus reacciones emocionales habituales. Por otro lado, esa teoría es corroborada en el terreno de la psicología que, al fundamentarse en la fisiología de la percepción de los colores, elaboró diversos tests de personalidad que son utilizados en la técnica de sicodiagnóstico. Uno de los tests más conocidos es el de las pirámides coloreadas de Pfister, que al utilizar diez colores y 24 matices revela los diversos aspectos de la dinámica de los afectos, diferenciación emocional, entre otros, a nivel consciente, preconsciente e inconsciente. **Jacob Bonggren**, en su libro Cromoterapia Esotérica, da algunos ejemplos de la relación existente entre los sentimientos, sus irradiaciones en colores, y las enfermedades:

- 1) la ira y la cólera, indicadas en el aura por el color rojo oscuro, causan apoplejía (afección cerebral con privación de los sentidos y del movimiento);
- 2) la ambición desenfrenada da al aura un color anaranjado sin brillo y provoca reumatismo;
- 3) el orgullo, que cobra el aura de anaranjado pardo, origina la artritis;
- 4) la codicia y la envidia confieren al aura una tonalidad verde oscura con puntos negros y ocasionan el exceso de ácido úrico;
- 5) la falta de entusiasmo y de interés se manifiesta en el aura por un color gris oscuro y engendra depresiones y enfermedades de la piel

6) la falta de ideales se hace representar por un tono rojo violeta, sin brillo que se manifiesta en forma de melancolía y tristeza, causando problemas respiratorios
la cura por el color

Las enfermedades se pueden clasificar en dos grandes grupos:

Las de origen físico: infecciosas u originadas por un medio ambiente contaminado.

Las de origen síquico: que provienen de los elementos psico-mental-espirituales.

El color puede aliviar ambas clases de enfermedades, no como sustituto de los medicamentos, sino con el poder original de la luz que trabaja en todos los niveles del ser como la fuerza cósmica más potente. En cualquier caso, lo que se hace es aplicar una radiación de color que, si realmente corresponde al estado patológico, dará por resultado la cura del paciente. Los métodos de diagnóstico pueden ser físicos o metafísicos. Los primeros observan los síntomas los segundos las causas, radicadas en el aura (O atmósfera magnética) del individuo, por intermedio de un vidente evolucionado o por medio de la "lámpara ardiente" (técnica especial y un tanto compleja). A través de esos métodos, se intenta descubrir los colores que faltan en un determinado cuerpo y cómo promover su equilibrio, lo que elimina la enfermedad. En ese sentido, se verifican los hábitos, humores y reacciones del paciente. El hindú Jwala P. Munsiff descubrió, después de innumerables experiencias, que el diagnóstico del color que falta a un individuo se puede hacer por medio del examen de los colores del globo ocular, uñas, orina y heces. A veces el color de los ojos puede falsear el diagnóstico, sin embargo, los colores de los otros tres elementos dan la indicación correcta y desvanecen las dudas que puedan aparecer. Detectada la enfermedad o la deficiencia de la cantidad correcta de brillo solar en el organismo, ésta será suplida mediante la inhalación, introducción o proyección de los tonos necesarios. Como métodos físicos se pueden mencionar los siguientes:

1) Un cuarto giratorio que acompaña la luz del sol durante todo el día. A través de velos del color necesario, colocados sobre la pared transparente del cuarto, el paciente recibe la irradiación correcta a cualquier hora del día y en cualquier ángulo;

2) De forma semejante, se pueden usar velos de color en las ventanas de la casa donde incide la luz del sol;

3) El paciente puede tener todo el cuerpo envuelto por velos de color para recibir los rayos solares;

4) Para algunos tipos de enfermedad, como la parálisis, se usan bolsas hechas con dos medidas de algodón y una de sal. Las bolsas de sal se cargan de color al ser expuestas a la radiación de la luz del sol o de una bombilla, durante una hora antes de ser usadas;

5) Una de las maneras más eficientes de restaurar el equilibrio del color en un organismo es a través de la alimentación. Las frutas, los vegetales y los cereales reciben la mayor parte de su energía directamente de la luz del sol y del magnetismo de la tierra, en diferentes grados de acuerdo con sus

cualidades naturales. Por ejemplo: la acción del rayo naranja podrá ser activada

por una alimentación que incluya vegetales y frutas de cáscara anaranjada, tales como mandarina, melón, mango, melocotón, zanahoria, calabaza, etc.;

6) El agua solarizada de color, método creado por el **Dr. Babbitt** -autor de Los Principios de la Luz y del Color -, consiste en beber agua después que ha sido expuesta a la luz del sol en frascos de color;

7) La lámpara terapéutica de color o luz solar artificial, es muy utilizada en clínicas, lugares sin sol y durante la noche. Constituye el tratamiento más común en la cromoterapia.

Con relación a los métodos metafísicos, se deben destacar:

1. la respiración del color consiste en inspirar visualizando el color, proyectándolo hacia adentro del cuerpo y mentalizando sus beneficios
2. las radiaciones mentalizadas donde el paciente y practicante proyectan ondas mentales del color sobre la zona débil
- 3.

GUIA INDICATIVA

Rayo rojo: poderosa estimulante, estimula y excita nervios y sangre, libera adrenalina, revitaliza el organismo

Rayo naranja: estimulante, caliente, fortalece pulmones, páncreas, y bazo, vivifica emociones, crea bienestar, alivia espasmos.

Rayo amarillo: antidepresivo, activa nervios motores, genera energía muscular, estimula el flujo de la bilis, favorece la piel.

Rayo verde: armonía, equilibrio, tonifica corazón y sangre, reduce la presión sanguínea, estimula la pituitaria, favorece la construcción de musculos y tejidos.

Rayo azul: frío, astringente, antiséptico, hace bajar la fiebre, desinflama, es antídoto del rojo.

Rayo violeta: refrescante, astringente, eléctrico, actúa sobre paratiroides, la tiroides, reduce las hemorragias, afecta los niveles emocional y espiritual.

Rayo violeta oscuro: sutil, innive nervios motores y sistemas cardiaco y linfático, purifica la sangre, detiene el crecimiento de tumores, equilibra la cantidad de potasio y sodio.

Armonizar y equilibrar nuestro cuerpo, mente y espíritu.

Dar una mayor fluidez a todo nuestro organismo en todos los sentidos.

Combatir y prevenir cualquier tipo de enfermedad, las que son consideradas como desequilibrios energéticos.

Lograr el autoconocimiento.

Aprender a escuchar el yo superior o ser interno que todos llevamos dentro.

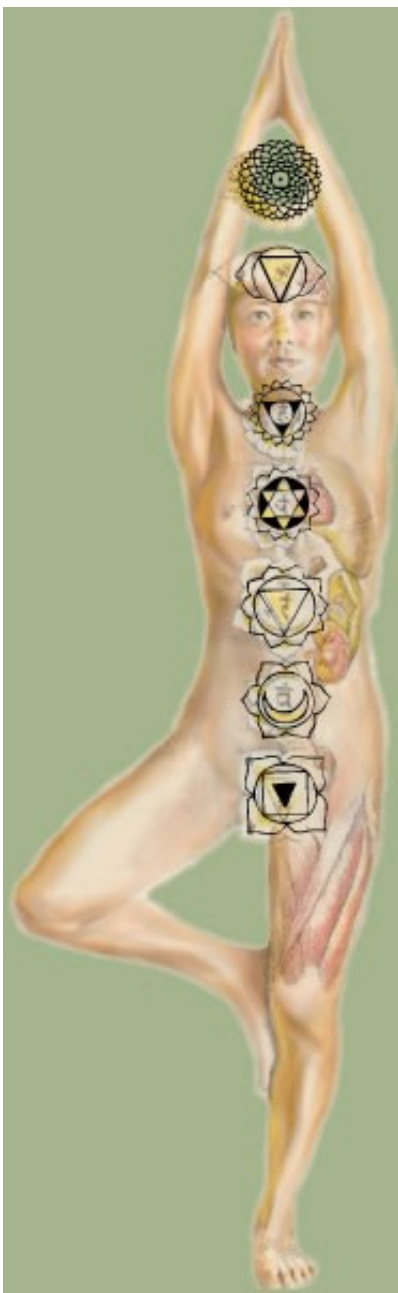
Lograr la armonización y equilibrio con el mundo y cualquier aspecto de la sociedad en la que estamos insertos.

Desarrollar nuevas cualidades y habilidades, físicas y mentales.

Abrir nuevos canales de energía.

Conectarse con el mundo etérico y supremo que nos rodea.





crown of head
formless supreme light

All



between the eyebrows
intellect

All



throat
spiritual drive

Ether



right of the physical heart
love-compassion drive
Respiration

Air



navel
seat of the will power
power drive
digestion

Fire



above/behind genitals
sensual drive
reproduction

Water



just above anus
material drive
elimination

Earth

elements

