

LOS CHAKRAS

Antonio Medrano

Publicado originalmente en la revista "Año Cero"

www.antoniodmedrano.net

Los chakras son los centros de energía del cuerpo sutil o forma sutil, es decir, del mundo anímico o psíquico al que la tradición hindú da el nombre de sukshma sharira y linga sharira. Dicha forma sutil se halla situada, según la ciencia sagrada hindú, entre la forma grosera o corporal y el plano físico o cuerpo propiamente dicho- y la forma causal o cuerpo causal (karana sharira), que pertenece al plano de lo espiritual y trascendente. haciendo de intermediaria entre ambas. Se les suele designar también como centros pránicos. órganos sutiles o núcleos psíquicos.

La palabra sánscrita chakra quiere decir disco o rueda, y alude a la forma circular de estos centros de fuerza psíquica, que reciben también el nombre de padma o loto, por su semejanza con la emblemática flor del Oriente. Cada chakra o padma está formado por una serie de pétalos que, agrupados en torno al núcleo central y cerrados en el hombre ordinario, han de abrirse para permitir que el centro de fuerza interior pueda desarrollar toda su potencia de forma adecuada. Sobre cada uno de estos pétalos aparece escrita una letra del alfabeto sánscrito, formando todas las letras juntas el mantra o fórmula mágica despertadora del chakra en cuestión.

Los chakras se hallan situados de forma jerárquica y en línea vertical uno sobre otro. a lo largo de la columna vertebral. constituyendo así una especie de eje del mundo anímico del ser humano. Cada chakra tiene un determinado número de pétalos, un color peculiar, un animal simbólico que lo representa y una pareja divina que lo preside. En su interior lleva también inscrita una figura geométrica que expresa su naturaleza, dentro de la cual figura una letra del alfabeto sánscrito, que indica el mantra-semilla que es la clave secreta de su poder. Cada chakra guarda una precisa correspondencia con un órgano de percepción o un sentido específico (lo que en terminología sánscrita se conoce como jnani-indriya), así como con un órgano de acción (karma-índdya). Aunque hay infinidad de chakras, los más importantes, estudiados por las escuelas de yoga, son siete. Como órganos del mundo sutil, escapan a la percepción de los sentidos corporales. pero pueden ser visualizados por la mirada interior y mediante las adecuadas técnicas de meditación yóguica. Cada uno lleva asociada una determinada tendencia o característica psicológica. lo que permite establecer una tipología de los seres humanos según el chakra que predomine en la vida y estructura personal de cada individuo. La meditación sobre un chakra concreto abre la vía a la obtención de los siddhis o poderes vinculados al mismo.

Siete chakras. siete funciones

Los siete chakras principales son, por orden jerárquico de inferior a superior: Muladhara, Svadhistana, Manipura, Anahata, Vishuddha, Ajna y Sahasrara. El primero (mula raíz: adhara = base o soporte) está situado en la base de la columna vertebral, entre el orificio anal y los órganos genitales. Es de color amarillo y tiene cuatro pétalos rojos. Su elemento es la tierra, su animal simbólico el elefante y su figura geométrica el cuadrado, símbolo de la tierra en todas las tradiciones. Está presidido por Ganesa, el dios con cabeza de elefante que protege las puertas y los inicios de las empresas o actividades humanas, y la diosa Dakini. Su karma-indriya es el ano y su inanaindriya la nariz, el sentido del olfato. En su interior hay un triángulo invertido, símbolo de la potencia femenina, en el que duerme enroscada sobre sí misma o en torno al falo de Shiva la serpiente kundalini, manifestación de la Shakti o poder divino latente en el tondo del ser humano.

El chakra Svadhistana (sva = propio; addhista = lugar o puesto) es el centro psíquico sexual y se encuentra enclavado en la raíz de los genitales. Tiene seis pétalos de color rojo vivo que brotan de un círculo central blanco. Su elemento es el agua, y la forma geométrica que lo representa es el creciente lunar (símbolo en numerosas tradiciones de la barca solar o arca de salvación -el Arca de Noé- flotando sobre las olas). El animal sobre el que cabalga la fuerza de este chakra es el cocodrilo, reptil acuático por excelencia. Es la sede de Brahma, dios creador del panteón hindú, cuya pareja es la diosa Shakini. Tiene como karma-indriya los órganos genitales, y como jnana-indriya la lengua, el sentido del gusto.

El chakra Manipura ("ciudad de la joya": mani = joya; pura = ciudad) es el centro epigástrico, enclavado en la región lumbar, a la altura del ombligo. Su núcleo es de color rojo y aparece rodeado por diez pétalos de color azul. Su elemento propio es el fuego, personificado en la mitología hindú por el dios Agni, y su animal representativo el carnero, montura de Agni (no puede dejar de señalarse la correspondencia fonética con el latín agnus cordero; no en vano Agni es el dios védico del sacrificio, el Agnus Dei que se inmola en el altar). La figura geométrica que lo sintetiza es el triángulo invertido. Las deidades que lo habitan y rigen son Rudra, forma primitiva de Shiva que encarna el poder destructor y devorador, y la diosa Lakini. El órgano de los sentidos con el que se corresponde es la vista, y el órgano activo los pies.

El chakra Anahata ("intacto") es el centro cardíaco, y se halla localizado en la zona del corazón. Tiene doce pétalos de color rojo púrpura y un núcleo de tonalidad ahumada. Su elemento propio es el aire y su animal emblemático el antílope, símbolo de la ligereza del viento. El jnana-indriya que le corresponde es el tacto y su karma-indriya el pene. Tiene como figura geométrica el exágono o estrella de seis puntas, síntesis de dos triángulos, equivalente al Sello de Salomón de la tradición hebrea. La deidad que lo rige es Vishnú, el dios conservador del orden universal, o Shiva en su forma de Ishana, Señor o Gobernante del universo, al que acompaña como Sahkti la diosa Kakini. Su jnana-indriya es la piel, el tacto, y su karma-indriya las manos.

El chakra Visuddha (que significa "puro") es el centro laríngeo y se halla situado a la altura de la garganta. Tiene dieciséis pétalos y es de color blanco vivo y brillante. Su elemento propio es el éter y su animal emblemático, el elefante blanco. Le corresponde como jnana-indriya el oído y como karma-indriya la boca, concretamente la lengua, en cuanto órgano del habla. Tiene como figura geométrica el círculo y la deidad que lo rige es el Sada Shiva o Ardanar-ishvara, Shiva en su forma andrógina, emparejado con la diosa Rakini como Shaiti o poder femenino.

El chakra Ajna ("mando" y "penetración intuitiva") es el centro frontal, situado entre los dos ojos. Es incoloro, con dos pétalos bañados de luz. No tiene elemento que le corresponda, aunque según algunos textos éste no sería otro que el "elemento supremo" (Mahat-rarva). No tiene tampoco montura o animal simbólico, pues se dice que cabalga únicamente sobre el sonido. Su figura geométrica es el círculo, en cuyo interior está escrita la sílaba sagrada orn. Se halla presidido por Shiva en su forma Ardanar-ishvar -mitad macho mitad hembra- y la diosa Hakini, de múltiples cabezas, símbolo del poder mental. La figura del Shíva andrógino, armado con su tridente, se delinea sobre el fondo luminoso de su falo o lingam, sobre el cual resplandece la media luna con el punto luminoso, representación simbólica de la barca solar y del Grial. Tiene como órgano de percepción la facultad intuitiva y como órgano activo el cerebro.

Por último, y como culminación de todo el conjunto, tenemos el chakra Sahasrara, situado en lo alto de la cabeza, cuyo nombre significa "de los mil pétalos". El Sahasrara es a veces considerado como un centro que está por encima de los chakras, ya que su naturaleza es espiritual, lo que quiere decir que rebasa el plano de lo psíquico y lo puramente fenoménico. A través de él, el hombre comunica con el plano de lo trascendente. Su forma difiere por completo de los demás padmas o chakras, pues es un

loto en posición invertida, con mil pequeños pétalos luminosos. Tiene el color de la luz solar y su forma geométrica es el triángulo con el vértice hacia arriba, lo que viene a indicar la orientación propia de este chakra, que es justamente la de la vertical ascendente. En su interior hay un orificio llamado Shunya, "el vacío", en el que resplandece la luz suprema, que no tiene forma alguna.

Tendencias riesgo – beneficio

Los elementos distintivos de cada chakra permiten ya intuir cuáles son las propiedades de cada uno, así como los poderes que confiere el despertar y potenciar su acción.

Al chakra Muladhara corresponde lo que hace referencia a todas aquellas tendencias psicológicas que evocan el simbolismo de la tierra y de lo telúrico: firmeza, estabilidad, horizontalidad, cohesión, solidez, inmovilidad, fuerza física o material. Cuando adquiere un desarrollo negativo, la energía ligada a dicho centro se manifiesta como brutalidad, pesadez, sordidez, rudeza, codicia, avaricia, bajeza, conocimiento falso o ilusorio. En cambio, su pleno desarrollo otorga el poder del discernimiento espiritual.

La tendencia anímica propia del chakra Svadhistana es la contracción, el impulso de absorción y atracción, lo que viene sugerido por su asociación al elemento agua. Aquí tienen su raíz el deseo sexual y la energía pasional, así como el impulso combativo y guerrero, es decir, el placer de luchar y vencer obstáculos, la capacidad de reacción, el valor y el coraje. El desarrollo excesivo de este centro de energía desemboca en agresividad, acción violenta y destructiva, actitud colérica y erotismo desenfrenado. El siddhi, o poder relacionado con el chakra svadhistana, es la habilidad en el uso de la palabra, la simpatía y un carácter atractivo. Los beneficios derivados de la meditación sobre este centro interior son la pérdida o reducción progresiva del sentido egótico, el desapego de todo cuanto suponga goce sensual y la creación de una nueva personalidad.

Al chakra Manipura corresponde la tendencia expansiva, en concordancia con su elemento emblemático, que es el fuego. Su funcionamiento normal va ligado a todo aquello que se mueve en el plano de la sensualidad, la sensibilidad o el sentimiento, en especial los deseos y emociones que giran en torno al propio bienestar o a la dilatación de los horizontes personales. El despertar de este chakra aumenta la actividad y agilidad del individuo en el plano físico, y lo hace más sensible. Su desarrollo negativo da lugar a la ira, el miedo, la soberbia y el orgullo, siendo también causa directa de sensualismo, sentimentalismo o excesiva sensibilidad. El siddhi o poder relacionado con el chakra Manipura es la enseñanza inspirada, la capacidad de recibir ideas y pensamientos propios de planos superiores del ser. De la meditación sobre este centro pránico resulta la trascendencia del ego y de los deseos físicos.

El chakra Anahata tiene como tendencia peculiar el movimiento sugerido por el elemento aire. Es la sede de la vida afectiva, de la autoconciencia vital, del sentimiento del yo: en este loto radica el flvatma o "alma viviente", y en él está la raíz de la conciencia individual. Como centro cardíaco que es, de este padma cordial brota el impulso amoroso, que puede manifestarse como amor propio, egoísmo o inclinación egocéntrica en las formas de desarrollo inadecuado, y como amor altruista, amistad y entrega desinteresada, voluntad de entendimiento -y armonización cuando alcanza su correcta expansión. El despertar de este loto Psíquico contribuye a dar unidad a la vida, facilitando la integración de las diversas facetas de la personalidad y de los múltiples campos en que se despliega la actividad del individuo. Esta visión unitiva lleva consigo una alegría clara y serena. Por lo que se refiere al chakra Visuddha, en él cobra predominio lo que tiene conexión con la dimensión espacial, con la fuerza de dilatación y espacialización, con la función expresiva de la energía vital. Visuddha es la fuente de la creatividad, el centro de la capacidad expresiva y creadora del ser

humano. Establecido entre los centros cardíaco y mental, de él arranca sobre todo la manifestación de ideas y sentimientos. Según Julius Evola, las correspondencias en el plano afectivo propias de este chakra son el respeto, la devoción, el afecto, el contento, la tristeza y el lamento, todo ello referido de una manera especial a la vida de relación. Su pleno desarrollo tiene como fruto la inspiración creadora.

En el chakra Ajna tienen su sede las facultades cognoscitivas. Aquí radica la actividad mental, reflexiva e intelectual en todas sus formas y niveles. Meditando sobre este centro frontal se consigue la visión de la Verdad suprema y el más alto conocimiento, el Atmainana. En este loto frontal recibe el yogui las enseñanzas e instrucciones de su gurú. Su pleno despertar conduce a la armonización con el cosmos y a la unión con Dios. Cuando este loto se abre, se logra la visión del Uno.

Por último, en el campo del Sahasrara florece la intuición superior, la energía y voluntad espiritual, el descubrimiento de la realidad trascendente. En él tiene lugar la hierogamia o bodas sagradas de Shiva y su Shakti, expresión simbólica de la liberación y realización integral del ser. El Shiva Samhita dice de este chakra supremo: "El indagador que fija su mente en el Loto-de-mil-pétalos ve desaparecer todos sus sufrimientos".

Nadis: los canales de conexión

No se puede hablar de los chakras sin aludir a los nadis o conductos por los que circula la energía pránica, y a Kundalini, la misteriosa fuerza que está en el centro de toda la teoría y práctica tántrica. El cuerpo sutil está formado, además de por los chakras, por una infinidad de conductos sutiles que, a semejanza de lo que ocurre con el sistema sanguíneo y nervioso del cuerpo físico, recorren la totalidad del ser humano y sirven para transmitir las corrientes de energía psíquica: son los nadis, "tubos de la fuerza sutil" entrelazados como los hilos de una compleja red. Un antiguo texto tántrico nos dice que los nadis son tan finos y numerosos como los hilos de una tela de araña". Los nadis van a parar a centros de energía que actúan como reguladores, condensadores y transformadores del prana o energía vital.

Hay miles de nadis -350.000 según el Shiva Samhi, pero de entre todos ellos destacan tres: el más importante es el nadi Sushumna, que, situado en el centro, asciende en línea recta, corriendo paralelo al eje cerebroespinal y atraviesa todos los chakras como el hilo que inserta las cuentas de un collar. El esta está formado a su vez por tres nadis: uno de naturaleza tamásica, otro de naturaleza rajásica y otro, eje central, cuyo nombre es chitrini, de naturaleza sátvica. Es por el centro de este último por donde sube kundalini una vez que se pone en movimiento. Y entonces, según leemos en un texto tántrico, Sushumna "centellea como una sarta de joyas".

A uno y otro lado del Sushumna se encuentran los nadis Ida y Pingalá, situados respectivamente a izquierda y derecha: el primero es blanquecino, lunar y femenino; el segundo, de intenso color rojo, solar y masculino. Mientras sube recto desde el coxis y los órganos genitales hasta la cima del cráneo, los nadis Ida y Pingalá van serpenteando en torno al Sushumna, pasando de derecha a izquierda y viceversa, describiendo un movimiento curvo que los lleva a rodear cada chakra sin pasar por él. Por lo que se refiere a Kundalini, ya hemos visto que es la fuerza que yace oculta en el centro pránico inferior, el chakra Muladhara. La Kundalini suele ser representada como una serpiente dormida y enroscada. Se trata de un reflejo de la Shakti o potencia divina que está latente dentro del ser humano, esperando a que, por medio de la adecuada disciplina espiritual, se la despierte para desplegar toda su potencia liberadora. Kundalini se convierte entonces en una "serpiente de fuego" que asciende irresistiblemente encendiendo la cadena de los chakras. A veces se le llama "la reina dormida", lo que recuerda a la figura de la doncella de estirpe real dormida por obra de un encantamiento la cual, guardada generalmente por un dragón o gigantesca serpiente, espera la llegada del príncipe azul que la ha de despertar de nuevo a la vida, en los cuentos y leyendas occidentales.

La técnica del Yoga tántrico consiste en purificar los nadis por medio de la operación que recibe el nombre de Shodana. Gracias a esta purificación, se consigue que el prana o energía vital, que normalmente discurre por los nadis laterales, se canalice por el nadi central. Una vez hecho esto, hay que despertar la Kundalini para que ascienda derecha y sin obstáculos por el centro de la arteria axial, es decir, del nadi Sushumna, hasta llegar al chakra superior, Sahasrara, después de haber atravesado y revitalizado los seis chakras restantes.

El camino que recorre la Kundalini al ponerse en movimiento recibe el nombre de Brahama-nadi, "camino regio" o conducto real"; camino que discurre por el centro del centro de Sushumna, por el medio del Nadi Chitrini. A través de dicho "camino regio", kundalini -nos dice el gran sabio hindú Sankaracharya- sube como una amante novia para unirse al novio supremo que es Shiva, Señor de la Liberación y Maestro del Yoga.

No podemos acabar este artículo sin advertir que la meditación sobre los chakras y el resto de las técnicas del Yoga tántrico no deben practicarse sin contar con la guía de un gurú experto en estas lides. Los maestros hindúes ponen en guardia sobre los peligros que entraña el despertar una fuerza tan potente como la Kundalini si se carece de la indispensable preparación técnica y espiritual; pero si se cuenta con ésta, los beneficios que pueden derivarse para cuerpo y alma son incalculables.