

Chakra Svadhisthana

Valera, José Antonio

Editorial: Adhana Ediciones

ISBN: 8436005169947

Páginas: 2

Dimensiones: 21.5 x 30.5 cm

Encuadernación: Lámina tamaño folio plastificada

PVP.: 4,95 €

2º



Chakra Svadhisthana

El ingreso al amor y la sabiduría sagrada.
Gagpa - Afiliado a la virtud del justo medio.

claves:
Sentir, desear, crear.

color:
Naranja brillante.

localización:
Plexo hipogástrico; genitales.

aspectos:
Procreación, familia, fantasía.

crisales y gemas:
Yang-Yang, sándalo, alcanfor, romero.

color de la bija (semilla):
Oro

tattva (elemento):
Agua

color del tattva:
Azul claro.

forma del tattva:
Círculo.

sentido:
Gusto.

órgano sensorio:
Lengua.

órgano de trabajo:
Genitales.

vayu (aire):
Apana vayu.

loka (plano):
Bhuvan loka, naga loka, el plano astral.

planeta dominante:
Júpiter y la Luna.

esencias:
Ylang-Ylang, sándalo, alcanfor, romero.

sonidos del pétalo de la bija:
BANG, BHANG, MANG, YANG, RANG, LANG.

sonido bija:
VANG.

Significado del nombre:
"Lugar en donde mora el ser"
Svadhisthana (sva-ser (parte energética-prana) / dhistana-lugar de residencia).

Función: Chakra de la dulzura. Relacionado con las emociones, el placer, la sexualidad, la nutrición, la creación.

Elementos anatómicos: cavidad pélvica, riñones, vejiga, órganos reproductores, intestino delgado, la piel y todos los humores corporales, como sangre, líes, jugos digestivos, esperma... Enfermedades: cistitis, endometriosis, infertilidad, fibromialgia, enuresis, colon irritable, quistes ováricos, prostatitis.

Órgano / Glándula: Órganos genitales, glándulas reproductoras (ovarios, útero, próstata y testículos).

Kriyas de kundalini Yoga: del Kriya, "Viva la sexualidad sexual".

Terapia por el sonido: Sonido BUA, VAI, cantos de bellave y bellave, y sonidos del agua.

Mantra: Vash Yant, Hra Yant, Sri Gayatri, Aum H Vahra, Bhairavani: Trishra Guru, H Vahra Guru.

Ejercicios físicos:
• Bailes y danzas de caderas
• Relaciones sexuales
• Masajes, baños, duchas, jacuzzi, saunas.

Ejercicios psíquicos:
• Disolva las represiones que le han enseñado desde niño, desahibada, desahibada y diáspora.
• Si consciente de sus emociones, solo quieren expresar y decir al mundo lo que lleva dentro. Si se comen, creará enfermedades.

Efectos de la meditación: Se requiere la capacidad de utilizar la energía creativa para elevarse a las más bellas artes y a las relaciones más puras con los demás, tras haberse liberado de la ansiedad, la rabia, la ira, la envidia, la inseguridad y la servidumbre. Visualizar al señor Vishnu. Producir paz y felicidad como la de un lago cristalino.

Asanas de Yoga: Epa (decubitus), Navaasana (la barca), Sarvangasana (la silla), Bhujangasana (postura sobre la cobra), Bhujangasana (la cobra), Ardha Matsyendrasana (el gusano), Bhadrasana (la mariposa), Mandukasana (la rana), Vajrasana (el diamante).

Vehículo de la bija: cocodrilo, vehículo del dios Varuna, señor del mar. Representa la mente navegando por el océano de los sentimientos subconscientes y que puede ser amarrada por una ola de emoción a pesar de la razón y el intelecto. Si no domina las emociones las olas pueden hundir el bote de la mente. El cocodrilo simboliza las pasiones y los deseos sexuales que sólo son peligrosos cuando se los ignora o reprime.

SINOPSIS

El ingreso al amor y la sabiduría sagrada. Gagpa – Afiliado a la virtud del justo medio.