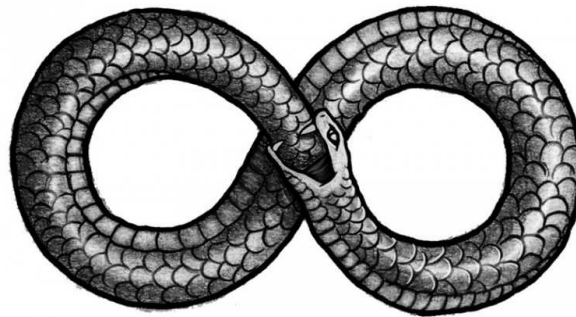


L'utilizzo del "energia" nello sviluppo del "sistema uomo" (part. 3)



Chakra o centri di energia

I chakra (*chakra* = ruota) sono caratterizzati da un movimento circolare che indica il continuo scambio di energia fra essere umano ed ambiente esterno. Essi di fatto sono luoghi di interscambio di correnti energetiche sottili e funzionano come ricettori, trasformatori e diffusori delle varie forme di prana. Essi sono poi in grado di trasformare tale energia nelle diverse frequenze necessarie per il funzionamento e lo sviluppo delle varie parti del corpo fisico e dei corpi sottili. È comunque solo grazie alle nadi che riescono a ricavare energia vitale dai corpi sottili dell'uomo, dall'ambiente che ci circonda, dall'universo e da ogni altra fonte energetica. Tutto ciò pone il "sistema l'uomo" al centro di un continuo stato d'interscambio energetico con le varie forze che lo circondano in tutto l'universo.

Il senso di rotazione dei chakra varia da chakra a chakra ed è determinato dal sesso. Esso può essere:

▶ **orario**

essenzialmente maschile, quindi di tipo Yang,

▶ **antiorario**

essenzialmente femminile, quindi di tipo Yin.

I chakra non sono fisici, bensì aspetti della coscienza. La tradizione li descrive come fiori di loto, rappresentanti i diversi stati di coscienza, i cui petali sono dati dall'irradiazione delle forze secondarie, mentre il loro numero viene dato dalle irradiazioni della forza primaria. Il numero totale dei petali viene fatto corrispondere alle lettere dell'alfabeto sanscrito, mentre il numero

in ogni singolo fiore è determinato dalle nadi, o nervi sottili, che si irradiano intorno ad esso. Ogni chakra è costituito da particolari vibrazioni che ne determinano il colore. Tale colorazione è quella dei sette colori dell'iride ed indica lo stato di salute della persona cui appartengono. Essa non è sempre la stessa, ma cambia al mutare delle condizioni di salute e dello stato psico-fisico di una persona.

Nella tradizione, i chakra vengono suddivisi in:

- ▶ **maggiori**
- ▶ **minori.**

Ognuno dei principali controlla una parte del corpo e tutti attivano le proprie potenzialità solo quando **Kundalini** (da *kundala* = arrotolato) li attraversa. Essa è l'energia cosmica femminile (*forza generativa*) che riposa attorcigliata sotto forma di serpente alla base della colonna vertebrale ed avvolta tre volte e mezzo su se stessa. La troviamo in contrapposizione alle altre due forme di energia tradizionali, cioè:

- ▶ **Prana** (o energia vitale)
- ▶ **Fohat** (o energia di movimento).

Quando Kundalini si sveglia, attraversa tutti i chakra dal basso verso l'alto e sale fino all'ultimo dove si ricongiungerà alla sua controparte maschile per ottenere la perfetta unità. I chakra maggiori sono sette e corrispondono a sette ghiandole del sistema endocrino. Essi sono disposti lungo l'asse centrale del corpo umano nella parte che va dalla base della spina dorsale fino a poco oltre la testa e si chiamano:

- 7 - Sahasrara** o chakra della corona
- 6 - Ajna** o chakra delle sopracciglia (terzo occhio)
- 5 - Visuddha** o chakra della gola
- 4 - Anahata** o chakra del cuore
- 3 - Manipura** o chakra del plesso solare
- 2 - Svadhista** o chakra della milza
- 1 - Muladhara** o chakra Radice.