

Universidad de Vida

BOLETÍN DE DUDAS RESUELTAS

Boletín 75

[11 de octubre 2019]

ÍNDICE

Utilidad del boletín	3
Sobre la sesión 73	4
Sobre la relación entre los chakras, las glándulas y los aspectos mentales y emocionales	5

Utilidad del boletín

Cada semana, enviamos un boletín de dudas resuelto con las preguntas que llegan a info@universidaddevida.online o mediante el formulario de la página web.

Todos los boletines se cuelgan en el “Área del Alumnado” de www.universidaddevida.online junto con el resumen y la grabación de la sesión. Así todo está siempre disponible y agrupado en un único sitio.

En todas las preguntas, se eliminan los datos personales con el objetivo de mantener el anonimato. Las preguntas siempre deben hacer referencia al contenido del curso. No es necesario leerlas todas, solo aquellas que despierten tu interés. Por eso, en el índice escribimos la idea principal de cada pregunta.

Si recibimos varios mails de una misma duda, sólo ponemos uno, pero de manera que conteste a todas las personas que tenían esa dificultad. Además, es útil para las personas que no la habían planteado.

Os rogamos que planteéis dudas sobre el tema y no uséis este espacio para consultas personales: no es un lugar de terapia, ni un consultorio personal.

Por otra parte, si deseáis tratar algún tema concreto en Universidad de Vida, también podéis hacernos llegar vuestra propuesta, ¿de acuerdo?

¿? Sobre un centro en Barcelona

Hola!

Muy buenas.

Se trata de una pregunta muy concreta. En la sesión 73, Sergi menciona un centro en Barcelona donde acudía a sesiones presenciales, ¿sigue en funcionamiento?, ¿podéis decirme de qué centro se trata?

Sí, se trataba de la escuela El Centro, estaba ubicada en la calle Mallorca, pero lamento decirte que hace ya unos seis-siete años que cerraron.

Gracias!

:)

Como podéis comprobar, os sigo en diferido,...

Qué bien! Es una de las ventajas de UdV, a cualquier hora, en cualquier lugar...

:) Llego tarde pero llego!!!!

Cómo decía el barón de Coubertain, lo importante es llegar, ... ¿o era 'participar'? ;)

Un abrazo!

¿? Sobre la relación entre los chakras, las glándulas y los aspectos mentales y emocionales.

Hola!

¿Qué tal?

Personalmente me gustaría profundizar un poco en la relación existente entre el cuerpo vital y los aspectos mentales y emocionales que comentó Sergi.

Sí, a mí también me parece un tema apasionante.

En los años que dediqué a la consulta homeopática, pude comprobar en múltiples ocasiones la autenticidad de dicha relación.

¿Podríais desarrollar un poco más el tema, por favor?

Por supuesto.

El cuerpo vital o energético posee sus propios órganos: los famosos chakras. Auténticos laboratorios donde se absorbe, se transforma, se distribuye y se emite energía, en sus distintas frecuencias.

Dichos chakras también son los responsables del buen funcionamiento del cuerpo físico.

Cuando los chakras funcionan correctamente, influyen positivamente en la salud del cuerpo físico.

Sin embargo, algunos factores perjudican el buen funcionamiento de los chakras, disminuyendo o aumentando en exceso su actividad. Cuando un chakra disminuye su actividad decimos que está en hipofunción. Y cuando la aumenta en exceso, decimos que está en hiperfunción.

En ambos casos, hablaremos de un desequilibrio energético.

Algunas terapias como la homeopatía o la acupuntura, que actúan directamente sobre el cuerpo vital, pueden ayudarnos a

restablecer el equilibrio del cuerpo vital y, por extensión, también del cuerpo físico.

Nuestro cuerpo vital tiene una gran cantidad de chakras. Se calcula que existen unos 66.000 aproximadamente. Sí, sí, no has leído mal: 66.000! Los más conocidos son los 7 chakras alineados a la columna vertebral. Son los más importantes y los principales responsables del buen funcionamiento del cuerpo vital.

Veamos un resumen de todos ellos.

1. Chakra Muladhara:

- a. Ubicado entre el ano y los genitales, en la base de la columna vertebral
- b. Relacionado con las glándulas suprarrenales.
- c. Correspondencias corporales: sistema óseo, columna vertebral, uñas, dientes, ano, recto, intestino grueso, próstata, sangre.
- d. Perjudica su funcionamiento: la pereza, la codicia, la ambición, la ira y el miedo.
- e. Funciones: supervivencia, sexualidad, materialización y concreción en el plano físico.
- f. Cuando no funciona adecuadamente: dificultades en el dar-recibir, debilidad física, preocupaciones excesivas, falta de estabilidad,
- g. Algunas actuaciones que favorecen su reequilibrio: tomar el sol, sentar-se sobre la tierra en plena naturaleza, lo activa escuchar música con ritmos monótonos y acentuados (del estilo de Rihanna, Lady Gaga, etc.), bailes latinos, ponerse ropa interior de color rojo, lo favorece cualquier actividad física que movilice las extremidades inferiores. Hatha y Kundalini yoga.

2. Chakra Svadhisthana

- a. Ubicado justo dos dedos encima de los genitales.
- b. Relacionado con los órganos sexuales (ovarios/próstata).
- c. Correspondencias corporales: cavidad pélvica, sistema reproductor, riñones, vejiga.

- d. **Perjudica su funcionamiento: lujuria (relación mecánica con el mundo sensorial).**
- e. **Funciones: vitalidad, reproducción.**
- f. **Cuando no funciona adecuadamente: trastornos de tipo sexual.**
- g. **Algunas actuaciones que favorecen su equilibrio: contemplar un curso de agua natural, bañarse en un río, beber agua de una fuente de montaña, lo activan los bailes populares en pareja, ropa interior naranja, nadar y pasear a un buen ritmo. Yoga tántrico.**

3. Chakra Manipura

- a. **Ubicado dos dedos encima del ombligo.**
- b. **Relacionado con el páncreas.**
- c. **Correspondencias corporales: parte inferior de la espalda, cavidad abdominal, sistema digestivo, estómago, hígado, bazo, vesícula biliar, sistema nervioso vegetativo, sistema musculatorio.**
- d. **Perjudica su funcionamiento: ira, angustia.**
- e. **Funciones: relación con el entorno y los demás.**
- f. **Cuando no funciona adecuadamente: falta de ánimo, miedo a los cambios, necesidad de controlarlo todo.**
- g. **Algunas actuaciones que favorecen su equilibrio: tomar el sol, se activa bailando ritmos ardientes y fogosos (ejemplo: tango, lambada), llevar camisetas amarillas, practicar deportes en general a poder ser, a nivel competitivo.**

4. Chakra Anahata

- a. **Ubicado en el centro del pecho, a la altura del corazón.**
- b. **Relacionado con el timo.**
- c. **Correspondencias corporales: corazón, parte superior de la espalda, pulmones, piel, sistema circulatorio.**
- d. **Perjudica su funcionamiento: orgullo, vanidad, auto-importancia, soberbia, envidia.**
- e. **Funciones: amor consciente, percepción.**

- f. **Cuando no funciona adecuadamente: incapacidad de abrirnos para recibir, acción interesada, vulnerabilidad y dependencia de los demás, desinterés, insensibilidad, miedo a la traición, melancolía excesiva.**
- g. **Algunas actuaciones que favorecen su equilibrio: paseos silenciosos por prados verdes, rodearse de flores rojas, escuchar música clásica (Mozart, Handel), música sacra (gregoriano), masajes, caminar por la naturaleza. Bhakti yoga.**

5. Chakra Vishuddha

- a. **Ubicado entre la nuez del cuello y la laringe.**
- b. **Relacionado con el tiroides y el paratiroides.**
- c. **Correspondencias corporales: piel, boca, control de la respiración.**
- d. **Perjudica su funcionamiento: codicia, crítica destructiva.**
- e. **Funciones: comunicación, creatividad, inspiración.**
- f. **Cuando no funciona adecuadamente: dificultades en la comunicación, rigidez, creatividad bloqueada.**
- g. **Algunas actuaciones que favorecen su equilibrio: tumbarse al aire libre y contemplar el cielo azul, danzas sagradas, esencia de eucalipto (aromaterapia). Cantar mantras.**

6. Chakra Ajna

- a. **Ubicado en el entrecejo, en el centro del cráneo.**
- b. **Relacionado con la hipófisis**
- c. **Correspondencias corporales: rostro, oído, ojos, nariz, senos paranasales, cerebelo, sistema nervioso central.**
- d. **Perjudica su funcionamiento: gula, materialismo, escepticismo.**
- e. **Funciones: visualización, percepción, voluntad.**
- f. **Cuando no funciona adecuadamente: dificultades en el aprendizaje, materialismo, conexión con lo Superior bloqueada.**
- g. **Algunas actuaciones que favorecen su equilibrio: contemplar una noche estrellada, música de Bach, práctica del tai chi o el qi gong.**

7. Chakra Sahasrara

- a. **Ubicado en el centro de la coronilla, sobresale unos dos dedos del cuerpo físico.**
- b. **Relacionado con la glándula pineal.**
- c. **Correspondencias corporales: cerebro.**
- d. **Perjudica su funcionamiento: ignorancia en general.**
- e. **Funciones: conocimiento, comprensión.**
- f. **Cuando no funciona adecuadamente: confusión, pensamiento opresivo.**
- g. **Algunas actuaciones que favorecen su equilibrio: el silencio, contemplar el paisaje desde una montaña elevada, la calma y la quietud.**

Muchas gracias!

A ti! Un abrazo.