

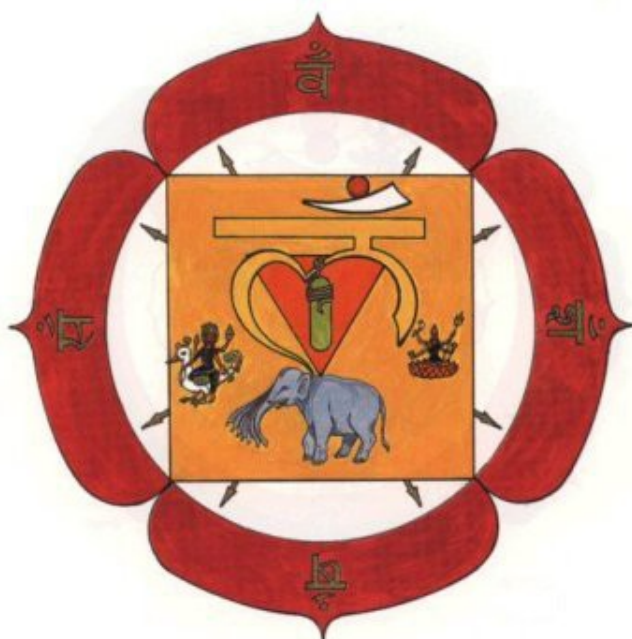
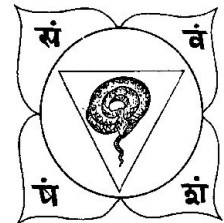
## Muladhara Cakra

Uit het aarde-lichaam ontstaat het wortel-basis centrum of Muladhara cakra.

Het woord muladhara bestaat uit twee woorden: mula, dit betekent wortel en adhara, wat basis, stut of steun betekent. Hiermee wordt verwezen naar de basis van de fysieke natuur, mula prakriti aan de ene kant en naar de wortelachtige vorm van deze draaikolk van energie aan de andere kant. De vorm zie je ook terug in de vorm van het staartbeentje, wat er een fysieke manifestatie van is.

Het belang van dit centrum voor onze spirituele groei is enorm en kan niet genoeg benadrukt worden.

In dit centrum is surya bindu, de zonnepoort aanwezig. Deze vormt de verbinding met de microkosmos of de onderwereld en ook met de kundalini shakti, het slangevuur. Rechts een voorstelling van Muladhara cakra met de opgerolde (slapende, latent aanwezige) Kundalini slang.



Muladhara cakra is een energie werveling met vier uitstulpingen, afgebeeld als de vier bloemblaadjes van een lotus. De bijbehorende klanken zijn de sanskrit letters Vām, Sham, Shām en Sām.

De basistrilling, de klank van de cakra zelf, is de mantra Lām, of de toon C (do). Deze letter steunt als het ware op een olifant, die het symbool is van aarde-energie in de vorm van kracht, steun en stevigheid.

Ook het (okergele) vierkant is hier het symbool van: aarde of prithivi, omvat door een cirkel. In het centrum van de cakra zien we een rode driehoek (Yeni), het vrouwelijk aspect. Het dient als basis voor de lingam (het mannelijk aspect of Shiva, svayambhu) die hier de creatieve energie van Brahma (de Allerhoogste) symboliseert.

Het symbool voor Brahma is de zwaan.

Rond de lingam gewikkeld ligt de slangen-

kracht Kundalini, symbool voor de levenskracht of levensenergie. Zijn kop ligt op de toegang tot sushumna nadi, het centrale kanaal omhoog.

De godin van deze cakra heet Deva Dakini (moeder van alle godinnen), die de yogi onderricht in de energieën van dit centrum.

Tot zover de symboliek in de plaatjes van muladhara cakra.

De kleur die dit centrum stimuleert en harmoniseert is de kleur donkerrood.

Deze cakra staat voor de basisbehoeften in het leven: zekerheid zoals veiligheid en geborgenheid, huisvesting, voeding en inkomen etc. Dit ontwikkelt zich, en is het belangrijkste tussen 0 en 7 jaar.

Het gaat hier voornamelijk om leven en overleven, vooral vanuit het materiële. Dit alles is zeer basaal; iets waar de mens mee moet leren omgaan.

Muladhara cakra beheerst alle vaste stoffen in het lichaam. Het sleutelwoord is hier: verdichting. Dus de botten enzovoort, en eigenlijk het gehele fysieke lichaam. Ook de uit scheiding valt hieronder.

De organen die onder deze cakra vallen zijn de bijniere, met als hormoon o.a. adrenaline.

Het in staat zijn conflicten en problemen op te lossen wordt door deze cakra geregeerd.

Het gevoel van "goed in je lijf zitten" komt ook hier vandaan. Als je basiszekerheden goed geregeld zijn dan voel je je immers prettig. Dus: zekerheid en ook het tegendeel angst zetelen hier.

Het bijbehorende zintuig van muladhara cakra is de reukzin, met als fysiek orgaan de neus.

De functie van dit centrum is het regelen van het lichamelijke deel van de seksualiteit.

De energie die door dit centrum stroomt kan een van de drie hoedanigheden of guna's bezitten: rajas (uitzettend), tamas (samentrekkend) of sattva (in evenwicht).

De rajas energie regeert over de uitscheiding.

De sattva energie is stabiel, in harmonie en regeert over de reuk.

De tamas energie is samentrekkend en regeert over de productie van vaste stof.

De asana's die deze cakra stimuleren zijn eigenlijk alle asana's.

Ook heel heilzaam zijn hier het in acht nemen van de yama's en de niyama's.

Prana is de sanskrit naam voor (levens)energie of subtiele energie. Omdat de eigenschappen van de prana in elke cakra verschillen heeft de prana in elk centrum een andere benaming.

De prana die door muladhara cakra stroomt wordt gekend onder de naam apana prana. De werking van apana prana is die van afstoting en uitscheiding.

Transpiratie en bevalling wordt hierdoor dus ook geregeerd.

Deze energie geeft (wordt vaak waargenomen met) een grijs-zwarte kleur.

Het paranormale vermogen dat bij het ontwaken van de muladhara cakra hoort is helderruikendheid.

Ziekten die hier hun mogelijke oorzaak vinden zijn bijvoorbeeld constipatie, verstopping en impotentie.