

Chakras: Introducción



- A lo largo de los Vedas (siglo VIII a.C.) y de las Upanishad que se le añaden (siglo IV a.C.) no hay ninguna mención de los chakras.
- Los Chakras aparecen claramente en la vía del Yoga, pero en el yoga tántrico. En manuales esotéricos aparecidos sobre el siglo V d.C. Tantrismo cuyo desarrollo pleno se sitúa entre los siglos IX y XII.
- Hay que decir que estos textos son voluntariamente oscuros, alusivos, incompletos. Y esto es así porque el tantrismo es un movimiento esotérico que reacciona contra el monopolio cultural de los brahmanes y por tanto se mantiene a la

sombra. Y por otro lado, la iniciación requiere de la guía de un gurú y hay que evitar toda iniciación no controlada. Así el tema de los chakras está envuelto en un contexto esotérico, en una enseñanza elitista y reservada.

- El tantrismo (y el Hatha Yoga forma parte de él) rechaza el sistema de castas. Afirma que todo puede ser bueno para el procedimiento del yogui, incluso lo que está prohibido para la mayoría (de ahí que se coma carne, se beba vino, se haga el amor, se hagan sacrificios rituales en el ritual tántrico). Y después el tantrismo concede importancia especial al culto de la Sakti, a esa energía primordial que forma parte de la vida pero que es sobre todo un retorno al culto de lo femenino, de la madre original.

- ¿Qué es lo que pretende este yoga tántrico? Una disolución. Kundalini Yoga o Laya Yoga, donde Laya significa disolución. Se trata de disolver la forma material de la energía. Reunificando lo alto y lo bajo, la consciencia y la energía, Shiva y Shakti, lo masculino y lo femenino, la especie y el individuo. Así queda abolida la dualidad. El yogui se esfuerza en despertar esta energía dormida en la base de la columna, enroscada tres veces y media. La Kundalini, «la enroscada» es esta fuerza instintiva, a veces ciega, que hay, como símbolo, que rescatar y elevarla a planos más consciente e individuales. Tradicionalmente Kundalini viene a representar una especie de anillo curvado que es muy difícil de romper. Es precisamente esta dificultad de salir de la rueda inconsciente, de la inercia instintiva lo que viene a simbolizar la

Kundalini.

- Ciertamente el yogui tiene una experiencia de esta Kundalini. Hay un movimiento energético poderoso, ascendente a través del eje central, y se experimentan remolinos energéticos en diferentes lugares a lo largo de este eje central. Hormigueo, calor intenso, vibración, etc, pueden marcar esta experiencia energética. Pero una cosa tiene que quedar clara, esta experiencia fundamental para el yogui no podría estar separada del contexto místico que está en la base ni del objetivo de disolución pretendido.

- Podemos decir que el yogui en el transcurso de su iniciación va «perforando» los chakras, uno tras otro, deshaciendo los granthi (nudos) con la ayuda de las diferentes herramientas simbólicas que tiene a su alcance y la energía liberada por la Kundalini despertada, hasta que esa energía Kundalini elevada se encuentra con el principio masculino y se producen las bodas divinas entre Shiva y Shakti, es el Samadhi, la iluminación, Mukti, la liberación.

- ¿Qué entendemos por chakra? Significa disco, rueda, círculo o torbellino. Y los debemos interpretar, siempre desde la perspectiva del yogui, como puntos de unión entre el cuerpo grosero y el cuerpo sutil. El cuerpo sutil es el soporte de las impresiones y los rasgos del individuo, las formaciones inconscientes que se llaman samskara y que definen un nuevo nacimiento en la rueda imparable de la vida que configura el karma de cada individuo. Cuerpo sutil donde están los residuos de otras vidas.

- Y si bien los chakra son este nexo entre cuerpos también habla de un símbolo. Cada chakra es la rueda del devenir de los seres, rueda de encadenamiento pues se manifiesta, en la persona común, como el lugar de los nudos o granthi que aprisionan a la persona en la dimensión ilusoria de maya. ya sea el poder, la posesión, el deseo, etc. El yogui tiene pues que perforar estas ruedas para pasar a otro nivel de realización. Los chakras pues no tienen que ver estrictamente con la realidad anatómica sino que son centros de la propia ascesis y de la propia práctica que en el yogui están en su propio cuerpo.

- Para el Tantra todo en la vida es sagrado, también el cuerpo es un templo donde reina la sacralidad. Así el iniciado descubre que hay una semejanza entre el macrocosmos, el universo que nos envuelve, y el microcosmos, el cuerpo donde habitamos. El cuerpo será la prolongación del cosmos y la psique las fuerzas que interactúan en él. Tiene que ver, para el iniciado, unas correspondencias sistemáticas entre el macro y el microcosmos. Cada elementos del mundo espiritual tiene que tener una correspondencia con el mundo material. Tal vez por eso el yogui vive en el cuerpo el reflejo de la evolución espiritual. No nos olvidemos que no se actúa desde un plano racional y lógico sino desde una posición mágica del mundo, desde un plano analógico.

- El yogui representa en los chakras un orden evolutivo, pues recorriendo este eje evolutivo es que el yogui recorre su camino espiritual.

- Esta energía Kundalini guiada es el motor de esta travesía. Entonces en cada chakra

se produce un encuentro entre lo corporal y lo simbólico para transformar esta energía despertada.

- Cada chakra ha sido situado en un punto del cuerpo pero variable en número y localización dependiendo del gurú y de la escuela esotérica. Estas variaciones se explican porque la percepción es «sutil» y por tanto a veces difusa, pero también las variaciones son debidas a que son puntos de meditación y de concentración.

- Los nombres más comunes son:

muladhara, rueda de apoyo de la base.

svadhistana, sede del sí mismo.

manipura, abundancia de joyas.

anahata, el intacto.

visuddha, el purificado.

ajna, rueda del mandamiento.

sahasrara, la rueda de mil pétalos (pero no se sitúa en el cuerpo sino el Todo, en el Uno). Lugar de la separación y del retorno por donde el alma transita, en el nacimiento y en la muerte.

- Los chakras son estas etapas corporizadas de una evolución espiritual y los medios simbólicos para elevarse en este camino. Podemos recordar en otras tradiciones las ascensiones místicas. Los 7 dones del Espíritu Santo del que hablaba san Agustín (sabiduría, Entendimiento, Consejo, Fortaleza, Ciencia, Piedad y Temor de Dios) o la subida al monte Carmelo de san Juan de la Cruz. O por ejemplo las meditaciones en el Hesicasmo, o las etapas del Kakuan

dentro de la filosofía Zen, etc.

- Si todo lo que hay en el universo tiene que tener cabida en el esquema de chakras, encontraremos en cada chakra los elementos constitutivos del universo (aire, agua, tierra, fuego y éter), una divinidad, un sonido o bija, sonido que representa a una divinidad, representado dentro de una forma mandálica (mandala que viene a representar el universo y que sirve como soporte de atención). Cada chakra tendrá un color, una cualidad de la materia, etc, etc.

- Pero es interesante ver como cada chakra es representado por una flor de loto con un determinado número de pétalos (4, 6, 10, 12, 16, 2, 1000). Para la tradición hindú el loto es un símbolo espiritual. Es esa flor inmaculada que brota del fondo de las ciénagas y simboliza el espíritu puro saliendo de la materia impura del cuerpo. El tallo de la flor es el eje del mundo por donde corre la Kundalini, y la corola es la expansión. Representando así tallo y corola los principios masculino y femenino del universo.

- Para el tántrico esta movilización de la energía se hace a través de una práctica sexual, que si es simbólica se llama, Tantra Vía de la mano derecha, y es puesta en acción, Vía de la mano izquierda. Esta unión sexual simboliza la unión y trascendencia de la dualidad, de los principios masculino y femenino.

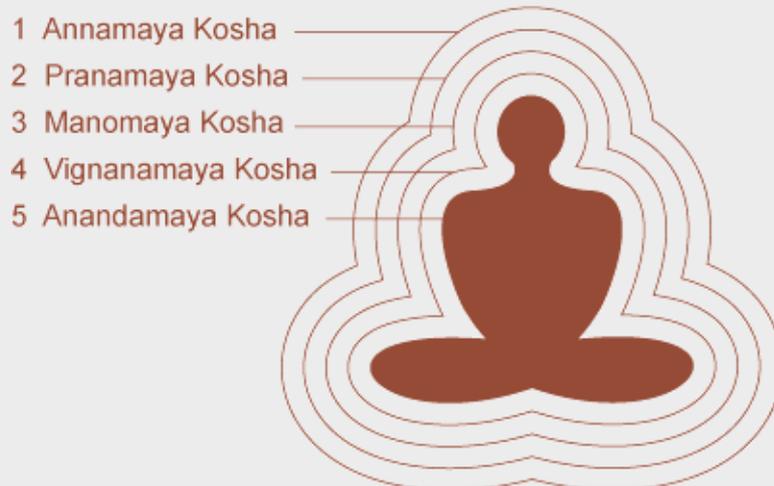
- Este anclaje corporal de los chakras permite asentar una práctica para movilizar esa energía sexual que es la energía más densa del universo. Los símbolos en los chakras son guías en la meditación.

- Como imagen podemos poner el ejemplo del falo. Un falo no es un pene, es una representación de un poder, que el mismo pene hace gala cuando está erecto. La eficacia del falo está ligada a su valor de imagen o de símbolo, y desaparece cuando desaparece el soporte cultural del que toma este valor. Ningún falo puede engendrar un hijo pero sí las figuras fálicas pueden ser efectivas como ritos de fecundación, cosa que la visión de un pene no puede hacer. Como los menhires en los pueblos ancestrales.

- El chakra es real en la medida en la que constituye una etapa en la evolución del practicante hacia la disolución de la dualidad. Responden al poder que tiene la persona de poner el mundo en imágenes para hacerse una representación vivible y poder operar con él. Visualización, percepción, pensamiento y energía están profundamente interrelacionados.

- Tenemos que considerar a los chakras como bases de una visualización que guía la meditación a través del cuerpo, además de ser portadores de una cierta carga energética.

Julián Peragón



- ANNAMAYA KOSHA, cuerpo físico

Es tu cuerpo físico, la parte más densa de lo que somos. Se forma con el alimento físico y los líquidos que ingerimos. Eres consciente de tu cuerpo físico cuando estás en el estado de conciencia de vigilia. Es un cuerpo donde se mezcla los elementos (tattwas): la tierra (prithivi), el agua (apas), el fuego (agni), el aire (vayu) y el éter (akasha).

Siente tu cuerpo físico atraído por la gravedad, nota el volumen que ocupa en el espacio, el peso que tira hacia abajo. Nota la densidad del esqueleto, los ligamentos y la musculatura, también cada uno de los órganos.

- PRANAMAYA KOSHA, el cuerpo energético

Es tu cuerpo energético, el cuerpo hecho de prana. Es lo que le da la vida a tu cuerpo, la vitalidad. Lo sientes en el latido del corazón y el movimiento de la sangre. Es la energía que percibes como vibración, magnetismo, calor. Son las corrientes de

energía (nadis) que recorre tu cuerpo.

Es la energía que está en el aire y que se asimila en el árbol bronquial (prana), la energía que permite absorber los alimentos (samana) y que distribuye por todo el cuerpo (vyana), la que se expresa en el habla (udana) o la que elimina tus toxinas (apana).

- MANOMAYA KOSHA, el cuerpo mental

Es tu cuerpo mental. Más sutil que los anteriores es el cuerpo de tus emociones y tus pensamientos. Se nutre a través de la percepción de los sentidos, las imágenes que entran por los ojos, los sonidos que se filtran por los oídos, los aromas por la nariz, los sabores por la boca y las texturas a través de la piel. Se alimenta de la percepción y también con la memoria de las experiencias pasadas.

Siente como las emociones impactan en tu cuerpo físico arrastrando una cantidad de energía, siente como puedes contemplar un objeto y todos los pensamientos que se pegan a ese objeto definiéndolo, discriminando sus cualidades. Siente ese aire mental que se cuele por las rendijas de la realidad construyendo una torre de significados e ideas.

VIGNANAMAYA KOSHA, el cuerpo intuitivo

Es tu cuerpo intuitivo o psíquico. La intuición es ese rayo que ilumina la realidad de forma inmediata sin tener que pensarla. Es la visión directa que te lleva

a la sabiduría. Es ese Yo profundo que percibe el reflejo del Ser no condicionado. Es la budhi, la parte más iluminada de nuestra mente.

Siente ese Yo nuclear como una encarnación única e irrepetible. Siente ese Yo que se conecta con la tierra de tu cuerpo y con el cielo de tu espíritu.

ANANDAMAYA KOSHA, el cuerpo espiritual

Es tu cuerpo espiritual. Es el cuerpo causal, origen de todas las demás envolturas. Es un cuerpo de beatitud y felicidad. Es el soporte último donde reposa el Ser que está más allá de todo cuerpo, de todo velo. Es aquí donde trasciendes la dualidad y ya no hay ni espacio, ni tiempo, ni individualidad. Entrás en este cuerpo de forma inconsciente todos los días en el sueño profundo, donde ya no se siente ni el cuerpo, ni la mente.

Julián Peragón

Chakras simbolismo: Svadhithana

- Svadhithana significa «el lugar donde mora el ser». Es el chakra sacral, ubicado entre la quinta vértebra lumbar y el sacro.
- A diferencia del cuadrado para el elemento tierra del primer chakra, aquí, el

elemento agua está representado por un círculo.

El elemento agua representa la esencia de la vida. Sin ella sería todo estéril. La forma del yantra es un círculo con una luna creciente, y todos sabemos que la luna regula las mareas de los océanos y cualquier fluido como el agua que hay en nuestro organismo. Esas mareas las debemos interpretar como mareas emocionales que todos sentimos cíclicamente.

Es notable la sincronización de la menstruación de la mujer con las fases de la luna y las fluctuaciones emocionales que ello conlleva.

- Nos encontramos con 6 pétalos de color rojo. El sonido de la bija es VANG cuya repetición, se dice, deshace cualquier bloqueo en las regiones inferiores.
- El animal simbólico es el cocodrilo que avanza con un movimiento de serpiente, reptando, simbolizando la naturaleza sexual de la persona. Los hábitos de caza y flotación del cocodrilo se asemejan a las características de la persona centrada en el chakra svadhistana. La captura de las presas con estrategia, la potencia sexual, el camuflaje en el buceo del cocodrilo nos recuerdan ciertos aspectos del chakra.
- La deidad representada es Vishnú, el dios de la conservación del universo. Como Vishnú preserva la raza humana tiene que ver con la procreación. Los cuatro brazos de Vishnú representan: La concha, representa el sonido puro que libera a los seres humanos; el aro de luz que gira sobre el índice de la mano derecha representa el dharma que gira sobre su propio eje,

aparta los obstáculos y destruye la desarmonía; el mazo sirve para mantener el control sobre la tierra. Y nos habla de la seguridad y bienestar material y económico antes de cumplir los objetivos de la vida sexual; el loto de color rosa claro en la otra mano izquierda nos habla de la pureza de la flor que se abre con el primer rayo del día y se cierra con el último, y cuyo olor tranquiliza los sentidos.

Rakini shakti tiene dos cabezas y representa la inspiración del arte y la belleza. En sus cuatro manos lleva una flecha lanzada desde el arco de Kama el señor del amor erótico, e indica el ímpetu del movimiento ascendente en este chakra. La flecha de Rakini es la de las emociones que producen dolor y placer, y que nos habla de la dualidad. El cráneo habla de la naturaleza de lo romántico que deja que las emociones dominen nuestra conducta. El tambor representa el poder del ritmo, y el hacha es con la que la shakti elimina los obstáculos de este chakra.

Las dos cabezas de la Rakini expresan la dualidad de la energía en este chakra que quiere alcanzar el equilibrio entre el mundo exterior y el interior. La atención se dirige hacia los deseos y fantasías sexuales.

Julián Peragón

Chakra simbolismo: Ajna

- Ajna está representado por dos pétalos (de 48 pétalos cada uno) de un color gris claro o plateado en el entrecejo. Los dos pétalos representan a Shiva y Shakti y por extensión la unión de las polaridades, Sol y Luna que son las energías masculinas y femeninas que están en nuestro interior. No en vano en la base del chakra, las polaridades energéticas de los nadis Ida y Pingala se unen con el canal central Sushuma.

- En el centro del loto hay un círculo, en ese vacío aparece un lingam (itara lingam, del color de la luz) detrás de la deidad Ardhanarishvara, una figura que es mitad hombre, mitad mujer, el Shiva-Shakti. Es como si nos quisiera decir que en un determinado nivel de elevación de la conciencia la energía y la consciencia se funden, lo masculino y lo femenino se integran en una armoniosa androginia.

La mitad derecha que es la masculina tiene la piel de color azul y su mano sujeta un tridente representación de tres aspectos de la conciencia. El lado izquierdo es el femenino, de piel rosada. Sostiene un loto rosa, símbolo de pureza. Lo que nos quiere decir es que en el sexto chakra la dualidad es abolida. Es el nivel de moksha o liberación.

- Por encima está el símbolo del mantra Om como sonido semilla de este chakra.

- Hakini Shakti está representada por cuatro brazos y seis cabezas. Representa la conciencia de la no dualidad. Tiene entre sus manos, un mala para la recitación del

japa, base de la concentración; un cráneo que disuelve todo miedo a la muerte; el tambor de Shiva que impulsa con su ritmo al adepto por el camino de realización; y un mudra que otorga la ausencia de miedo.

- Las partes del cuerpo representados por este centro son el cerebro y el sistema nervioso central. Los ojos, los oídos y la nariz. Rige la glándula pituitaria o hipófisis.

- El desarrollo de este chakra nos proporciona visión lúcida, una comprensión de la realidad tan penetrante que disuelve avidya, la ignorancia. Prevemos los errores porque tenemos la capacidad de aprender de la experiencia, evaluar nuestra vida.

Aquí se desarrolla el llamado tercer ojo, esa intuición que es la conexión con el conocimiento directo. Se vive en el misterio sin intentar arrancarte todas sus verdades. Esa inmensidad que aparece nos lleva a una verdadera humildad.

Se canaliza lo sagrado como esa cualidad del Ser que es puro potencial. Receptivos a todo lo que trae la vida.

- En disfunción, este chakra puede cargar con una arrogancia intelectual o como una visión fundamentalista que no admite réplica. Pueden aparecer obsesiones y pesadillas. Vivir en un mundo irreal.

Julián Peragón

Chakras simbolismo: Vishuddha

- La purificación se establece en este chakra, por eso su significado es «el lugar de la purificación», o el «lugar del néctar y del veneno». Vishuddha es la comprensión de que sólo dejándonos fluir en la vida ésta se volverá una verdadera maestra. Ya no intentamos desechar las experiencias desagradables sino estar con «el néctar y el veneno»
- Rodeado por dieciséis pétalos de color rojo granate, una luna creciente plateada dentro de un círculo blanco como la luna lleba. Ésta luna plateada es el símbolo de Nada, el sonido puro, y evidentemente corresponde a este quinto chakra donde su función es la expresión.
- La luna creciente es símbolo de pureza y está abierta a la energía psíquica. Estamos en un chakra que es soporte del cuerpo mental inferior que junto con Ajña representan Vignanamaya Kosha.
- En el quinto chakra, todos los elementos de los chakras inferiores, tierra, agua, fuego y aire, se disuelven en akasha, el éter. Por eso la imagen del templo interior del cuerpo es muy clara (ver abajo). Donde vemos la integración de los diferentes elementos hasta el más sutil.
- Las 7 trompas del elefante del primer chakra han caído y sólo queda una, la del sonido puro que es la fuente de la iluminación. El elefante Gaja es símbolo de confianza, color blanco. Las grandes orejas y su paso rítmico son símbolos de la conciencia del sonido. Es símbolo también

de paciencia, memoria y autoconocimiento.

- Panchavaktra Shiva representa los cinco sentidos y la unión de los 5 elementos en su energía más sutil. Los aspectos de Shiva son: Aghora (akasha), Ishana (agua), Mahadeva (tierra) , Sada Shiva (aire), Rudra (fuego).

Puede ser representado como el gran maestro. Todos los elementos se han disuelto en una gran unión.

- Shakini Shakti es la encarnación de la pureza. La memoria, la intuición y la improvisación están relacionadas con la deidad. Y la mayoría de enseñanzas son reveladas a los adptos a través del sueño.

- Aquí en Vishuddha intentamos discriminar lo que viene de la mente de lo que viene de la más pura intuición. Se comprende que la realidad está prefabricada desde nuestros filtros mentales y culturales.

- La localización del chakra está a nivel de las cervicales C3 y C4, y su kshetram está entre la tiroides y la laringe. El cuello, la parte alta de la espalda, el dorso de brazos y manos están conectados con este chakra.

- En los textos tántricos antiguos se habla que el Bindu, centro energético situado debajo de la coronilla, segrega un fluido que gotea incesantemente desde la coronilla hasta la garganta. Es el néctar o el Soma (como lo llaman en los Vedas). Podría simbolizar el vino en la eucaristía cristiana. Es un sinónimo de éxtasis o ese estado de beatitud que llaman Ananda. El iniciado intenta purificar el veneno del néctar que fluye desde Bindu, si no es

posible el néctar llega hasta Manipura donde se consume en el fuego, Agni.

- El chakra es el vehículo de la comunicación, la creatividad y el conocimiento. Aquí la voz se vuelve dulce y el carácter afable. La persona aumenta su sensibilidad y su grado de nobleza. Idealismo y verdad van al unísono. Uno no sólo escucha sus sueños sino que intenta estar a la altura de su grandeza. La capacidad de interiorización es el preámbulo de la alquimia de purificación que se está dispuesto a realizar. Podemos expresar nuestros sentimientos y nuestros pensamientos sin que seamos desgarrados por ello. Está abierto a la fe que es la antesala del conocimiento.

- En disfunción nos encontramos con tendencia a la timidez y a la soledad. Tendencia a la mentira y a las adicciones. La desconfianza dará paso a una cerrazón y a una no reflexión, y más que ser un puente entre cabeza y corazón se volverá un obstáculo. No aceptando las críticas, dificultando la propia ecuanimidad.

- El canto de mantras es la gran herramienta de este chakra para elevar la kundalini.

Julián Peragón

Chakras simbolismo: Sahasrara

- Sahasraras significa «mil», multiplicado por mil, pues alude a un número elevado, un número mítico que simboliza lo ilimitado. Aquí es donde se conecta con la dimensión infinita del Ser.
- Se ha realizado un viaje iniciático desde el primer hasta el séptimo chakra, un viaje lleno de obstáculos hasta su culminación en este centro. Pertenece al plano espiritual y realmente no es un chakra, sino un estado, un estado de iluminación. La fuente de energía que está más allá del espacio-tiempo.
- Ese estado es un estado de gracia, dicha o embeleso. Es el samâdhi en cuanto conciencia total o supramental. Es el Nirvikalpa Samâdhi, Sunyata, esto es, la Vacuidad.
- Está localizado en la parte superior de la cabeza y es, según la tradición, la residencia de Shiva, la conciencia. Los animales simbólicos son la oca o ganso vinculado con Bhrama en señal de infinito, y el águila pues es el pájaro que tiene el vuelo más alto, como el espíritu que vislumbra la globalidad.
- El loto blanco totalmente abierto simboliza la lluvia de fuerzas cósmicas que caen sobre el individuo. El arco iris hace referencia a esa síntesis que representa el último chakra de las energía de los chakras anteriores. Sin embargo, los colores asociados son el violeta, el blanco y el dorado.
- La glándula asociada es la glándula pineal o epífisis pues tiene forma de piña.

Es de aproximadamente un centímetro unida en el extremo posterior del tercer ventrículo del cerebro. Es la encargada de segregar la melatonina que controla los ritmos biológicos y afecta al sueño y también a la reproducción. Tiene que ver con la luz que recibimos de tal manera que en las horas de oscuridad aumenta su nivel en sangre. El hecho de trabajar hasta altas horas de la madrugada, la luz artificial, dormir con las cortinas cerradas puede alterar el ritmo biológico que controla esta glándula.

- Digamos que estamos en el vínculo donde el ser se funde con el Ser, micro y macrouniverso se reflejan, el alma individual danza con el alma cósmica. Es el enlace entre Prakriti y Purusha.

- Las cualidades en este chakra son las de humanidad y compasión. Alegría natural, generosidad, altruismo y amor incondicionado. Conciencia de no separatividad. Ecuanimidad, visión de la totalidad. Si el centro está dormido o bloqueado nos podemos encontrar con rigidez de creencias, incomprensión, polarizarse entre la credulidad y el escepticismo. Quedarse en una prepotencia delante del mundo o ser un eterno inconformista.

Julián Peragón

- El chakra Muladhara es la base de todos los demás chakras, de los circuitos energéticos. Es el contenedor de la Kundalini Shakti.
- No tiene punto reflejo como los otros chakras, así la concentración se hace directamente sobre el perineo en el ser humano y en la zona del cóccix.
- El simbolismo como expresa este diagrama de la página, tiene 4 pétalos de color rojo intenso.
- El cuadrado amarillo es el símbolo del elemento TIERRA. Es en el primer chakra, el más denso por lo que le corresponderá por analogía el elemento más denso de la naturaleza que es la tierra.

La forma cuadrada representa el espacio terrestre, las 4 direcciones, las 4 dimensiones.

- En el interior del cuadrado nos encontramos con un triángulo rojo invertido símbolo de la Shakti Kundalini o energía femenina que representa las cualidades de la fecundidad, productividad, creatividad y vida.
- En el interior del triángulo hay un Shiva Lingam que es una representación fálica del cuerpo de Shiva, de lo absoluto. El Lingam tiene a la serpiente Kundalini enroscada tres vueltas y media. Las tres vueltas representan las Gunas o cualidades de la energía, Tamas, Rajas y Sattva. Y lo más importante es que esa media vuelta es la posibilidad de trascendencia, el camino de elevación que hace el yogui, es decir, el camino del héroe. Podríamos decir que de ese océano de energía instintiva cabe la

posibilidad de rescatar algo de esa inmensidad para nuestro proceso de individuación. En términos simbólicos hacer las bodas divinas de Shiva, la conciencia y Shakti el poder, la energía.

- El elefante va a representar, por su tamaño, la solidez y la fuerza, el gran potencial de transformación que reside en nuestra base. Las 7 trompas son los aspectos que deben ser reconocidos para evolucionar en armonía con la naturaleza por el individuo. Los órganos de los sentidos y el trabajo. Quien ha activado el primer chakra caminará sólidamente como un elefante.

- La deidad representada es Brahma niño, con 4 cabezas y 4 brazos para poder actuar y ver en todas direcciones. Cada cabeza representa un aspecto de la conciencia humana. El ser físico, el ser emocional, el ser racional y el ser intuitivo.

- La Sakti simbolizada es Dakini que integra las fuerzas de Brahma, el creador, Vishnu, el conservador y Shiva, el destructor simbolizado en el tridente. En una mano lleva la calavera como si nos quisiera decir que hay que alejarse del miedo a la muerte. La espada en la mano derecha representa la destrucción de la ignorancia. Es como la mente afilada que corta la confusión y discrimina lo esencial de lo superficial. El escudo representa la capacidad de defenderse de los problemas y de los avatares de la vida. Los ojos de la Dakini Shakti son rojos indicando el aspecto colérico de la divinidad que puede manifestar.

- El dios regente es Ganesha, el dios con cabeza de elefante que se invoca para que

dé protección. Se venera también para que elimine los obstáculos. Es hijo de Shiva y Parvati, de alguna manera la unión de sabiduría y amor.

Julián Peragón

Chakras simbolismo. Manipura

- Manipura significa «la ciudad de las joyas» y está localizado en la zona epigástrica, en torno al ombligo. El chakra está a la altura del ombligo en el eje de la columna pero su reflejo (ksetram) un poco por debajo del ombligo.

- Manipura tiene 10 pétalos en el yantra que lo representa. En su interior hay un triángulo de color rojo intenso invertido. El triángulo es el símbolo del elemento fuego que es el que se asocia a este chakra. Fuego que ayuda a la digestión y a la absorción de los alimentos. Triángulo que invertido indica el movimiento de la energía que va hacia abajo en todo el proceso digestivo.

El órgano de los sentidos representado es la vista.

- Los pétalos son de color azul como la llama azul, esa parte luminosa del fuego. Un bîja mantra es ese sonido germinal que expresa la fuerza del chakra, en el caso de

Manipura es RANG, cuya repetición de forma adecuado ayuda a la capacidad digestiva y como consecuencia mayor salud y longevidad.

- El cordero (que en sánscrito se llama Ram) es el animal representado en este chakra ya que es fuerte y enviste con la cabeza, tal vez aludiendo a la persona que desde este chakra se afirma en el mundo dominada también por el intelecto. La naturaleza solar de este chakra hace que la persona quiera vivir en grupo y busque sus objetivos sin pensar demasiado en las consecuencias, precisamente como hacen los corderos. El orgullo, la vanidad pueden formar parte de su carácter, pasiones que se alimentan dentro del grupo al que se pertenece.

- El chakra Manipura está estrechamente vinculado con Kundalini. Según e budismo tántrico, el despertar de la Kundalini empieza en Manipura ya que se considera que los chakras anteriores pertenecen al mundo animal y con el tercero empieza propiamente lo humano. Sin duda, es el centro de la voluntad y de la energía. En otras tradiciones se hace hincapié en Hara, Dan Tien para hablar de este punto como océano de energía.

- De haber problemas en este chakra nos encontraríamos con una falta de tono vital, con depresión o problemas de salud.

- La deidad representada es la del viejo Shiva, Braddha Rudra que representa el poder de la destrucción pues todo lo que existe es atraído por él. Tiene una piel de color azul y barba plateada. Se sienta sobre la piel de un tigre pues el tigre representa a manas, la mente.

La shakti representada es Lakini con tres cabezas pues su visión va desde el plano físico al celestial pasando por el astral. En sus cuatro manos sostiene el trueno en la izquierda que es la energía eléctrica del fuego, la flecha lanzada con el arco de Kama, el señor del sexo, en la otra mano. El fuego en la derecha y el gesto de ausencia de miedo en la otra derecha.

- En este chakra se concreta la imaginación despertada en el segundo centro energético. Se asume el poder y la organización necesaria en la vida y en el propio grupo. Se pueden expresar las ideas de forma clara necesario para ejercer el propio poder.

Julián Peragón

Chakras simbolismo: Anahata

- Anahata significa el «intacto», «el no golpeado», «el sonido que no se inmuta»
- Está situado en el centro del pecho, corresponde al plexo cardíaco y tiene que ver con la glándula timo y con el mismo corazón.
- El elemento del chakra anahata es el aire, precisamente es el que corresponde a los pulmones y que proporciona oxígeno y prana a todo nuestro sistema. Es el prana vayu que nos enriquece de iones negativos, es decir, vitalizadores, cuando respiramos

en un entorno limpio y natural.

Está simbolizado por un hexagrama que son dos triángulos en direcciones opuestas. El triángulo que mira hacia arriba simboliza a Shiva, principio de la consciencia, y el otro que mira hacia abajo simboliza a Shakti, el principio de la energía. Diríamos que a este nivel ambos triángulos, lo masculino y lo femenino se integran y se equilibran.

Hay que recordar que anahata está a medio camino entre los 3 chakras inferiores y los 3 superiores.

- Los doce pétalos de color rojo oscuro que rodean al hexagrama representan las múltiples direcciones que toma la energía a diferencia de los chakras inferiores que son más lineales.

- El animal simbólico es el ciervo o antílope que al igual que el corazón salta de alegría. Muy sensible los ojos del ciervo inspiran pureza e inocencia.

- Ishana Rudra Shiva, la deida representada manifiesta una felicidad perpétua. Su naturaleza es pacífica. Sostiene un tridente y un tambor en ambas manos. Las serpientes enroscadas representan las pasiones domesticadas. Y las trnzas son el río sagrado Ganges que trae purificación y conocimiento. Además tiene un aspecto de juventud eterna.

Los deseos dejan de ser una atadura porque la energía fluye en muchas direcciones, indicando que se vive en armonía con el mundo interior y exterior.

- Nos encontramos también en el cuarto

chakra con un lingam, shivalingam que es el segundo lingam en la escalera de los chakras; el primero es el que está en muladhara con la shakti kundalini enroscada tres vueltas y media. El tridente que sostiene representa las tres gunas, tamas, rajasya y sattva. Este lingam es símbolo de la conciencia como si el corazón nos pudiera hacer de guía.

- Las cuatro cabezas de Kakini Shakti hablan del aumento de vibración en este chakra con respecto a los anteriores. Es inspiradora de la música, el arte y la poesía. Y lleva en sus manos las herramientas necesarias para establecer el equilibrio propio del chakra.

- Dentro de un triángulo aparece hermosamente la Shakti Kundalini en un movimiento, propio del triángulo, de ascensión. Ya no aparece en forma de serpiente destructiva, pues en forma de diosa posibilita la comunicación con ella. Encarna el anahata nada, el sonido cósmico que empieza en el corazón como AUM, semilla de todos los sonidos.

Julián Peragón

49 ASPECTOS DEL SER HUMANO				Dr. HUGO ARDILES			
CUERPOS:	Cuerpo Orgánico	Cuerpo Energético	Cuerpo Emocional	Cuerpo Afectivo	Cuerpo Intelectual	Cuerpo Mental	Cuerpo Espiritual
LEYES DE:	Física, química y estructura: Organos	Energía y movimiento: Huesos, articulac, músculos	Vida emocional: Emociones	Vida relacional: Amor, voluntad, conducta	Intelecto: Conocimiento, control, análisis, memoria	Mente: Creación, inspiración, síntesis, abstracción	Espíritu: Espiritualidad Principios cósmicos
CENTRO CORONARIO (Sahasrara)	TRANSPERSONAL (Antena) Glánd: pínica S.N. corteza cerebral	MAGNETISMO PSICOMETRÍA MEDIUMNIDAD	CLARIVIDENCIA CLARIAUDIENCIA	SANACIÓN	TELEPATÍA	INSPIRACIÓN pasado-futuro	ESPIRITU Kriya Yoga (Yoga de la integración)
CENTRO FRONTAL (Ajna)	MENTE SUPERIOR (Creación) Glánd:hipofisis S.N. tronco cerebral Org: visión, olfato	DIRECCIÓN DE LAS ENRGIAS CORAZA MENTAL	CREACIÓN ARTÍSTICA Arte Música Danza Pintura	AYUDA SERVICIO AL TRUISMO VOLUNTAD	CREACIÓN INTELECTUAL MEMORIA Ciencia Filosofía Literatura	MENTE SUPERIOR Inteligencia Intuición Voluntad	ALMA YO-SUPERIOR Raja Yoga (Yoga de la Mente)
CENTRO LARÍNGEO (Vishudha)	INTELECTO Glánd: tiroides S.N. plexo cervical Org: lengua, faringe, laringe, tráquea, esófago	TRANSMISIÓN PENSAMIENTO Voz, palabra, movimiento dedos, represión del movimiento CORAZA INTELECTUAL	EMOCIÓN DEL PENSAMIENTO Control. Represión de la emoción Técnica artística: música, danza, pintura	COMPRESIÓN ACEPTACIÓN Plancamiento inteligente del amor Relaciones, conducta Represión del afecto	PENSAMIENTO Percepción Concentración Idea de si Control del pensamiento Represión del pensamiento	PENSAMIENTO ABSTRACTO Concepto Ideación Juicio	META-FÍSICA Gnani Yoga (Yoga del conocimiento)
CENTRO CARDÍACO (Anahata)	VIDA AFECTIVA Glánd: timo S.N. plexo cardíaco Org: aparato respiratorio, aparato circulat	EXPRESIÓN DEL AFECTO CORAZA AFECTIVA	EMOCIÓN DEL AFECTO Amor – odio Enamoramiento Romanticismo Estética	AFECTO AMOR VOLUNTAD TRABAJO Idealismo Búsqueda del ser amado	PERCEPCIÓN DE SI MISMO COMO UNIDAD Juicio de realidad Registro de los afectos	PRINCIPIOS Yo Identidad Ideología	MÍSTICA Amor a Dios y a la humanidad Ideal de perfección Karma Yoga (Yoga de la vida diaria)
CENTRO MEDIO (Manipura)	VIDA EMOCIONAL Glánd: páncreas S.N. plexo solar. Org: estómago, hígado, páncreas, intesti	MOVIMIENTO EXPRESIVO Expresión Actitud Postura CORAZA EMOCIONAL	EMOCIÓN EXPRESIÓN Estados de ánimo Carácter Alegría-Tristeza Angustia Ansiedad	SENTIMIENTOS Necesidad de amor. Idealización. Búsqueda del objeto amado.	CONTACTO CONSIGO MISMO Maya, fantasía. Dramática relacional interna Registro de las emociones	SENTIDO ESTÉTICO Arte Expresión artística	SENTIMIENTO RELIGIOSO Bhakti Yoga (Yoga de la devoción)
CENTRO LUMBO-SACRO (Swadhistana)	ACTIVIDAD MUSCULAR Glánd: medula suprarrenal, sexuales S.N. plexo hipogástrico Org: colon, aparato urinario y sexual	INSTINTO DE PULSIÓN Micción, defecación, sexo Imitación de movimientos CORAZA ENERGÉTICA	PLACER DISPLACER Alegría Diversión Frustración, celos, agresión	PASIÓN Búsqueda del objeto sexual	CONCIENCIA MORAL Registro del deseo Conducta sexual	ÉTICA Principios morales y éticos	PRINCIPIO DE ATRACCIÓN Tantra Yoga (Yoga de la energía)
CENTRO BAJO (Muladhara)	ORGANISMO MÁQUINA (Constitución) Glánd: corteza suprarrenal, sexuales S.N. plexo sacro Org: recto, útero, próstata	INSTINTOS DE CONSERVACIÓN Hambre, sed, dolor, respiración, frío, calor Recarga energética CORAZA ORGÁNICA	SATISFACCIÓN Emoción de lo orgánico Inseguridad biológica Temperamento	NECESIDAD DE SER PROTEGIDO O DE PROTEGER Búsqueda de seguridad Autoritarismo	PERCEPCIÓN del Mundo externo e interno Imitación.	EXPERIENCIA Hábitos Reflexos Automatismo Memoria corporal	PRINCIPIO DE UNIDAD Hatha Yoga (Yoga de la salud)