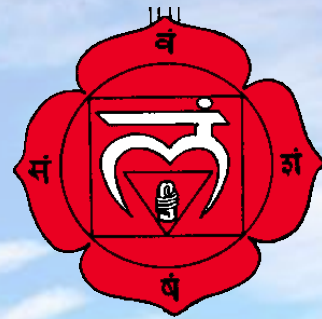


13. Chákras



CHÁKRA BÁSICO- Basicochakra-Muladhara (do sânscrito: "Muladhara": "Base e Fundamento"; "Suporte")



Região: Base da coluna; ligado às glândulas suprarrenais;

Cores Básicas: - (Vermelho) - (varia para roxo ou vinho)

Bija-mantra: "LAM". Responsável pela absorção de energia da terra (energia telúrica, geoenergia, kundalini). Não é aconselhado, por muitos autores, o desenvolvimento desse chakra. O primeiro chakra está situado abaixo do osso sacro, no qual reside a Kundalini, e seu principal aspecto é a inocência.

A inocência é a qualidade através da qual nós experimentamos a alegria pura da criança, sem as limitações de preconceitos ou condicionamentos. A inocência nos dá dignidade, equilíbrio e um tremendo senso de direção e propósito de vida. Nada mais é do que simplicidade, pureza e regozijo. É a sabedoria interior que está sempre presente nas crianças pequenas, e que fica, algumas vezes, oculta por nossos modernos estilos de vida. É, porém, uma qualidade que existe eternamente dentro de nós e não pode ser destruída, aguardando manifestar-se como puro regozijo quando a Kundalini se eleva.

CHÁKRA BÁSICO- Basicochakra-Muladhara (do sânscrito: "Muladhara": "Base e Fundamento"; "Suporte")

BÁSICO: localizado à base da coluna, aberto para baixo.

FUNÇÕES: Sobrevivência e existência terrena, ligação com o mundo material, energia física.

DISFUNÇÕES: Raiva, impaciência, apego, materialismo, culpa, vergonha, vícios, violência, morte, dor. **GLÂNDULA:** Suprarrenais.

ÓRGÃOS: Rins (deficiência renal), coluna vertebral, ossos, dentes, intestino grosso, ânus, reto, próstata, anemia (deficiência de ferro), excesso de peso, pressão baixa, fadiga, pouca tonicidade muscular, problemas de circulação, desequilíbrio na temperatura do corpo, leucemia e tensão nervosa.



CHÁKRA UMBILICAL OU SACRO-Sexochakra-Swadhistana (dosânscrito: "Swadhistana": "Morada do Prazer")

Região do baixo ventre (pela sua própria localização no corpo, esse chákra seria melhor denominado como "gênito-urinário"); ligado às gônadas (homem: testículos; mulher: ovários);

Cores Básicas: - (Laranja) - , Vermelho.

Bija-mantra: "VAM". Responsável pela irrigação energética dos órgãos sexuais. Desenvolvido estimula o funcionamento dos outros chákras.

O segundo chákra é o chákra da criatividade, atenção pura e conhecimento puro. É aquele que nos conecta à fonte interior de inspiração e nos capacita a experimentar a beleza que existe em torno de nós. O conhecimento puro dado

por esse chákra não é mental, mas é uma percepção direta da Realidade, que pode ser sentida nas palmas de nossas mãos e indica nossos bloqueios sutis. Também esse é o centro da atenção pura e firme e do poder de concentração.

No nível físico, ele cuida de nosso fígado, rins e da parte inferior do abdômen. Quando nós pensamos demais, este centro tem sua energia esgotada e doenças como diabete ou leucemia podem ocorrer quando ele perde completamente seu equilíbrio.



CHÁKRA BÁSICO- Basicochakra- Muladhara (do sânscrito: "Muladhara": "Base e Fundamento"; "Suporte")

UMBILICAL, SACRO OU SEXUAL: localizado a. dois dedos abaixo do umbigo, aberto para frente e para as costas.

FUNÇÕES: reprodução e propagação da espécie, sexualidade.
DISFUNÇÕES: Controle, sujeição ou desvio da sexualidade, rejeição, solidão, ressentimentos, vingança, ciúme, depressão, inveja.

GLÂNDULAS: Gônadas, glândulas sexuais masculinas e femininas (testículos e ovários).

ÓRGÃOS: Sistema reprodutor, bexiga, quadris, pernas, pés, nervo ciático, espasmos musculares, câibras, cólicas, desordens menstruais e desequilíbrios hormonais.



CHÁKRA PLEXO SOLAR-Umbilicochakra-Manipura (do sânscrito: "Manipura": "Cidade das jóias")

Região: Cerca de dois centímetros acima do umbigo (controla toda a região do plexo solar); ligado à glândula pâncreas;

Cores Básicas: Verde, Vermelho, - (Amarelo) - .

Bija-mantra: "RAM". Responsável pela irrigação energética do sistema digestivo. Desenvolvido, facilita a percepção de energias ambientais. O terceiro chakra é aquele que nos fornece a sensação de completa satisfação e contentamento. É o centro que nos torna pacíficos e generosos, e que também sustenta nossa ascensão espiritual. Quando iluminado pela Kundalini, ele se expressa através da correta conduta e senso interior de moralidade, e nos dá equilíbrio completo em todos os níveis de nossa vida. Cercando o segundo e o terceiro chakra está o Void que representa o princípio do mestre (o princípio do guru) dentro de nós.

Em muitas tradições espirituais, essa área é o "oceano de ilusões" que necessita ser atravessado com o auxílio de um guia espiritual.



CHÁKRA PLEXO SOLAR-Umbilicochakra-Manipura (do sânscrito: "Manipura": "Cidade das jóias")

Quando a Kundalini é despertada e passa através do Void, esse princípio do mestre é estabelecido dentro de nós. Assim, como diz Shri Mataji, na Sahaja Yoga você se torna seu próprio guru, seu próprio guia espiritual, pois você pode sentir nas pontas de seus dedos todos os problemas sutis, além de possuir o poder de curá-los usando sua própria Kundalini.

Mais ainda, estabelecer este centro nos ajuda a livrarmo-nos de todos os nossos maus hábitos, preguiça, apegos a coisas inferiores, e tudo que nos escraviza de uma forma ou de outra: nós nos tornamos nosso próprio mestre.

Seguir falsos "gurus" que estão mais interessados em truques de poder ou em seu bolso pode danificar muito a área do Void. Mas, após a Auto-Realização, tudo pode ser curado através do poder purificador da Kundalini em meditação.



CHÁKRA BÁSICO-Baseochakra-Muladhara (do sânscrito: "Muladhara": "Base e Fundamento"; "Suporte")

PLEXO SOLAR: localizado à boca do estômago, aberto para frente e para as costas.

FUNÇÕES: Personalidade, vitalidade, ação e vontade, paz e harmonia, autoestima, proteção contra vibrações negativas.

DISFUNÇÕES: Ansiedade, preocupação, indecisão, preconceito, desconfiança, negligência, mentira.

GLÂNDULA: Pâncreas.

ÓRGÃOS: Baço, estômago, fígado, vesícula, intestino delgado, parte inferior das costas, sistema nervoso vegetativo, sentimento de inferioridade, falta de lógica e razão, insegurança e insônia.



A PAZ DO

DESPERTAR

CHÁKRA CARDÍACO-Cardiochakra-Anahata (do sânscrito: "Anahata": "Invicto"; "Inviolado")



Região: Coração; ligado à glândula timo;

Cores Básicas: Dourado, - (Verde) - , Rosa.

Bija-mantra: "YAM". Responsável

pela irrigação energética do coração. Canal de movimentação dos sentimentos. Desenvolvido, cria um canal de amor que pode ser utilizado para o trabalho assistencial. O quarto chakra, o chakra do coração, é o local onde reside nosso Espírito, nosso verdadeiro Eu, que é eternamente puro e não pode ser afetado por nada, como um brilhante diamante escondido dentro de nós que testemunha todas as nossas ações. Após a Auto Realização, nossa atenção se torna pela primeira vez conectada a nosso Espírito e nós gradualmente tomamos consciência disso.

Nossas identificações errôneas com nosso ego ou condicionamentos desaparecem e nós começamos a nos identificar com nosso Espírito, que é a nossa verdadeira natureza



CHÁKRA CARDÍACO-Cardiochakra-Anahata (do sânscrito: "Anahata": "Invicto"; "Inviolado")

No nível físico, este chakra cuida de nosso coração e de nossos pulmões – se afetado pode nos causar asma ou diversos problemas cardíacos.

É a partir do nosso coração que a compaixão e o amor se manifestam, e é também o chakra do coração que nos dá o senso de responsabilidade e o comportamento puro em relação aos outros.

O chakra do coração se manifesta no centro (ao nível do osso esterno) como completa segurança e confiança. Todas as nossas preocupações, dúvidas e medos são destruídos quando o chakra do coração é totalmente iluminado pela Kundalini.



CHÁKRA CARDÍACO-Cardiochakra-Anahata (do sânscrito: "Anahata": "Invicto"; "Inviolado")

CARDÍACO: localizado no centro do peito, aberto para a frente e para as costas.

FUNÇÕES: Amor Incondicional, união, sistema imunológico.

DISFUNÇÕES: Desilusão, transição, pânico, depressão.

GLÂNDULA: Timo.

ÓRGÃOS: Coração, arritmia cardíaca, sistema circulatório, brônquios e aparelho respiratório, parte superior das costas, nervo vago, sangue, pele, rubor, pressão alta, colesterol alto, palpitações, acidose, síndrome de pânico e incapacidade de amar.



CHÁKRA LARÍNGEO-Laringochakra-Vishudda (do sânscrito: "Vishudda": "O purificador")



Região: Garganta; ligado à glândula tireóide (e paratireóides);
Cores Básicas: - (Azul-Celeste) - , Lilás, Amarelo
Bija-mantra: "HAM". Responsável pela irrigação energética da boca, garganta, e órgãos respiratórios. Serve de bloqueio para que as energias emocionais não cheguem ao chákras coronário. Desenvolvido, facilita a psicofonia e a clariaudiência. O quinto chakra (Vishuddhi) é o chakra da diplomacia, dos relacionamentos puros com os outros, e do alegre desapego. Ele remove todas as nossas culpas e remorsos, quando aberto pela Kundalini, e nos dá uma voz gentil e compassiva.

As tendências de dominar os outros ou de se sentir dominado pelos outros, os sentimentos de superioridade ou de inferioridade e todos os ciúmes são removidos quando este chakra é nutrido pela Kundalini. Também, o Vishuddhi é o chakra que nos dá a conexão com o todo, permitindo-nos sentir nossa unidade e o fato de que somos todos parte e parcela do Todo.



CHÁKRA LARÍNGEO-Laringochakra-Vishudda (do sânscrito: "Vishudda": "O purificador")

LARÍNGEO: localizado no meio da garganta, aberto para frente e para as costas.

FUNÇÕES: Comunicação, criatividade, iniciativa, independência.

DISFUNÇÕES: Fracasso, apatia, desespero, limitação, medo, insegurança, auto reprovação, submissão.

GLÂNDULA: Tireoide.

ÓRGÃOS: Garganta, amídalas, laringe, cordas vocais, esôfago, susceptibilidade a infecções virais e bacterianas, resfriados, amidalites, faringites, dores musculares e de cabeça (nuca), problemas dentários, endurecimento dos maxilares (bruxismo), congestão linfática, herpes e medo de fracasso na vida social.



CHÁKRA FRONTAL-Frontochakra-Ajnã (do sânscrito: "Ajñã": "Centro de comando")



Região: Testa; ligado a glândula hipófise (pituitária);

Cores Básicas: - (Índigo) - , Amarelo, Verde, Branco fluorescente.

Bija-mantra: "OM". E o responsável pela irrigação energética dos olhos. Desenvolvido, facilita a clarividência e a intuição. (as vezes palpita como um coração).

O sexto chakra é o chakra do perdão e da compaixão. O perdão é o poder de deixar sair a ira, o ódio e o ressentimento e de descobrir, com humildade, a nobreza e a generosidade do Espírito.

É este chakra que dissolve todo o nosso ego, condicionamentos, hábitos, falsas idéias de racismo e todas as nossas identificações errôneas.

É a porta estreita que abre o caminho para nossa consciência ascender a seu destino final, que é o sétimo chakra. Olhos que vagueiam, olhando coisas impuras, ou egocentrismo danificam este chakra. Olhar o céu, a terra ou a natureza pode ajudar a purificá-lo.

CHÁKRA FRONTAL-Frontochakra-Ajnã (do sânscrito: "Ajñã": "Centro de comando")

FRONTAL: localizado entre as sobrancelhas, aberto para frente e para as costas.

FUNÇÕES: Intuição, paranormalidade, percepção extrasensorial. Raciocínio lógico.

DISFUNÇÕES: Ganância, arrogância, tirania, rigidez, alienação.

GLÂNDULA: Pituitária.

ÓRGÃOS: Sistema nervoso central, olhos (cegueira, catarata, glaucoma), ouvido (surdez), nariz (rinite), falta de raciocínio lógico, vícios de drogas, álcool e outras compulsões.



CHÁKRA CORONÁRIO-Coronochakra-Sahashara (do sânscrito: "Sahashara": "O lótus das mil pétalas")



Região: Topo da cabeça; ligado à glândula pineal (epífise);

Cores Básicas: - (Violeta) - , Branco Fluorescente, Dourado –

Bija-mantra: "Brahmarandra" ou o "OM". É o responsável pela irrigação energética do cérebro.

Desenvolvido, facilita a telepatia, a mediunidade e expande a consciência. O sétimo centro é o chakra que integra todos os demais chakras com suas respectivas qualidades. É o último marco da evolução da consciência humana.

Atualmente, nós nos encontramos em um nível que corresponde a este chakra e nossa consciência é capaz de facilmente penetrar neste novo reino de percepção, que está além de nossa mente limitada e de nossos conceitos e que se torna absoluta ao nível do Sahasrara. É a percepção direta e absoluta da Realidade em nosso sistema nervoso central. É isto precisamente que é obtido através da Auto-Realização, através do despertar espontâneo da Kundalini.

CHÁKRA CORONÁRIO-Coronochakra-Sahashara (do sânscrito: "Sahashara": "O lótus das mil pétalas")

FRONTAL: localizado entre as sobrancelhas, aberto para frente e para as costas.

FUNÇÕES: Intuição, paranormalidade, percepção extrasensorial. Raciocínio lógico.

DISFUNÇÕES: Ganância, arrogância, tirania, rigidez, alienação.

GLÂNDULA: Pituitária.

ÓRGÃOS: Sistema nervoso central, olhos (cegueira, catarata, glaucoma), ouvido (surdez), nariz (rinite), falta de raciocínio lógico, vícios de drogas, álcool e outras compulsões.

