Chakras correspondencias

Ver las correspondencias a nivel analógico entre diferentes elementos.

- **Correspondencias 01**
- **Correspondencias 02**
- **Correspondencias 03**
- **Correspondencias 04**
- **Correspondencias 05**

Por Julián Peragón

Meditación y Centros de Energía

Definir lo que es un chakra no es tan sencillo como la Nueva Era pretende. En parte porque es cierto que tenemos un cuerpo energético y sutil donde experimentamos movimientos de la energía vital. Pero también, y aquí está lo complicado, los chakras forman parte de un elaborado universo simbólico que el yogui (o la yoguini) utilizan para su ascesis, como soportes de concentración.

En todo caso, lo importante es prestar atención a esos centros especiales en su vinculación con el despertar de la conciencia. Haremos una meditación en

parejas donde uno le pone las manos en las zonas de los chakras sintiendo como podemos vincular dos centros entre sí por sintonía, de esta manera reforzamos la sensibilización energética.

Chakra 1º con 7º

La base y la corona. La especie y la individualidad. La energía y la conciencia. Shakti y Shiva.

Chakra 2º con 5º

La pelvis y el cuello. La reproducción sexual y la reproducción cultural. Lo instintivo y lo intelectual.

Chakra 3º con 6º

Acción e intuición. Autocentramiento y globalidad. Poder y Sabiduría.

Chakra 4º con 4º

Centro. Corazón. Integración. Amor.

Por Julián Peragón

Respiración y chakras

Julián Peragón

Séptimo nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

SÉPTIMO NIVEL

La estructura de la conciencia es INTEGRAL

La realidad ya no se percibe fragmentada. Cada parte es complementaria y necesaria en su individualidad, la parte está en el todo, y el todo en la parte.

Se unifican en el individuo la intuición y la percepción, el pensamiento y el sentimiento. Integración con el cuerpo y la mente, pero también del individuo con la totalidad que le envuelve. Capacidad de percibir la realidad desde múltiples perspectivas interrelacionadas. Capacidad de diluir el yo en algo mayor. Experiencia de éxtasis. La sabiduría consiste en el arte de vivir sin aferramiento. Respuesta creativa y flexible a lo que depara la vida. El sufrimiento tiene unas raíces que podemos desactivar. La muerte no es un drama sino un tránsito necesario de un plan profundo de la vida. Conciencia de otras dimensiones insospechadas. Conciencia de la realidad sin filtros conceptuales o emocionales.

Ya no hay una verdad absoluta sino una verdad como proceso personal o colectivo. El amor es una energía universal de transformación. El tiempo percibido es un

eterno presente, conciencia atemporal de la realidad. La espiritualidad está en contacto con la ciencia profunda.

La conciencia moral es cosmocéntrica, sensibilidad hacia animales y plantas, hacia toda vida posible en el universo. Hay una holoarquía natural desde la que nos relacionamos. La propiedad privada está superada por el compartir responsable, la economía es información para ajustar las necesidades. Se es capaz de entender la vida profunda y mejorarla. El mundo es complejo y las soluciones tienen que ser integrales.

Julián Peragón

Sexto nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

SEXTO NIVEL

La estructura de la conciencia es PLURALISTA.

El individuo ya no está tan centrado en su propia individualidad y autonomía sino más centrado en la comunidad. Hay que salir de la codicia y de la fría razón. El mundo está en una fuerte crisis y la solución no

está en la fuerza sino en el diálogo y en el consenso. El planeta es un hábitat compartido que hay que cuidar, la ecología tiene que ser prioritaria, más allá de la productividad.

Todos los seres humanos somos iguales y no puede haber marginación por raza, cultura, sexo o religión. Hay que hacer que los derechos humanos se conviertan en una realidad. Desde la tolerancia se aceptan las diferencias. Juntos podemos crecer mutuamente. Contrario a las jerarquías porque las interpreta como posiciones de poder. Multiculturalismo.

Hablamos de un yo sensible, que quiere conocerse a sí mismo, que busca la autenticidad, que es facilitador de procesos, igualitario y que expresa sus sentimientos. Lo importante no es ganar sino compartir. Busca el amor y la armonía.

Se da en las redes sociales. Colectivos de ayuda humanitaria. Ecología. Voluntariado. Colectivos artísticos. Personas que quieren trabajar menos para tener mejor calidad de vida. Postmodernismo.

Pero puede entrar en crisis por la necesidad de lograr resultados concretos, por la falta de respuesta de los demás, por un relativismo excesivo, porque los costes económicos se disparan para buscar soluciones, o porque emocionalmente queda sobrepasado ante la complejidad de las relaciones humanas. También hay dilación en la toma de decisiones ya que se busca el consenso.

Julián Peragón

Quinto nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

QUINTO NIVEL

Nos encontramos con una estructura RACIONAL de la conciencia.

El mundo ha dejado de ser mágico, la ciencia ha ido desvelando los misterios de la vida. La razón ha ido desmenuzando la realidad para comprenderla mejor y para clasificarla. La realidad es más objetiva, se descubren la leyes naturales que rigen el cosmos. Los avances tecnológicos nos permiten ir más allá de lo que dictan los sentidos. Lo subjetivo y la experiencia quedan relegados.

El individuo se opone a lo natural, el sujeto se desmarca del objeto, la mente del cuerpo, lo espiritual de lo material. El mundo queda dividido en dualidades que no se encuentran ni reconocen. Lo único real es lo objetivo, el materialismo toma las riendas. La ciencia es el dogma dominante. El tiempo ya no es cíclico sino cronológico, como una flecha que va irremediablemente del pasado al futuro. Se pierde la capacidad de saborear el momento presente. El mundo interno se vuelve más rico, la individualidad crece y aparece la frstración y la ira, el miedo y la angustia. Hay un esfuerzo por liberarse de

la presión del grupo.

En este sentido se premia la efectividad, la planificación, las estrategias, la búsqueda del éxito. La competencia es el aire que se respira y el perfeccionamiento la actitud adecuada. Hay que buscar las nuevas oportunidades. Se busca ser independiente y autónomo, hay un culto al individualismo. Enfocados al logro, al análisis y al pensamiento lógico, al crecimiento y la productividad. La economía mueve el mundo. La burocracia pretende controlar todos los pasos. El consumismo es la nueva religión. La industrialización favorece la construcción de estados fuertes. Hay desequilibrios ecológicos por la fuerte presión de una gran demografía y un elevado coste del consumo.

Se condena la instintividad. No se entiende bien el cambio y la impermanencia de la vida, la diversidad se vuelve amenazante. Se tiende a un antropocentrismo. Se desarrollan las ideologías. Hay una gran lucha por el poder.

Esta fragmentación se da en todos los órdenes, las familias se vuelven nucleares, las sociedades están divididas en barrios, distritos, ciudades, comarcas, provincias, etc. Encontramos soledad y alineación en las ciudades. Marginalidad y fracaso a los que no siguen la cultura del éxito y el triunfo de la propiedad privada.

Lo encontramos en las democracias capitalistas. Grandes corporaciones, instituciones científicas. La vida en las grandes urbes. La modernidad.

Julián Peragón

Cuarto nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

CUARTO NIVEL

Nos encontramos con una estructura de la conciencia TRADICIONALISTA.

El ser humano agobiado por el caos y la complejidad busca un orden. Este orden lo encuentra en los cielos, los dioses marcan un propósito definido, un sentido en la vida. Si se obedece seremos salvados, ganaremos el cielo, el paraíso, pero si no hay el necesario sacrificio, la obediencia adecuada se cosechará un grado de culpa, un destino incierto, un posible infierno.

Las estructuras son de autoridad y jerárquicas. Se respetan las normas, se mantiene una moralidad, una disciplina, un conformismo porque hay inseguridad de cara al futuro. Las élites establecen una alianza entre el poder terrenal, político y el religioso.

La sociedad se basa en la agricultura y la ganadería y el desarrollo de herramientas se hace necesario para la labranza. Los mercados locales hacen surgir el dinero y el crédito, y por tanto, hay riqueza y

acumulación de bienes. En ese sentido se agrandan las diferencias sociales y la división clara del trabajo. Las élites disfrutan de un desarrollo en el conocimiento y en las artes. El conocimiento se sintetiza en símbolos,la religión está basada en los misterios.

La sociedad agraria está sujeta a los ritmos biológicos de la siembra y la cosecha, y las fiestas marcan los solsticios y equinoccios, así como los momentos importantes de trabajo y ocio en el campo.

Se empiezan a organizar los ejércitos que defienden y amplían las primeras naciones.

Lo podemos encontrar en los dogmatismos monoteistas. Fundamentalismo y patriotismo.

Tercer nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

TERCER NIVEL

Aquí podemos hablar de un nivel MÍTICO (y

heroico) de conciencia.

En este nivel el mundo es impredecible y está lleno de todo tipo de amenazas y peligros. Además hay que sobrevivir contra todos los que son competidores. Se requiere dureza y astucia. El mundo es como la ley de la selva, el más fuerte es el que sobrevive mientras los demás tienen que servir o hacer los trabajos más bajos y menos valorados de la sociedad. La explotación, incluso con formas de esclavitud, forma parte de la estructura del poder.

El ego se reafirma frente a los demás a través de la demostración de fuerza, de la ostentación del poder. Esto conlleva una impulsividad y osadía, temeridad sin ningún sentimiento de culpa. Se busca la satisfacción inmediata de los deseos sensuales, desde un cierto hedonismo.

Es el nacimiento del héroe (egocéntrico, poderoso) el que se enfrentará a las bestias, los dragones, los enemigos terribles. No se admite el límite. Tenemos al señor feudal poderoso, paternalista pero también opresor.

Este nivel participa de una cierta estructura mítica, los dioses de poder.

Podemos encontrar esta estructura en los reinos feudales. Líderes militares, caudillos, colonizadores. Podemos verlo en la rebeldía juvenil y en las tribus urbanas, en las mafias.

Julián Peragón

Segundo nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

SEGUNDO NIVEL

Aquí nos encontramos con la estructura MÁGICA de la conciencia.

Hay un pensamiento animista que percibe el universo poblado de espíritus benéficos y malignos a los cuales hay que aplacarlos a través de hechizos, bendiciones. Todo acontecimiento extraordinario es debido a la actuación de los espíritus. La sociedad está polarizada entre el bien y el mal. El pensamiento es mágico y supersticioso. Rituales de invocación, a la lluvia, cacería.

Todo está conectado con todo. No se ve todavía la relación causa y efecto. El conocimiento es empírico. Son los brujos y los chamanes quienes detentan el poder. El individuo está confundido con el grupo. Juntos hay una mayor sensación de seguridad delante del temor en un mundo desconocido. Los rituales mantienen el sentimiento grupal de pertenencia. Alrededor del fuego nocturno se desarrolla la comunicación con el grupo, se amplia la memoria grupal, el desarrollo del lenguaje. Hay un ego grupal.

La tribu se vincula a través del linaje y

del parentesco. Los espíritus de los ancestros mantienen la cohesión de la tribu. Los ancianos y ancianas son un referente de experiencia y cuentan las historias de los orígenes. Comunicación oral, gestualidad. La danza y la música rítmica forman parte de los rituales, de la experiencia de conexión con fuerzas de la naturaleza. El tótem es el animal de poder, hay una identificación entre totalidad y parte, la imagen del oso se confunde con el oso.

Hay un esfuerzo por salir, o dominar, la naturaleza. La caza y la recolección determina claramente los roles sociales del hombre y la mujer, pero existe también prácticas de horticultura. Estructura social flexible e igualitaria. La élite está sólo en el chamán o mago. Mayor relación entre tribus cercanas, rencillas y pequeños intercambios a través del trueque. La tribu es nómada pero dentro de cierto territorio.

Este nivel lo encontramos en las tribus, sociedades simples de cazadores recolectores. Rituales de clanes y familiares. Prácticas chamánicas. Equipos deportivos.

Julián Peragón

Primer nivel de conciencia

Me he inspirado en el antropólogo cultural Jean Gebser del siglo pasado en sus

estructuras de la conciencia, en la dinámica espiral de Don Beck y, por supuesto, en el enfoque integral de Ken Wilber.

PRIMER NIVEL

Este primer nivel de conciencia tiene que ver con la visión ARCAICA de la realidad.

El impulso básico es el de la supervivencia y es prioritario la búsqueda de alimento y agua, la instintividad del sexo y la seguridad del hábitat donde encontrar calor y protección contra los animales peligrosos.

No hay un yo diferenciado, el individuo de forma automática sigue su instinto. Las emociones se expresan libremente. No hay conciencia del tiempo ni de la muerte, se vive en un presente inconsciente. No hay diferenciación clara entre el yo y el medio natural.

Nos encontramos con hordas de supervivencia que van peinando el medio en busca de alimento, caza y recolección.

Este nivel lo encontraremos en la hominización del ser humano, bebés pequeños, algunos ancianos con Alzheimer, personas autistas, personas incluso en situaciones de shoks extremos.

Julián Peragón