



I chakra sono nodi di energia animati da un moto rotatorio in senso orario responsabili del nostro benessere al livello fisico, mentale, emozionale e spirituale. Vi sono sette chakra principali, che rappresentano le pietre miliari dei vari stadi dell'evoluzione.

Essi sono stati descritti da Shri Mataji come segue:

Il primo centro è chiamato "**MOOLADHARA CHAKRA**".



Esso ha quattro petali (sub-plessi), si trova immediatamente sotto l'osso triangolare e, a livello fisico, è la manifestazione del plesso pelvico, che controlla tutte le nostre attività escretorie, compresa quella sessuale. Quando la Kundalini sale, questo centro diventa inattivo nelle funzioni escretorie, ma attivo nel sostenere la salita della Kundalini. Benché la Kundalini debba attraversare sei centri, è il primo, cioè il Mooladhara, che protegge la purezza e la castità della Kundalini al momento del suo risveglio. Il centro del Mooladhara esiste per la nostra innocenza, e bisogna sapere che questa innocenza non può mai essere distrutta.

Al momento del risveglio della Kundalini, il ricercatore diventa innocente come un bambino.



Il secondo centro è lo "**SWADHISTANA CHAKRA**".

Esso ha sei petali e nutre a livello fisico le funzioni del plesso aortico. Inoltre esso ci fornisce l'energia della creatività, del pensare, dell'essere futuristici. Esso fornisce energia al cervello, convertendo le cellule di grasso in cellule del cervello.



Il terzo centro è il "**NABHI CHAKRA**" ed ha dieci petali.

Esso si trova dietro l'ombelico e ci dona il potere di sostenere qualcosa dentro di noi. A livello fisico esso nutre le funzioni del plesso solare.



Il quarto centro è chiamato "**ANAHATA CHAKRA**", ovvero centro del cuore.

Esso ha dodici petali e si trova nella colonna vertebrale, dietro allo sterno. Fino all'età di dodici anni questo centro produce gli anticorpi che poi circolano in tutto il corpo per essere pronti a combattere qualsiasi attacco contro il nostro corpo o la nostra mente. Se la persona viene attaccata in qualsiasi modo, gli anticorpi vengono informati attraverso lo sterno, che opera come una centralina di informazione.



Il quinto centro è il "**VISHUDDHI CHAKRA**".

Esso si trova alla base del collo ed ha sedici petali, che hanno cura delle orecchie, del naso, della gola, della nuca, della lingua, dei denti, ecc. Questo centro è responsabile della comunicazione con gli altri, perché tale comunicazione avviene attraverso i nostri occhi, il nostro naso, la nostra parola e le nostre mani. A livello fisico esso nutre il plesso cervicale.



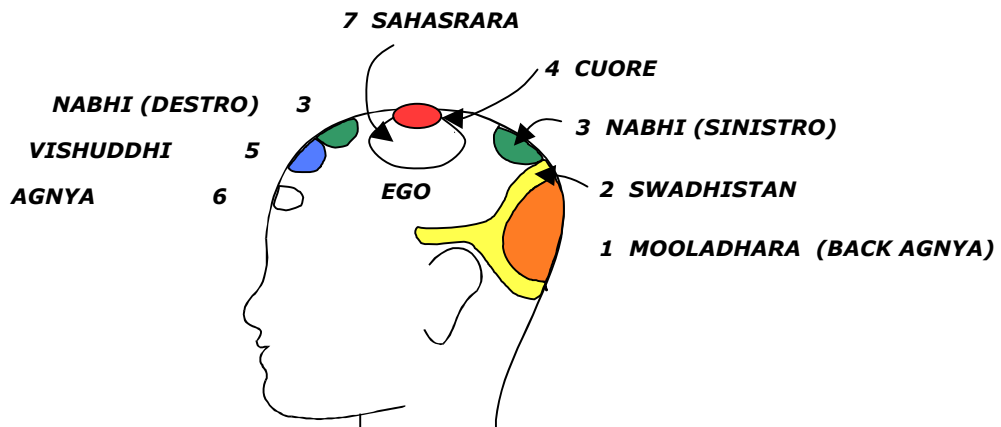
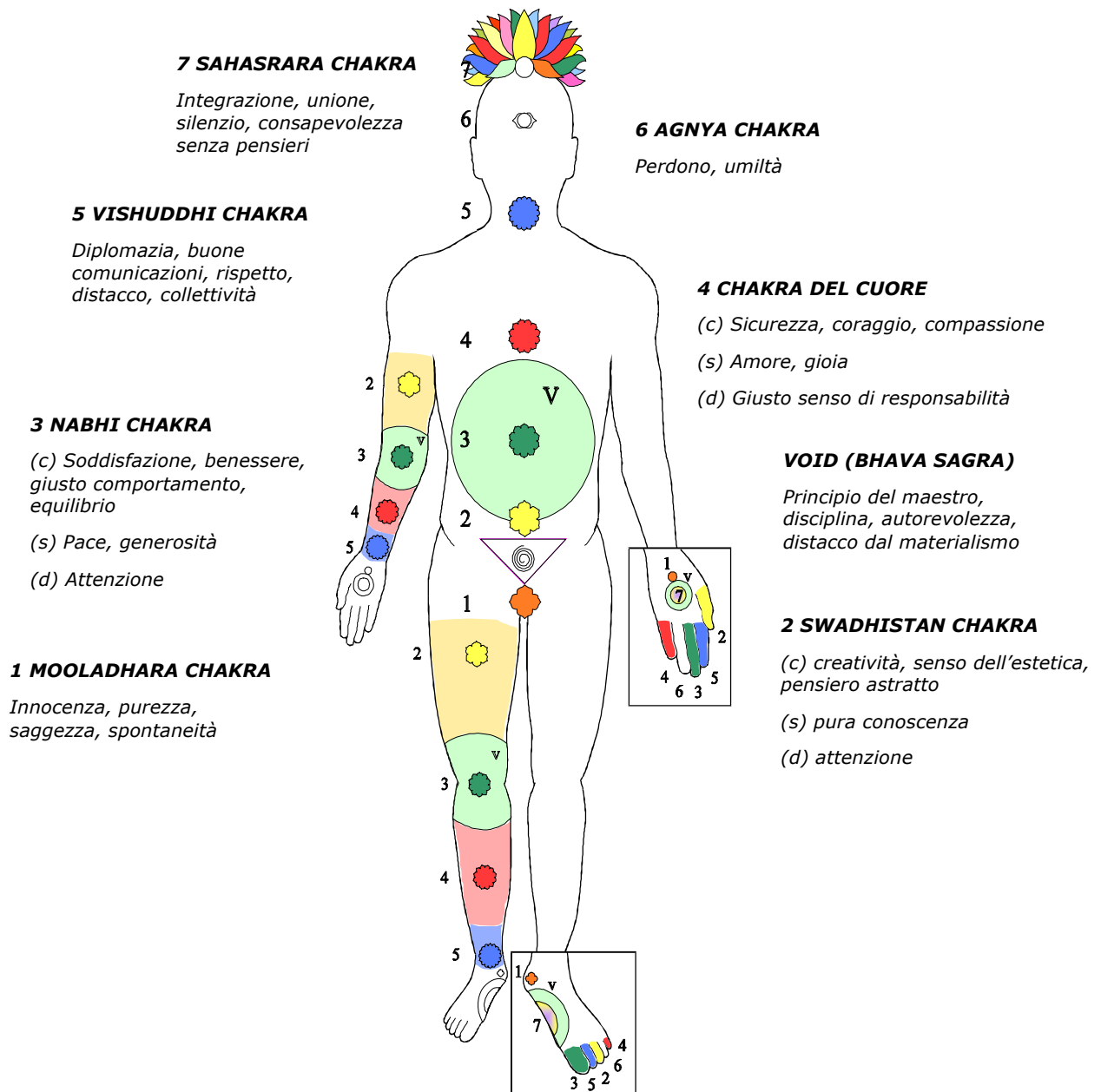
Il sesto centro è chiamato "**AGNYA CHAKRA**" ed ha soltanto due petali.

Questo centro si trova dove i due nervi ottici si incrociano nel cervello (chiasma ottico). Questo centro nutre le ghiandole pituitaria e pineale, che rappresentano dentro di noi le due manifestazioni dell'ego e del superego.



Sulla sommità della testa si trova il "**SAHASRARA CHAKRA**", il centro più importante che, secondo Sahaja Yoga, ha mille petali. In effetti ci sono nel cervello un migliaio di nervi, e nella sua sezione trasversale si possono riconoscere queste strutture che appaiono come un loto dai mille petali. Prima della Realizzazione del Sé, questo centro copre l'area limbica del cervello, come un bocciolo di loto chiuso. Sopra vi sono le strutture simili a un pallone dell'ego e del superego. Quando queste due istituzioni si uniscono, l'area della fontanella, in cima alla testa, si calcifica; il cervello è completamente coperto e in questo modo noi diventiamo una personalità chiusa (come un uovo). Nel momento della nostra seconda nascita (Realizzazione del Sé) il Sahasrara si apre ed avviene il vero Yoga, l'unione dell'essere con il Potere Onnipervadente dell'Amore Divino.

Corrispondenze



Chakra	Corrispondenze fisiche	Funzioni	Cause di blocco	Malattie
Mooladhara (plesso pelvico)	Prostata, organi sessuali ed escretori, sistema nervoso simpatico di sinistra	Protegge e sostiene la Kundalini dà memoria, orientamento e gestisce la sessualità	s. squilibrio sessuale, tantrismo, mancanza d'igiene, troppa indulgenza c. astuzia, mancanza di innocenza d. rigidità, intolleranza, austerità, severità, fanatismo	s./c. diarrea, ipertrofia prostatica, morbo di parkinson, impotenza d. costipazione
Swadhistan (plesso aortico)	Fegato, reni, milza, Intestini, pancreas, utero, ovaie, sistema nervoso simpatico di destra	Converte i grassi in cellule cerebrali, consente di creare e di conoscere le leggi della creazione, dà l'attenzione	s. pratiche occulte, magia nera, spiritismo, false conoscenze c. stress fisico o mentale d. troppo pensare, creare, pianificare o lavorare	Problemi renali, diabete, cirrosi e altre malattie legati agli organi interessati
Nabhi (plesso solare)	Stomaco, fegato, Intestini, pancreas, milza	Conserva e sostiene l'organismo, dà il giusto comportamento necessario per il benessere, l'equilibrio e l'evoluzione, dà l'attenzione	s. agitazione, problemi domestici, mancanza di pace, preoccupazioni materiali, problemi con la moglie c. avidità, cattiva alimentazione, problemi economici d. alcool, attenzione instabile, eccessiva attività mentale e preoccupazioni	Epatite, ulcera e altre malattie legate agli organi interessati
Void (oceano di illusione)	Le stesse dello Swadisthan e del Nabhi	Dà le regole di vita che consentono l'evoluzione	Tendenza ad essere influenzati, inchinarsi a falsi maestri, mancanza di autodisciplina, schiavitù alla materia, fanatismo, comportamento contro l'evoluzione	Le stesse dello Swadisthan e del Nabhi
Cuore (plesso cardiaco)	Cuore, polmoni, timo	Produce gli anticorpi necessari per combattere gli attacchi all'organismo (sistema immunitario) responsabile per la respirazione ed il battito cardiaco consente di sentire amore e gioia	s. attaccamento eccessivo alle cose o alle persone, mancanza di gioia, eccessiva attività fisica, materialismo, problemi con la figura della madre, c. insicurezza, eccessi emotivi d. eccessivo senso di responsabilità o comportamento irresponsabile, eccessiva autodisciplina; problemi con la figura del padre, del marito o con l'autorità	s. problemi cardiaci c. cancro al seno o ai polmoni; problemi al sistema immunitario d. asma, problemi respiratori
Vishuddhi (plesso cervicale)	Organi dei sensi (occhi, orecchie, naso, lingua, tatto), faringe, laringe, tiroide, collo, gola, viso, denti, pelle	Consente di comunicare con il mondo esterno e di conoscere il mondo fenomenologico da la consapevolezza di fare parte di qualcosa più grande di noi	s. sensi di colpa; sottomissione; mancanza di rispetto per sé stessi, flirt c. mancanza di rispetto verso Dio, complessi di inferiorità o superiorità; razzismo, provincialismo, fumo d. arroganza; sarcasmo, turpiloquio, dominazione; mancanza di rispetto verso gli altri, parlare troppo o troppo poco, troppo forte o troppo piano	Problemi ormonali (tiroide), malattie alla gola e agli organi dei sensi
Agnya (Chiasma ottico)	Ipotalamo, talamo, ghiandola pituitaria, ghiandola pineale	Controlla la vista, l'udito, l'intelletto e la facoltà di pensare Manifesta il nostro futuro (ego) e il nostro passato (superego)	s. avidità e lussuria nello sguardo, guardare troppo il computer o la televisione, vivere nel passato, condizionamenti c. odio, giudicare, separare, violenza verso gli altri, razzismo, fanatismo, reattività d. false identificazioni, egoismo, mancanza di umiltà, elucubrazioni	Ictus, problemi alla vista, problemi mentali, paralisi
Sahasrara (area limbica)	Cervello, fontanella	Funzioni cerebrali superiori; dà la percezione e la consapevolezza delle qualità dell'assoluto	Dubitare dell'esistenza di Dio o di un Principio Assoluto; dubitare di noi stessi e della nostra evoluzione; dogmatismo	

s. sinistro c. centro d. destro