



INDICAZIONI PER UNA CORRETTA INTERPRETAZIONE DEI DATI DEL CHAKRA TEST

Interpretare correttamente i dati del Chakra test è semplice e immediato. Seguendo le note e le indicazioni espresse di seguito, con un po' di pratica ed esperienza ognuno di voi potrà trarne diagnosi energetiche più complete e approfondite. Conoscere la distribuzione delle energie dei Chakra, e poterne verificare le variazioni con precisione matematica, è di fondamentale importanza in tutte le terapie energetiche e spirituali e di grande aiuto per operatori, pazienti e praticanti di discipline evolutive.

VALORI MEDI DI RIFERIMENTO:

Colonna totale **valore medio** **136**
Colonne parziali (F-E-L) **valore medio** = (valore totale - valore colore) : 3

1. La "**colonna totale**" esprime il valore complessivo delle energie di quel Chakra. Questo valore, come tutti gli altri, cambia da persona a persona e anche da un periodo all'altro. **136 è il valore di riferimento medio**, quindi di equilibrio. **Cifre inferiori esprimono una carenza, valori superiori un eccesso. I dati diventano significativi quando la differenza, in più o in meno, è almeno dodici.** Una differenza che si avvicina o supera il trenta indica uno squilibrio molto accentuato. Il Chakra Manipura (3° dal basso) è collettivamente sofferente; non dovrete quindi stupirvi nel verificare costantemente dati alterati in questo particolare Chakra.

2. Le tre **colonne complementari (valori parziali)**, indicate con **favorevole - equilibrante - limitante** esprimono le tre principali caratterizzazioni dell'energia. Il valore medio di riferimento è ottenuto sottraendo al valore totale il valore colore e dividendo per tre.

La **colonna "favorevole"** esprime quelle **energie che stimolano positivamente** e favoriscono apertura e movimento.

La **colonna "equilibrante"** esprime quelle energie che hanno la capacità di mantenere una **relazione dinamica tra l'aspetto favorevole e quello limitante**. Sono quindi assai importanti; **un loro eccesso porterà una tendenza al dubbio e al blocco, una carenza corrisponderà (in quel Chakra) a mancanza di sinergia e movimento a strappi dell'energia.**

La **colonna "limitante"** esprime quelle **energie che frenano** e talvolta, **quando sono squilibrate, portano alla chiusura, all'opposizione frontale**. Sono anche quelle energie che ci permettono di trovare una **misura nella nostra tendenza all'eccesso, all'idealizzazione**, alla mancanza di senso della misura.

Le differenze tra una colonna e l'altra diventano significative quando si avvicinano a un quarto tra almeno due dei valori espressi.

3. La **colonna "colore"** esprime il **rapporto che noi abbiamo con l'ambiente esterno**. Amiamo e siamo maggiormente attratti da quelle vibrazioni di colore che più ci sono necessarie. **Un valore alto (7, 6 o 5) in un Chakra debole e problematico** sta ad indicare che il soggetto ha **sviluppato delle strategie** che gli permettono di utilizzare l'ambiente esterno in senso riequilibrante. Un **valore alto in un Chakra già sovraccarico** implica una **tendenza all'eccesso** in quell'area con i rischi conseguenti (corto circuito energetico). Quando invece a un **Chakra debole corrisponde un valore "colore" basso**, questo sta ad indicare che il soggetto **non ha ancora sviluppato strategie per armonizzarsi** e utilizzare al meglio l'ambiente esterno, e talvolta agisce addirittura in senso negativo.

Tenendo conto di quanto fin qui esposto, un'accurata interpretazione del test comporta una lettura dei dati tanto in orizzontale quanto in verticale ed è necessario tenere conto sia del valore complessivo per ogni singolo Chakra quanto della distribuzione dell'energia nelle tre colonne **favorevole, equilibrante, limitante** e di quella **colore**.

Una conoscenza approfondita delle manifestazioni, caratteristiche e funzioni dei vari Chakra può essere rapidamente assimilata leggendo il **libro-CD Chakra**. Nelle pagine successive troverete un breve riassunto circa le modalità di manifestazione degli squilibri nei vari Chakra e delle sinergie tra Chakra squilibrati.

I Chakra da trattare sono i due più disarmonici, tenendo conto della colonna totale, delle tre parziali (favorevole, equilibrate, limitante) e della colonna colore. Il o i Chakra individuato come **origine dello squilibrio** viene trattato con i Chakraoil, o le Acque dei Chakra e altre terapie energetiche.

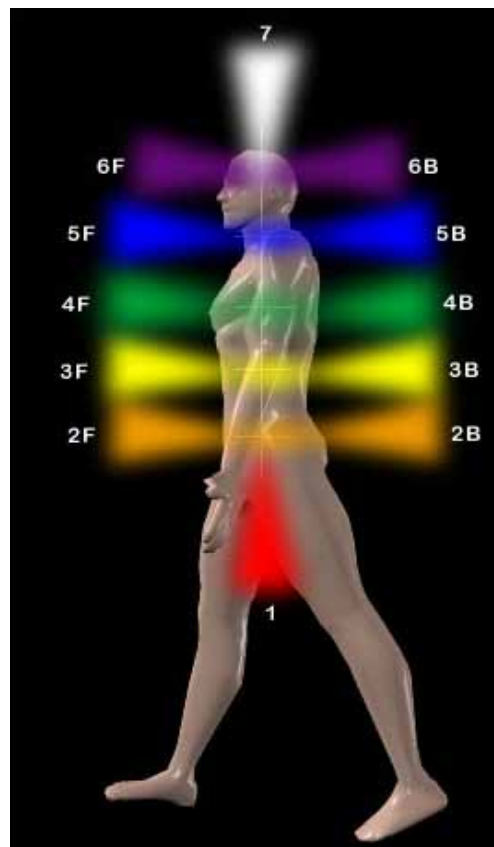
La rapidità e il basso costo del test informatizzato rende possibile ripeterlo con una certa frequenza (ma mai a intervalli inferiori al mese), verificando così gli sviluppi della terapia e, qualora sia necessaria, la sua rettifica. Il test permette, oltre alla stampa, anche l'archiviazione dei dati, rendendo così semplice e immediata la comparazione di test eseguiti in momenti differenti.

Esaminando le caratteristiche dei singoli Chakra e le sinergie come esposto di seguito, e soprattutto gli esempi svolti di Chakra test, riuscirete a comprendere con maggior chiarezza e completezza le semplici istruzioni qui riportate.

Auguro a tutti di poter utilizzare proficuamente questo semplice strumento di salute, autoconoscenza e crescita personale.

Buona energia a tutti.

Maurizio Morelli



VALUTAZIONE DEL CHAKRA TEST

Per una approfondita comprensione dei Chakra e del sistema dei Chakra vi consigliamo di leggere il [libro-CD Cakra](#). Di seguito una breve sintesi per mettervi in grado di valutare sia gli squilibri sui singoli Chakra, sia le differenti sinergie.

Squilibri relativi a **Muladhara Chakra**

Questo loto è in relazione con il **corpo fisico** nel suo insieme, le **ghiandole surrenali**, il **sistema osteo articolare**, il **perineo**, il **retto**, **gli elementi figurati del sangue**, le **unghie e i denti**, il **naso e l'olfatto**.

L'energia Muladhara condensa, forma e mantiene, e si manifesta come **istinto di sopravvivenza e autoconservazione**, senso del confine e controllo del territorio, istinti atavici, **grande forza e resistenza fisica**, rapporto empatico con gli spiriti della natura, capacità di apprendimento lenta e per ripetizione, **difficoltà ad accettare i cambiamenti** e le novità.

Gli squilibri relativi a questo Chakra si manifestano come disturbi del sistema osteo articolare, eccessiva condensazione o rarefazione, ipotensione, debolezza e mancanza di energia, male d'auto e di mare, disturbi dei denti e delle gengive, unghie fragili, obesità o

magrezza eccessiva. Da una prospettiva psicologica gli squilibri Muladhara possono dar luogo a una certa stagnazione del mentale, rifiuto a priori del nuovo e conseguenti difficoltà nell'apprendimento e nelle relazioni, stati d'ansia e insicurezza legati agli oggetti, sensazioni ricorrenti di paura e dubbi sulla propria capacità di essere in grado di superare le quotidiane difficoltà della sopravvivenza, improvvisi scoppi d'ira e rabbia.

Squilibri relativi a Swadhisthana Chakra

Questo loto è in relazione con gli **organi genitali, la lingua e il gusto, i reni e il sistema linfatico, l'intestino crasso, le mani, i capelli**, la quinta vertebra lombare, la parte anteriore delle gambe. Presiede e regolarizza le **funzioni connesse con la sessualità**, la purificazione e il **drenaggio dei liquidi corporei**, l'assorbimento energetico. L'energia Swadhisthana si manifesta come **pulsazione vitale, contrazione ed espansione, relazione diretta ed empatica con gli altri e il mondo**, movimento verso ciò che è altro da sé. Il primo Chakra è sotto il segno della necessità e della paura di non avere o di perdere, il secondo è governato dal **desiderio e dalla ricerca del piacere**. Gli squilibri di Swadhisthana si manifestano come disfunzioni sessuali, emotività eccessiva o bloccata e sbalzi di umore, disturbi dell'alimentazione, cistiti, piangere e sospirare spesso, gelosia e difficoltà nelle relazioni con il sesso opposto, difficoltà di socializzazione, ernia del disco, incapacità di scegliere, scarsa creatività, lombaggine, colite, tossicomanie in genere.

Squilibri relativi a Manipura Chakra

Questo loto è in relazione con le **funzioni digestive**, quell'insieme di processi che rendono possibile la trasformazione del cibo in energia e materiale costruttivo. In particolare gli organi di riferimento sono **stomaco, pancreas, fegato, cistifellea, intestino tenue**. Inoltre ci sono connessioni dirette con il **plesso solare, il diaframma, gli occhi**, il sistema dei muscoli volontari, le ultime vertebre dorsali e le lombari. Funzione primaria di Manipura Chakra è produrre energia per mezzo della combustione, e questo genera **irradiazione e attività**. Gli squilibri relativi a questo Chakra si manifestano come dolori, disturbi o funzioni alterate negli organi digestivi, e anche respirazione incerta, ridotta e a scatti (il diaframma collega terzo e quarto Chakra), disturbi della vista, perfezionismo, aggressività, frustrazione, complessi di inferiorità, megalomania, ambizione sfrenata e volontà di dominio.

Squilibri relativi ad Anahata Chakra

Questo loto è in relazione con il **cuore e il sistema circolatorio, il sistema immunitario, i polmoni e la respirazione, la pelle e il tatto**, la gabbia toracica, lo sterno, **le spalle e le braccia** (assieme al quinto). Collegato all'elemento aria Anahata è il **Chakra dell'amore**, e l'aumentata capacità di amare genera **espansione, leggerezza e movimento**. Si realizza un profondo e radicale **ampliamento della coscienza** e lo sviluppo di molte potenzialità psichiche. Gli squilibri relativi a questo Chakra si manifestano come disturbi della circolazione e del sistema immunitario, della pelle e del respiro e anche con difficoltà o incapacità a gestire relazioni affettive, indifferenza e freddezza verso il prossimo, masochismo e senso di estraneità, egoismo, invidia, grettezza. Il risveglio equilibrato di questo Chakra rende gli esseri umani splendidi e profondamente spirituali.

Squilibri relativi a Vishuddha Chakra

Questo loto è in relazione con la regione del **collo** e della **gola**, la **tiroide**, il **plesso faringeo**, il palato (assieme al sesto), **la lingua**, **le orecchie e il senso dell'udito**, le **vertebre cervicali**, il **tronco bronchiale**, l'apice dei polmoni, le spalle, il viso e i muscoli mimici.

L'energia Vishuddha è collegamento e **comunicazione** tra il singolo e il tutto, il particolare e il generale. E' sotto l'influsso della legge di risonanza e **vibrazione simpatica**, è collegata al corpo attraverso il respiro e alla mente per mezzo dei simboli.

Gli squilibri relativi a questo Chakra si manifestano come depressione, autocommiserazione, pessimismo e isolamento, inibizione della creatività, logorrea, menzogna, timidezza, vanterie, mutismo e sul piano fisico con ogni genere di **disturbi del collo e della gola, disfunzioni tiroidee**, mascella contratta, voce stridula, rotta o artefatta, otite, torcicollo, tosse, disturbi dell'udito, acufeni, balbuzie, asma.

Squilibri relativi a Ajna Chakra

Questo loto è in relazione con il **sistema nervoso**, l'**ipofisi**, il centro della fronte, gli **occhi** e la **visione interiore**.

L'energia Ajna è molto sottile, tanto potente quanto impalpabile. E' la **forza del pensiero** e rende possibili le differenti attività e funzioni della mente come comprensione, **intuizione, creatività psichica, facoltà extra sensoriali**.

Gli squilibri in questo Chakra si manifestano come disturbi del sistema nervoso e difficoltà nell'utilizzo dell'energia mentale, prima fra tutte difficoltà di attenzione e di concentrazione, e poi nevrosi e patologie psichiche, confusione e scarso contatto con la realtà, emicranie, esaurimento nervoso, sinusiti, tensioni oculari, insonnia, pesantezza del capo, emicrania, tremori e vertigini (assieme al settimo).

Squilibri relativi a Sahasrara Chakra

Questo loto, che rappresenta per ognuno di noi il **canale di collegamento** privilegiato con lo **spirito, l'assoluto e l'eterno**, è fisicamente relazionata con la **ghiandola pineale**, la fontanella, la corteccia cerebrale e, assieme ad Ajna Chakra, con il **sistema nervoso centrale**.

Gli squilibri relativi a questo Chakra si manifestano come psicosi, senso di vuoto, tremori, dolori al capo, insonnia, ipertensione arteriosa, equilibrio precario, confusione mentale e difficoltà di attenzione e concentrazione, schizofrenia, vertigine e timore parossistico della morte.

SINERGIE TRA CHAKRA

I Chakra non vivono di vita propria ma sono tutti parte di un'insieme. Dobbiamo cercare di comprenderne le relazioni reciproche, in che modo interagiscono, come uno squilibrio a un certo livello si ripercuote sugli altri, fare quel salto che ci permette di passare dal particolare all'insieme, ampliare la nostra visione e renderla olistica. Questo è particolarmente importante per la valutazione di un Chakra Test, perché è molto raro trovare un solo Chakra squilibrato e anche in questi casi la capacità di fare relazioni con le condizioni degli altri loti ha un suo peso valutativo.

Di seguito vi fornirò alcuni esempi per l'analisi di squilibri tra Chakra, con alcuni degli sviluppi e delle interpretazioni possibili, ma non esclusive. Stiamo trattando un sistema dinamico in cui le variabili sono incalcolabili e questo rende necessario un atteggiamento aperto e sensitivo. Gli esempi che vengono fatti non vanno considerati esaustivi, ma invece come possibili approcci e stimoli all'associazione simbolica, che sarà diversa ogni volta.

Il sistema dei Chakra va sempre considerato in relazione alle situazioni e alle persone, che non sono mai le stesse. E' uno strumento prezioso per interpretare la realtà e a essa si deve adeguare, mai il contrario. Considerate questi esempi per l'importanza che hanno, ma non fermatevi lì, **sviluppate invece le vostre capacità interpretative e associative, lasciate libera la mente analogica, fidatevi della vostra intuizione, evitate le verità preconfezionate.**

Se noi elenchiamo i sette Chakra evolutivi numerandoli da uno a sette e da sette a uno evidenziamo una modalità di relazione molto importante. I Chakra che hanno un numero corrispondente hanno una relazione primaria tra loro.

| | | |
|---|--------------|---|
| 7 | Sahasrara | 1 |
| 6 | Ajna | 2 |
| 5 | Vishuddha | 3 |
| 4 | Anahata | 4 |
| 3 | Manipura | 5 |
| 2 | Swadhisthana | 6 |
| 1 | Muladhara | 7 |

Sahasrara-Muladhara

Sahasrara ci collega all'eterno, Muladhara rende possibile la fisicità e l'esperienza materiale. I momenti fondamentali per l'armonia tra questi Chakra sono **il concepimento, la nascita, tutto il periodo della gestazione e i primi mesi di vita.** Se il concepimento è frutto di un rapporto intenso e pieno d'amore aumentano le probabilità che il nascituro sia un persona sana, piena di energia e dotata di una personalità armonica. L'evento della nascita è una fase altrettanto importante di questa relazione tra primo e settimo Chakra. Un parto tranquillo e senza problemi, il porre subito il bambino a contatto con la madre, l'assenza di stimoli violenti, sono tutti fattori che facilitano una buona sinergia tra questi centri energetici. Il periodo della gestazione è lo spazio tra questi due estremi, e può avere influssi determinanti anche se meno facilmente evidenziabili. Nascere comporta un ridimensionamento del Chakra Sahasrara e l'utilizzo di questa energia per strutturare Muladhara. **Ogni interferenza di notevole entità può creare**

disarmonie, scarsità o eccesso di radicamento, senso di estraneità rispetto alla vita, paure inspiegabili.

Ajna-Swadhisthana

Sono i due **centri della polarizzazione**. In Ajna è **implicita**, e si esprime come **intelligenza e capacità di comprensione**, in Swadhisthana è **esplicita** e si realizza attraverso la **sessualità**. Uno squilibrio in questi due Chakra evidenzia un limite che può manifestarsi come inibizione parziale di entrambi i Chakra, **interferenze tra i due livelli energetici, eccessi in uno dei due a compensazione dell'inibizione dell'altro**.

Vishuddha-Manipura

Manipura è il Chakra il cui si realizza la **crystallizzazione dell'Ego**, Vishuddha quello che rende possibile le **proliferazioni della sua forma attraverso la creatività** e la relazione con la dimensione simbolica. Uno squilibrio su questi due Chakra suggerisce o un'**eccessiva rigidità e quindi una riduzione delle capacità di comunicazione creativa con se stessi e l'ambiente**, oppure la mancanza di un riferimento personale, di un centro, e quindi una **personalità instabile, fluttuante, indefinita**. In entrambi i casi c'è una limitazione delle capacità e opportunità di comunicazione, coscienza di sé e della realtà. E' uno squilibrio molto frequente e può manifestarsi anche come utilizzo puramente strumentale della creatività e della comunicazione, **mancanza di direzione, depressione, incapacità di sostenere situazioni conflittuali o di affrontare difficoltà e cambiamenti**.

Anahata

Ha una **funzione stabilizzante su tutto il sistema dei Chakra**. Se ben equilibrato rappresenta un punto di forza e una nota armonica che influisce positivamente sul complesso delle nostre energie.

Un altro livello di relazione è quello che ogni Chakra ha con quello che precede e quello che segue, sia in direzione dal basso che dall'alto.

Muladhara-Sahasrara

Abbiamo già analizzato questo tipo di relazione. C'è da aggiungere che ogni **eccesso di preoccupazione materiale, per la propria sopravvivenza o sicurezza**, manifestazioni tipiche di Muladhara Chakra, influiscono su Sahasrara generando alterazione. **Quando siamo in pericolo di vita o diventiamo freddi, cinici e spietati considerando la nostra sopravvivenza l'unico valore in gioco, oppure ci raccomandiamo l'anima a Dio, preghiamo e ci pentiamo dei nostri peccati**. Da una prospettiva opposta se ci identifichiamo con il divino, preghiamo e meditiamo osserviamo che istantaneamente la preoccupazione per gli eventi materiali e a volte per la nostra stessa vita sfumano e perdono consistenza.

Il rapporto tra questi due Chakra può essere sintetizzato da questa breve serie di accostamenti in cui si evidenzia come questi due poli non siano altro che gli estremi di un percorso che inizia con Muladhara e si realizza in Sahasrara.

| | |
|------------|-------------|
| Istinto | intuizione |
| Necessità | appagamento |
| Inerzia | immobilità |
| Parzialità | totalità |
| Aderenza | distacco |
| Salute | salvezza |

Muladhara-Swadhsthana

Swadhsthana fornisce energia, **fluidità e movimento**, Muladhara il **contenitore, il modello, la struttura**. Questa relazione è comprensibile attraverso la simbologia del fiume, che è sostanzialmente acqua ma trova la sua definizione, direzione e misura solo grazie agli argini di terra in cui scorre. Uno squilibrio tra questi due Chakra si manifesta come **mancanza o eccesso di fluidità, stati emozionali confusi o assenza di emozioni, ristagni linfatici, disturbi articolari, deambulazione instabile, stitichezza o diarrea, eccessivo attaccamento agli oggetti e senso pratico alterato**.

Muladhara-Manipura

La sinergia tra questi due Chakra è molto profonda. La **necessità** e il **bisogno** sono costanti di Muladhara, Manipura fornisce **organizzazione, intelligenza e capacità di proiezione e previsione**. Il risultato è **l'intelligenza al servizio delle necessità** e, come si sa, la necessità aguzza l'ingegno. Gli squilibri comportano o incapacità **o eccesso di preoccupazione**, perché le variabili sono infinite e l'imponderabile sempre in agguato. Può accadere che Manipura si faccia eccessivamente carico delle preoccupazioni e **paure di non avere a sufficienza** tipiche del primo Chakra, o che ne assorba **la ripetitività e lo spirito gregario**. Gli squilibri tra questi due loti si manifestano spesso come **eccesso di paura, attivismo o paralisi, dubbio, incapacità di godere la vita, eccessivo pragmatismo**.

Muladhara-Anahata

Simbolicamente questa relazione è rappresentata dalla **base d'appoggio necessaria a qualsiasi volatile per spiccare il volo**. Al tempo stesso un **luogo sicuro in cui poter coltivare ed esprimere i propri sentimenti**. L'aria è un elemento troppo instabile per poterci vivere, allo stesso modo i sentimenti hanno bisogno di una base materiale, di una connessione stabile con la concretezza delle cose, condizione indispensabile affinché possano manifestarsi creativamente e positivamente. Uno squilibrio tra Muladhara e Anahata si manifesta o come **difficoltà di provare e accettare sentimenti, o la loro espressione prevalentemente tramite oggetti o preoccupazioni di ordine materiale**, tipico il caso delle madri che tendono a nutrire eccessivamente i loro figli, ossessionate dall'idea che possano morire di fame o ammalarsi perché saltano la merenda.

Muladhara-Vishuddha

Vishuddha esprime la **vibrazione dell'anima** ed è il luogo in cui l'Ego individuale trova espressione molteplice e cosciente. Muladhara è il **germe di formazione dell'Ego**, che si identifica con la fisicità e i suoi limiti e bisogni. Quando si riscontra uno squilibrio in questi due Chakra, può indicare o **blocco espressivo provocato da un'eccessiva**

focalizzazione sul corporeo, oppure una perdita di consistenza, una comunicazione e creatività destrutturata e troppo fluttuante, senza radici e messaggio.

Muladhara-Ajna

Muladhara ha in se la forza della materia e la **capacità di concretizzare e dare forma**, Ajna è il potere della mente e può **comprendere, spiegare, ideare e portarci oltre ogni limite**. La sinergia tra questi due Chakra si manifesta come **possibilità di dare forma concreta alle nostre idee, pensieri e visioni, ma sempre partendo dalle nostre necessità primarie**.

Quando si verifica uno squilibrio tra questi due Chakra solitamente c'è alla base un **eccesso di preoccupazione materiale che limita le nostre capacità mentali, o l'incapacità di superare un trauma infantile, o un pensiero ossessivo** e fagocitante che assorbe la nostra energia e, oltre a ridurre le nostre facoltà intellettive, mette anche in pericolo la salute del corpo. Può esprimersi come **chiusura di fronte a tutto ciò che è nuovo, meccanicità e ripetitività nelle azioni, difficoltà nell'apprendimento, paura del domani, pigrizia a tutti i livelli, incapacità di confronto**. Alla base degli squilibri tra primo e sesto Chakra sta sempre una **qualche forma di paura**.

Swadhisthana-Manipura

E' il **rapporto tra acqua e fuoco**, che è sicuramente **antagonista ma anche simbiotico**. L'acqua controlla e riduce il fuoco che a sua volta le cede dinamicità liberandola dalla sua inerzia. Uno squilibrio tra questi due Chakra sottintende **notevoli difficoltà emotive che possono esprimersi come scissione, blocco emozionale da un lato e rabbia e frustrazione dall'altro**, a seconda delle situazioni. Si creano accumuli freddi e caldi che si alternano nel comportamento senza nessuna capacità di mitigarsi a vicenda. Altre implicazioni sono **contrastanti con la figura d'autorità, contrasto tra sessualità, morale e ruolo sociale, patologie familiari**.

Swadhisthana-Anahata

Sono entrambi Chakra **molto sensibili e ricettivi**, simbolicamente **l'oceano e il cielo che si riflettono uno nell'altro come le due metà di una sfera**. In entrambi i livelli è fondamentale **il processo identificativo, il contatto diretto e l'armonia**. La loro ricettività li rende molto **permeabili alle influenze ambientali**. Uno squilibrio tra questi due Chakra implica un **incapacità di conciliare sessualità e amore** e la causa è quasi sempre riscontrabile in un vissuto familiare, in una delusione o trauma, in una eccessiva idealizzazione dei rapporti. Può esserci **inibizione della sessualità o del sentimento**, talvolta di entrambi, o la loro esperienza in ambiti separati. Questo squilibrio trova facilmente soluzione se si riesce ad **armonizzare l'ambiente in cui si vive e le relazioni**, oppure **cambiando aria**, allontanandosi dalle disarmonie e dalla meccanicità del quotidiano.

Swadhisthana-Vishuddha

Swadhisthana è collegato alla **creatività naturale** di cui la sessualità e la **capacità generativa** sono la massima espressione. Vishuddha è invece in relazione ad una **creatività più raffinata ed evoluta**, collegata al piano simbolico, e **presuppone istruzione, abilità e messaggio**. Uno squilibrio tra questi due Chakra può significare o una focalizzazione limitativa su uno dei due, l'inibizione di una delle energie con ripercussioni sull'altra, o un duplice blocco più o meno parziale. I sintomi più evidenti sono **difficoltà a comprendere e a esprimere le proprie emozioni, influssi sul tono della voce**

particolarmente evidenti nel sesso femminile, **riduzione della mimica facciale, discordanza tra linguaggio corporeo e vocale, difficoltà nella gestione delle mani in situazioni sociali, o mani amorphe o contratte o nascoste.**

Swadhisthana-Ajna

Questa relazione è già stata analizzata.

Swadhisthana-Sahasrara

L'**estasi erotica** può essere un preludio alla **comunione con il divino**. Uno squilibrio tra questi due Chakra può evidenziare una **difficoltà all'abbandono**, un'**incapacità a valorizzare il partner e a cogliere gli aspetti più sottili connessi all'unione sessuale**, o anche una **contrapposizione morale o ideologica** o una **carenza energetica** in uno o entrambi i livelli.

Manipura-Anahata

Se immaginiamo un **camino acceso** possiamo farci un'idea della relazione che intercorre tra terzo e quarto Chakra. Se manca la legna non c'è calore, se non arriva abbastanza aria il fuoco langue, se la cappa è sporca o ostruita la stanza si riempie di fumo. La maggior parte degli squilibri tra Manipura e Anahata rientra in queste tipologie, manca la fonte energetica per un blocco al terzo Chakra, oppure è il quarto che non ventila. L'evenienza peggiore è quando la combustione non ha sfogo, allora si soffoca. I sintomi più frequenti sono **dolori alla bocca dello stomaco, rigidità diaframmatica, difficoltà nella respirazione, spalle chiuse e contratte, petto rientrante o perennemente espanso, come appeso verso l'alto, tachicardia, tensione generalizzata, rigidità nella deambulazione, movimenti a scatti.**

Manipura-Vishuddha

Questa relazione è già stata analizzata. Conviene aggiungere che quando ci troviamo di fronte a questo tipo di squilibrio è utile, nella maggior parte dei casi, **cercare di riequilibrare prima Vishuddha**, per dare al soggetto l'opportunità di ristabilire un minimo di autentico contatto con se stesso. In un momento successivo, quando si sia realizzato un sufficiente livello di coscienza, passare a Manipura.

Manipura-Ajna

Manipura è caratterizzato da una **identificazione tra soggettività ed Ego**, che a questo livello si cristallizza e struttura in forma definita. Il Chakra mentale (Ajna) **si esprime soprattutto attraverso il cervello** che è chiuso nella scatola cranica. In entrambi i casi abbiamo una **potenzialità che si trova costretta in una dimensione molto ridotta e definita**. Inevitabile che tra due situazioni così simili nasca un qualche tipo di sodalizio. **Ajna fornisce a Manipura energia sottile, Manipura ricambia mettendo a disposizione un vasto campo di esperienza e applicazioni pratiche, valorizza alcune caratterizzazioni dell'energia mentale e le rende esplicite**. Uno squilibrio tra questi due Chakra si manifesta come **eccesso o inibizione nelle funzioni della razionalità, dell'ideazione pratica, della progettualità e capacità organizzativa**. Se gli squilibri sono gravi c'è un rischio per il sistema nervoso.

Manipura-Sahasrara

Lo splendore di Manipura è solo un riflesso imperfetto della luce della coscienza, ma l'aspirazione alla realizzazione è molto forte anche se inquinata dai limiti che sono propri di questo livello energetico. **E' come la luce di un falò che aspira a divenire quella del sole.** Non può accadere, ma resta il fatto che **la loro natura più intima è la stessa.** Uno squilibrio tra questi due Chakra indica a volte una **difficoltà nell'identificazione con ciò che è superiore, un desiderio di ascesa a cui però non corrisponde la capacità di abbandonare ciò che ingombra e vincola,** una spinta all'immortalità che si proietta sulle opere, sulla stirpe e sul nome, un **ipertrofismo dell'Ego che ci condanna a priori all'infelicità e all'insuccesso.** Può essere sintomo di **eccessivo attaccamento al tempo, alla materialità, all'immagine di sé,** e nei casi più gravi espressione di **delirio di onnipotenza.**

Anahata-Vishuddha

La **forza dei sentimenti è espansiva e molto impalpabile, incontenibile e talvolta precipitosa.** Vishuddha ha gli **strumenti creativi per poterla esprimere in forma compiuta e armonica.** Uno squilibrio tra questi due Chakra può significare una **difficoltà nell'esprimere l'amore e l'affetto, la gratitudine o la riconoscenza che si prova per qualcuno.** In altri casi una incapacità di portare queste percezioni a un livello cosciente, o a dargli una direzione e dei contenuti. Può essere anche in relazione con **scarsa autoscienza di sé** o a una forma di **diffidenza e paura verso tutto quello che non può essere nettamente definito.**

Anahata-Aina

Tra cuore e mente c'è spesso una divergenza tra chi debba indicare la direzione da seguire. Uno squilibrio tra questi due Chakra solitamente evidenzia questa tendenza che porta a sprecare molta energia e a commettere non pochi errori. **Per la quotidianità ascoltare la mente, per le cose importanti è sempre meglio seguire la via del cuore.**

Anahata-Sahasrara

Il loto del cuore è la **sede del Sé individuale,** attraverso Sahasrara entriamo in **contatto con l'Assoluto, il Sé universale.** Uno squilibrio tra questi due Chakra indica un ostacolo, una perdita di allineamento, una **discrepanza tra la nostra vita e il suo senso, l'aver smarrito la direzione e il ritmo.** I sintomi sono **irritabilità e insoddisfazione, un senso di malessere che non trova spiegazioni, un sentirsi estranei e fuori posto, un fastidio che ci perseguita senza mai lasciarsi identificare, un'ossessiva paura della morte e altre fobie, l'essere sempre fuori tempo.**

Si riscontra praticamente sempre una perdita, di solito evidente, dell'allineamento del corpo, specie della testa rispetto al busto.

Vishuddha-Ajna

La **verità che si realizza tramite la conoscenza.** Questa è la principale sinergia tra questi due livelli energetici. Inoltre Vishuddha è il **canale attraverso il quale il pensiero raggiunge la fisicità, e viceversa.** Uno squilibrio tra questi due Chakra indica una **difficoltà di chiarezza nel momento in cui si cerca di esprimere le proprie idee, con la parola, scritti o altri strumenti.** Anche una **difficoltà a elaborare le informazioni**

che provengono dall'esterno, perché non si riesce a farle giungere a destinazione o a dargli una disposizione e farle entrare in vibrazione con gli altri contenuti mentali.

Vishuddha-Sahasrara

Vishuddha è il livello dell'anima e dei simboli, in cui è registrato il **Karma individuale**. Sahasrara è **coscienza cosmica**, l'eterno oceano di pura luce in cui ogni esperienza individuale trova il suo coronamento e completamento. Uno squilibrio tra questi due Chakra sottolinea una **difficoltà nel riconoscere il personale processo evolutivo, a interpretare i simboli**, a volte un **abuso di volontà egoica e difficoltà nel lasciarsi guidare dalla voce interiore**. Frequentemente è collegato a manifestazioni depressive e perdita di senso della vita.

Ajna-Sahasrara

La mente è lo specchio che riflette la luce della coscienza. Uno squilibrio tra questi due Chakra, che sono strettamente interdipendenti, può indicare un **disturbo del sistema nervoso**, un **eccesso di razionalità che blocca l'energia mentale, perdita di contatto con la realtà, tendenze maniacali, eccessivo dialogo mentale che non trova sfogo e contatto nella realtà, fantasticare senza misura**.

Si possono anche considerare le relazioni tra i primi tre Chakra in basso e gli ultimi tre in alto, ognuno dei due gruppi in relazione con Anahata che ha funzione di collegamento.

Muladhara-Swadhisthana-Manipura + Anahata

Questi tre Chakra hanno strette relazioni con le **funzioni biologiche primarie, un'energia più densa e vibrazioni più lente**. Rappresentano il nostro **legame diretto con il mondo e la fisicità**. Il Chakra del cuore, collegato all'elemento aria, è l'aspetto più sottile di questo contatto e al tempo stesso il **canale di comunicazione con i livelli superiori** dell'energia. Uno squilibrio o un eccesso o carenza di energia in questi quattro Chakra indica, in senso generale, un **difetto nel rapporto con il corpo, il mondo dei sensi, delle emozioni e dei sentimenti, problemi di salute e difficoltà nei rapporti sociali**. Non necessariamente tutte queste cose ma alcune, una o più.

Anahata + Vishuddha-Ajna-Sahasrara

Come abbiamo visto Anahata è il livello dell'elemento aria, **l'espressione ultima del mondo materiale**. I tre Chakra superiori sono progressivamente più sottili, le vibrazioni accelerano sino a raggiungere il massimo nel Sahasrara. Uno squilibrio o un eccesso o una carenza di energia concentrata in questi quattro Chakra indica, in senso generale, un **difetto nel rapporto con la coscienza, il mentale e il mondo dei simboli**, e i sintomi sono **iperrazionalismo, intellettualismo, difficoltà di concentrazione, perdita di contatto con la realtà, fimosità, fantasticherie, blocco della comunicazione, vaniloquio, disturbi nervosi, distorsioni della coscienza** e via di seguito, non necessariamente tutti ma almeno uno o più.

ESEMPI SVOLTI DI CHAKRA TEST



CHAKRA TEST - RISULTATO NUMERICO - VALORI TOTALI E LIVELLI DI RIFERIMENTO

| | | | | | |
|----------------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| NOME | Giovanna | | | | |
| ETA' | 35 | | | | |
| PROFESSIONE | impiegata | | | | |
| PESO (kilogrammi) | 60 | | | | |
| ALTEZZA (centimetri) | 155 | | | | |
| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
| Sahasrara | <u>116</u> | 44 | 39 | 31 | <u>2</u> |
| Ajna | <u>119</u> | 32 | 38 | 45 | 4 |
| Vishuddha | 139 | 43 | 42 | 49 | 5 |
| Anahata | 141 | 45 | 48 | 47 | 1 |
| Manipura | 140 | 41 | 50 | 46 | 3 |
| Swadhisthana | <u>164</u> | 56 | 51 | 50 | <u>7</u> |
| Muladhara | 133 | 46 | 38 | 43 | 6 |

Alcune premesse per l'interpretazione. *Il valore di riferimento per la colonna totale è 136.*

Osservando questo test ci rendiamo subito conto che abbiamo uno squilibrio sul Chakra Swadhisthana, 164, e che i due Chakra in alto, sesto e settimo, hanno un'energia ridotta. I valori non sono molto bassi ma il fatto che la riduzione riguardi due Chakra contigui *fa somma* e rende lo squilibrio più significativo.

Inoltre possiamo osservare che le colonne dei **valori parziali**, cioè favorevole, equilibrante e limitante, sono relativamente equilibrate su tutte le colonne, e questo è un segno positivo.

Il valore di riferimento per tutte e tre le colonne parziali è ottenuto sottraendo al valore totale il valore colore e poi dividendo per tre. Ma questa operazione è superflua perché a prima vista sono evidenti le differenze tra i tre valori che diventano particolarmente significative quando superano di circa un quarto una delle altre due o entrambe.

La colonna colore è l'ultimo livello di interpretazione, ci parla del rapporto che la persona riesce a instaurare con il mondo esterno rispetto a quello specifico livello di energia. Se il

valore totale è alto e quello del colore basso va bene e anche il contrario. Se invece il valore totale è basso e quello colore anche, allora significa che il soggetto **non riesce ad equilibrare la sua energia nel rapporto con il mondo esterno**, ma anzi che le sue difficoltà aumentano. Lo stesso se il valore totale è alto e il valore colore alto.

In questo caso possiamo osservare che il valore colore, sia al secondo Chakra come pure al settimo, conferma lo squilibrio energetico. Questo vuol dire che Giovanna non riesce a riequilibrarsi e a trovare sostegno nelle sue relazioni con gli altri per quanto relativo ai suoi problemi.

Proviamo ora ad interpretare i valori evidenziati dal test.

La cosa immediatamente evidente è che Giovanna è squilibrata al secondo Chakra e **che non riesce a trovare sostegno, aiuto o compensazione nei suoi rapporti con gli altri**. Dato che i Chakra primo e quarto sono equilibrati possiamo dedurre che **non ci sono stati traumi familiari o di altro genere alla base** di questo disturbo, ma forse una **difficoltà culturale**, ad esempio una difficoltà ad integrare un forte desiderio di maternità con la sua situazione oggettiva, o perché il marito non condivide questa sua aspirazione o magari perché lei stessa ritiene che un figlio potrebbe bloccarle la carriera. Potrebbe da un lato desiderare e dall'altro temere fortemente questo evento, generando così una **inibizione della sua energia sessuale**. Probabilmente tende a non dare abbastanza importanza a questo fatto, sposta il problema in una dimensione puramente mentale e rifiuta di affrontarla e forse anche di parlarne. Rimanda sempre a un domani. Il blocco a livello del sesto e settimo Chakra indica però che rimandare non è una buona politica, perché **questo squilibrio sta invadendo la sua vita, altera il suo sistema nervoso e probabilmente riduce le sue capacità intellettive**. Sicuramente lei è **spesso nervosa e insoddisfatta, potrebbe soffrire di insonnia** o altri simili disturbi, e se il suo terzo Chakra ci dice che è **fin troppo realista per tutto ciò che riguarda cose pratiche**, lo stato dei suoi Chakra mentali ci fa capire che **per tutto il resto lei tende a fantasticare**, a posticipare e a **vivere più di immagine che in compagnia della sua vera natura**.

Per impostare una terapia energetica è importante capire il punto di partenza di un problema, da dove iniziare e in questo caso, senza dubbio, conviene partire dal Chakra **Swadhisthana, quindi famiglia, socialità primaria, livello emozionale, sessualità**. Il trattamento con i Chakraoil o Acque Chakra richiede applicazione della miscela per il secondo (arancione) per un periodo di almeno tre mesi. In contemporanea sarebbe utile una **terapia di tipo verbale con uno specialista**, prima individuale e poi coinvolgendo il coniuge o il compagno. Per Giovanna **il punto di partenza è accettare l'esistenza del problema, superare il contrasto tra emozione e razionalità**, capire che vivere è anche accettare dei rischi, che non è sempre possibile programmare tutto, **imparare a lasciarsi un po' andare**, uscire dall'immagine stereotipata che ha di sé stessa.

| | |
|----------------------|--------------|
| NOME | Luca |
| ETA' | 49 |
| PROFESSIONE | commerciante |
| PESO (kilogrammi) | 65 |
| ALTEZZA (centimetri) | 170 |

| <i>Chakra</i> | <i>totale</i> | <i>favorevole</i> | <i>equilibrante</i> | <i>limitante</i> | <i>colore</i> |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 135 | 47 | <u>57</u> | <u>29</u> | 2 |
| Ajna | 151 | 55 | 55 | 40 | 1 |
| Vishuddha | <u>111</u> | 34 | <u>26</u> | <u>44</u> | 7 |
| Anahata | 128 | 42 | 37 | 45 | 4 |
| Manipura | 141 | 44 | 49 | 43 | 5 |
| Swadhisthana | 141 | 40 | 46 | 49 | 6 |
| Muladhara | 145 | 46 | <u>38</u> | <u>58</u> | 3 |

Per quanto riguarda le colonne totale notiamo che lo squilibrio più significativo è a livello del Chakra Vishuddha, riconfermato dai valori parziali, 26 e 44. **Il valore colore 7, in concomitanza con un terzo Chakra equilibrato e pieno ci fa capire che questa problematica di comunicazione riguarda l'intimità della persona e non ha influenze significative nel rapporto che Luca ha con l'esterno**, soprattutto non influisce sulla sua abilità professionale, elemento fondamentale visto che si tratta di un commerciante. In questo test i dati più significativi si trovano però nelle colonne parziali, al primo e settimo Chakra, 38 e 58, 57 e 29.

Uno squilibrio su questi due Chakra fa pensare a un trauma relativo a concepimento, gestazione o nascita. Potrebbe trattarsi di un trauma fisico, malattia o altro, o, come poi si è rivelato in questo caso, un problema psicologico della madre trasferito sul figlio. **Il blocco al quinto Chakra suggerisce che Luca non ha mai veramente affrontato questo problema e forse non ne è neppure cosciente**, il che non vuol dire che non lo conosca ma più semplicemente che non è mai riuscito a collegarlo con certe manifestazioni depressive a cui va soggetto. In realtà non si tratta di un problema suo, ma di sua madre e che lui ha introiettato, per questo non può risolverlo. In un caso come questo la terapia con i Chakraoil o Acque Chakra prevede un utilizzo alternato di miscela per il **settimo (viola)** e per il **quinto (azzurro)**, a periodi alternati. Utile anche una psicoterapia mirata.

| | |
|----------------------|-----------------------|
| NOME | Maria |
| ETA' | 35 |
| PROFESSIONE | libera professionista |
| PESO (kilogrammi) | 55 |
| ALTEZZA (centimetri) | 160 |

| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 134 | 42 | <u>56</u> | <u>33</u> | 3 |
| Ajna | 147 | 40 | 48 | 53 | 6 |
| Vishuddha | <u>163</u> | 56 | 55 | 45 | <u>7</u> |
| Anahata | 134 | 43 | 45 | 44 | 2 |
| Manipura | <u>105</u> | 30 | 37 | 37 | <u>1</u> |
| Swadhisthana | <u>157</u> | 54 | <u>39</u> | <u>59</u> | <u>5</u> |
| Muladhara | <u>112</u> | <u>48</u> | <u>26</u> | 34 | 4 |

I Chakra maggiormente squilibrati sono primo, secondo, terzo, quinto. **L'associazione ovvia è tra primo e terzo** da un lato e **secondo e quinto** dall'altro. Osservando i dati parziali notiamo che sono presenti alterazioni notevoli sul primo e secondo mentre il terzo e il quinto sono stabilizzati. Per quanto riguarda la colonna colore sono da rilevare i dati di secondo, terzo e soprattutto quinto Chakra. Un altro dato significativo è lo squilibrio nei parziali sul settimo Chakra.

Proviamo a trarre una sintesi interpretativa da questo test non semplicissimo.

I Chakra più significati sono primo e secondo perché qui lo squilibrio è tanto sulla colonna totale che sui parziali. Possiamo ipotizzare **che l'infanzia e la pubertà di Maria non siano state facili**, che abbia vissuto delle grosse contraddizioni soprattutto di tipo morale, un **temperamento forse esuberante in un ambiente un po' chiuso, bigotto e repressivo**, situazione questa che avrebbe favorito il trasferimento, e il sovraccarico, di molte energie a livello simbolico, sul quinto Chakra. Possiamo supporre che Maria sia **riuscita a difendersi e esprimersi soprattutto a livello verbale e con atteggiamenti anticonformisti, e l'equilibrio nei parziali del quinto Chakra ci fa pensare che ci sia riuscita bene**. Ma al tempo stesso risulta evidente che non ha mai fatto il salto, cioè **non è riuscita a trasferire questa reazione e desiderio di essere solo sé stessa a livello fisico ed emozionale. Le inibizioni sono rimaste operative e lei continua a difendersi esprimendo il suo dissenso ma senza riuscire a realizzare un cambiamento che la coinvolga per intero**. Lo squilibrio nei parziali del settimo Chakra suggerisce che lei **non abbia una reale fiducia nella possibilità di superare queste inibizioni**, ma che sia arrivata a considerarle inevitabili, che abbia cioè **accettato la compensazione simbolica come un fatto inevitabile** e non più modificabile.

Questo comunque riduce di molto la sua autostima e **la fa sentire sempre un po' inferiore, contraendo la sua capacità di valorizzarsi**, come dimostra la scarsa energia disponibile al terzo Chakra. Da un punto di vista professionale ha trovato un equilibrio, ma molto al di sotto delle sue reali capacità e possibilità.

Per la terapia energetica è consigliato un **lungo periodo di trattamento con Chakraoil o Acque Chakra per il secondo (arancione) e quinto (azzurro), a giorni alterni**, terapia specifica con **fiori di Bach** ed eventualmente **psicoterapia**, Tai Chi Chuan, applicazioni manuali come lavorare la creta, la pasta di sale e simili.

| | |
|----------------------|------------|
| NOME | Roberto |
| ETA' | 30 |
| PROFESSIONE | insegnante |
| PESO (kilogrammi) | 80 |
| ALTEZZA (centimetri) | 178 |

| <i>Chakra</i> | <i>totale</i> | <i>favorevole</i> | <i>equilibrante</i> | <i>limitante</i> | <i>colore</i> |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 136 | 47 | 49 | 39 | 1 |
| Ajna | <u>158</u> | 50 | 54 | 50 | 4 |
| Vishuddha | 136 | 46 | 39 | 44 | 7 |
| Anahata | <u>148</u> | 47 | 49 | 50 | 2 |
| Manipura | <u>104</u> | 30 | <u>25</u> | 46 | 3 |
| Swadhisthana | 131 | 37 | 44 | 45 | 5 |
| Muladhara | 139 | 49 | 47 | 37 | 6 |

In questo test i due dati immediatamente evidenti sono il basso valore dell'energia del terzo Chakra aggravato dallo squilibrio molto sensibile sui parziali. Inoltre si evidenzia un sovraccarico sul quarto e sesto Chakra, peraltro non molto marcato e reso meno preoccupante dal fatto che in entrambi i casi i parziali e il valore colore sono bassi.

Roberto ha avuto **un'infanzia e una pubertà relativamente tranquilli e sereni**, ma nella fase di definizione dell'Ego, **nel periodo dell'adolescenza, qualcosa è andato storto**, forse a causa di una figura paterna troppo invasiva.

Un terzo Chakra con così poca energia e così squilibrato, in una situazione generale peraltro buona, fa pensare che forse, nel momento di scegliere la via da seguire, sia stato, e si sia fatto, troppo condizionare o addirittura imporre degli studi e una carriera che non rispondevano alla sua natura. **Adesso si ritrova insicuro e insoddisfatto e, diciamo, frustrato**. Sente di avere preso la pista sbagliata ma non ha il coraggio e la determinazione per cambiare direzione, organizzarsi una nuova vita più in armonia con le sue esigenze interiori. **Insegnare non gli piace, anche se sicuramente si impegna al massimo, e si sente sprecato**. Credo che in questo momento il fattore di maggior resistenza per lui sia il fatto che, nel complesso, **tutto il resto va abbastanza bene, e quindi l'idea di un cambiamento drastico, che potrebbe far saltare tutti gli equilibri, gli appare ancor più remota**. Ma questa **insoddisfazione lo fa soffrire e lo sovraccarica mentalmente**, anche se, almeno per ora, tutto questo non è preoccupante.

Se non fosse per questa insicurezza e insoddisfazione strisciante si potrebbe dire che tutto va davvero per il meglio.

In un caso come questo la terapia energetica con Chakraoil o Acque Chakra va indirizzata sicuramente sulla miscela per il **terzo (giallo)**, da utilizzarsi per parecchi mesi. Un'altra forma di terapia molto utile, in casi come questi, è **coltivare un interesse personale in maniera costante e organizzata**, con l'intenzione anche remota di trasformarlo un giorno in una vera e propria attività professionale. Questo crea uno sbocco e permette di organizzare e **trasformare positivamente la frustrazione**, di crearsi una possibilità senza accettare rischi troppo grossi, che una persona con un terzo Chakra così disturbato non saprebbe poi gestire.

| | |
|----------------------|----------|
| NOME | Raimondo |
| ETA' | 45 |
| PROFESSIONE | creativo |
| PESO (kilogrammi) | 66 |
| ALTEZZA (centimetri) | 175 |

| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | <u>166</u> | 47 | 59 | 56 | 4 |
| Ajna | 129 | 43 | 41 | 44 | 1 |
| Vishuddha | <u>114</u> | 35 | 36 | 41 | 2 |
| Anahata | <u>113</u> | 36 | 35 | 35 | 7 |
| Manipura | 132 | 41 | 39 | 46 | 6 |
| Swadhisthana | 151 | 52 | 49 | 45 | 5 |
| Muladhara | 145 | 51 | 48 | 43 | 3 |

In questo test si evidenzia immediatamente la contrazione a livello dei Chakra quarto e quinto, con l'aggravante della **vicinanza che rende lo squilibrio cumulativo**, e l'eccessiva espansione del settimo. Nello stesso tempo si evidenzia l'ottimo equilibrio di tutti i valori parziali.

La **condizione ottimale dei primi tre Chakra** e del livello mentale sono un segno positivo e ci fanno pensare che Raimondo è **fisicamente sano ed energeticamente molto solido**, e che le sue capacità di discernimento e giudizio, pur buone, potrebbero essere enormemente migliorate se riuscisse a superare gli squilibri di cui soffre.

C'è un evidente problema di allineamento, e **la ricerca della propria vera natura e dello scopo dell'esistenza non ha ancora trovato soluzione**, anche se molto lavoro è stato fatto.

Il soggetto **tende probabilmente a sfuggire dalla realtà**, o meglio, **ha una difficoltà ad integrare il percepito con il reale, a trasformare le sue intuizioni in agito**.

Probabilmente sbaglia spesso tempo, fa le azioni giuste ma o è in anticipo o in ritardo, magari di poco ma quanto basta per non cogliere le occasioni favorevoli che la vita gli offre. Ha anche **difficoltà a esprimere i propri sentimenti**, spesso anche a capirli e anche **professionalmente, benché molto sicuro e abile, risente del limite comunicativo**.

Per il trattamento energetico con i Chakraoil o Acque Chakra sono consigliate miscele per quarto (verde) e **settimo (viola)** a giorni alterni per almeno due mesi. Inoltre pratica di Mantra Yoga per armonizzare cuore, gola e settimo Chakra.

| | |
|----------------------|-----------|
| NOME | Rosanna |
| ETA' | 30 |
| PROFESSIONE | estetista |
| PESO (kilogrammi) | 54 |
| ALTEZZA (centimetri) | 163 |

| <i>Chakra</i> | <i>totale</i> | <i>favorevole</i> | <i>equilibrante</i> | <i>limitante</i> | <i>colore</i> |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 127 | 42 | 39 | 45 | 1 |
| Ajna | 150 | 54 | 48 | 45 | 3 |
| Vishuddha | <u>105</u> | 36 | 28 | 37 | 4 |
| Anahata | 142 | 45 | 50 | 41 | 6 |
| Manipura | 125 | <u>30</u> | 43 | <u>50</u> | 2 |
| Swadhisthana | 148 | 47 | 48 | 48 | 5 |
| Muladhara | <u>155</u> | 55 | 49 | 44 | <u>7</u> |

In questo test si evidenzia il sovraccarico al primo Chakra che, pur non avendo un valore particolarmente alto, è **aggravato dal valore colore pure molto alto**. Inoltre spicca la riduzione al Chakra della gola e lo squilibrio nei valori parziali del terzo Chakra.

Gli squilibri nei tre Chakra sono tutti relazionati e questo è, a mio parere, uno di quei casi in cui la professione del soggetto può aiutare nell'interpretazione.

Il punto di partenza potrebbe essere **lo squilibrio tra le energie parziali del terzo Chakra, che evidenzia una difficoltà di Rosanna a rapportarsi serenamente con il maschile e in senso lato con gli uomini**. Forse un rapporto conflittuale con il padre, o prime esperienze deludenti. Spesso una delusione o un rifiuto può fare pensare a una ragazza di non essere abbastanza attraente, e che il rifiuto o l'eventuale abbandono sia stato determinato dalla propria immagine, dalla propria fisicità. Lo squilibrio al terzo Chakra implica anche una eccessiva attenzione all'immagine, e **l'eccesso al primo ci dice che c'è una eccessiva preoccupazione per il corpo, la forma fisica, lo stato di salute, la pulizia, l'essere sempre a posto. La scelta della professione può essere stata condizionata da questo**, e a sua volta la professione ha accentuato il fenomeno perché per un'estetista essere sempre sistemata al meglio, attenta all'igiene e alla propria presenza è quasi un obbligo. Probabilmente per Rosanna questo tipo di **atteggiamento è diventato centrale, compensativo di un'incapacità di comunicare la sua vera natura**, come evidenziato dallo stato del suo quinto Chakra. In un caso come questo si può supporre che l'attenzione maniacale per il corpo, la forma e l'immagine sia una vera e propria maschera che il soggetto utilizza per non entrare in contatto con parti conflittuali di sé, aiutata dal fatto che nella sua professione certi eccessi non possono che essere apprezzati. Ma il conflitto la lascia **rigida e distante, sicuramente troppo formale**, e questo alla fine risulta controproducente anche professionalmente.

Per la terapia energetica con i Chakraoil o Acque Chakra consiglieri miscela per **quinto (azzurra)** per almeno due mesi, per ristabilire un minimo di comunicazione interiore, poi **primo (rosso)** per altri due e infine terzo (**giallo**) **finché necessario**. Inoltre utili fiori di Bach, danza a occhi chiusi, passeggiate e contatto con la natura per ritrovare il senso di ciò che veramente è importante, anche scuole di sopravvivenza e periodi di vacanza in luoghi selvaggi e solitari.

| | |
|----------------------|------------------------|
| NOME | Rita |
| ETA' | 28 |
| PROFESSIONE | lavoratrice dipendente |
| PESO (kilogrammi) | 64 |
| ALTEZZA (centimetri) | 168 |

| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 150 | 49 | 46 | 49 | 6 |
| Ajna | 149 | 53 | 46 | 45 | 5 |
| Vishuddha | 126 | 35 | 39 | 45 | 7 |
| Anahata | <u>107</u> | <u>28</u> | <u>47</u> | <u>29</u> | <u>3</u> |
| Manipura | <u>111</u> | 31 | 33 | 45 | <u>2</u> |
| Swadhisthana | 159 | 59 | 50 | 46 | 4 |
| Muladhara | 150 | 49 | 48 | 52 | 1 |

Osservando le colonne totali di questo test notiamo una triplice divisione, **eccesso nei primi due Chakra, riduzione in quelli centrali, ancora eccesso nei due in alto.**

Il punto focale di questo squilibrio sembra essere la **compressione a livello del terzo e del quarto, dove anche il valore colore non suggerisce capacità di riequilibrio.** Sul Chakra del cuore osserviamo anche un sensibile squilibrio dei parziali. Anche nel Chakra sesto e settimo il valore colore indica difficoltà e aggravamento nel rapporto con l'esterno a questo livello energetico.

La chiave di tutto questo squilibrio è probabilmente da ricercarsi nel Chakra del cuore, e trattandosi di una giovane donna questo risulta ancora più significativo.

Probabilmente la causa sta in una **forte delusione affettiva che ha portato il soggetto a considerare l'amore come impossibile, focalizzando l'attenzione su aspetti più fisici, come suggerisce l'eccesso sul secondo e primo Chakra.** Per non soccombere alla delusione, **per reazione, Rita si è costruita una visione dei rapporti amorosi puramente meccanicista,** in cui i sentimenti vengono negati a favore della **convenienza, dell'estetica e del piacere,** ma il prezzo di questa operazione è stata una **scissione della sua personalità** e sicuramente uno stato di **profonda insoddisfazione.**

Si è indurita, è diventata coriacea, efficientista e un poco mascolina, ma tutto questo non può certo liberarla dalla sofferenza che è incapsulata nel suo cuore.

Da lì deve ripartire per ritrovare la **completezza di sé stessa e un flusso energetico più armonico.** Anche **l'autostima e la capacità di comunicare sono molto ridotte,** ed è **come se lei si negasse a priori la possibilità di amare.**

La terapia energetica con i Chakraoil o Acque Chakra richiede l'utilizzo prolungato della miscela per il **quarto (verde).** Dopo almeno due, tre mesi si potrà iniziare una **terapia di supporto che aiuti Rita a rivivere il trauma e ad accettare il rischio dell'amore.**

| | |
|----------------------|-----------|
| NOME | Luigi |
| ETA' | 35 |
| PROFESSIONE | artigiano |
| PESO (kilogrammi) | 65 |
| ALTEZZA (centimetri) | 180 |

| <i>Chakra</i> | <i>totale</i> | <i>favorevole</i> | <i>equilibrante</i> | <i>limitante</i> | <i>colore</i> |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | <u>150</u> | 57 | 56 | <u>30</u> | 7 |
| Ajna | 144 | 45 | 53 | 40 | 6 |
| Vishuddha | 128 | 42 | 36 | 48 | 2 |
| Anahata | 136 | 44 | 42 | 45 | 5 |
| Manipura | <u>98</u> | 34 | 25 | 36 | <u>3</u> |
| Swadhisthana | <u>157</u> | 50 | <u>40</u> | <u>63</u> | 4 |
| Muladhara | 139 | 48 | 46 | 44 | 1 |

In questo test emergono il basso valore al terzo Chakra e la sovraesposizione di secondo e settimo, in questo caso aggravate dal notevole squilibrio tra i parziali.

In questo caso l'interpretazione è relativamente semplice. **Luigi è sicuramente molto insicuro e ha aspetti conflittuali riguardo alla sua identità sessuale e al suo livello emozionale**, probabilmente nati da difficoltà nell'identificazione con la figura paterna.

Il problema di Luigi è che **non si fida di sé, non riesce a lasciarsi andare, ha un eccesso di controllo** e forse quello che si chiama **stress da prestazione**.

Anche il suo **peso troppo basso** testimonia di una **tendenza al rifiuto, di un problema che lo corrode e consuma ma che lui ha imparato a tenere fuori dalla sua vita quotidiana, dalla sua affettività e anche dalla sua mente conscia**. Infatti gli altri Chakra appaiono ben equilibrati, se si esclude la scarsa energia al quinto Chakra, ma sembra uno squilibrio di poco conto. Probabilmente **ha trovato un modo di vivere relativamente equilibrato attraverso la rinuncia, tenendosi lontano da tutte quelle situazioni che potrebbero metterlo alla prova e quindi sotto tensione**.

La terapia energetica con i Chakraoil o Acque Chakra prevede una fase preliminare con miscele per il **secondo (arancione) e settimo (viola) alternate per due mesi**, poi una **molto prolungata con miscela del terzo (gialla)**. Inoltre consiglieri una **dieta più appropriata e molto esercizio fisico** per ritrovare sicurezza e aumentare la massa muscolare, **contatto con la natura** ed eventualmente **terapie di sostegno della personalità**.

| | |
|----------------------|-----------------------|
| NOME | Antonio |
| ETA' | 60 |
| PROFESSIONE | lavoratore dipendente |
| PESO (kilogrammi) | 70 |
| ALTEZZA (centimetri) | 165 |

| <i>Chakra</i> | <i>totale</i> | <i>favorevole</i> | <i>equilibrante</i> | <i>limitante</i> | <i>colore</i> |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 126 | 40 | 46 | 37 | 3 |
| Ajna | <u>109</u> | <u>51</u> | 27 | 30 | <u>1</u> |
| Vishuddha | 126 | 39 | <u>55</u> | <u>27</u> | 5 |
| Anahata | <u>165</u> | 59 | 48 | 51 | <u>7</u> |
| Manipura | 129 | 39 | 45 | 41 | 4 |
| Swadhisthana | <u>134</u> | 35 | <u>54</u> | 39 | 6 |
| Muladhara | <u>163</u> | 46 | 56 | 59 | 2 |

Questo test è un poco più difficile da interpretare, perché gli squilibri sono diffusi su quasi tutti i Chakra e sono molto sensibili. Gli unici due livelli che risultano equilibrati sono terzo e settimo Chakra, e questo ci dice che **i problemi di Antonio non riguardano il suo lavoro e non sono ancora riusciti ad intaccare il suo realismo e fiducia nella vita.** Per il resto possiamo fare delle ipotesi.

Lo sovraesposizione al primo e quarto Chakra ci fa pensare che sia **preoccupato per una persona a cui è molto legato affettivamente e il blocco energetico al secondo ci porta a ipotizzare che si tratti della moglie o di un familiare.** Il forte squilibrio al Chakra mentale testimonia del fatto che **Antonio è ossessionato da un pensiero e da una preoccupazione** che sta mettendo a rischio il suo sistema nervoso, qualcosa di cui non riesce a intravedere una soluzione, mentre lo squilibrio al quinto ci porta a **supporre che lui non possa parlare di questa cosa**, ma anzi debba dire cose diverse.

Pur non conoscendo la situazione familiare di Antonio, e quindi lasciando aperte altre possibilità, possiamo **pensare che nella sua famiglia ci sia una persona ammalata in modo grave, che questa persona non sappia dell'entità del suo male mentre Antonio si**, e che lui da un lato debba convivere con questo segreto cercando al tempo stesso di rassicurare il congiunto. Una situazione drammatica e difficile.

In questo caso per la terapia energetica con i Chakraoil o Acque Chakra è consigliabile miscela per il **sesto (indaco)** che può aiutare Antonio a mantener la mente lucida in una situazione così difficile. Inoltre Antonio **deve accettare il fatto che in certe situazioni non si può fare tutto da soli, deve cercare tutti gli aiuti possibili, qualcuno con cui dividere il peso che porta**, e pregare molto.

| | |
|----------------------|-----------|
| NOME | Ornella |
| ETA' | 34 |
| PROFESSIONE | insegnate |
| PESO (kilogrammi) | 83 |
| ALTEZZA (centimetri) | 176 |

| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 137 | <u>35</u> | 46 | <u>54</u> | 2 |
| Ajna | 144 | 40 | 52 | 47 | 5 |
| Vishuddha | <u>114</u> | <u>24</u> | 35 | <u>49</u> | 6 |
| Anahata | <u>171</u> | <u>45</u> | <u>63</u> | 56 | <u>7</u> |
| Manipura | <u>108</u> | 33 | 39 | 35 | <u>1</u> |
| Swadhisthana | 134 | 40 | <u>35</u> | <u>55</u> | 4 |
| Muladhara | 144 | 56 | 41 | 44 | 3 |

Anche questo test è abbastanza difficile perché quasi tutti i valori sono alterati. In questi casi **conviene mettere prima in evidenza i punti di forza e poi cercare di trovare il bandolo della matassa**, mettere in luce il **punto centrale dello squilibrio**.

I punti di forza di Ornella sono un primo Chakra ben stabilizzato e un sesto altrettanto equilibrato. Anche il Manipura, pur essendo molto contratto e con l'aggravante di un valore colore minimo appare internamente ben equilibrato e questo significa che Ornella, **benché dotata di bassa autostima e probabilmente timida e con difficoltà nei rapporti con i superiori e i colleghi, ha trovato un suo modo di esprimersi nel lavoro e, almeno fino a quando non si deve confrontare con altri, se la sa cavare bene**. Probabilmente per lei il lavoro è anche un rifugio e sicuramente è in grado di svolgere le sue mansioni con profitto. Per il resto gli squilibri da evidenziare sono molti. Salta agli occhi l'eccessiva espansione del quarto Chakra aggravata dallo squilibrio interno. E' il segno di una ipersensibilità. La contrazione ai Chakra terzo e quinto, complicata dal blocco al quinto, ci dice anche che questa ipersensibilità **è come incapsulata dentro di lei, non riesce a trovare sfogo né a esprimersi**. Altri dati significativi sono il blocco al secondo Chakra e lo squilibrio dei valori parziali al settimo.

Adesso dobbiamo trarre delle conclusioni.

Possiamo **ipotizzare che Ornella non si piaccia**. L'ambiente le ha dato degli imput negativi rispetto a sé stessa e alla sua fisicità. Probabilmente la sua fisicità non corrispondeva ai suoi ideali di bellezza femminile e una serie di esperienze negative **ha stabilizzato in lei l'idea di non essere attraente e desiderabile**. Ci sono stati sicuramente dei **traumi, ma di tipo affettivo e non fisico**. Si è convinta che nessuno potrà mai amarla e probabilmente a iniziato a comportarsi in modo da rendere questo evento impossibile, **per paura di soffrire ancora o di essere rifiutata, e poi ha modellato la sua personalità attorno a questa convinzione**. Modellare la propria personalità attorno ad un blocco così forte, e che coinvolge energie così fondamentali, comporta inevitabilmente una serie di fratture, nel senso che per riuscirci bisogna **dividere la propria vita in compartimenti stagni, evitare costantemente il confronto, essere sempre all'erta**. Ornella è riuscita così a proteggere la sua mente e la sua capacità operativa, ma la sua vita non può certo definirsi né serena né completa. A volte per evitare una sofferenza se ne provocano di maggiori.

Per la terapia energetica con i Chakraoil o Acque Chakra è consigliata miscela per il **quarto (verde)** per un periodo prolungato. **E' necessario che Ornella ritrovi la fiducia nell'amore, superi il trauma e ritrovi la forza di mettersi in gioco**. Sicuramente l'amore, da qualche parte, la sta impazientemente aspettando. **Tutti gli altri suoi squilibri si sistemeranno conseguentemente**.

| | |
|----------------------|-----------|
| NOME | Valentina |
| ETA' | 42 |
| PROFESSIONE | casalinga |
| PESO (kilogrammi) | 61 |
| ALTEZZA (centimetri) | 160 |

| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 132 | 44 | 43 | 43 | 2 |
| Ajna | 126 | 39 | 44 | 42 | 1 |
| Vishuddha | <u>155</u> | 57 | <u>37</u> | 56 | <u>5</u> |
| Anahata | <u>153</u> | 48 | 50 | 48 | <u>7</u> |
| Manipura | 117 | 34 | 40 | 37 | 6 |
| Swadhisthana | 134 | 45 | <u>36</u> | 49 | 4 |
| Muladhara | 135 | 47 | 41 | 44 | 3 |

Questo test è molto particolare e interessante. Abbiamo un quadro generale estremamente equilibrato con ben evidenziato un **forte blocco al quinto Chakra**, uno meno rilevante al secondo e una sovraesposizione di quinto e quarto, non molto forte ma resa significativa dalla contiguità dei due Chakra.

Un test eccessivamente equilibrato non è necessariamente positivo, perché una certa dinamicità è sempre necessaria. O abbiamo di fronte una persona completamente realizzata, o una bloccata, nel senso che vive una situazione cristallizzata in cui non sono ammessi e neppure ipotizzabili cambiamenti.

Il blocco al quinto Chakra, rafforzato da quello al secondo, ci fa pensare che in questo caso valga la seconda ipotesi.

Probabilmente Valentina **vive in una situazione di menzogna**, non che sia una che dice bugie agli altri, ma piuttosto nel senso che **vive una vita tutta esteriorizzata, fatta di valori ricevuti e mai neppure messi in discussione**, una di quelle persone che accettano tutto come un dato di fatto e sostengono il proprio ruolo senza mai entrare in contatto con sé stesse.

Lo squilibrio al secondo Chakra sembra indicarci che **il problema di Valentina è il matrimonio, che lei ha concepito e accettato come sistemazione e ruolo ereditato, come una possibilità per la sua vita**. Sicuramente nelle sue mansioni è **perfezionista**, un poco ansiosa e sempre fin troppo presente, nessuno troverà mai nulla da ridire su di lei, se non per il fatto che **umanamente trasmette poco, è sempre presente ma è come se non ci fosse, più una domestica che una compagna. L'insoddisfazione è sempre presente in lei, ma viene considerata un normale prezzo da pagare e compensata da un'attenzione eccessiva per la precisione, la pulizia, gli orari.**

Per la terapia con i Chakraoil o Acque Chakra è consigliata la miscela per il **quinto (azzurra)** per ristabilire un minimo di **comunicazione con la propria interiorità**, possibilmente sostenuta da terapia familiare.

| | |
|----------------------|-------------------|
| NOME | Roberto |
| ETA' | 26 |
| PROFESSIONE | maestro di Karate |
| PESO (kilogrammi) | 78 |
| ALTEZZA (centimetri) | 185 |

| Chakra | totale | favorevole | equilibrante | limitante | colore |
|---------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------|---------------|
| Sahasrara | 131 | 35 | 41 | 53 | 2 |
| Ajna | <u>119</u> | 30 | 46 | 40 | <u>3</u> |
| Vishuddha | 145 | 39 | 51 | 49 | 6 |
| Anahata | 139 | 45 | 42 | 51 | 1 |
| Manipura | <u>148</u> | 46 | 57 | <u>38</u> | <u>7</u> |
| Swadhisthana | 138 | 45 | 39 | 50 | 4 |
| Muladhara | 132 | <u>58</u> | 33 | 36 | 5 |

In questo test sono rilevanti lo squilibrio tra i parziali del primo Chakra e soprattutto la sovraesposizione del terzo, rafforzata da uno squilibrio dei parziali e dal valore colore alto. Inoltre emergono **disarmonie nei valori di secondo e quinto**, rilevanti anche se non esagerate, e una certa **contrazione del Chakra mentale**.

I dati del terzo Chakra sono particolarmente rilevanti considerata la giovane età di Roberto e questo, visto anche lo squilibrio dei parziali e il valore colore, ci porta a pensare che **l'Ego del soggetto sia strutturato in forma troppo rigida ed esteriore**. Il disequilibrio sul primo Chakra ci fa ipotizzare che si tratti di una compensazione. Oggi Roberto è un ragazzo grande e forte e la sua abilità nelle arti marziali gli dà una certa autorità, ma non è stato sempre così. **Probabilmente è stato un bambino gracile, forse malaticcio, sicuramente impaurito**. Il Karate gli ha offerto una possibilità di riscatto, lo ha reso sicuro e determinato, ma probabilmente questo processo non è sceso abbastanza in profondità, è ancora un fatto esteriore, una sicurezza che deve essere sempre dimostrata. Roberto è sicuramente un **maniaco della forma e dell'efficienza fisica, a scapito della sua capacità di comunicare e di stabilire relazioni autentiche con il prossimo**. Lo squilibrio dei parziali di secondo e quinto Chakra suggerisce una certa **difficoltà nelle relazioni** anche se la stabilità del quarto lo garantisce da eccessi. La contrazione del Chakra mentale indica una certa deviazione dell'energia, una difficoltà a percepire le sfumature e le sottigliezze.

Nel complesso Roberto **è però una persona sana, che potrà realizzarsi completamente riuscendo a dirigere parte della sua energia dall'immagine di sé al suo essere reale**.

La terapia energetica con i Chakraoil o Acque Chakra richiede sicuramente miscela per il **terzo (gialla)**, per un periodo di almeno due mesi, poi **primo (rossa)**. Data l'integrità del soggetto la semplice conoscenza del problema può essere sufficiente a innescare il processo di riconsiderazione di sé e a creare le premesse della trasformazione.