

FORMACIÓN DE  
SANACIÓN  
ENERGÉTICA

Con caballos

CLASE 3



★ LOS 7 CHAKRAS ★  
★ PRINCIPALES EN ★  
★ HUMANOS Y ★  
★ CABALLOS ★



# LOS 7 CHAKRAS PRINCIPALES

*En humanos y caballos*



Caballo Cósmico

@gamia.  
ILUSTRACIONES



# LOS 7 CHAKRAS

*principales*



Los Chakras son puntos de energía que poseen los seres vivos. Traducido del sánscrito significa “Rueda giratoria”.

Esas ruedas mantienen la energía vital (Prana) fluyendo a través de los “Naadis” que son pequeños canales energéticos conectados a la columna vertebral.

El “Sushmna” es el naadi más grande e importante y corre central y verticalmente a lo largo de nuestra columna vertebral. Ahí se encuentran los 7 chakras primarios - la energía más grande de la rueda giratoria que mantiene el Prana en movimiento.



# LOS 7 CHAKRAS

*equilibrados*

Si los 7 Chakras principales están equilibrados y desbloqueados las ruedas giran y el Prana fluye de manera constante. De esa forma el sistema energético se encuentra en su punto más saludable.

Cada uno de los 7 Chakras está relacionado con un aspecto de nuestro ser e influye tanto en el plano físico, como en el mental, emocional y energético.

En estas clases vamos a ir conociendo como es cada uno de los 7 Chakras principales y que función cumple, tanto en los seres humanos como en los caballos. Veremos el Chakra en su polaridad y como equilibrar, armonizar, activar y vitalizar cada uno.



# LOS 7 CHAKRAS

*de seres vivos*



Todos los seres vivos tienen una anatomía sutil que coexiste con su estructura física - la anatomía energética.

Los Chakras son como ruedas energéticas que absorben la energía universal y la transmutan de tal forma que el cuerpo físico la pueda aprovechar y nutrirse. Cualquier vivencia, pensamiento o emoción, afecta a las chakras y por lo tanto al cuerpo físico.

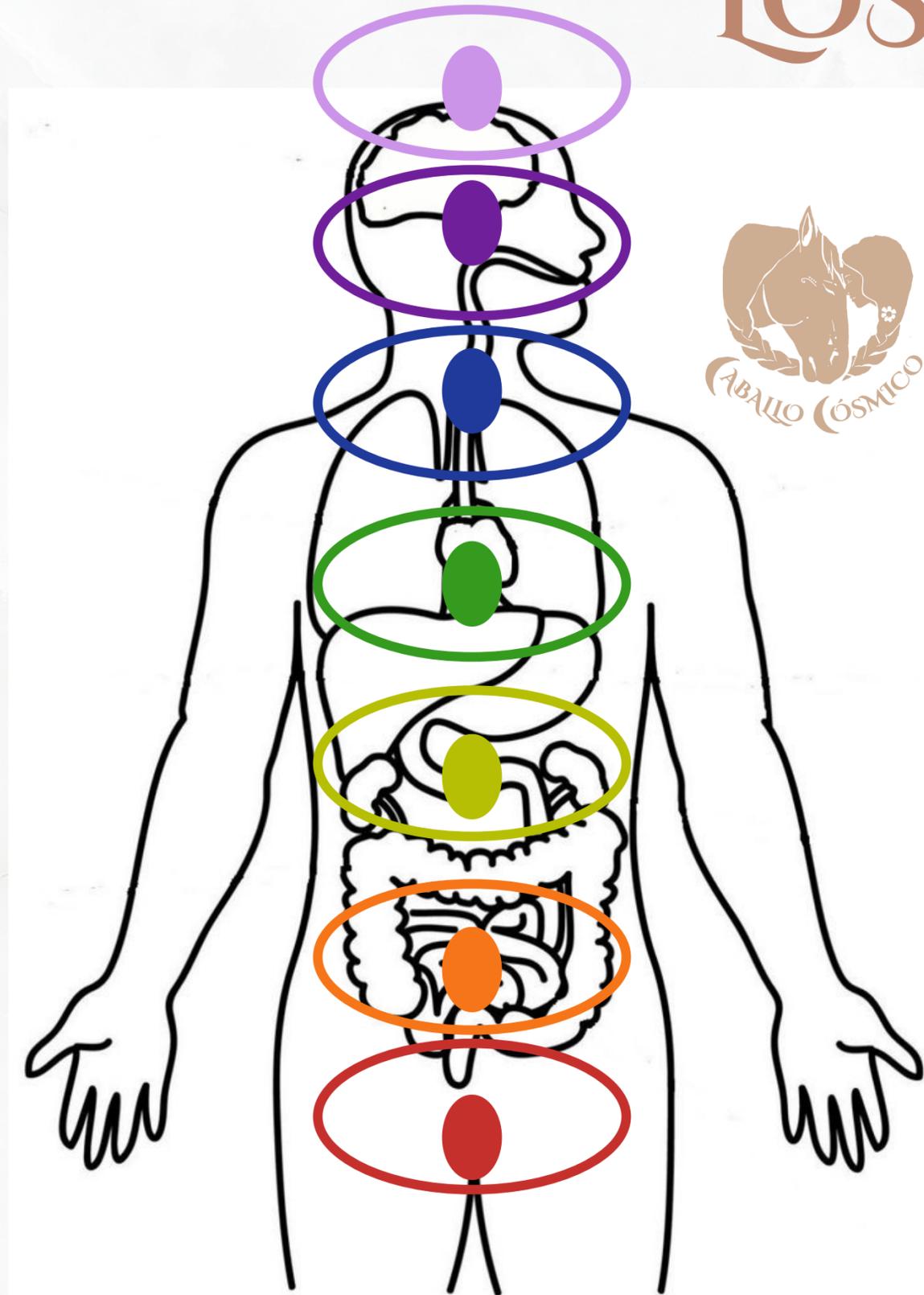
Los Chakras de los animales generalmente también están ubicados a lo largo de la columna vertebral y son únicos en su manifestación.

Igualmente hay diferencia entre un animal doméstico o salvaje. Los animales que viven en libertad, dependen mucho más de su instinto y están menos expuesta a la intervención humana por lo tanto sus Chakras suelen ser menos bloqueados / desequilibrados.



# LOS 7 CHAKRAS

*del humano*

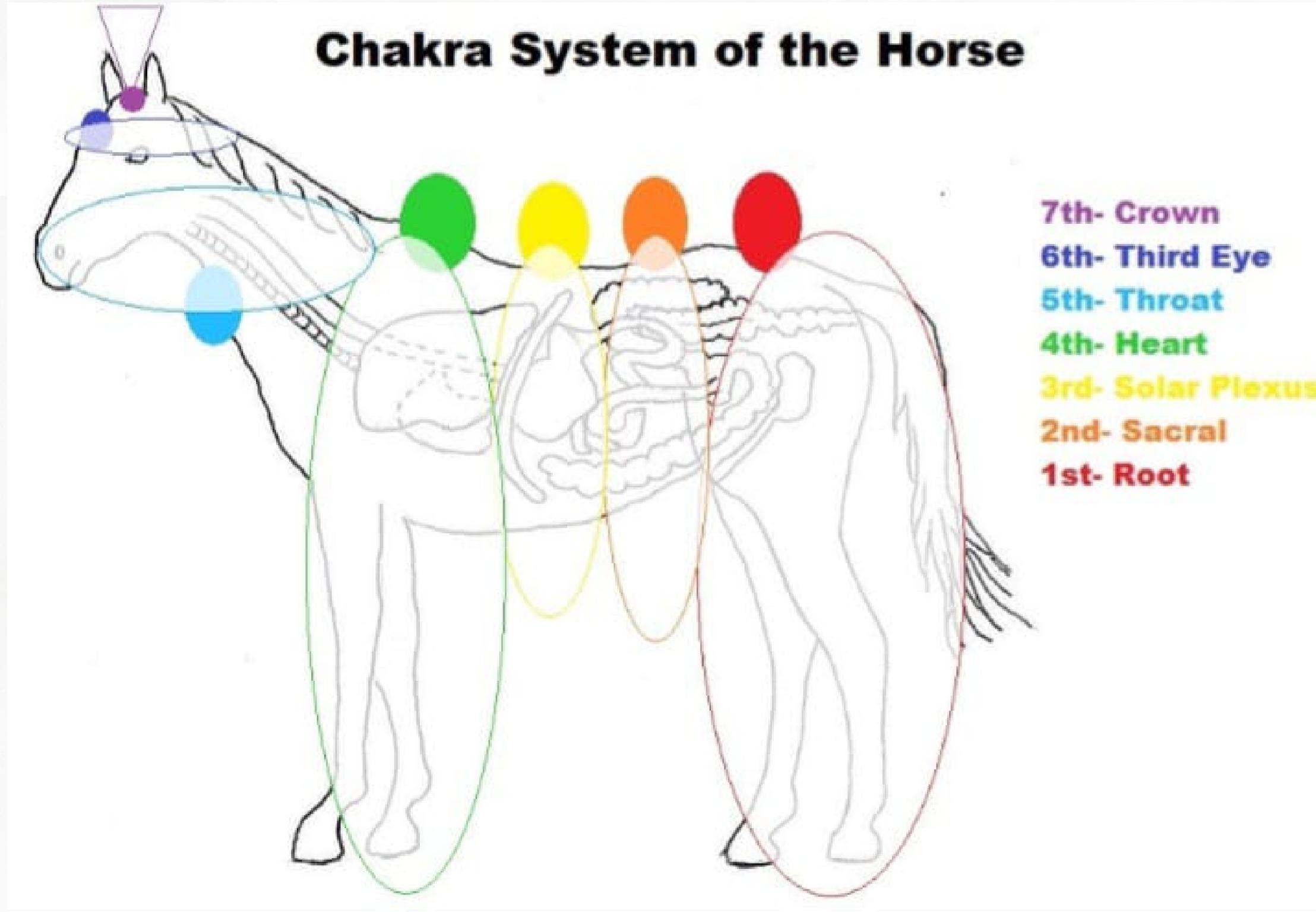


-  Chakra corona
-  Chakra tercer ojo
-  Chakra garganta
-  Chakra corazón
-  Chakra plexo
-  Chakra sacro
-  Chakra raiz



# LOS 7 CHAKRAS

*del caballo*



# EL PRIMER CHAKRA *en humanos*

Ubicación:

En la base de la columna vertebral, entre el ano y los genitales, unido al hueso coxal

Polarización: Yang

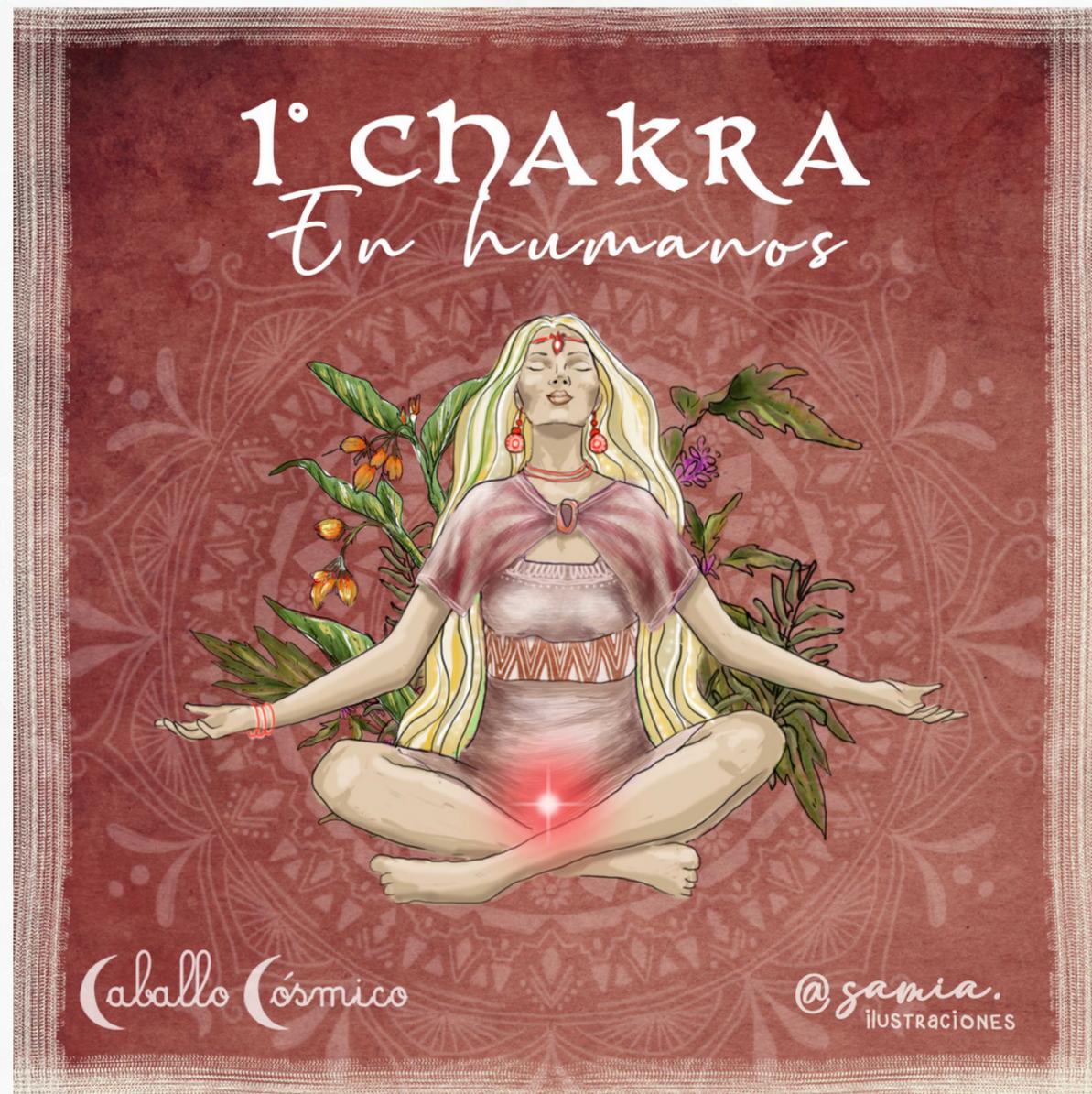
El primer Chakra (Muladhara) es el centro de energía que nos une con el mundo físico. Nos da supervivencia, protección y seguridad. Además nos abre a la conexión con la Tierra y nuestros Antepasados.

Correspondencia:

Todo lo sólido:

huesos, columna vertebral, dientes y uñas  
ano, recto, intestino grueso, próstata  
estructura celular

Glándula correspondiente: Glándulas suprarrenales



# EL PRIMER CHAKRA *en humanos*

## Equilibrado:

Nos sentimos seguros, protegidos y apoyados

Gran presencia en la vida cotidiana

Energizados y motivados

Experimentamos la tierra como un lugar seguro en el cual recibimos todo cuanto necesitamos (alimento, dedicación, seguridad, protección)

Conexión con nuestro instinto

## Desequilibrado:

Pensamiento y acción en torno a la seguridad material, las posesiones

Gran Inseguridad

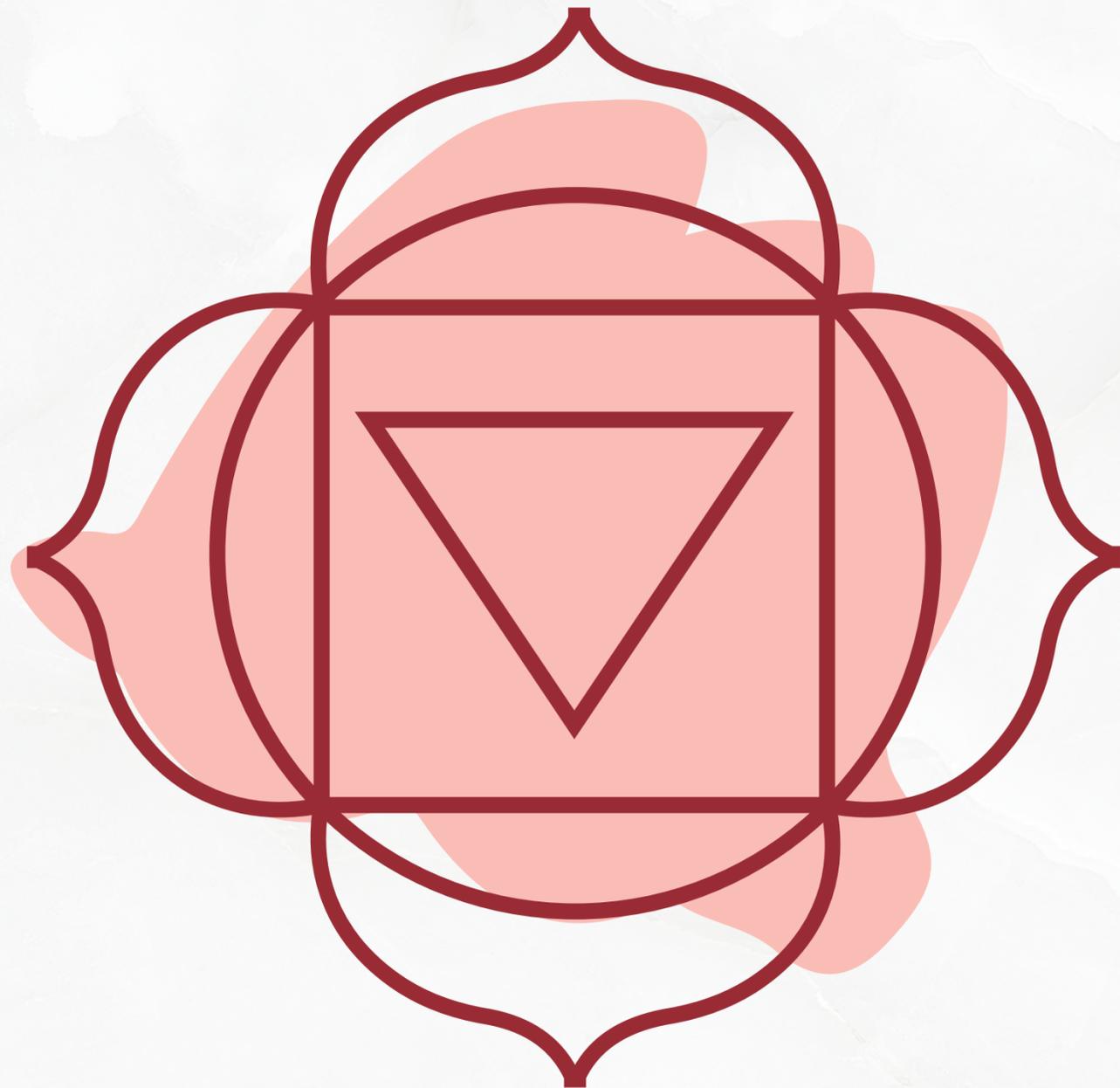
Poca capacidad de resistencia física y anímica

Muchas preocupaciones



# CHAKRA RAIZ

*en humanos*



*activado*



La persona se siente cómoda en su cuerpo



La persona se siente físicamente segura



La persona no se deja llevar fácilmente por las influencias externas



A la persona le gusta estar aquí y ahora



La persona tiene biorritmos estables (incluyendo un buen sueño y apetito regular)



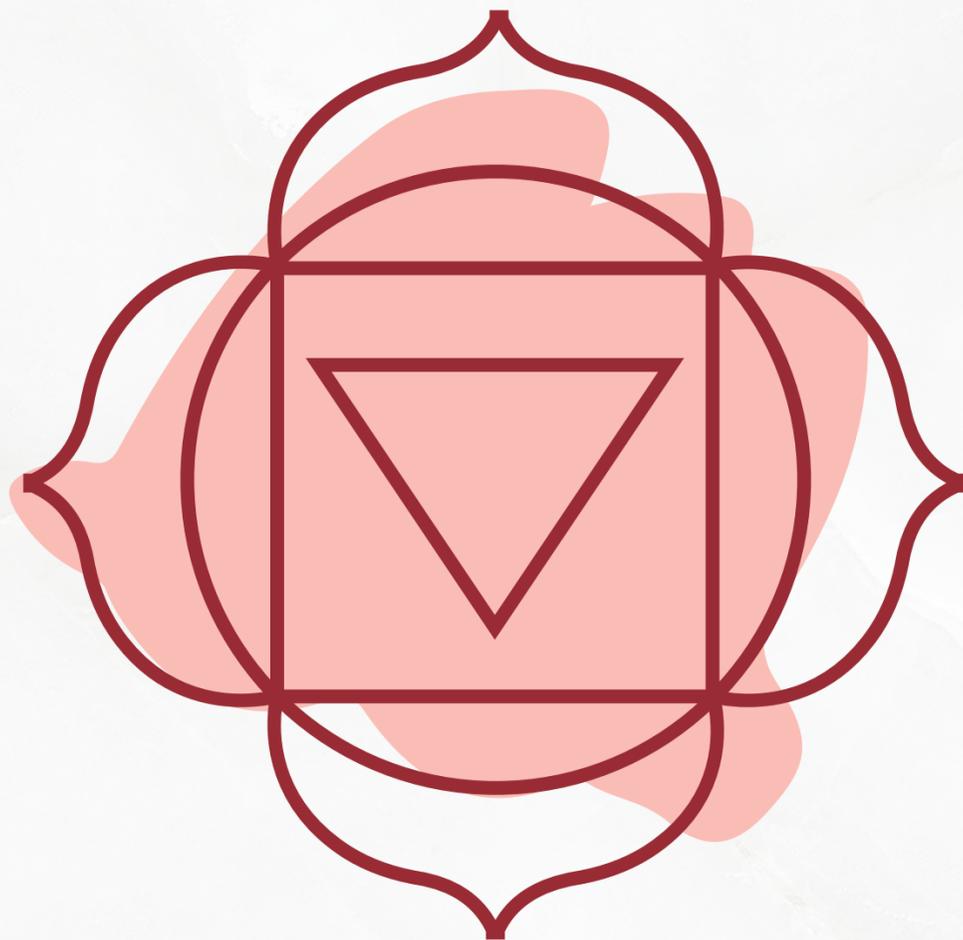
La persona se siente emocionalmente estable



# CHAKRA RAIZ

en humanos

## MULADHARA



## Como activarlo



La contemplación de un amanecer o atardecer



Baños de tierra sana



Caminar descalzo e inhalar la tierra a través de las plantas de los pies



Nutrirse de raíces (papá, zanahoria, jengibre, cúrcuma etc.)

Mantra: LAM

Piedras: De color rojizo (jaspe, rubí, granate)

Aromaterapia: cedro, clavo de especia

Afirmación: “En mi habita la fuerza de la Madre tierra.”

“Estoy seguro y a salvo”



# CHAKRA RAIZ

*en caballos*



Ubicación:  
la base del rabo,  
justo donde comienza la cola y  
bajando la cola

Rige:  
Enraizamiento  
Seguridad  
Supervivencia de la manada  
Confianza  
Peso  
Capacidad de resistencia  
Fuerza física



# CHAKRA RAIZ

*en caballos*

Correspondencia:

Sistema endocrino

Sistema nervioso

Sistema inmunológico

Estructura ósea

Estructura muscular

Equilibrado:

Tranquilo

Posee gran capacidad de volver a la calma

Confiado

Seguro

Sereno



# CHAKRA RAIZ

*en caballos*

Muy poco activo:

Alterado

Nervioso

Conducta de inseguridad

Conducta de ansiedad

Conducta miedosa

Sobreactivo:

Muy pesado en sus movimientos

Muy “pancho”

Ahorrando sus recursos

Difícil de activar, animar



# EL SEGUNDO CHAKRA *en humanos*



Ubicación:

Encima de los genitales. Está ligado al hueso sacro, apertura hacia delante

Polarización: Ying

El segundo Chakra (Svadhishthana) es el centro de las energías sexuales y de las fuerzas creativas

Representa nuestra fluidez y flexibilidad

Aceptación del cambio y la transformación de la vida

Correspondencia:

Cavidad pelvica

Órganos reproductores. Riñones

Vejiga

Todos los fluidos (sangre, linfa, jugos digestivos, esperma)

Glándulas correspondientes: Órganos sexuales: ovarios, próstata, testículos



# EL SEGUNDO CHAKRA *en humanos*

Desequilibrado:

Bloqueo creativo

Alta resistencia a los cambios

Poca conexión con las emociones

Negación y rechazo a la sexualidad

Falta de disfrute de la vida

Equilibrado:

Capacidad de fluir naturalmente con la vida y los sentimientos

Gran entrega a la pasión y al gozo de nuestra existencia

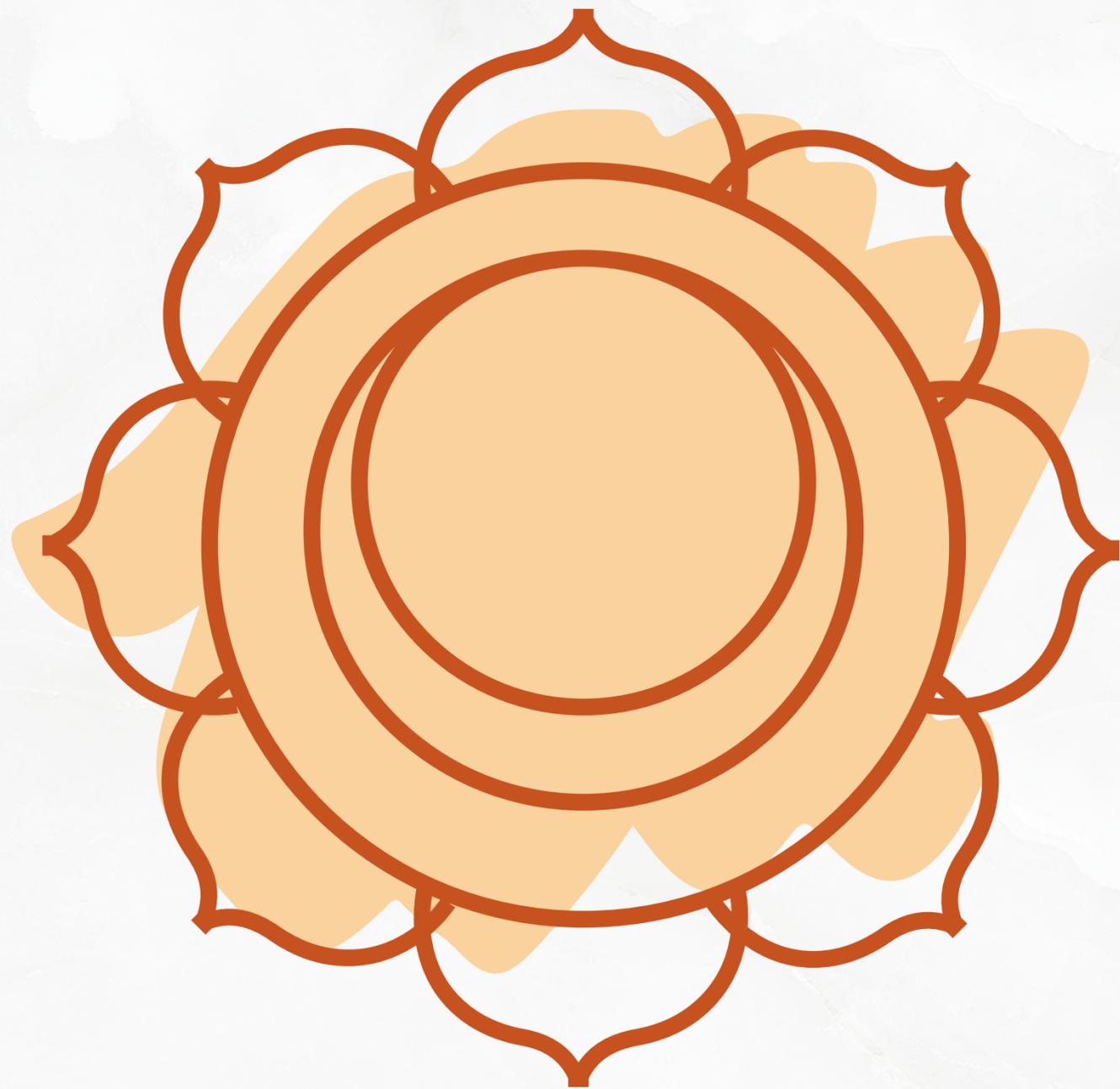
Conexión con nuestras emociones y nuestros deseos

Acciones creativas, espontaneidad, estado de goce y dicha



# CHAKRA SACRO

*en humanos*



*activado*



La persona se siente cómoda con sus emociones y tiene una gran capacidad de gestionar sus emociones



La persona se siente emocionalmente a salvo



La persona está conectada al placer, el gozo, la dicha y el disfrute en todo sentido



A la persona fluye fácilmente con los fuljos de la vida



La persona tiene una gran conexión con su sexualidad y los ciclos menstruales etc.



La persona experimente mucha fuerza vital



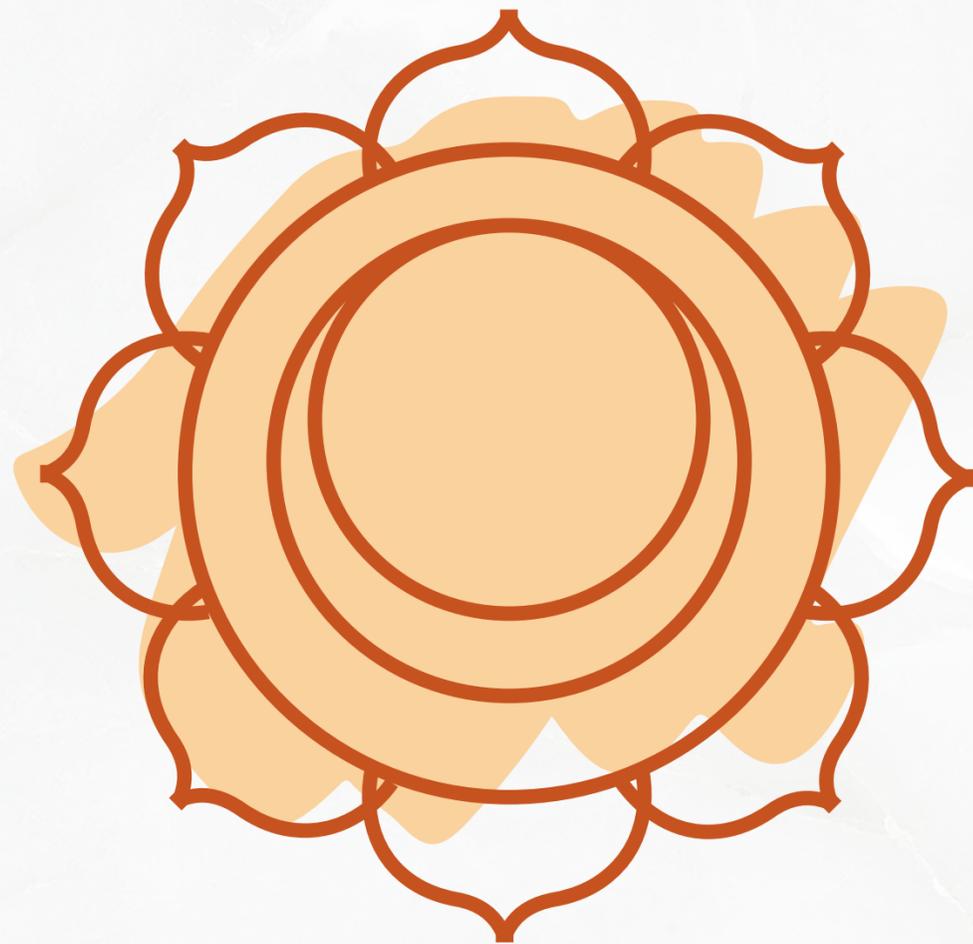
La persona tiene una buena circulación



# CHAKRA SACRO

en humanos

## SVADHISTHANA



## Como activarlo



Baño de luz de la luna; baño en aguas naturales



Contemplación y contacto con el curso del agua natural y transparente



Cantar, bailar, comer o beber algo disfrutable



Alimentación líquida (sopas, jugos, liquados)

Mantra: VAM

Piedras: De color anaranjado, citrino, ojo de tigre

Aromaterapia: Ylang, Ylang, sándalo

Afirmación: “Merezco placer y disfrute.”

“Fluyo libremente con los ciclos naturales”



# CHAKRA SACRO *en caballos*



Ubicación: la grupa, la cadera, vértebras de la zona del sacro y bajando los muslos

Rige:

Todos los aspectos de la procreación

Energías masculinas/ femeninas

Emociones

Asimilación de la comida/digestión

Fuerza física y vitalidad

Fluidez y flexibilidad en la manada, en el entrenamiento, con nuevos ejercicios, etc.



# CHAKRA SACRO *en caballos*

Correspondencia:

Sistema de reproducción

Riñones

Todos los flujos del cuerpo (sangre, linfa, jugos gástricos)

Sistema endocrino (hormonas)

Sistema linfático

Sistema digestivo

Equilibrado:

Emocionalmente equilibrado e independiente

Conducta tranquila

Niveles de hormonas sexuales equilibrados

Capacidad de entrega



# CHAKRA SACRO *en caballos*

Muy poco activo:

Falta de emociones (frío, distante, muy cerrado)

Problemas de digestión

Nivel de hormonas sexuales muy bajo

Puede tener dolores en la zona sacral

Problemas de vejiga

Sobreactivo:

Muy emocional

Conducta posesiva o celosa

Nivel de hormonas sexuales muy alto

Conducta dependiente, hasta demandante

Emocionalmente muy apegado a humanos

o miembros de la manada, muy sensibles a la

separación de miembros de la manada

Resistencia a la entrega



# EL TERCER CHAKRA

*en humanos*



Ubicación:

aproximadamente dos o tres dedos por encima del ombligo  
apertura hacia delante

Polarización: Yang

El tercer Chakra (Manipura) es nuestro centro para la fuerza interior, la confianza y autoestima. Governa la capacidad de establecer vínculos emocionales duraderos, nuestras relaciones interpersonales, simpatías y antipatías. Está conectado a nuestra capacidad de sentir y generar abundancia.

Correspondencia:

Parte inferior de la espalda. Cavidad abdominal Estómago

Sistema digestivo

Sistema nervioso vegetativo

Hígado

Bazo

Vesícula biliar

Glándula correspondiente: Páncreas (hígado)



# EL TERCER CHAKRA

*en humanos*

Equilibrado:

Sentimientos de armonía interna y paz con nosotros mismos, la vida y nuestra posición ante ella

Nos aceptamos como el ser que somos y podemos respetar los sentimientos y peculiaridades de otr@s.

Estamos conectados a nuestro propósito.

Desequilibrado:

Falta de confianza

Baja autoestima

Tendencia a controlar o manipular

Victimismo

Timidez

Procrastinación

Tendencia a buscar aprobación en el afuera

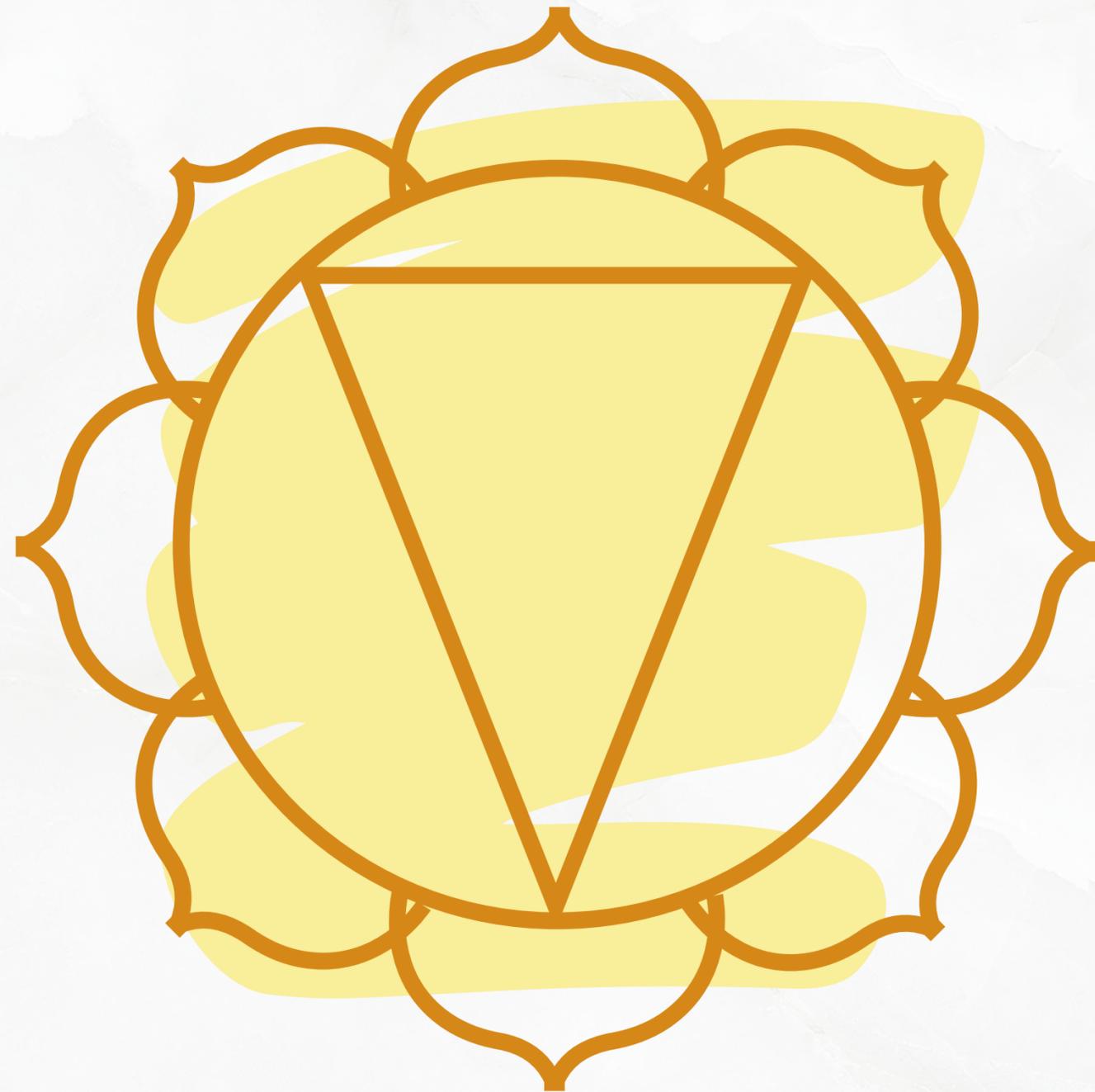
Poca relación con nuestra verdadera abundancia



# CHAKRA PLEXO

*en humanos*

*activado*



La persona experimenta una gran capacidad de permanecer en un estado de paz y de calma



La persona se siente en armonía interna consigo misma, la vida y su posición ante ella



La persona se acepta así misma con todo su ser



La persona está en condiciones de aceptar a otros tal cual son y respetar sus sentimientos



La persona reconoce su poder personal, su capacidad y su autoestima



La persona se empodera con genuina confianza y autoestima



La persona cree en su propósito

# CHAKRA PLEXO

en humanos

## MANIPURA



## Como activarlo



Sentir la luz dorada del Sol sobre la cara o el cuerpo entero



Observar el centro de un girasol



Hacer respiraciones intensas para aumentar el nivel de energía del cuerpo



Tomar agua solarizada (activada por el sol de la mañana)

Mantra: RAM

Piedras: De color amarillo, citrino amarillo, ambar

Aromaterapia: Limón, Clavo, Jengibre

Afirmación: “Confío en mi”

“Hago uso de mi poder sabiamente”



# CHAKRA PLEXO *en caballos*



Ubicación:

En medio de la espalda, bajando el abdomen y la zona del flanco

Rige:

Autoestima y confianza

Autocontrol

Presentimiento e intuición

Metabolismo

Poder personal y voluntad

Comunicación física con humanos

Emociones generales



# CHAKRA PLEXO *en caballos*

Correspondencia:

Sistema nervioso simpático (huir o pelear)

Sistema endócrino

Sistema linfático

Sistema digestivo

Sistema respiratorio

Equilibrado:

Caballo confiado con buena autoestima, voluntad para el trabajo con humanos/tareas

Gran capacidad para el autocontrol, tanto en la manada como en el contacto con los humanos

El metabolismo funciona sin problemas



# CHAKRA PLEXO

*en caballos*

Muy poco activo:

Asustadizo y tímido

Poca voluntad

Bajo de energía

Molestias digestivas/difícil de mantener el peso/poco apetito

Problemas respiratorios

Sobreactivo:

Dominante

Intimidante

Agresivo

