

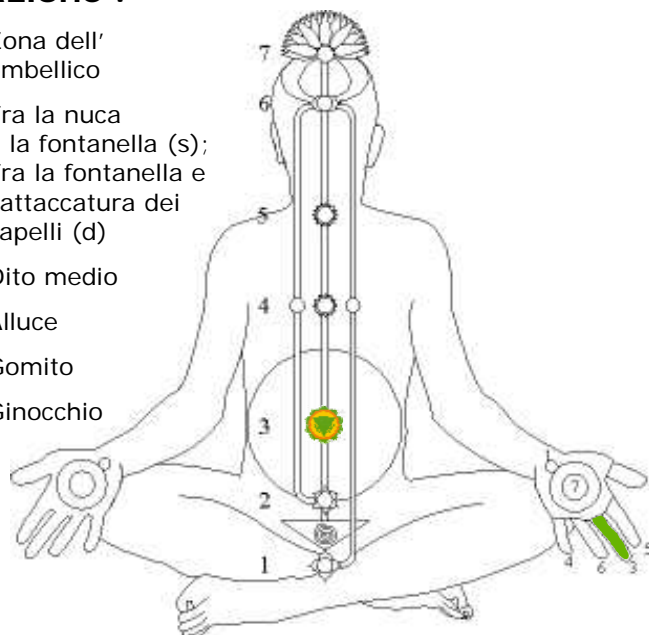
3° Chakra : Il Nabhi



Petali : 10
Colore: Verde
Qualità: Benessere
Soddisfazione
Pace
Generosità
Equilibrio
Dharma

Localizzazione :

Corpo Zona dell'ombellico
Testa Tra la nuca e la fontanella (s);
Tra la fontanella e l'attaccatura dei capelli (d)
Mano Dito medio
Piede Alluce
Braccio Gomito
Gamba Ginocchio



Non tormentatevi per diventare più ricco, non applicate la vostra intelligenza a questo.

Volete seguire con i vostri occhi quello che è destinato a scomparire?

La ricchezza cresce le ali, e, come un'aquila, vola verso il cielo.

Proverbio di Solomone, La Sacra Bibbia

Corrispondenze

Plesso	Solare
Elemento	Acqua
Pianeta	Giove
Giorno	Giovedì
Pietra	Smeraldo
Nazione	Francia (d) Med oriente(s)
Simbolo	Tao

Introduzione

Il Nabhi Chakra, o Manipur, si trova al livello del plesso solare (stomaco) e fornisce l'energia del sostenimento fisico, mentale, emozionale e spirituale. Presiede, infatti agli organi per il nutrimento del nostro corpo, tra cui, lo stomaco, il fegato e la milza.

Nella mappa evolutiva riflette l'energia che sostiene e preserva la creazione e fornisce l'equilibrio e le regole di giusto comportamento (dharma) necessario per la sua evoluzione verso lo Spirito. Questo principio, conosciuto come Shri Vishnu si è incarnato molte volte sulla terra quando il dharma era in declino, ad esempio nelle forme di Shri Rama e Shri Krishna in India, per guidare e correggere i movimenti dell'evoluzione.

Questo centro, una volta destato, ci fa conseguire la virtù e ci fa scoprire, quindi, il dharma, il giusto comportamento che ci dà l'equilibrio necessario per la nostra evoluzione.

A livello fisico il terzo chakra è correlato allo stomaco ed alla parte superiore del fegato. Se lo stomaco non è regolato, la digestione e l'assimilazione risultano compromesse e ciò causa tensione nel chakra. Dovremmo dunque mangiare serenamente e con gioia senza però dare troppa importanza al mangiare. Stati prolungati di tensione e di preoccupazione relativo alle cose materiali, possono provocare acidità nello stomaco e, a lungo andare, l'ulcera.

Il Nabhi chakra, assieme con lo Swadisthan, è responsabile per un organo il fegato, che riveste un ruolo molto importante a livello sottile in quanto sede della nostra attenzione. Spostare l'attenzione continuamente da una cosa ad un'altra o pensare in modo eccessivo provoca disturbi al fegato e produce calore nel sistema e questo può creare problemi anche in altri organi. Se poi questo comportamento è associato con un'alimentazione pesante per il fegato, a lungo andare si possono manifestare malattie come epatite e diabete.

Il Nabhi chakra si prende cura del nostro benessere a livello materiale. Una persona con questo centro apposto manifesta le qualità di soddisfazione, pace e generosità in quanto non è dominato dal denaro o dalle schiavitù del materialismo ma utilizza la materia e i soldi per dare gioia agli altri. Porta pace, prosperità e sostegno nella famiglia e nella società.

Si dice che una tale persona abbia le benedizioni di Shri Lakshmi, l'aspetto femminile di questo chakra.



Shri Lakshmi

Se le necessità quotidiane non sono soddisfatte (alimentazione, casa), l'attenzione non può innalzarsi verso la ricerca spirituale. Guadagnare denaro è dunque necessario per condurre una vita equilibrata, ma è anche una strada pericolosa verso i desideri materiali incessantemente rinnovati e inappagati. Star bene finanziariamente diventa un male, se il denaro diventa un'ossessione e se il suo accumulo si ottiene a scapito delle leggi della vita e dell'evoluzione.

Una persona con il Nabhi apposto è tendenzialmente pervaso da un senso generale di benessere e di soddisfazione che non dipende dalla ricchezza, dal lavoro, dalla famiglia, dai comfort, ecc. ed esprime contentezza in tutto quello che fa. Qualsiasi atteggiamento di lamentala e di insoddisfazione, come l'attenzione eccessiva alle comodità e all'accumulo di ricchezze, tende quindi a creare un blocco su questo chakra. In particolare mancanza di pace in famiglia, l'agitazione o la mancanza di rispetto per la moglie tende a disturbare il Nabhi sinistro.

Organi controllati

Lo stomaco, parte superiore del fegato, la milza, sistema digestivo

Funzioni

Conserva e sostiene l'organismo, dà il giusto comportamento necessario per il benessere, l'equilibrio e l'evoluzione, dà l'attenzione

Cause di blocco

s. agitazione, problemi domestici, mancanza di pace, preoccupazioni materiali, problemi con la moglie

c. avidità, cattiva alimentazione, problemi economici

d. alcool, attenzione instabile, eccessiva attività mentale e preoccupazioni

Effetti del blocco

Epatite, ulcera e altre malattie legati agli organi interessati

Estratti dai discorsi di Shri Mataji

Il Dharma

Il dharma è la qualità nutritiva dell'umanità. E' ciò che ha consentito all'uomo di evolvere dallo stadio primitivo di ameba. Questo codice di vita protegge e alimenta la nostra crescita spirituale.

Il Benessere

Shri Lakshmi è la dea del benessere e della ricchezza....

E' il primo spiraglio verso la ricerca spirituale. Cerchiamo, prima, i beni materiali ma ci rendiamo presto conto che questa ricchezza materiale non è sufficiente, non può procurarci la gioia completa.

Shri Lakshmi diventa allora Shri Mahalakshmi, e la ricerca si sposta verso qualcosa di più profondo, più interiore: gioire della propria generosità. Si scopre la gioia del donare.

L'avarizia è il segno della più grande meschinità. Se non siete in grado di dare, siete un poveraccio; malgrado il vostro denaro siete aggrappato all'ossessionante desiderio di maggiori possedimenti materiali.

La Lakshmi rappresenta il denaro o qualsiasi altra forma di prosperità che ci venga concessa e che deve essere spesa con parsimonia, in quanto è molto mutevole ed i soldi possono sfuggire di mano. D'altro canto però non bisogna nemmeno essere avari: la Lakshmi non è contenta dei taccagni. Ma se si vuole spendere, bisogna farlo nel modo giusto.

Shri Lakshmi esiste in questo mondo in quanto ricchezza. Ora qual'è la ricchezza imperitura? E' lo Spirito, dunque la grazia dello Spirito è Amruta Lakshmi. Tutte le cose materiali periranno, e tutto ciò che è fatto con lo Spirito, per compiacere lo Spirito è Amruta Lakshmi. Un esempio per tutti: amare gli altri. Amare significa donare senza aspettarsi nulla, semplicemente donare e rallegrarsene. La cosa più importante è dare vibrazioni: le vibrazioni non muoiono mai.

La Generosità

Dopo la realizzazione, la personalità diventa divina. La difficoltà sta nel percepirla ed accettarla: accettare di assumere qualità veramente divine (come lo è chi è generoso), senza preoccuparsi, senza far calcoli, senza chiedersi che cosa succederà dopo. Se le vibrazioni circolano facilmente in noi, siamo in contatto diretto con la sorgente e diventiamo ricchi di benessere, di felicità, soddisfatti in tutte le nostre necessità materiali. L'abbondanza che ne risulta è tale che possiamo solo donare con tanta spontaneità.

Lasciate dunque che la ricchezza scorra in voi e non preoccupatevi. Le vibrazioni, il cosmo vigilano su di voi. Molti Sahaja Yogi ne hanno fatto l'esperienza nel corso della loro esistenza. Se si rimettono alle vibrazioni, l'aiuto arriva spontaneamente, ma non appena cercano di risolvere i loro problemi da soli, allora non funziona più.

Il principio di Gruha Lakshmi, la donna di casa

Da un lato, la donna di casa ha a che fare con i problemi giornalieri, dall'altro si deve occupare della famiglia e dei bambini. E, poverina, è anche responsabile della società, la deve mantenere salda. È stupefacente vedere come in quei paesi in cui le donne sono sagge e matura le famiglie, la società ed i bambini siano estremamente buoni. È

per questo che, devo dire, l'India è una nazione, una società molto buona. È una condizione dovuta proprio alla casalinga, alla Gruha Lakshmi della casa, che ha fatto tutto il lavoro fondamentale per quello che riguarda la cultura. Ed è cosa molto diffusa in India, per cui tutti rispettano profondamente le casalinghe. Quindi il rispetto verso di loro è la cosa più importante per la cultura sahaja. Ciò non significa affatto che le donne debbano cercare di dominare, creare problemi ed azzuffarsi con il marito. Vuol dire che la donna occupa un posto molto importante nella società e deve essere trattata come una *Devi* (Dea). Certo, lei dal canto suo deve comportarsi come tale.

La Pace

Per quale motivo particolare è stato creato questo principio di Gruha Lakshmi? È per superare l'odio, per mitigare questa cosa gelida chiamata odio, che è stato creato il principio di Gruha Lakshmi. In famiglia, dove c'è la donna di casa, il principio di Gruha Lakshmi deve attenuare l'odio tra i figli, tra i figli e il marito.

...

Siete coloro che devono appianare ogni cosa, che devono manifestare tali espressioni d'amore, cose così dolci, che la famiglia stessa trovi rifugio in voi, si senta al sicuro con voi, perché siete la madre. La famiglia deve sentirsi al sicuro con voi, e questo amore è il vostro potere. È questo il potere che potete dare. Vivete dando amore, e scoprirete che vi arricchirete sempre. ⁽¹⁾

Si può ottenere la pace solo attraverso Shri Gruha Lakshmi, attraverso il corretto comportamento, in qualche modo, della nostra milza. La milza fornisce le cellule del sangue e crea ciò che alimenta l'intero corpo. Se non c'è pace dentro di noi proprio lì, tutto il sistema può risentirne, perché è il centro nutritivo che rafforza anche la pace.

Avete senz'altro sentito questa espressione: "Ya Devi Sarva Bhuteshu Shanti Rupena Samstitha" "La dea Shanti (Shanti = pace) è presente in tutti gli esseri umani in quanto pace". Questa pace è possibile solo se le donne di casa si rendono conto della loro importanza, se ne rivestono, perdonano e riscattano la vita di famiglia. Debbono riscattare la vita di famiglia. Quando ciò non avviene, l'intero sistema decade.

Il potere dell'evoluzione, Shri Mahalakshmi

Lakshmi stessa diventa Mahalakshmi: quando si comprende il valore del denaro e rispetto ad esso ci si sente saturi e stanchi, allora si diventa distaccati dal di dentro ed un aspetto nuovo della Lakshmi prende forma: è Mahalakshmi. È questo il potere che fa andare sempre più in alto, quello del risveglio spirituale. Avete visto che in tutte le nazioni molto ricche è nato il desiderio di vedere la verità, di trovare la verità, ed è per questo che tutti voi siete qui. Il potere di Mahalakshmi aveva iniziato a lavorare dentro di voi, e voi cercavate la verità, e cercando la verità siete entrati in Sahaja Yoga. Dunque Mahalakshmi è importante anche per voi. Sapete che a Kohlapur c'è il tempio in cui è custodita quella piccola statua di Mahalakshmi venuta fuori dalla madre terra. Ma lì non hanno mai capito perché in quel tempio si canta *Jog.wa*: "Oh Ambe, risvegliati!". *Ambe* è la Kundalini. Perché nel tempio di Mahalakshmi si canta un bajan dedicato alla Kundalini? Voi certo potete capirne la ragione. ⁽²⁾

(1) Shri Fatima Puja, 1998

(2) DIWALI PUJA, Novi Ligure, 25 ottobre 1998