

## Chakras, Meridianos y Reiki

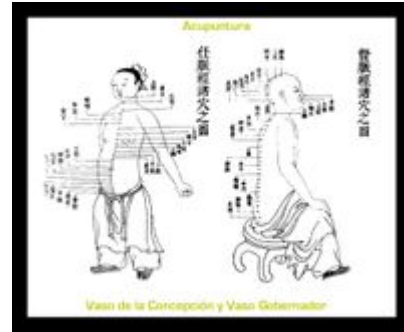
En el cuerpo humano se abren cuatro lotos, cuatro flores que se sitúan a nivel del ombligo, del corazón, de la garganta y de la cabeza, que se relacionan con una energía sutil y con distintos estados de consciencia. Así se describían los chakras en los Upanishads indios, hace más de dos mil años.



La idea de un flujo de energía que recorre y conforma el cuerpo humano se asumió en la India y en el Tíbet como algo natural, pero también en China, donde se desarrolló un sistema paralelo al de los chakras; los meridianos, que definen líneas por donde discurre la energía (*ki*) y donde se sitúan los puntos sutiles sobre los que es posible actuar.

La cosmovisión india y tibetana busca la liberación del hombre, al alcanzar éste un estado de consciencia tal que le permita percibir con claridad la unidad del universo entero. Los chakras primarios y otros, más numerosos, así como los vasos que los unen (*nadis*), tienen un sentido espiritual. Los puntos de acupuntura y los meridianos chinos encuentran funciones más mundanas;

el mantenimiento de la fuerza vital, la salud, la longevidad.



La Acupuntura, la Digitopuntura y la Moxibustión se basan en la estimulación de ciertos puntos sutiles de los meridianos (con agujas, presión digital o mediante el calor de “cigarros” de artemisa), para facilitar un flujo de energía saludable, donde no haya excesos ni bloqueos.

Los chakras, especialmente en tiempos modernos, encuentran también su espacio en el mundo de la sanación física.



Hoy se consideran siete los chakras principales (aunque ocasionalmente se reduzcan a cinco o se amplíen a diez o más), y se relacionan con colores particulares. Estos siete chakras se denominan Muladhara (a nivel del cóccix), Swasdisthana (área genital), Manipura (región del ombligo), Anahata (a nivel del corazón), Vishudda (garganta), Ajna (el “tercer ojo”, en la frente) y Sahasrara (sobre la cabeza).

El Reiki, aunque en su origen es independiente de la teoría de los chakras, se nutre actualmente de este modo de entender al hombre y al flujo de energía que lo envuelve y conforma.

El Reiki nace a principios del siglo XX, cuando el Maestro Usui tiene una revelación tras un largo ayuno y meditación. Afirma haber redescubierto una verdad profunda y olvidada. Sus enseñanzas buscan la evolución del cuerpo y del espíritu humanos, y las resume en “Cinco Principios”:



Shoufuku no hihoo.  
Manbyo no Reiyaku. Kyo dake wa,  
Okoruna, Shimpai suna, kansha shite,  
Goo hage me, Hito ni shinsetsu ni. Asa  
yuu Gassho shite, kokoro ni nenji, kuchi  
ni tonaeyo.

[El método secreto para invitar a la buena fortuna. La medicina maravillosa de toda enfermedad. Cuídate hoy de no enfadarte, de no dejar crecer la preocupación, de ser agradecido, de trabajar duro contigo mismo, de ser amable con los demás. Todas las mañanas y todas las noches, siéntate en la postura de Gasho y repite estas palabras con fuerza en tu corazón]

Se dice que lo fundamental es el *kokoro*, la intención, la apertura y receptividad de mente y corazón. El hombre puede alcanzar el equilibrio físico y mental cuando se deja llevar por el flujo de energía, cuando se adapta, cuando se convierte en un canal en el que la energía del universo fluye con facilidad.



En el mundo occidental, el Reiki se va transformando, poco a poco, de camino vital en terapia alternativa. El Maestro ayuda al alumno a convertirse en canal por el que fluye la energía. Así es como podrá transmitir la energía del universo a otro ser. El chakra de la cabeza recibe la energía del universo que fluye hasta las manos del practicante, para ser transmitida al paciente. La idea es simple y hermosa.

Rei-ki, donde *rei* significa espíritu, alma, milagroso, sobrenatural, y *ki* aliento, energía, fuerza, atmósfera, intención, emoción, podría traducirse como “energía espiritual”, como “aquella energía vital que surge del espíritu de forma milagrosa”, o como “el influjo espiritual que emana de algo profundamente hermoso y sobrecogedor”

Chema Nieto

Artículo original y referencias web en:  
<http://bongobundos.blogs.com/bongobundos/2009/07/chakras-meridianos-y-reiki.html>