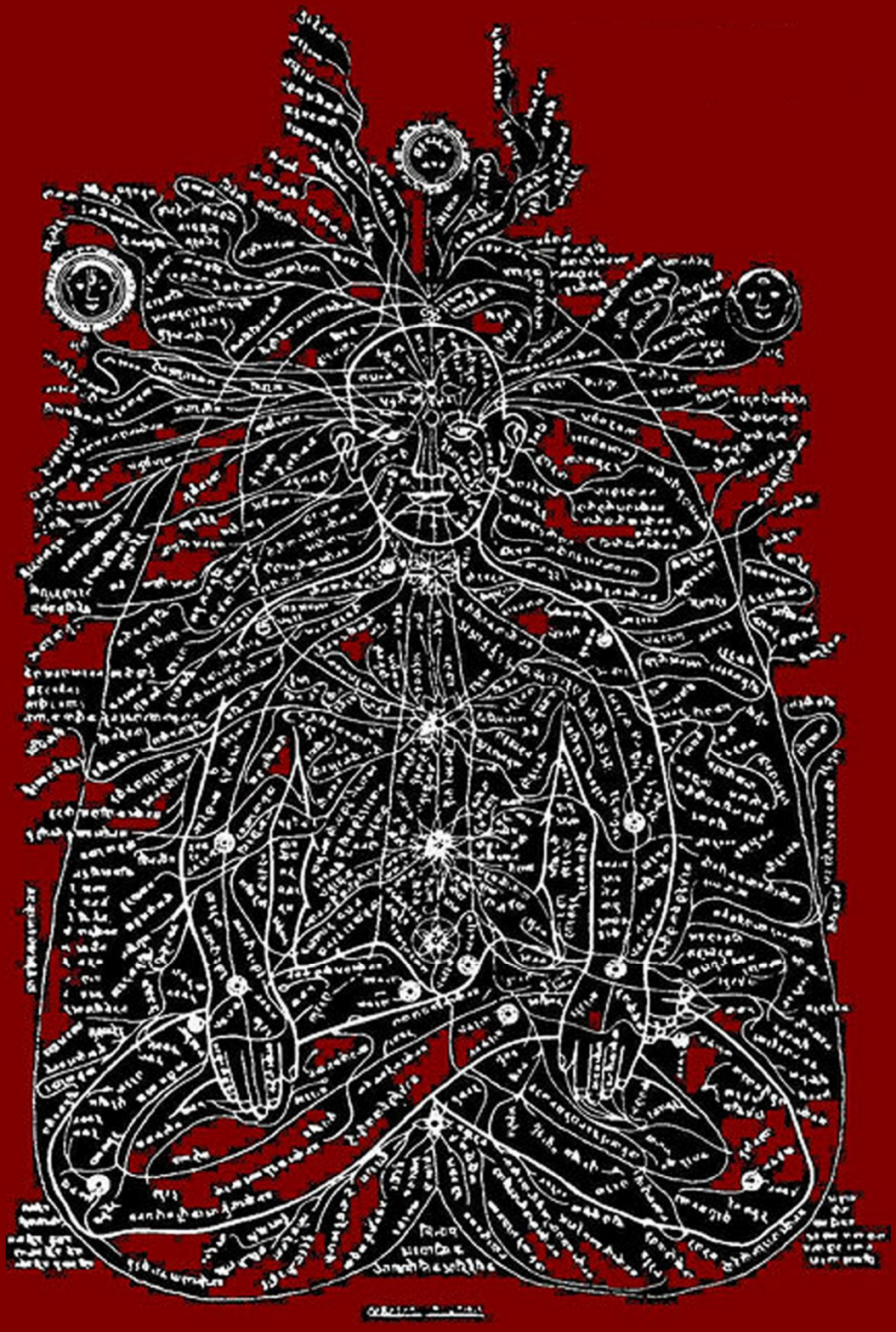
CORPOS, CHAKRAS E CANAIS SUTIS



Roberto Nogueira

Os infinitos campos de energia são formações do *Princípio Mental Único de Deus* ou o *Campo da Potencialidade Pura*. Todo corpo é gerado por uma "condição" ou "efeito" no espaço quântico do Universo, causado pelo *Campo da Intencionalidade*, a que chamamos de interação de campos de energia. Todos os corpos do Universo são criações da convergência de inúmeros campos de energia. Ao somatório de todos os campos denominamos de *Campo de Energia Universal*. O homem é formado por este *Campo de Energia Universal* em suas diversas combinações, o que chamamos de *Campo de Energia Humana*.

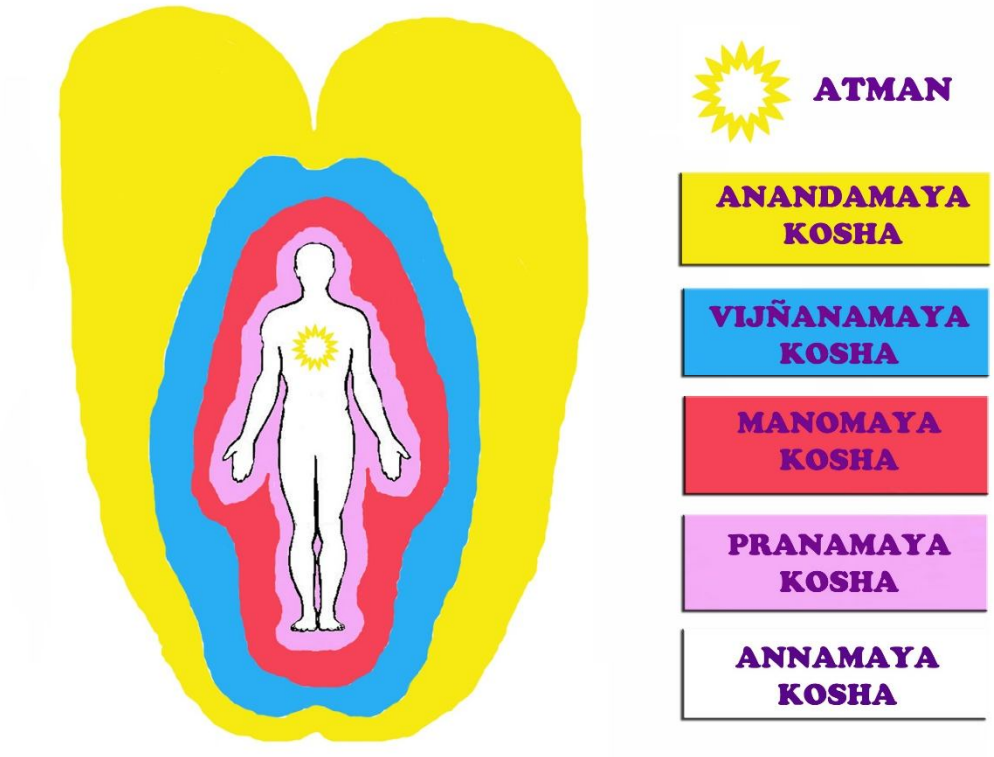
Podemos dizer que todo o Plano da Criação segue um modelo básico que parte da total anarquia para uma ordem ou enquadramento lógico e rígido, para então, retornar a uma liberdade equilibrada, uma ilimitada possibilidade ou uma eterna harmonia. O Plano Divino da Criação parte do estado de uma inconsciência ou "pré-consciência" coletiva para o estado de uma consciência individualizada e compartimentada, e deste para o retorno ao estado de uma consciência coletiva universal, plena e livre.

Para isto, utiliza-se dos Campos formadores da manifestação dos Propósitos Divinos que se seguem:

Conforme o grau de convergência dos diversos campos de energia é que encontramos a extensa gama de qualidades de corpos, que variam do mais sutil ao mais denso. Assim, também se manifestam no homem as suas qualidades de corpos: espiritual, de conhecimentos, de sentimentos, de vitalidade e de concretização na forma.

Pela a ciência védica, a alma humana tem cinco veículos ou corpos de manifestação do campo de energia, variando do mais sutil ao mais denso, como exposto no quadro abaixo.

CORPO	VEÍCULO	FUNÇÃO
Kārana-śharīra (corpo causal)	**Ānandamaya-kośha** (veículo impermanente de energia essencial)	constitui o nosso campo da consciência, onde armazenamos nossas alegrias e tristezas mais fortes, manifestando-se como um campo no qual permanecemos identificados ao apego da existência corporificada, quando se encontra no estado não-desperto. Em seu estado desperto, corresponde ao estado de indiferenciação, própria do Eu Superior que está em contato direto com a Essência Divina ou o Campo das Infinitas Possibilidades de manifestação.
	Vijñānamaya-kośha (veículo impermanente de energia volitiva)	constitui o campo da inteligência e serve como intermediário entre o mundo exterior, experimentado pela mente e pelo corpo através dos sentidos, e o mundo interior, próprio da consciência que transcende os sentidos. Sem o desenvolvimento adequado de **vijñānamaya-kośha** a energia essencial de **ānandamaya-kośha** não pode se manifestar.
Sūkṣhma-śharīra (corpo sutil)	**Manomaya-kośha** (veículo impermanente de energia mental)	constitui o campo da mente; de onde surge o processo dos pensamentos concretos, exclusivamente individuais e formais. A mente nos faz atuar no mundo exterior para afirmar nossa identidade como criatura corpórea. Através dela, nos identificamos com a forma, com os hábitos, com as rotinas, etc. e temos uma função em relação às outras criaturas. A mente consiste das impressões que guardamos dos ambientes através do tempo, captadas pelos órgãos dos sentidos (audição, tato, visão, paladar e olfato), juntamente com as emoções e idéias associadas a esses sentidos.
	Prāṇamaya-kosha (veículo impermanente de energia vital)	é um importante veículo de manifestação das atividades psíquicas. Este veículo é constituído de energia vital ou psíquica chamado de **prāṇa**, responsável pelos cinco movimentos dos elementos grosseiros (geração ou respiração, digestão ou assimilação, distribuição ou circulação, ação de resposta ou cognição e eliminação), bem como dos cinco órgãos de ação e expressão (genitais, ânus, mãos, fala e pés) e dos cinco órgãos de percepção (tato, visão, paladar, audição e olfato). O **prāṇamaya-kośha** é formado por uma rede de canais (**nāḍīs**) e de vórtices (**chakras**) da energia sutil, que fazem todo o processo de percepção, elaboração e expressão do que foi vivenciado.
Sthūla-śharīra (corpo grosseiro)	**Annamaya-kosha** (veículo impermanente de energia química)	é o veículo mais inferior da manifestação, é o nosso familiar corpo físico, pelo qual nos movemos no mundo material, constituído pelos cinco **mahābhūtas** (elementos grosseiros), conforme a ciência védica: **ākāśha** (éter ou estado atômico que permeia o espaço), **vāyu** (ar ou estado gasoso que movimenta a matéria), **tejas** (fogo ou estado ígneo que ilumina os corpos físicos), **apaḥ** (água ou estado líquido que molda a matéria), **pṛithivī** (terra ou estado sólido que cristaliza a forma)



Os Chakras e os Níveis de Consciência

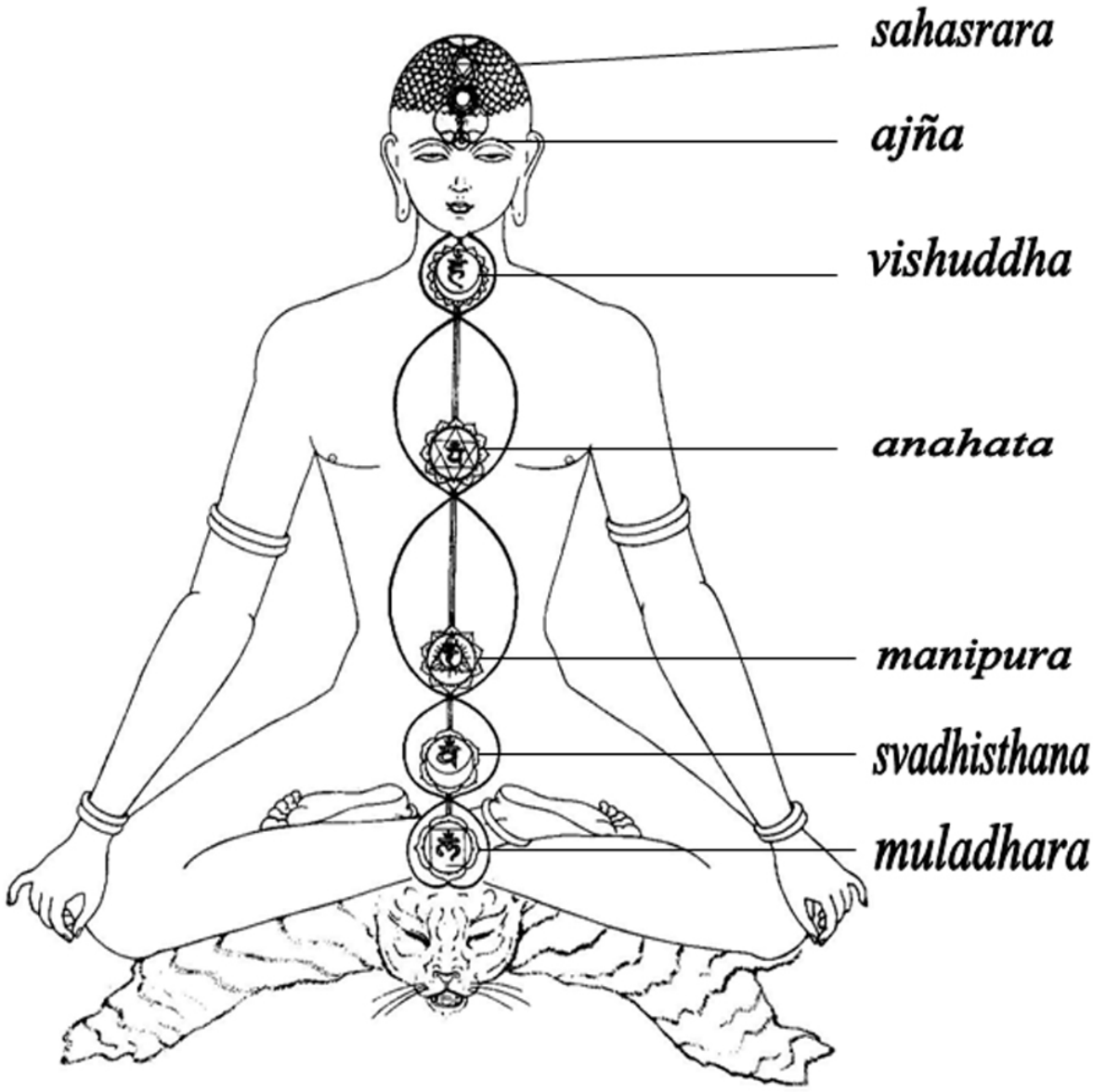
Interligando as várias qualidades de corpos, para que haja a manifestação integral da personalidade do ser humano, é que achamos os **chakras** – as particulares e atuantes configurações dos campos de energia humana. É sobre este nível que repousa a estrutura física humana.

Os **chakras** são configurações dos campos de energia, distribuídos pelo corpo, que manifestam, nos vários níveis de consciência, o movimento do "Ser" nos seus estados biológico, vital, emocional, mental e espiritual. São centenas de **chakras**, dos quais doze são os mais importantes, e destes, sete fazem a nossa ancoragem no campo físico.

Cada **chakra** está dividido em três campos distintos de energia, onde cada um forma uma estrutura orgânica específica. Estes três campos de energia estão simbolizados na figura do lótus indiano na seguinte forma:

- *pétala ou campo de energia externa* – campo formador dos canais externos da energia e que, por sua vez, formam o aparelho músculo-esquelético (ossos, músculos e articulações) e os vasos sanguíneos. Relaciona-se com a atividade do mundo concreto externo, com a capacidade de expressão e de ação externa, com os mecanismos de projeção e de valorização do eu;

- *botão ou campo de energia interna* – campo formador dos canais internos da energia e que, por sua vez, formam o tubo digestivo e os aparelhos orgânicos internos (respiratório, circulatório, digestivo, renal e excretor). Relaciona-se com a atividade do mundo subjetivo interno, com a capacidade de nutrição e preservação interna, com a forma de comunicação com os sentimentos e com os aspectos mais íntimos da alma;
- *raiz ou campo de energia central/neutra* – campo formador do canal central da energia que liga os aspectos particulares da "persona" (pétalas e botão dos **chakras**) ao campo do Ser Real. Forma o sistema nervoso central (estruturas encefálicas e medula espinhal), o sistema endócrino e imunológico. Relaciona-se com a atividade do mundo celestial do Ser Real (estrela do âmago), com a capacidade de vivenciar e neutralizar o seu próprio **karma**. Tanto o campo externo de energia (movimento corporal), quanto o interno (secreções e atividade do tubo digestivo) são influenciados pelo campo central (sistema nervoso, endócrino e imunológico), de onde vêm as respostas.



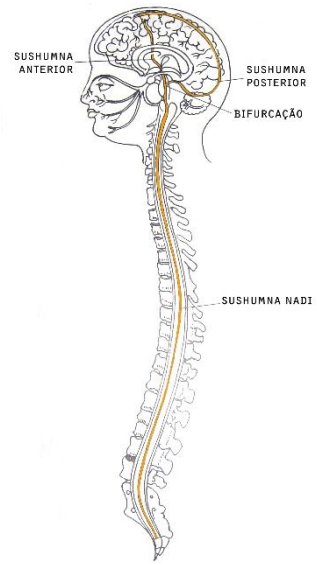
Nāḍī – Canais de Energia

Integrando os **chakras**, distribui-se por todo o corpo sutil (**prāṇamayakośha**) uma rede de 72 mil **nāḍīs**. A captação das energias nutridoras dos **chakras** é efetivada, pela rede de finos canais de matéria energética sutil, chamados pelos iogues de **nāḍīs**, que dão ao corpo sutil a aparência de uma grade colorida. As **nāḍīs** são, portanto, os condutores da força vital (**prāṇa**). Das 72 mil **nāḍīs**, apenas quatorze são importantes, pois estão ligadas diretamente ao funcionamento dos **chakras** e à fisiologia do corpo físico. Dentre as quatorze **nāḍīs** maiores, três são de alcance fundamental: **Suṣhumnā**, **Pingalā** e **Iḍā**, sendo que todas as **nāḍīs** estão subordinadas ao canal central, **Suṣhumnā**, do **chakra** básico para o **chakra** coronário. Movimentamos a energia vital (**prāṇa**) por esses canais com o auxílio da mente,

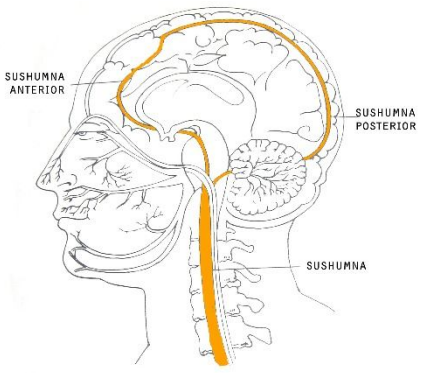
da respiração e da massagem nos pontos **marma**. É através da respiração que recebemos a maior quantidade de **prāṇa**. Por isso, nossas narinas devem estar sempre desbloqueadas e lubrificadas. Além da energia que absorvemos através da respiração, captamos força telúrica (terra) pelo **mūlādhāra chakra** e força cósmica (astros) pelo **sahasrāra chakra**. Essas duas correntes devem ser amalgamadas e equilibradas pelo **prāṇa** da respiração para que se alcance a iluminação. Na fisiologia sutil yogue, as **nāḍīs** do corpo físico ou **nāḍīs** grosseiras são os nervos, os canais linfáticos, as veias e artérias.

A energia universal, através dos **chakras**, se densifica quando viaja para dentro de nossos corpos, utilizando-se das **nāḍīs** e pontos **marma**, transformando-se nos pontos e nos meridianos da acupuntura de forma que, todos os desequilíbrios somatizados no corpo físico podem ser detectados, através dos **chakras** antes mesmo deles começarem a existir.

SUṢHUMNĀ NĀḌĪ – Canal Sutil Mais Gracioso



Nasce na base da coluna vertebral (períneo), numa região denominada de **kanda** e vai até o **Adhipati marma**, no topo da cabeça, estendendo-se ao **Sthapani marma**, transmitindo energia para o sistema nervoso central e dando tônus à coluna vertebral. Após ultrapassar o palato mole, na base do crânio, esta **nāḍī** se bifurca em um canal que segue ao centro da cabeça unindo-se ao **ājñā chakra**, enquanto outra porção se abre por trás da cabeça alcançando o **sahasrāra chakra**. Os dois ramais se juntam na região entre os hemisférios cerebrais chamada de **Brahma Randhra**.

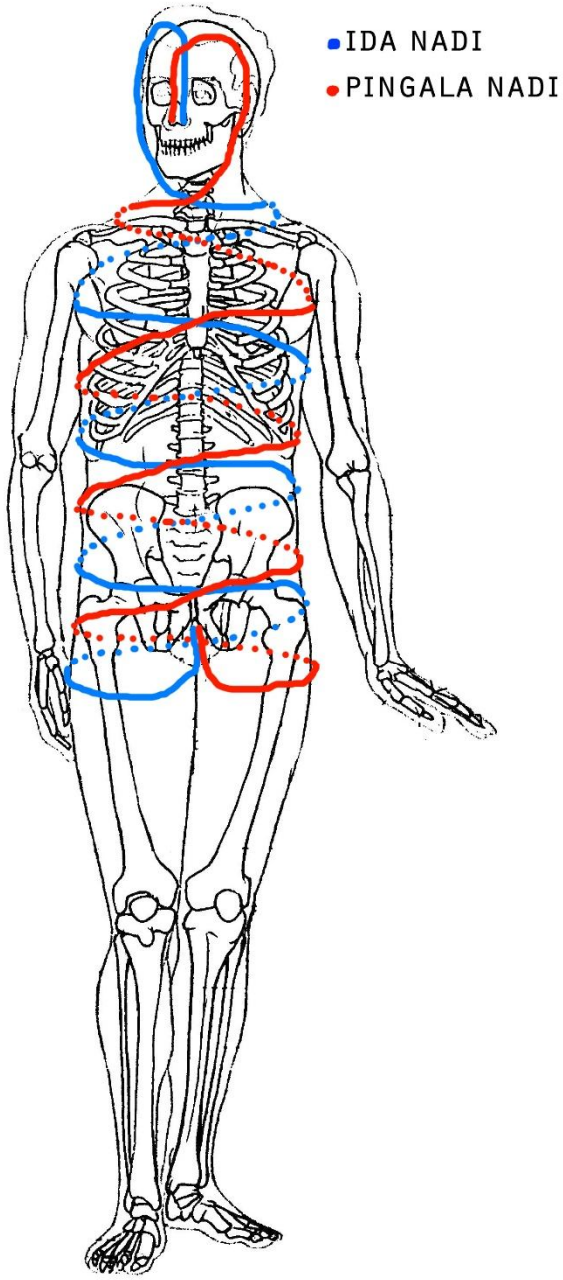


Compondo **Suśhumnā nāḍī**, encontram-se dentro do canal medular outras três **nāḍīs** – **Vajra** e **Chitra**, que se enrolam em torno de **Brahma**, o canal central por onde ascende a força **kundalinī**. **Vajra nāḍī** é de natureza ativa, construtiva, quente e solar, **Chitra nāḍī** é de natureza receptiva, imaginativa, fria e lunar, enquanto **Brahma nāḍī** é de natureza vazia.

Kanda significa "*bulbo em forma de ovo*". Situado entre o ânus e os genitais, é o ponto de origem de todas as **nāḍīs**. Seu tamanho varia de 15 a 21 cm de comprimento 7 cm de largura, conforme as proporções corporais de cada pessoa, alcançando o ponto logo abaixo do umbigo (**nābhi**), correspondente ao **hara** dos japoneses.

IḌĀ NĀḌĪ (lado esquerdo) – Canal Sutil Confortante

Vai da narina esquerda em direção ao **ājñā chakra** num movimento em espiral sinistrógiro (anti-horário), rodeando os **chakras**, estendendo-se até a base da coluna (**kanda**), chegando ao **mūlādhāra chakra** pela direita. Sua natureza é fria, calmante, receptiva e negativa (lunar). Sua cor branca azulada ativa o hemisfério cerebral direito (não-verbal), estimulando as emoções, as sensações e a imaginação. De certa forma, está ligada ao sistema nervoso autônomo parassimpático e, por esta razão, à recarga do corpo com energia através do repouso, do sono e dos sonhos e fazendo a reposição de água nos tecidos corporais.



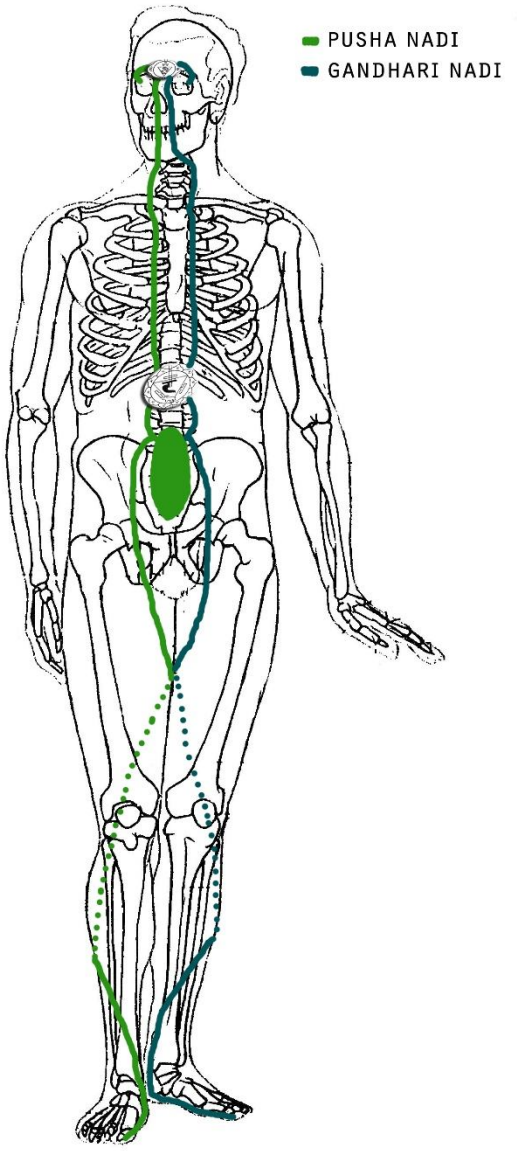
PIṄGALĀ NĀḌĪ (lado direito) – Canal Sutil Avermelhado

Vai da narina direita em direção ao **ājñā chakra** num movimento em espiral dextrógiro (horário), rodeando os **chakras**, estendendo-se até a base da coluna, chegando ao **mūlādhāra chakra** pela esquerda. Sua natureza é quente, estimulante, criativa e positiva (solar). Sua cor vermelha aciona o hemisfério cerebral esquerdo (verbal) estimulando o raciocínio, a organização, a realização e atitude. Influencia o sistema nervoso autônomo simpático e, sendo assim, a descarga energética do corpo através da ativação da circulação, da locomoção e do estado de alerta e agitando o fogo dos tecidos corporais.

Os três canais – **Iḍā, Piṅgalā e Suṣhumnā nāḍī** – encontram-se em dois pontos chamados de **trivenī** (três correntes). O primeiro, no **mūlādhāra chakra**, chamado de **yukta-trivenī** (**yukta** = atento, aplicado, dedicado, dotado, justo, harmonizado), significando que o discípulo, tendo harmonizado e equilibrado a energia de **Iḍā** e **Piṅgalā** (mundo fenomênico e impermanente), através da aplicação no **sādhana** (prática), tornou-se apto a percorrer a corrente de **Suṣhumnā** e experimentar com atenção e disposição a realização plena de cada **chakra** que **Suṣhumnā** atravessa e de seus poderes psíquicos (**siddhis**) até alcançar a plenitude do Ser. O segundo, no **ājñā chakra**, chama-se **mukta-trivenī** (**mukta** = livre, libertado, isento, emancipado, beatificado, salvo) e simboliza que o discípulo, tendo percorrido e desenvolvido com destreza todas as instâncias de sua personalidade, tornou-se um liberado, isento de todas as oscilações e condicionamentos da mente, emancipando-se e beatificando-se ao nível do **sahasrāra chakra**.

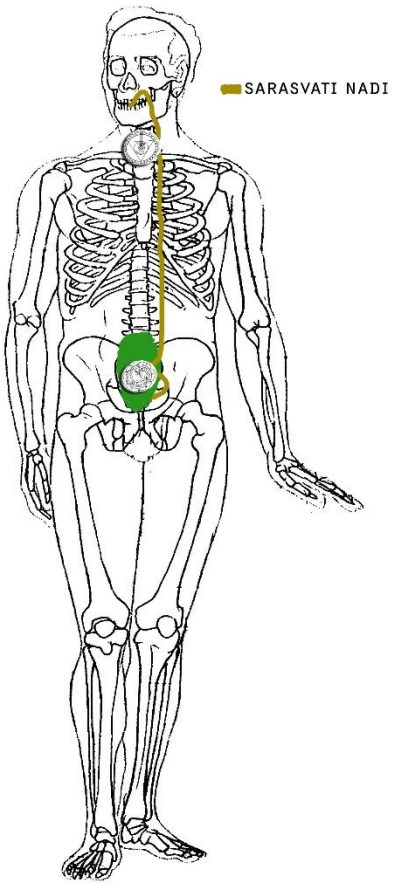
PŪSHĀ NĀḌĪ – Canal Sutil Nutridor

Começa no **kanda**, passa pelo **maṇipūra chakra**, sobe até o **ājñā chakra** e vai até o olho direito. Alguns textos falam de um ramal que sobe desde o dedão do pé direito, atingindo o **kanda**. Este canal nutre o olho direito e é controlado pelo centro do umbigo (sentido da visão) e por **Apaṅga marma** da direita.



GĀNDHĀRĪ NĀḌĪ – Canal Sutil Fragrante

Começa no **kanda**, passa pelo **maṇipūra chakra**, sobe até o **ājñā chakra** e vai ao olho esquerdo. Alguns textos falam de um ramal que sobe desde o dedão do pé esquerdo até o **kanda**. Esta **nāḍī** energiza o olho esquerdo e também é controlada pelo **maṇipūra chakra** e por **Apaṅga marma** da esquerda.

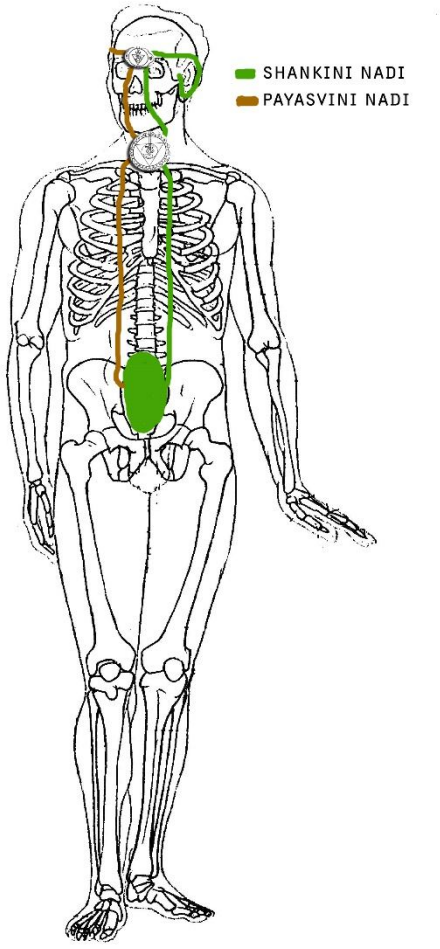


SARASVATĪ NĀḌĪ – Canal Sutil Fluente ou da Própria Luz

Estende-se desde o **kanda** (base da coluna), passa pelo **svādhiṣhṭhāna chakra** e segue até o **viśhuddha chakra**, prolongando-se até a ponta da língua, levando a energia para a garganta, boca, língua e órgãos vocais e, desta forma, desenvolvendo os poderes do paladar, da fala, do canto, do **mantra** e da sabedoria. Mantém certa relação com o centro sexual, devido à estimulação do paladar e o prazer da oralidade. Esta **nāḍī**, de natureza lunar, tem coloração branco-canforada e situa-se ao longo de **Suṣhumnā nāḍī** e a esquerda. Através da austeridade na prática espiritual e da purificação, ativa-se este canal e a palavra proferida ganha força e se torna verdadeira, ou seja, se manifesta.

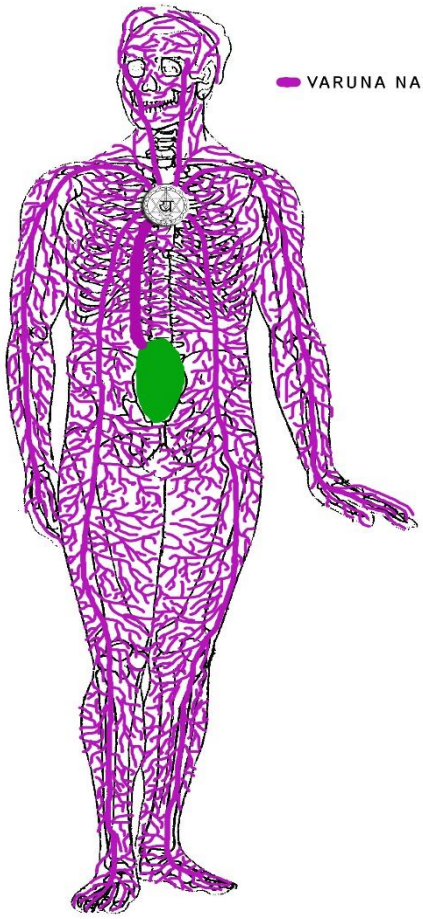
PAYASVINĪ NĀḌĪ – Canal Sutil Aquoso

Nasce no **kanda**, recebe a energia do **viśhuddha chakra**, sobe para o **ājñā chakra** e vai até o ouvido direito (lóbulo da orelha). Este canal corre à direita de **Suṣhumnā nāḍī**. **Payasvinī nāḍī**, além de energizar o ouvido direito, estimula a audição dos sons interiores, a percepção interna e a harmonia da alma.



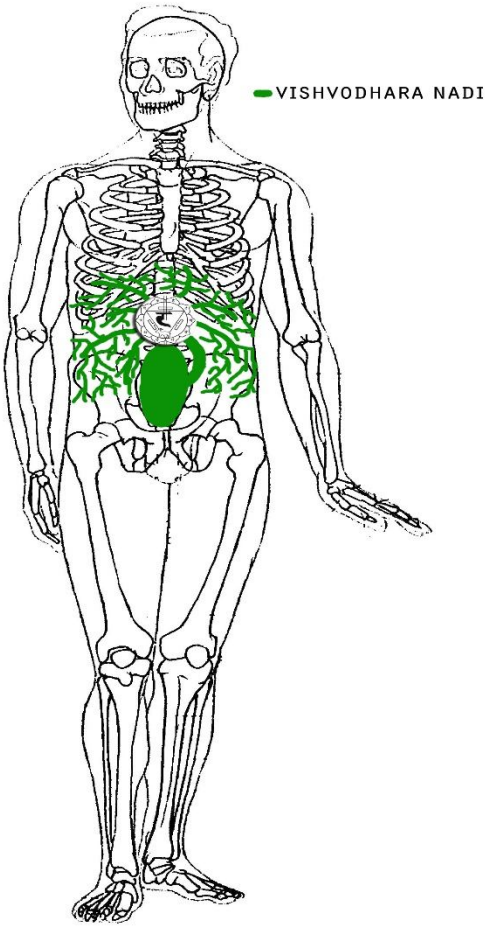
ŚHAṄKHINĪ NĀḌĪ – Canal Sutil Madrepérola

Nasce no **kanda**, passa pelo **viśhuddha chakra** e recebe sua energia, encaminha-se para o **ājñā chakra** e vai até o ouvido esquerdo (lóbulo da orelha). Este canal corre à esquerda de **Suṣhumnā nāḍī**. **Śhaṅkhinī nāḍī** energiza o ouvido esquerdo e estimula a fé e a percepção dos seres iluminados.



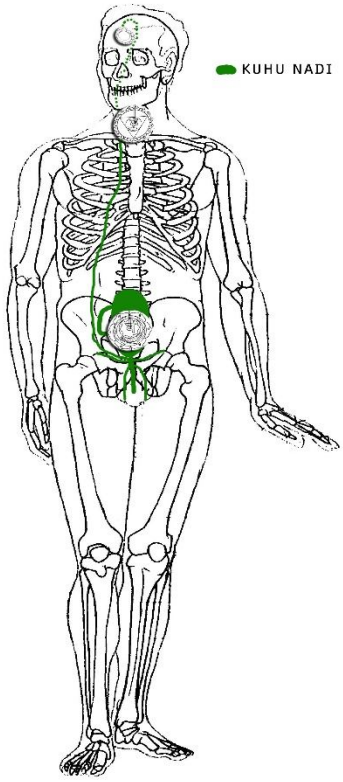
VARUNĀ NĀḌĪ – Canal Sutil Abrangente

Vai do **kanda** até o **anāhata chakra**, e deste, espalhando-se por todo o corpo, por onde leva a energia para todas as áreas corporais, emergindo na superfície do corpo e tonificando todos os receptores táteis da pele. Seu canal principal passa à direita de **Suṣhumnā nāḍī**. Sua estimulação, através de massagem suave no **Hṛidaya marma**, permite a manifestação dos sentimentos mais profundos do coração.



VIŚHVODĀRĀ NĀḌĪ – Canal Sutil do Abdômen Inteiro

Vai do **kanda** ao **maṇipūra chakra**, e deste, para todos os órgãos abdominais, alimentando com **prāṇa** o fogo digestivo (**jaṭharāgni**) e seu aparelho a partir do **Nābhi marma** e, desta forma, sustentando o corpo inteiro. Seu canal principal passa à esquerda de **Suṣhumnā nāḍī**. A prática de **agni-sāra**, **naulī** e de **uḍḍīyāna bandha** estimulam esta **nāḍī** e, consequentemente, aumenta o **agni** de todo o corpo e ajuda a expandir o fluxo de **prāṇa**, em especial o que sobe através de **Suṣhumnā nāḍī**.

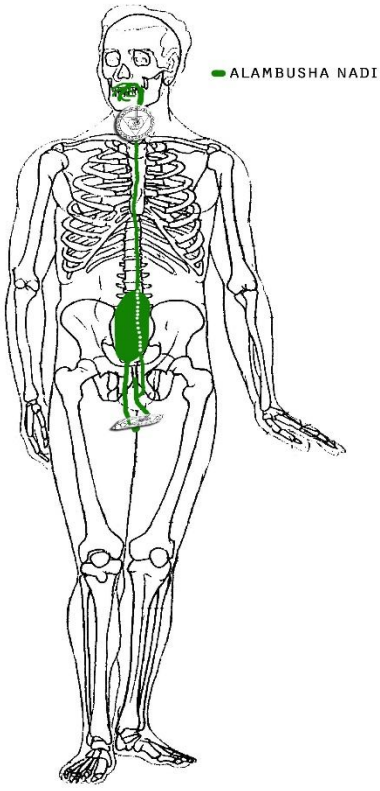


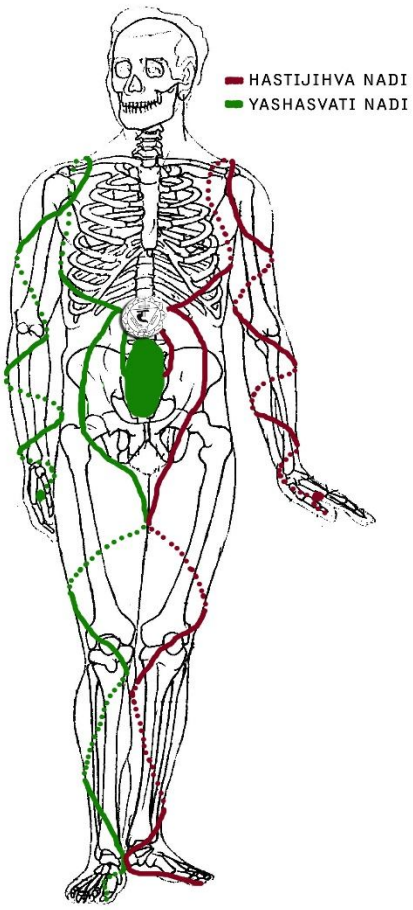
KUHŪ NĀḌĪ – Canal Sutil da Lua Nova

Vai do **kanda** até o **svādhiṣhṭhāna chakra** e deste, à extremidade da uretra (pênis ou vagina), levando o **prāṇa** até os órgãos gênito-urinários (útero e ovários – na mulher – ou, próstata e testículos – no homem) a partir do **Basti marma**. Alguns textos consideram como parte de **Kuhū nāḍī** um ramal que sobe do **svādhiṣhṭhāna chakra** ao **viśhuddha chakra** pela parte posterior do corpo. Na realidade, ele se encaminha para o **svādhiṣhṭhāna chakra** posterior (na escola taoísta é denominado como ***Ming-men*** – Porta da Vida – na altura de L5), subindo pelo dorso direito até a parte posterior do **viśhuddha chakra** (base do crânio – ***Yui Gen***) e interiorizando-se na cabeça, alcançando o **soma chakra**. Este ramal é ativado quando nas práticas tântricas se encaminha **ojas** (essência do sêmen) dos genitais para o **viśhuddha chakra** (centro da criatividade pura) e deste, ao **soma chakra** (um centro de doze pétalas branco-azuladas logo acima do **ājñā chakra**). O **soma chakra** corresponde ao 3º ventrículo cerebral, onde se produz uma grande parte do líquor (líquido cérebro-espinhal).

ĀLAMBUŚHĀ NĀḌĪ – Canal Sutil Plenamente Enevoado

Vai do **kanda** ao **mūlādhāra chakra** e deste, à abertura do ânus (**Guda marma**), levando o **prāṇa** aos órgãos de eliminação (ampola retal e bexiga). Uma ramificação desta **nāḍī** segue até o **viśhuddha chakra** e termina na boca, conforme o texto **Gorakṣha Śhatakam**. A prática de **śhītalī** ou **sītkarī prāṇāyāma** resfria, como também estimula o ramal superior de **Ālambuśhā nāḍī**, ativando o sistema nervoso autônomo parassimpático.





YAŚHASVINĪ NĀḌĪ – Canal Sutil Esplêndido

Vai do **kanda** ao **maṇipūra chakra**, de onde se divide, através do **Nābhi marma**, levando a energia pelo lado direito do corpo às suas extremidades (pé e mão direita) e daí estendendo-se até os cinco dedos da mão e do pé, terminando seu curso no polegar e hálux (dedo grande do pé) direito. Mantê-lo com um bom fluxo energético tem uma importância vital para todos os **marmas** da lateral direita do corpo.

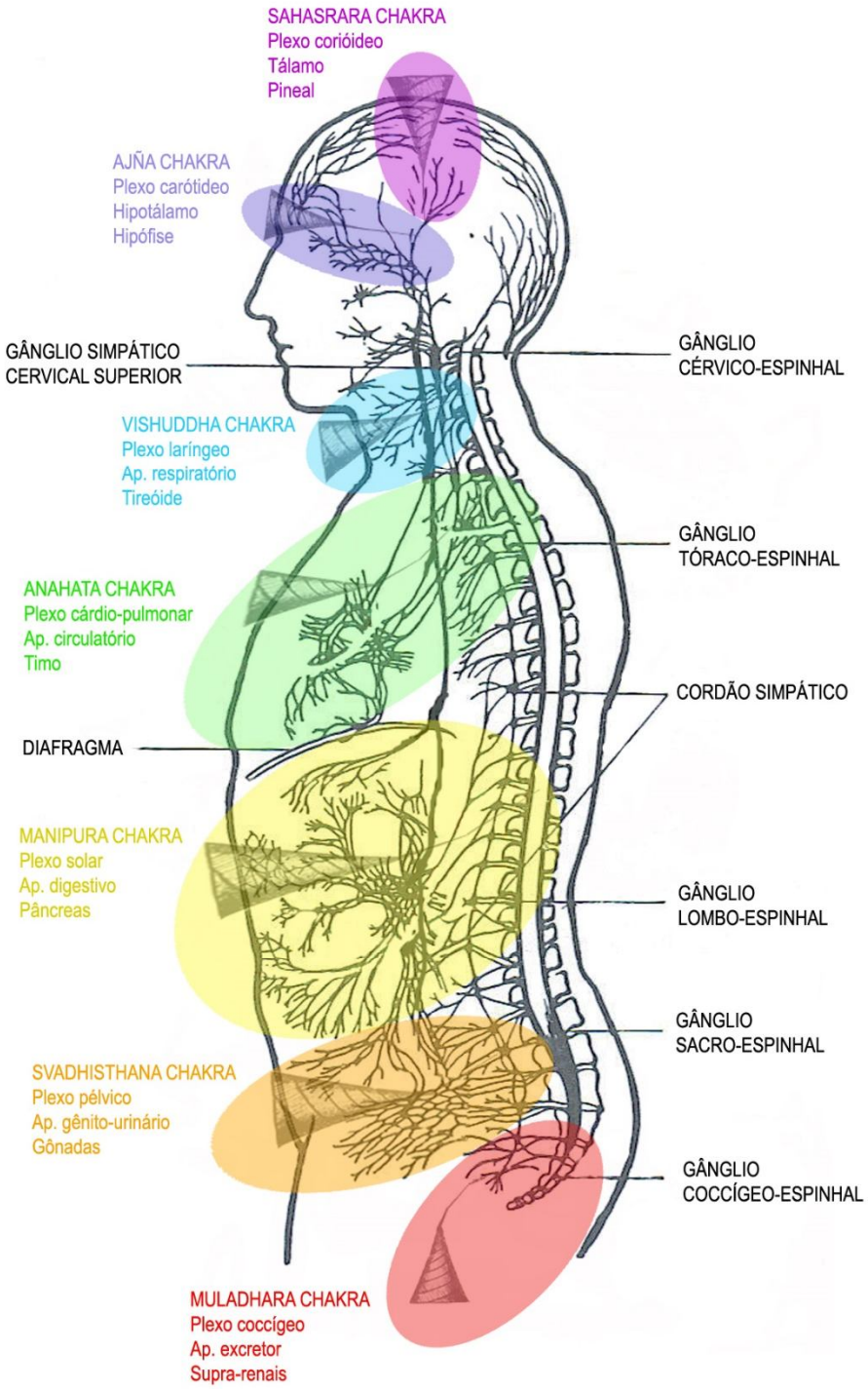
HASTIJIHVĀ NĀḌĪ – Canal Sutil Língua de Elefante

Vai do **kanda** ao **maṇipūra chakra**, bifurcando-se pelo lado esquerdo do corpo, a partir do **Nābhi marma**, até o pé e a mão esquerdos e deste ponto para os dedos da mão e do pé, terminando no polegar e no hálux esquerdos e, da mesma forma, este **nāḍī** é muito importante para o funcionamento dos **marmas** da lateral esquerda do corpo.

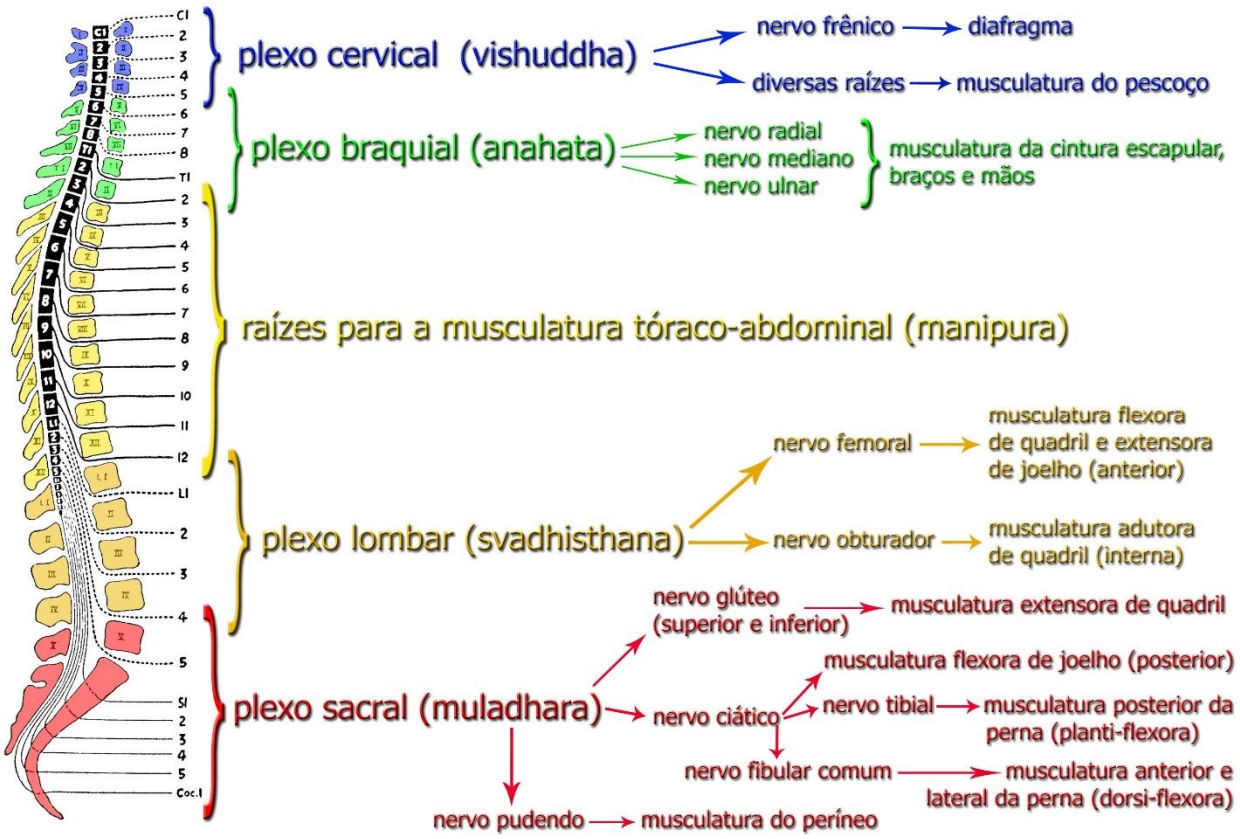
Os Chakras e a Correlação Orgânica

Como já vimos, existe uma correlação entre os **chakras** e a organização interna (autônoma – visceral) do corpo, bem como a externa (periférica – motora). Existem plexos nervosos autônomos e periféricos que são ativados, respectivamente, pelos campos internos (botão) e externos (pétalas) dos **chakras**, conforme a sua área de atuação. Por sua vez, os plexos, tantos os autônomos quanto os periféricos, acionam aparelhos, glândulas e músculos. Essa distribuição organizacional está feita da seguinte forma:

1. Sistema nervoso autônomo.
   - ✓ **Sahasrāra chakra** – plexo corióideo; tálamo; pineal;
   - ✓ **Ājñā chakra** – plexo carotídeo; hipotálamo; hipófise;
   - ✓ **Viśhuddha chakra** – plexo laríngeo; aparelho respiratório; tireóide;
   - ✓ **Anāhata chakra** – plexo cárdio-respiratório; aparelho circulatório; timo;
   - ✓ **Maṇipūra chakra** – plexo solar; aparelho digestivo; pâncreas endócrino;
   - ✓ **Svādhiṣhṭhāna chakra** – plexo pélvico; aparelho geniturinário; gônadas;
   - ✓ **Mūlādhāra chakra** – plexo coccígeo; aparelho excretor; supra-renais.



2. Sistema nervoso motor periférico.
   - ✓ **Sahasrāra chakra** – córtex cerebral;
   - ✓ **Ājñā chakra** – nervos cranianos;
   - ✓ **Viśhuddha chakra** – plexo cervical;
   - ✓ **Anāhata chakra** – plexo braquial;
   - ✓ **Maṇipūra chakra** – raízes medulares da coluna torácica;
   - ✓ **Svādhiṣhṭhāna chakra** – plexo lombar;
   - ✓ **Mūlādhāra chakra** – plexo sacral.



Chakras Secundários

Outros **chakras** são considerados secundários pela tradição indiana. São eles:

Hṛit Chakra

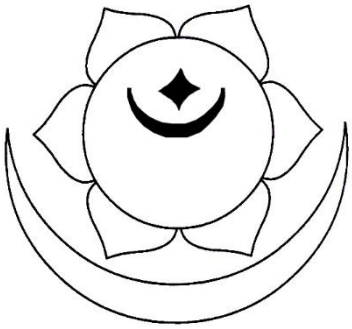
Hṛid é uma palavra sânscrita que significa “coração”. É um **chakra** auxiliar do **anāhata chakra**. Considerado como o centro da devoção, este centro auxiliar, localizado logo abaixo do **chakra** cardíaco, possui oito pétalas na cor dourada solar e seu botão é vermelho rosado. Auxilia na regulação do ritmo cardíaco. Diz-se que aquele que o tem plenamente desenvolvido é capaz de manipular os cinco elementos da natureza e materializar objetos, assim como fazia **Sathya Sai Baba**. Para desenvolvê-lo é necessária uma total entrega à vontade divina. A meditação **Nāda Brahma**, na qual se recita o **mantra** “**huṁ**” (**bija mantra** deste **chakra**) ajudará no processo. Diz-se ainda que, no **hṛit chakra**, está assentado oito deidades, incluindo **Indra**, o Rei dos Deuses. Isto significa que neste centro encontra-se o Deus da sua crença, seja *Buddha*, *Jesus*, *Allah*, *Jeová*, *Shiva* ou qualquer outro.

Tālu Chakra ou **Lalanā Chakra**

Este é o centro energético do palato (**tālu**) – mais especificamente da úvula – ou da língua (**lalanā**). É um centro auxiliar do **viśhuddha chakra** e possui doze pétalas de cor branca brilhante como a neve e seu botão, associado à úvula, é vermelho escuro (vinho). Dentro do botão existe uma fenda como um rasgo de lua crescente que brilha in-tensamente, de onde brota o néctar da imortalidade (**amṛita**).

Este **chakra** ajuda a controlar as funções do bulbo raquidiano e do IV ventrículo. A produção de saliva, o ajuste das cordas vocais e o movimento da úvula, abrindo ou fechando o canal nasal, são também controlados por **tālu chakra**.

Manas Chakra



O **manas chakra** é um **chakra** auxiliar do **ājñā chakra**. Está localizado na base do III ventrículo, logo acima do hipotálamo. Este lótus é composto de seis pétalas, que correspondem aos cinco sentidos e uma ao estado de sono, como suas respectivas cores: o odor (olfato; amarelo), o sabor (paladar; branco prata), a forma (visão; vermelho), o toque (tato; azul esfumaçado), o som (audição; branco ou azul escuro) e sonho (sono; preto). O botão desse lótus é de cor branca.

Manas chakra não integra apenas os órgãos sensoriais grosseiros, mas também a contraparte sutil deles e de forma independente como é o caso da clarividência, da clariaudiência e da sensitividade. Para tal, é preciso reduzir a freqüência das ondas cerebrais, sair do estado de vigília, aquietando a mente em meditação profunda.

Soma Chakra ou **Indu Chakra**

Soma significa “néctar” e **indu** significa “gota brilhante”. Portanto, esses termos se referem à gota brilhante do néctar que escorre da região da lua, que corresponde no corpo sutil a este **chakra**. Este centro psíquico situa-se na porção frontal do corpo caloso, na região da lâmina terminal e comissura anterior, logo abaixo dos forames interventriculares, ou seja, um pouco acima e a frente do **manas chakra**.

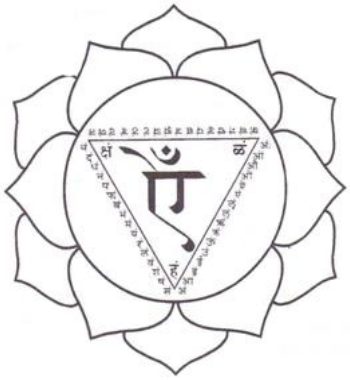
Este centro possui dezesseis pétalas na cor magenta e seu botão é de cor branca leitosa. No interior do lótus existe um eneágono, onde em cada um dos nove cantos encontram-se gemas, formando uma ilha. Provavelmente são cristais de apatita. Dentro desta ilha de gemas está o **bija mantra** de **Śhiva** "**hauṁ**" e o **bija mantra** de **Śhakti** "**saḥ**". Entoar o **mantra** de **Śhiva-Śhakti** desperta a compaixão e a vontade de fazer o bem, já que este **chakra** é a sede dos sentimentos altruísticos.

Nirvāṇa Chakra ou **Kāla Chakra**

Localizado na parte superior da foice do cérebro, logo abaixo do seio sagital superior, **nirvāṇa** significa "imerso, mergulhado, imóvel, dissolução ou extinção". Este **chakra** é onde o ego, juntamente com os gostos e aversões são extintos quando a **kuṇḍalinī** passa por ele. Esse lótus também é conhecido como **Parabrahma** (o mais alto **Brahma**), **Śhatapattra** (cem pétalas), **Śhāntipadma** (lótus da paz), **Kāla chakra** (roda do tempo) e **Brahmarandhra** (fenda/cavidade de **Brahma**).

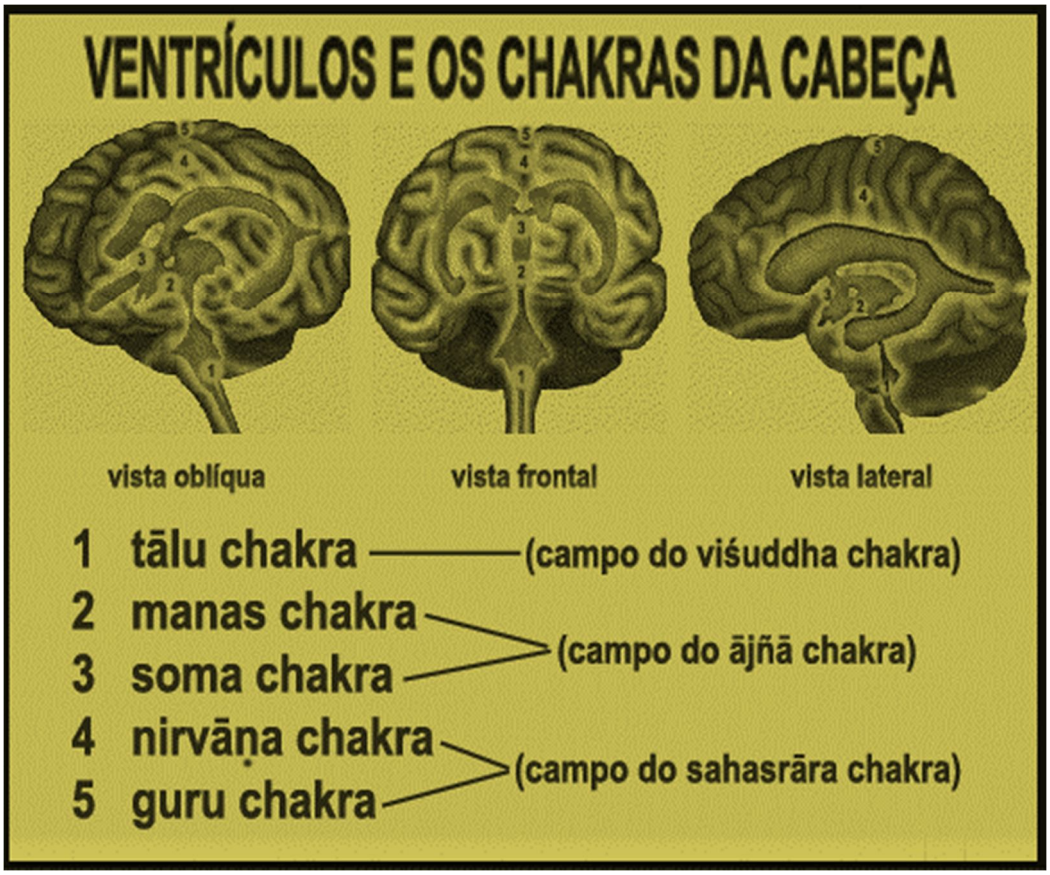
Nirvāṇa Chakra é o mais alto dentro do corpo físico e possui cem pétalas de cor branca brilhante. Seu botão de cor azul real abriga **jālandhara pīṭha** (trono ou assento real da grande rede de **nāḍīs**), representado no corpo denso pelas granulações aracnóides. Aqui brilha a luz azul da consciência que leva à liberação – a sede do poder supremo da consciência de **kuṇḍalinī**. O **bija mantra** deste **chakra** é "**gaṁ**". Diz-se que este **mantra** tem o poder de incorporar o conhecimento espiritual desenvolvido em meditação, que é maior do que o conhecimento adquirido através da mente concreta (**saṁjñāna** – percepção sensorial) ou da mente abstrata (**vijñāna** – intelecto).

Guru Chakra



A palavra sânscrita **guru** significa "que remove a ignorância" (**gu** = ignorância; **ru** = remoção). Portanto, este é o **chakra** do mestre. Localizado logo abaixo do **sahasrāra chakra**, em um círculo de cor branca brilhante como o néctar da lua, contém doze pétalas brancas reluzentes. Dentro do círculo branco encontra-se um triângulo apontado para baixo que simboliza os três poderes – da vontade, do conhecimento e da ação representados pelos **mantras** "**haṁ**", "**laṁ**" e "**kṣhaṁ**, respectivamente" –, que na filosofia hermética é o fundamento da criação (querer, saber e ousar). Este triângulo é chamado de "**A-Ka-Tha**", pois

é formado por uma guirlanda de letras em **devanāgarī**, que começa em seu vértice inferior à direita com a letra "**A**", sobe por este lado e em seu vértice superior direito, já na linha horizontal, encontra-se a letra "**Ka**", para completar o triângulo na linha inclinada descendente à esquerda com a letra "**Tha**". Isto significa que para ousar é preciso querer, para querer é necessário saber e para saber deve-se ousar, completando-se o ciclo da criação. O **bija mantra** deste centro é "**Aiṁ**". Este **mantra** incorpora o aspecto da consciência suprema de **Sarasvatī** – a grande doadora de conhecimento.



Chakra Palmar

Situado no centro da palma das mãos, relaciona-se com a energia que vem da "sede da alma" (coração) e com a "estrela da alma", o centro da individualidade (ponto localizado no encontro das duas mãos acima da cabeça com os braços esticados). Este centro comanda a energia que aciona os pontos reflexos localizados nas mãos e toda a musculatura que envolve o movimento delas. As mãos manifestam-se, psiquicamente, como sentimento de fé e de esperança, capacidade de ação, de neutralidade e de estabilidade. Através das mãos irradiamos a luz divina que flui da sede da alma e do centro da individualidade; portanto, toda a capacidade de dar e receber provém da energia das mãos. Pelas mãos nos ligamos aos mundos celestiais e temos a possibilidade de criar o Céu na Terra. Nelas reside nossa capacidade de curar;

Chakra Plantar

Localizado no centro da planta dos pés, está relacionado com a energia que vem do centro *hara* (região que envolve todo o abdômen) e com o centro estrela da terra (ponto localizado aproximadamente um metro abaixo dos pés). Este centro energiza os pontos reflexos localizados nos pés e toda a musculatura que envolve o movimento deles. Os pés expressam o aprofundamento, a seriedade, a espontaneidade, a naturalidade, a sabedoria, mas também nossos aspectos sombrios e mórbidos do subconsciente, nossos medos e dúvidas, nossos ancestrais, nosso passado, enfim, nossas raízes e nossos aprendizados. Neles encontra-se nossa capacidade de nos conhecer. Pés doloridos expressam Almas doloridas e cansadas. Pés tortos indicam Almas que se desviaram no caminho. Pés rígidos são característicos em Almas rígidas. Pés largos são próprios de Almas muito agarradas à matéria e às questões da família de origem.

Os Sete Chakras Inferiores

A literatura existente batizou estes **chakras** com os nomes dados aos submundos da cosmologia hindu.[1] Mas, aqui, eu os chamarei de: **kaṭādhāra**, **jaṅghādhāra**, **jānurādhāra**, **piṇḍādhāra**, **gulphādhāra**, **talādhāra** e **aṅguṣhṭhādhāra**. Por não reconhecer estes centros energéticos como sendo as regiões dos submundos, optei em mudar seus nomes.

Cada um desses **chakras** inferiores mantém um canal aberto com um dos **chakras** principais situados ao longo da medula espinhal e funcionam como suportes destes, regulando a energia acumulada em seus campos internos (botão dos **chakras**) e externos (pétalas dos **chakras**) como uma válvula que alivia a pressão interna de uma caldeira.

Por outro lado, os chakras inferiores estão fortemente vinculados às regiões inferiores do Universo. De acordo com as nossas experiências e sentimentos e/ou atitudes

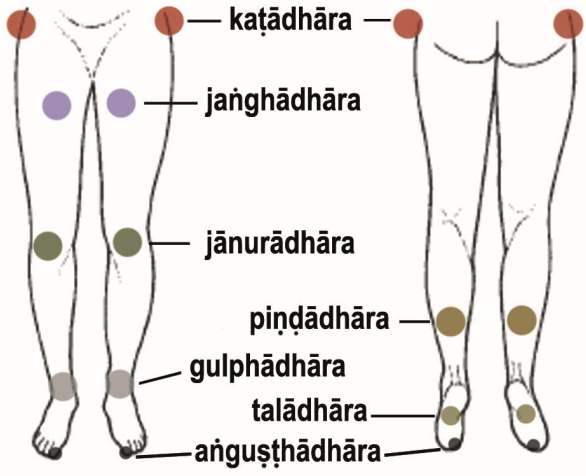
---

1. A Cosmologia Hindu divide o Universo em três regiões: **Svarga** (as sete regiões superiores), **Patala** (as sete regiões inferiores) e **Naraka** (as regiões infernais). O **Bhāgavata Purāṇa** chama essas sete regiões inferiores de **bila-svarga** ("céus subterrâneos") e elas são descritas como sendo mais opulentas do que as regiões superiores do universo. A vida aqui é de prazer, riqueza e luxo, com palácios, templos, casas e muitas jóias. A beleza natural de **Pātāla** supera a dos reinos superiores, em termos de brilho e ornamentos. Não há luz solar nos reinos inferiores, mas a escuridão é dissipada pelo brilho das jóias que os moradores de **Patala** usam. Não há doença, nem velhice nestas regiões. Tudo para que o eu inferior seja enaltecido e cultuado. O ego, a soberba e a opulência são os grandes dominadores nestas regiões. No **Bhāgavata Purāṇa** eles são chamados de: **Atala**, **Vitala**, **Sutala**, **Talātala**, **Rasātala**, **Mahātala** e **Pātāla**. Abaixo das regiões de **Pātāla**, fica **Naraka** – o reino da morte, onde os pecadores são punidos. As regiões superiores são: **Bhūḥ**, **Bhuvaḥ**, **Svaḥ**, **Mahat**, **Janaḥ**, **Tapaḥ**, **Satyam**. As regiões infernais, segundo o **Bhāgavata Purāṇa**, está dividido em 28 infernos.

vivenciadas durante uma existência somos levados a purgá-las em uma ou mais das 28 regiões infernais de Naraka.

Kaṭādhāra: significa “suporte do quadril” (**kaṭa** = quadril; **ādhāra** = suporte). Mantém conexão com o 1º submundo chamado **atala** que significa “sem fundo”. O primeiro **chakra** inferior localiza-se na articulação do quadril, acima do trocanter maior. Governa o estado de espírito chamado de medo, o que é verdadeiramente um abismo sem fundo. Quando estamos no estado de consciência deste **chakra** tememos a morte, a vida, as outras pessoas e até mesmo tememos a Deus, mas de forma inconsciente. Este centro também representa o desejo, a luxúria, o vício pelas drogas e a promiscuidade, distanciando-nos da realidade. O antídoto para equilibrar este centro é o direito à intimidade. Este centro mantém um padrão de ressonância com o centro da base.

Jaṅghādhāra: este **chakra** significa “suporte da coxa” (**jaṅgha** = coxa) e está em sintonia com a 2ª região inferior chamada **vitala**, que significa “profundezas do inferno”. Localizado no meio das coxas em sua porção interna, nele predomina a cobiça e a ostentação, que leva a sempre querer mais. Quando não satisfeitas, produzem a raiva e o ressentimento, ardendo em chamas. A raiva proveniente do desespero, da confusão, da frustração ou falta de compreensão, gerados pela cobiça leva a pessoa a um profundo inferno em chamas, se tornando indisponível para as relações humanas, louca de raiva até mesmo de Deus. Seu antídoto é o perdão, primeiro de si mesmo e, depois, dos outros. A energia deste **chakra** repercuti no centro sexual.



Jānurādhāra: este **chakra**, que se situa nos joelhos (**jānu**), está conectado a 3ª região inferior denominada de **sutala**, que significa “grande profundidade”. Esta é a região dos enganos, da competição, do jogo de interesses, do despotismo e dos aproveitadores. Governa o ciúme, a inveja de querer o que outros têm e não se pode ter. O ciúme é um sentimento de inadequação e impotência, enquanto a inveja vem do sentimento de inferioridade. Pessoas com a consciência em **sutala** cobiçam tudo. Muitas vezes negam a existência de Deus e são falsos em suas ações, causando retaliações e vinganças, mas tudo não passa de um jogo de poder. A virtude que

neutraliza seus efeitos nocivos é a autoconfiança. Mantém forte sintonia com o centro do abdômen.

Piṇḍādhāra: localizado no meio das panturrilhas (**piṇḍa** = barriga da perna), está relacionado ao 4º submundo chamado de **talātala**, significando "sob o nível baixo" ou "lugar das trevas". Ao quarto submundo é atribuído o ilusionismo da conquista dos bens materiais, das construções pomposas e da efemeridade e temporalidade do mundo fenomênico, o que o torna bastante instável. Este **chakra** gera a confusão mental prolongada, a teimosia e a obstinação instintiva por adquirir bens materiais, atropelando os outros sem pensar, envenenado pelo desejo de ter. Compram tudo, mesmo sem necessidade, só para dizer que também tem. São retentivos e não doam nem emprestam nada. A ganância é o que prevalece neste estado. Seu antídoto é o direito de apenas ser. O centro do coração está diretamente ligado a este **chakra**.

Gulphādhāra: este é o **chakra** dos tornozelos (**gulphā**) e está conectado ao 5º mundo inferior chamado de **rasātala**, que significa "região ou fundo úmida". É a verdadeira casa da natureza animal. Vivem entocados, camuflados e se disfarçam para manter o domínio sobre tudo que os cercam. A possessividade e o egoísmo absoluto prevalecem, devido ao seu forte padrão narcisista. O egocentrismo é tão forte que chega a ser cruel, pois o sofrimento dos outros não é importante. Ciúme, raiva e medo são intensos. Equilibramos este **chakra** através da virtude de servir ao próximo, fazendo a caridade. Sua energia ressona com o centro da laringe.

Talādhāra: situado no dorso e planta dos pés, mantém sintonia com a 6ª região inferior chamada de **Mahātala** que significa "grande região infernal". Este é o reino da cegueira interior, da falta de consciência em suas atitudes, da negatividade e depressão profunda. Aqueles que vivem neste **chakra** têm o vício de roubar livremente, são fraudulentos e desonestos, justificando-se por achar que as pessoas e o mundo lhes devem a vida. Neutralizamos suas características malévolas desenvolvendo o direito de crescer e de se expandir. Sua conexão mais intensa é com o centro frontal.

Aṅguṣṭhādhāra: Aqui, no dedo grande dos pés (**aṅguṣṭha**), é a região mais inferior, chamada em sânscrito de **Pātāla**, que significa "região caída ou pecaminosa", onde vivem os **Nāgas**, a demoníaca serpente. É a morada da destruição, assassinato por vingança, tortura, sadismo e ódio expresso através da depredação de patrimônios e destruição mental, emocional e corporal das pessoas. O ódio, o desprezo e a maldade se manifestam aqui. É completamente desprovido de discernimento. O antídoto para este centro é o desenvolvimento da

capacidade de se colocar no lugar do outro e compreendê-lo. Está vinculado ao centro coronário.

Chakras de Suporte Físico

São inúmeros os chakras de suporte físico, mas citarei alguns apenas, que são os mais relevantes: 1 hepático, 1 esplênico, 1 do plexo solar, 2 renais e 5 cranianos.

Chakra Hepático: originário da rede eletromagnética do plexo solar que se ramifica à direita contém seis pétalas. Este vórtice de energia é sensível à luz como partícula. Sua função mais importante é processar energia para vitalizar o sangue e gerar força para os três tipos de músculos: estriados (esqueleto), lisos (órgãos) e coração. É governado pelo **maṇipūra chakra**.

Chakra Esplênico: originário da rede eletromagnética do plexo solar que se ramifica à esquerda contém seis pétalas. Assim como o hepático, este vórtice também é sensível à luz, mas como onda. Sua função mais importante é processar energia para vitalizar o plasma e manter a saúde imunológica. Também é governado pelo **maṇipūra chakra**.

Chakra do Plexo Solar: situado no final do esterno, onde as costelas se separam. Este vórtice, sensível à luz e aos raios solares, ativa o centro diafragmático. Deste modo, mantém o funcionamento do principal músculo respiratório – o diafragma. É governado pelo **maṇipūra chakra**, mas tem uma forte relação com o **anāhata chakra**.

Chakra Renal: um para cada rim, situado sobre eles, tem sua origem na rede eletromagnética do plexo renal. Este vórtice é sensível à temperatura e, conforme a sua variação regula a água no organismo para manter a vitalidade. É governado pelo **svādhiṣhṭhāna chakra**.

Chakras Cranianos: são cinco pequenos vórtices de energia sensíveis ao som, localizados nas suturas cranianas (frontal, coronal e lambdóide) e governados pelo **sahasrāra chakra**:

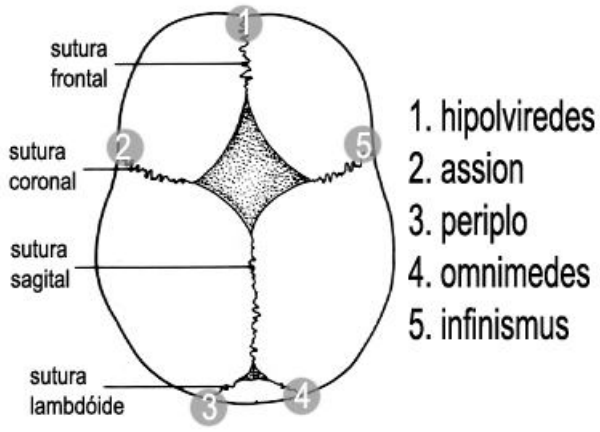
Hipolviredes: sobre a sutura frontal onde inicia o couro cabeludo. Atua no lobo frontal do cérebro (cognição);

Assion: sobre a sutura coronal à esquerda. Atua na área cortical motora e somestésica que comanda o lado direito do corpo;

Périplo: sobre a sutura lambdóide à esquerda. Atua na área cortical visual e psico-visual do olho direito;

Omnimedes: sobre a sutura lambdóide à direita. Atua na área cortical visual e psico-visual do olho esquerdo;

Infinismus: sobre a sutura coronal à direita. Atua na área cortical motora e somestésica que comanda o lado esquerdo.



Chakras Transpessoais

Existem vários **chakras** transpessoais, mas vou abordar aqui apenas três deles. Os vórtices transpessoais estão classificados em supra-personais e sub-personais. Os supra-personais a serem abordados são: **chakra** “estrela da alma” e “portão estelar”. Esses dois vórtices têm funções específicas de assimilar e concretizar a Essência Divina Impessoal pelos demais **chakras** do campo de energia humana. O sub-personal a ser abordado é o **chakra** “estrela da terra”.

Chakra “Portão Estelar”

Situado aproximadamente entre 40 e 60 cm acima do topo da cabeça, é sensível aos raios cósmicos provenientes do Grande Sol Central e ao Poder da Vontade Divina. À medida que alinhamos a nossa vontade pessoal com a Vontade Divina, ativamos esse **chakra**. Desta forma, tornamos a relação com o Divino Impessoal mais consciente. A meditação é a melhor forma de mantê-lo ativado, pois

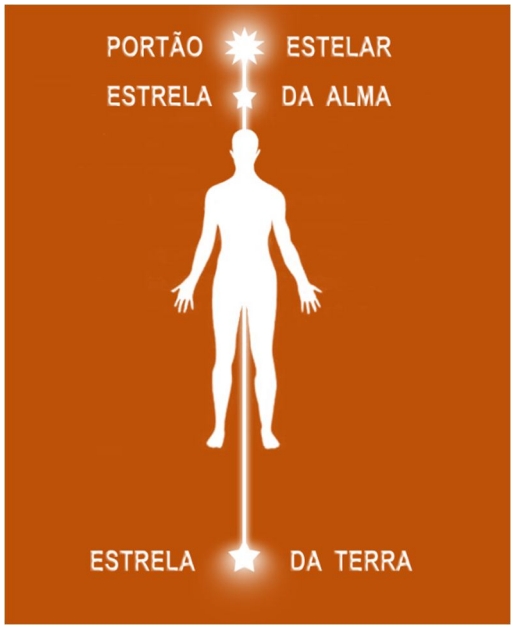
ele passa a transmitir os raios cósmicos à consciência, vibra as fibras nervosas, elevando as freqüências atômicas do corpo físico denso. Com isso, alcançamos um estado de unidade com toda a Criação, resultando em sabedoria, compaixão e lucidez plena.

Chakra "Estrela da Alma"

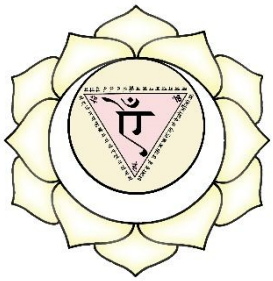
Este vórtice está localizado entre 15 e 30 cm acima do topo da cabeça. Ele é o vórtice de ligação entre o **chakra** estelar e os centros do campo de energia humana. Ele é a ponte entre a Essência Divina Impessoal e a realidade pessoal, entre o espiritual e o físico, entre o Céu e a Terra. O **chakra** "estrela da alma" transporta a energia cósmica captada pelo **chakra** "portão estelar" e a filtra para o nível psíquico humano, conforme seu nível de consciência que, por sua vez, é o resultado de suas ações, seu **karma** e **dharma**. Aqui, a Vontade Divina começa a estruturar a Alma humana. Ativamos a energia deste **chakra**, à medida que ampliamos e aprofundamos a nossa consciência, vivenciando a unidade da vida.

Chakra "Estrela da Terra"

Está localizado entre 90 cm e 1,20 m abaixo da planta dos pés, na linha mediana do corpo. Ao ativar este vórtice, sintonizamos a nossa força psíquica com a força da Mãe Terra, a própria Natureza. O **chakra** terrestre só é ativado, conforme eliminamos o medo. Desta forma, ele pode expressar plenamente as energias cósmicas oriundas da Vontade Divina, ou seja, quando nos tornamos a expressão viva da realização do Céu na Terra, a integração do espírito na matéria.



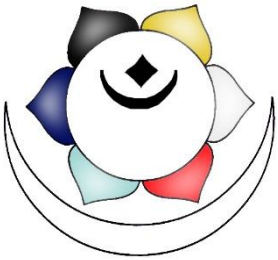
GURU CHAKRA



NIRVĀṆA CHAKRA

SOMA CHAKRA

MANAS CHAKRA



TĀLU CHAKRA

HṚIT CHAKRA