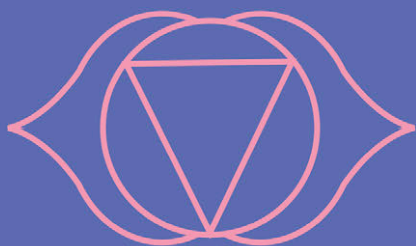


Fabio Nocentini

# CHAKRA



*dv*  
De Vecchi



# CHAKRA



**Avvertenza.** Il contenuto di questo libro ha valore informativo. La scelta e la prescrizione di una terapia come di un piano dietetico spettano al medico curante, che solo può valutare eventuali rischi collaterali (quali intossicazioni, intolleranze e allergie). Notizie, preparazioni, ricette, suggerimenti contenuti in questo volume hanno carattere informativo e non terapeutico.

L'Editore declina ogni responsabilità per qualsiasi uso improprio del testo.

Tutte le immagini sono © stock.adobe.com tranne:

Archivio Giunti 25, 29, 57, 86- 87, 93-95, 99; Archivio Giunti/Martina Girardi, 14-17, 19-21, 28; Archivio Giunti/Diego Luci, 59 (simboli dei chakra: @ stock.adobe.com); Archivio Giunti/Maria Laura Peruzzi, 101

Elementi grafici decorativi e immagine di copertina: @ stock.adobe.com

Per informazioni e segnalazioni:

*info.devecchi@giunti.it*

[www.giunti.it](http://www.giunti.it)

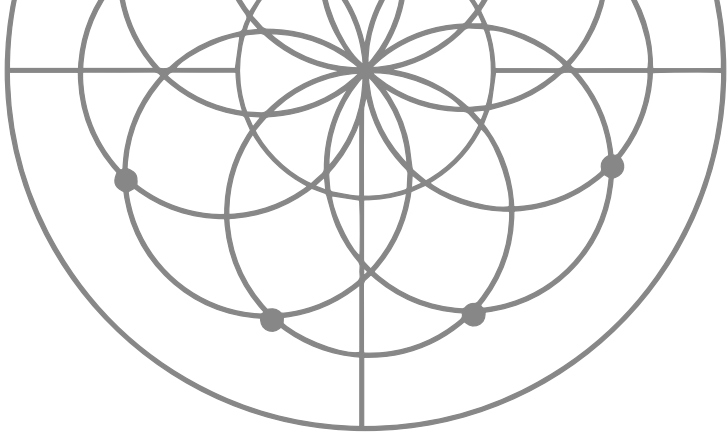
© 2006, 2022 Giunti Editore S.p.A.  
Via Bolognese 165 - 50139 Firenze - Italia  
Via G.B. Pirelli 30 - 20124 Milano - Italia

ISBN: 9788841253380

Ultima edizione digitale: aprile 2022

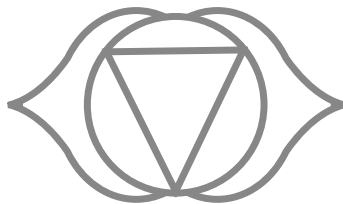


PRO.DIGI  GIUNTI  
FESTINA LENTE

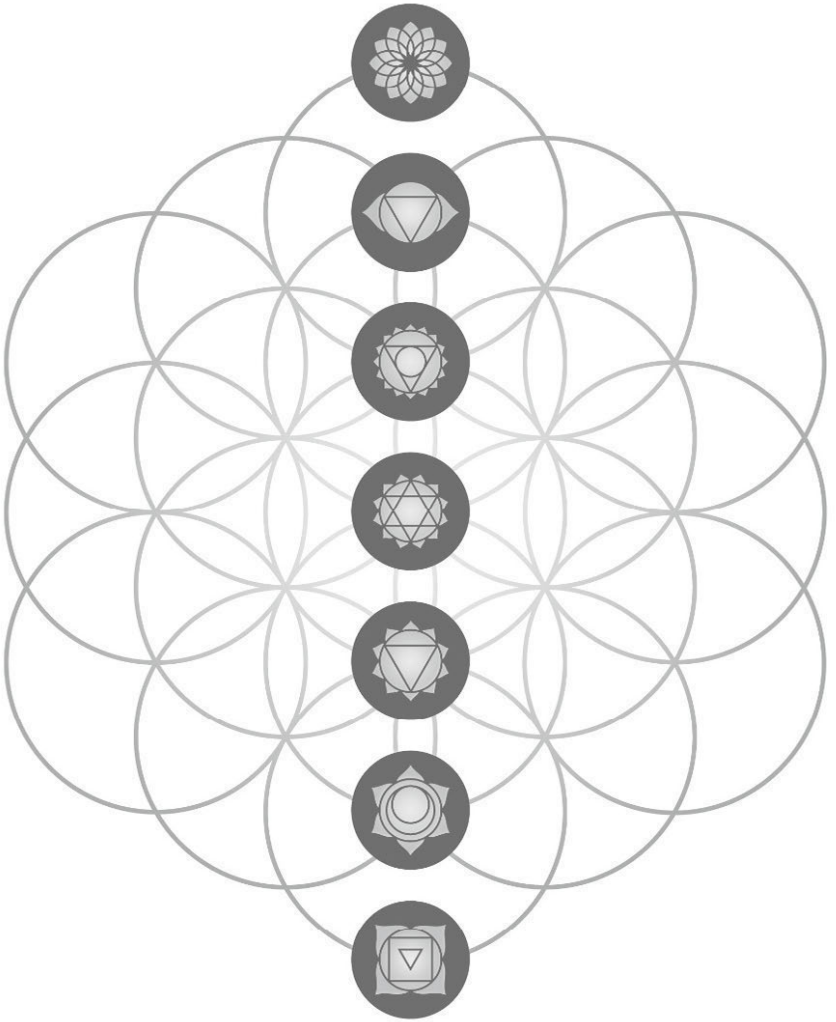


Fabio Nocentini

# CHAKRA



*dv*  
De Vecchi



# SOMMARIO

## I CHAKRA E L'ENERGIA

.....

### IL CAMPO ENERGETICO DELL'UOMO

*I sette livelli dell'aura* 14

### I SETTE CHAKRA MAGGIORI

*Primo chakra* 32

*Secondo chakra* 35

*Terzo chakra* 38

*Quarto chakra* 41

*Quinto chakra* 44

*Sesto chakra* 48

*Settimo chakra* 51

### IMPARARE A LEGGERE I CHAKRA

54

### LA PRANOTERAPIA

65

*La centratura* 66

*Potenziare la canalizzazione  
e la trasmissione pranica* 69

*Modalità di trattamento* 71

### LE CAMPANE TIBETANE 77

*La pulizia delle campane* 79

*I percussori* 81

*L'accordatore* 84

*La meditazione  
e il rilassamento di gruppo* 86

*L'autotrattamento* 89

*I trattamenti su una persona* 92

*Il riequilibrio dei chakra* 97

### SCEGLIERE I RIMEDI PIÙ ADATTI 98

### COME ARMONIZZARE I CHAKRA 102

*I cristalli* 102

*Gli oli essenziali* 107

*L'autotrattamento* 111

# SOMMARIO

<i>Il trattamento su un'altra persona</i>	113
<i>La durata dei trattamenti</i>	114

## schede dei rimedi

.....

### PROFILO TERAPEUTICO

<b>DI 30 CRISTALLI</b>	118
<i>Agata di fuoco</i>	118
<i>Aragonite arancione</i>	119
<i>Calcedonio azzurro</i>	119
<i>Copale</i>	119
<i>Crisocola</i>	120
<i>Crisoprasio</i>	120
<i>Eliotropio</i>	122
<i>Fluorite policroma</i>	123
<i>Granato piropo</i>	123
<i>Kunzite</i>	124
<i>Lapislazzuli</i>	124

<i>Lepidolite</i>	124
<i>Malachite</i>	125
<i>Mookaite</i>	126
<i>Opale di fuoco</i>	127
<i>Pietra di luna</i>	127
<i>Pietra di sole</i>	127
<i>Quarzo ametista</i>	128
<i>Quarzo fumé</i>	128
<i>Quarzo ialino</i>	131
<i>Quarzo ialino con tormalina nera</i>	131
<i>Quarzo occhio di falco</i>	132
<i>Quarzo rosa</i>	132
<i>Quarzo rutilato</i>	132
<i>Rodocrosite</i>	133
<i>Rodonite</i>	134
<i>Rubino</i>	134
<i>Sodalite</i>	135
<i>Tormalina nera</i>	136
<i>Tormalina verde</i>	136





## PROFILO TERAPEUTICO

DI 30 OLI ESSENZIALI 138

*Albero del tè* 138

*Anice* 139

*Benzoino* 139

*Bergamotto* 140

*Cannella foglie* 140

*Cipresso* 141

*Eucalipto* 142

*Finocchio dolce* 142

*Garofano chiodi* 143

*Incenso* 143

*Lavanda* 144

*Legno di rosa* 144

*Limone* 146

*Maggiorana* 146

*Mandarino rosso* 147

*Menta piperita* 148

*Mirra* 148

*Mirto* 149

*Muschio di quercia* 149

*Nardo* 150

*Patchouli* 151

*Pino silvestre* 151

*Rosa* 152

*Rosmarino* 153

*Salvia* 154

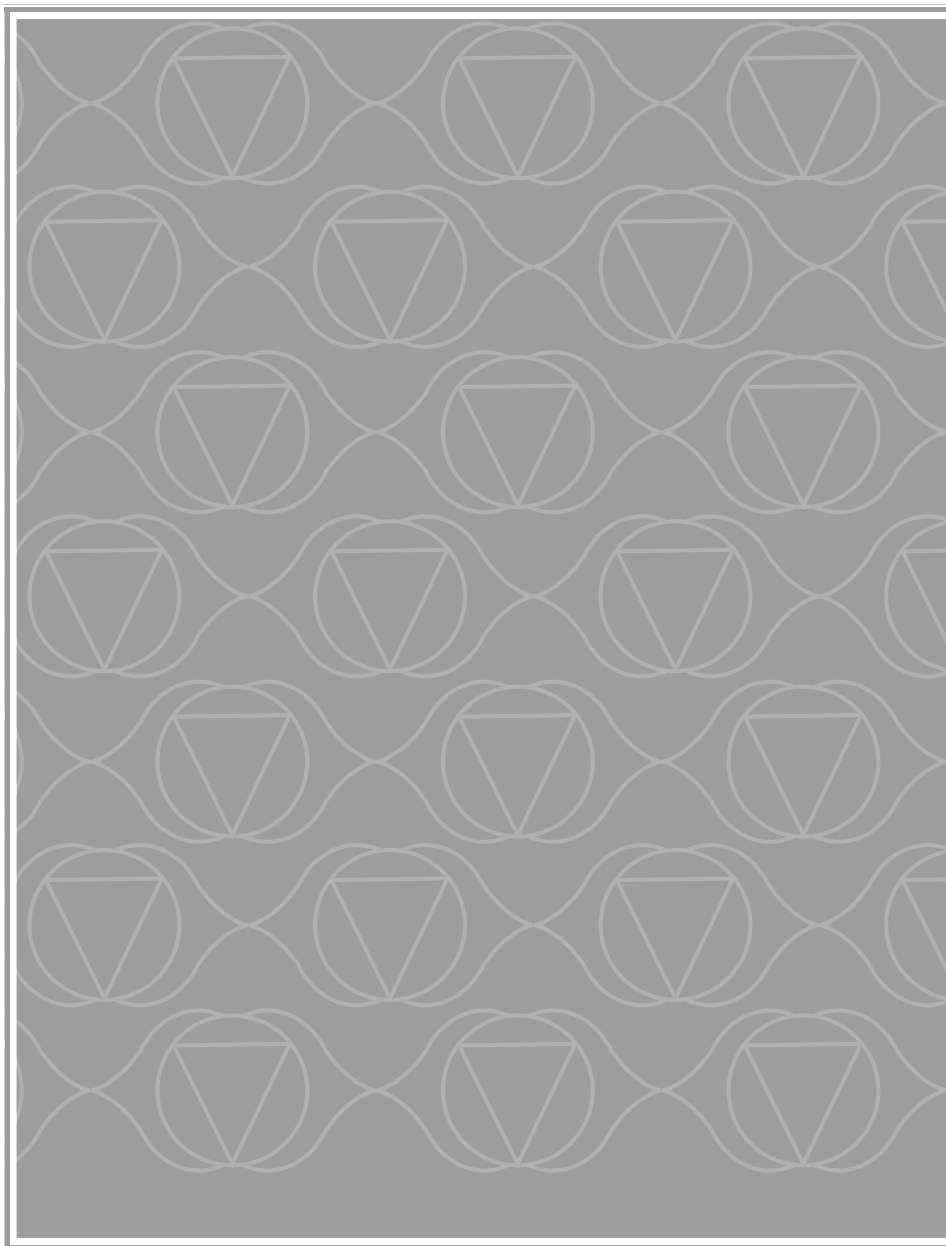
*Sandalo legno* 154

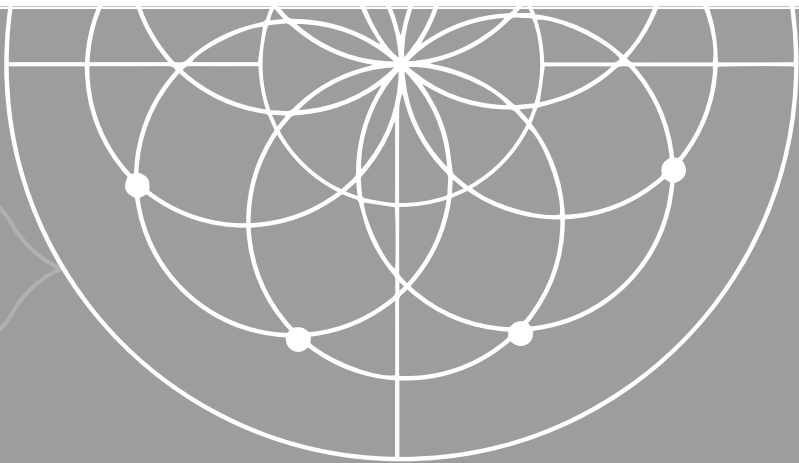
*Timo rosso* 155

*Vetiver* 157

*Ylang-Ylang* 157

*Zenzero* 158





# I CHAKRA E L'ENERGIA





# IL CAMPO ENERGETICO DELL'UOMO

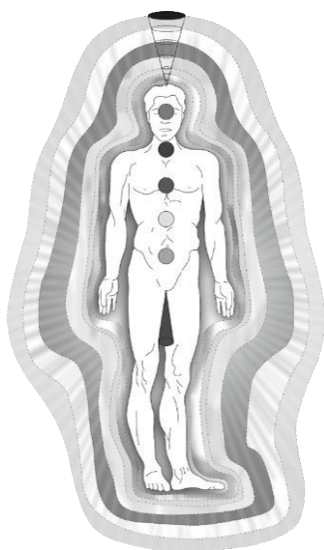
---

*Il corpo fisico è circondato da un campo energetico strutturato su sette livelli, che viene comunemente chiamato aura.*

*Il corpo fisico e l'aura, strettamente collegati, interagiscono tra loro attraverso i chakra.*

Secondo l'antica cultura induista, tutti gli esseri hanno un campo energetico che circonda e avvolge il corpo fisico. Nell'uomo e negli animali i punti di comunicazione di tale campo energetico con il corpo fisico furono chiamati *chakra*, termine sanscrito che significa "ruota": le varie scuole di yoga cercarono di conoscerli, descriverli e darne definizioni simboliche. Con la diffusione delle conoscenze orientali in Occidente e con la riscoperta del legame indissolubile tra l'uomo e la natura, i chakra e il campo energetico umano sono stati negli ultimi decenni oggetto di studi accurati anche nella nostra società, allo scopo di comprendere l'essere umano nella sua interezza, al di là del riduttivo modello materialista imposto dalle dottrine illuministiche e dalla medicina ufficiale.


L'energia vitale non è una caratteristica esclusiva della materia, anzi: secondo il pensiero olistico l'energia precede la materia e la



○ I sette livelli dell'aura.


crea, quindi sia il corpo fisico sia tutto ciò che appare ai nostri sensi come qualcosa di materiale rappresenta l'ultimo stadio, il più denso, di un processo di generazione che è iniziato in precedenza. L'universo respira: anche le più recenti ipotesi dell'astrofisica sembrano riconoscere che l'universo si contrae e si espande ritmicamente, come avviene durante la respirazione, mentre la fisica subatomica ha da tempo dimostrato che materia ed energia sono due aspetti dello stesso fenomeno. A ogni contrazione ed espansione dell'universo si libera energia, che tende poi a condensarsi in materia, dando luogo alle stelle, ai pianeti, ai minerali, all'acqua, alle piante, agli animali e all'uomo.

Per prenderci cura del nostro organismo nella sua totalità è dunque necessario considerare non solo il corpo fisico, ma anche il campo energetico a esso collegato, che viene comunemente chiamato



aura. Una delle più grandi sensitive e terapeute dell'epoca contemporanea, Barbara Ann Brennan, nel suo libro *Mani di luce* definisce il campo energetico umano come “la manifestazione dell'energia universale intimamente connessa con la vita dell'uomo”. Il campo energetico umano, l'aura, ha il compito di attingere e metabolizzare energia attingendola dal campo energetico universale. Nella saggezza delle grandi culture millenarie non occidentali – come l'indiana, la cinese, l'egizia e le civiltà precolombiane – il campo energetico universale fu indagato fin dai tempi più remoti e definito in modi diversi (*prana* in India, *qi* in Cina, con altre parole altrove), e si comprese che qualsiasi cambiamento che avviene a livello della materia è preceduto da un cambiamento osservabile nel campo universale: l'energia viene incessantemente trasformata in materia, ma anche la materia a sua volta si riconverte in energia. Così, anche oggi, i sensitivi capaci di visualizzare i campi energetici e gli studiosi occidentali che si sono dedicati a questo argomento hanno appurato che l'aura è formata da sette strati o livelli, ciascuno dei quali corrisponde a uno dei sette chakra maggiori. Questi ultimi sono centri in forma di vortice, somiglianti a mulinelli di energia, incaricati di gestire il fluido vitale proveniente dal campo energetico universale e di trasmetterlo ai vari livelli dell'aura e al corpo fisico.

I sette chakra principali si formano nei punti dell'aura dove le linee di energia si intersecano ventuno volte; oltre a questi, vi sono ventuno chakra minori, che si formano nei punti dell'aura dove i flussi di energia si incrociano quattordici volte. Altri chakra, di dimensioni ancora più piccole, sono collocati nei punti in cui i flussi si intersecano sette volte, e così via secondo una scala decrescente,

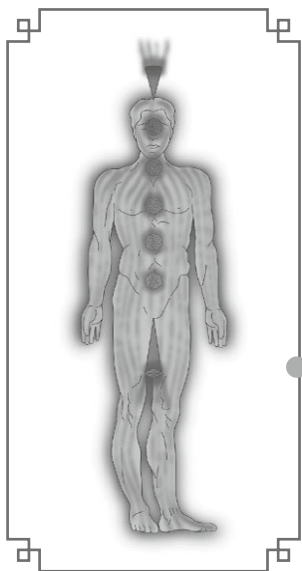


fenomeno che ci induce a considerare i punti dell'agopuntura come chakra di dimensioni minuscole.

Ognuno dei sette chakra maggiori è connesso al corrispondente strato dell'aura, cioè al corpo sottile che vibra con esso: il 1° chakra lavora in sintonia con il corpo eterico, il 2° chakra con il corpo emotivo, il 3° chakra con il corpo mentale, e via dicendo. Per ogni strato dell'aura i sensitivi rilevano la presenza di sette chakra: ciascuno di questi vortici appare come un cono inserito dentro il precedente e caratterizzato da una frequenza vibrazionale mano a mano più alta.

I sette livelli dell'aura, o corpi sottili, si compenetrano gli uni con gli altri e si estendono al di là del corpo fisico; la sostanza che li costituisce diventa sempre più rarefatta procedendo a partire dal primo strato per arrivare al settimo, il che indica la presenza di vibrazioni dalle frequenze sempre più alte. I corpi sottili, oltre che per la frequenza di vibrazione, si differenziano quanto a funzioni, caratteristiche, forma, colori: la loro struttura rivela un dualismo che si esprime in relazione alla maggiore o minore fluidità delle vibrazioni energetiche. I corpi sottili di numero dispari (1°, 3°, 5°, 7°) sembrano più stabili e ben definiti nei loro contorni, mentre i corpi sottili di numero pari (2°, 4°, 6°) appaiono come fluidi in movimento, che non hanno una forma definita ma vengono condizionati, per quanto riguarda la forma, dai corpi di numero dispari.

## I SETTE LIVELLI DELL'OURA



1° LIVELLO:

**CORPO ETERICO**

6500-13.500 UB

INTERVALLO DI 3-4 CM  
RISPETTO AL CORPO FISICO.

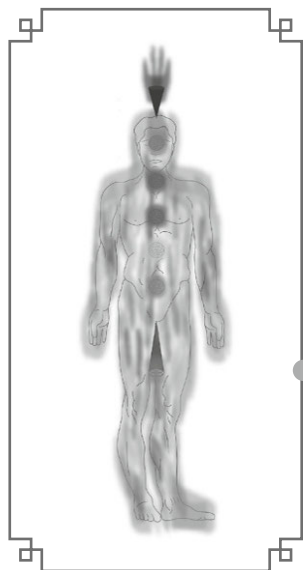
AMPIEZZA DEL CORPO ETERICO:  
CIRCA 3-4 CM.

Risuona in particolare con il 1° chakra. L'etere è lo stato intermedio fra materia ed energia: questo primo strato è un doppio del corpo fisico e lo riproduce fedelmente, anche per quanto riguarda gli organi interni e tutte le parti anatomiche. Appare come un insieme di linee di luce scintillanti, il cui colore può variare dall'azzurro pallido al grigio: in persone delicate e sensibili, il corpo eterico assume più propriamente i toni dell'azzurro, mentre in individui robusti e atletici rivela una colorazione grigia.

Il corpo eterico dà la struttura al corpo fisico e riflette tutti i processi fisiologici che avvengono in quest'ultimo; dato che funge da supporto della conformazione fisica dell'individuo, il 1° livello



dell'aura contiene tutte le informazioni sulla realtà materiale propria di quell'individuo. I trattamenti su questo livello agiscono su disturbi di lieve entità, soprattutto su squilibri fisiologici e funzionali. I chakra di questo corpo sottile sono tutti di un colore che va dall'azzurro pallido al grigio.



**2° LIVELLO:  
CORPO EMOTIVO**

.....  
13.500-21.500 UB

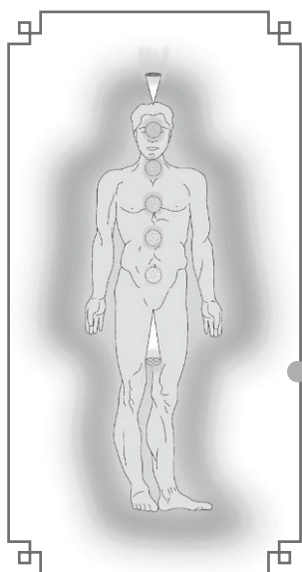
INTERVALLO DI 4-8 CM  
RISPETTO AL CORPO FISICO.

AMPIEZZA DEL CORPO ETERICO:  
CIRCA 4 CM.

Risuona in particolare con il 2° chakra. Riguarda emozioni, sensazioni, sentimenti, paure e capacità di provare piacere. Al contrario del corpo eterico, il corpo emotivo non riproduce fedelmente il corpo fisico, ma è costituito da addensamenti fluidi di colori in movimento. Le tinte che vi si osservano comprendono tutti e sette i colori dell'iride, e variano da scure a brillanti in relazione alle emozioni del soggetto, alla sua chiarezza nei sentimenti o al grado

di confusione che lo caratterizza. I sette chakra di questo livello dell'aura hanno, nell'ordine, i colori propri di ciascun vortice, come specificato più avanti.

Analogamente al 2° chakra, questo corpo registra le informazioni del lato emotivo della personalità. Si formano in questa sede tutti gli squilibri che hanno a che fare con le emozioni.



**3° LIVELLO:  
CORPO MENTALE**

21.500-30.500 UB

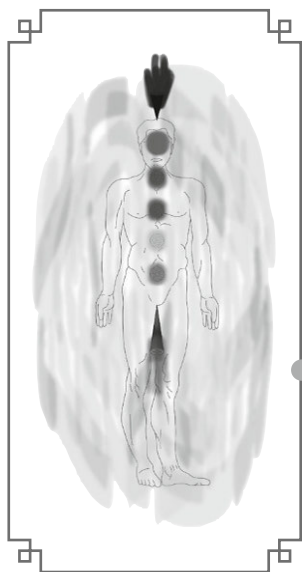
INTERVALLO DI 8-14 CM  
RISPETTO AL CORPO FISICO.

AMPIEZZA DEL CORPO ETERICO:  
CIRCA 6 CM.

Risuona in particolare con il 3° chakra. Poiché questo livello riguarda le attività intellettuali e le funzioni mentali, il suo colore dominante è il giallo in varie tonalità. Nel caso di un soggetto impegnato in occupazioni mentali, il giallo si accentua in corrispondenza della testa e delle spalle. I pensieri di qualsiasi tipo che condizionano l'individuo sono rilevabili dall'analisi di questo corpo,

nel quale si riversano anche altri addensamenti di colore provenienti dal corpo emotivo: tali addensamenti rappresentano le emozioni connesse con idee e pensieri specifici.

Se un'idea è chiara e ben delineata, i colori delle emozioni a essa associati saranno vivaci e luminosi, altrimenti si noteranno tinte opache e scure. Le disarmonie energetiche presenti in questo livello sono collegate alla mente razionale e ai pensieri coscienti. I chakra di questo corpo sottile sono tutti di colore giallo.



**4° LIVELLO:  
CORPO ASTRALE**

.....  
30.500-40.500 UB

INTERVALLO DI 14-28 CM  
RISPETTO AL CORPO FISICO.

AMPIEZZA DEL CORPO ETERICO:  
CIRCA 14 CM.

Risuona in particolare con il 4° chakra. Anche questo livello si distingue per la presenza di colori, generalmente più intensi e splendenti di quelli del corpo emotivo, spesso attraversati da bagliori verdi e rosa. Nel corpo astrale si osserva lo scambio energetico tra

le persone: se due soggetti sono profondamente uniti da un rapporto d'amore, i loro corpi astrali appaiono collegati da flussi energetici sotto forma di cordoni dalla tinta rosata. Infatti questo corpo riguarda tutte le esperienze di tipo affettivo da cui l'individuo può venire attraversato: se il cuore è chiuso nel risentimento, nell'odio e in simili atteggiamenti negativi, i colori del corpo astrale saranno scuri, spenti, privi delle sfumature di verde e rosa.

Quando una relazione sentimentale o un'amicizia si spezza, i flussi energetici che collegano le aure delle due persone si interrompono più o meno contemporaneamente. È necessario operare su questo corpo per correggere gli squilibri legati all'amore e all'affettività, alla gioia (o alla mancanza di gioia) nell'affrontare le situazioni di vita. I chakra di questo corpo sottile hanno ciascuno un colore differente, come vedremo in seguito.

