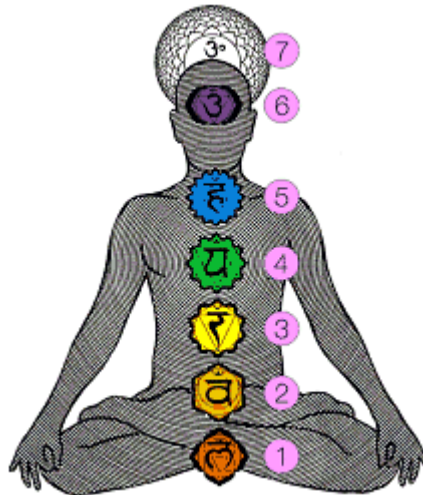


134. "Il sistema dei chakra"



L'aura, il campo di energia che avvolge e nel regno minerale, vegetale e animale), le sensazioni che l'individuo interscambia con **fisiche, emozionale, mentali e spirituali** di risonanza con uno dei sette "veicoli" (o corpi) bande di frequenza diverse che si espandono compenetrano tra loro (ved. il libro "Mani di

I Chakra sono vortici di energia creata dai energetici invisibili) e nella tradizione indiana rappresentano altrettante qualità da energetici si trovano lungo la colonna **maggiori** ed originano dall'incontro del canale centrale (Sushuma) con i canali dell'energia lunare femminile (Ida) e dell'energia solare maschile (Pingala) che nascono dalle narici (destra per Pingala, collegata all'attività, sinistra per Ida, collegata al rilassamento). Ad ogni chakra corrisponde una funzione psichica, una ghiandola endocrina e degli organi specifici. Esistono anche 21 chakra minori variamente collocati nel corpo (ad es. nel palmo delle mani, nella pianta dei piedi, nel cavo popliteo del ginocchio, nelle spalle, alle tempie, su milza e fegato, sugli occhi, ai polsi e ai gomiti, ecc...). Di seguito vediamo adesso i 7 chakra maggiori (ved. anche "Chakras, energia vitale" di H. Johari, Ed. Armenia).

compenetra il corpo umano (presente anche attraverso il sistema dei chakra veicola e filtra l'esterno, e presiede così alle funzioni un individuo. Ogni chakra (ruota) vibra poi in sottili che costituiscono l'aura, in pratica sette progressivamente verso l'esterno e che si Luce" di B. Brennan, Ed. Longanesi).

punti di intersezione delle "nadi" (i canali sono raffigurati con dei petali che sviluppare. I principali di questi vortici o centri vertebrali in numero di sette (chakra

PRIMO CHAKRA (MULADHARA)

Nel primo chakra risiedono le radici dell'individuo, da cui egli riceve il nutrimento vitale di Madre Terra. Muladhara rappresenta la manifestazione in forma umana (nascita fisica) della Coscienza individuale. Una persona incentrata troppo su questo chakra sarà egocentrica e molto interessata alla sua sopravvivenza fisica, sarà spesso una persona violenta a causa dell'insicurezza che presenterà.

Se l'energia di Muladhara fluisce naturalmente la persona si sente dinamica, risponde alle sfide della vita con radicamento e prontezza, ed opera con facilità nel mondo materiale. Un primo chakra chiuso e contratto, invece, farà sentire la persona stanca e sradicata.

Parole chiave:

SOPRAVVIVENZA - FIDUCIA - STABILITA' - RADICAMENTO

SECONDO CHAKRA (SVADHISTHANA)

Il secondo chakra regola le capacità riproduttive, l'esigenza della formazione di una famiglia. E' il chakra del sentire, della creatività e del dualismo (relazione con l'altro sesso → voglia di entrare in simbiosi contro voglia di essere autonomi).

Per una persona bloccata su questo chakra può diventare un problema l'ansia di sensazioni fisiche e di fantasie mentali, il secondo chakra ha sulla psiche un effetto vorticoso discendente (sensazione di essere soli e dimenticati da Dio e dagli esseri umani). Se l'energia è compressa in Svadhisthana l'individuo sarà facile preda dell'emotività ed assorbirà le negatività dall'esterno; per difendersi si chiuderà e diminuirà la propria sensibilità (lavorando continuamente, fumando troppo, mangiando di continuo,...), nelle relazioni si farà prendere molto dall'altro e se questo non soddisfa le sue aspettative l'individuo si sentirà abbandonato e respinto. Quando il chakra è ben funzionante ci sarà equilibrio nel sesso, che diventa fonte di gioia, piacere ed estasi, il sentirsi bene non sarà più condizionato dall'altro.

Parole chiave:

PROCREAZIONE - FAMIGLIA - FANTASIA - CREATIVITA'

TERZO CHAKRA (MANIPURA)

Il terzo chakra è il centro del potere, dove si impara ad affermare il potere personale che ci viene dalla vita stessa, ad affermare noi stessi e a prendere delle decisioni. Se il chakra è sano la persona non avrà bisogno di paragonarsi a nessuno e saprà affermare la propria volontà senza danneggiare gli altri, inoltre avrà imparato anche a rilassarsi.

Parole chiave: POTERE - AUTOSTIMA - SCELTA

QUARTO CHAKRA (ANAHATA)

Il quarto chakra è il centro dell'amore incondizionato, la sua natura è il dare, il ricevere viene di conseguenza dalla consapevolezza del respiro circolare della vita che ci ricolma continuamente dell'energia d'amore. Questo chakra funziona da ponte tra i chakra inferiori e superiori trasformando e sublimando l'energia che viene dal basso per portarla su di un livello maggiore di purezza. Spesso il chakra del cuore risulta bloccato da un'attività mentale eccessiva, questo limita le possibilità di trasformazione poiché non accetteremo che tutto è come dovrebbe essere, bensì cercheremo di rendere le cose come vorremmo che fossero.

Parole chiave:

AMORE - PACE - ARMONIA

QUINTO CHAKRA (VISHUDDA)

Il quinto chakra è legato alla comunicazione e alla espressione di sé. E' il chakra della verità. Entrando profondamente in questo centro, troveremo il vuoto e la quiete, la comunicazione non avrà ragione di basarsi sulle convinzioni del passato ma potrà nutrirsi dell'energia del presente.

Parole chiave:

ESPRESSIONE CREATIVA DI SE' - VERITA' - COMUNICAZIONE

SESTO CHAKRA (AJNA)

Il sesto chakra è connesso alla chiarezza, permette di avere chiarezza mentale ed intuizione (mentre i due occhi fisici vedono il passato ed il presente, il terzo occhio vede il futuro). E' strettamente legato alla consapevolezza, cioè la capacità di mettere a fuoco le cose, di vedere oltre le apparenze essendo sempre presenti a sé stessi in ogni momento. Secondo Barbara Brennan l'aspetto anteriore di Ajna è connesso alla comprensione dei concetti, quello posteriore alla capacità di mettere in pratica le idee. L'apertura completa di questo centro permette di osservare i nostri pensieri e le nostre azioni, come semplici spettatori, liberandoci dalle identificazioni.

Parole chiave:

DISCERNIMENTO - INTUITO - CHIAREZZA DI VISIONE

SETTIMO CHAKRA (SAHASRARA)

Il settimo chakra permette l'integrazione tra la personalità e la spiritualità, fino a provare un senso di profonda unità con l'Universo intero. A livello energetico funziona come un'antenna cosmica per purificare ed illuminare tutti gli altri chakra ed i corpi sottili. Una volta sbocciato il settimo chakra risolviamo tutto il nostro karma, ritorniamo alla Fonte e ci illuminiamo nella coscienza della Totalità e dell'Unità.

Parole chiave:

SPIRITUALITA' - DIO - TRASCENDENZA - ILLUMINAZIONE