

# 7° Chakra : Sahasrara



**Petali :** 1000  
**Colore:** Arcobaleno  
**Qualità:** Integrazione  
Unione  
Silenzio  
Gioia pura

## Localizzazione :

**Testa** Sommità della testa  
**Mano** Centro del palmo  
**Piede** Sotto il ponte del piede



*Tu gioisci in segreto insieme al Tuo Signore nel loto dai mille petali, dopo aver oltrepassato la Terra nel Muladhara, l'Acqua nel Manipur (Nabhi), il Fuoco che risiede nello Swadhisthana, l'Aria nel Cuore, l'Etere in alto, nel Vishuddhi e il Manas tra le sopracciglia (Agnya), avendo così percorso l'intero sentiero di Kula.*

Saundarya Lahari, Shri Adishankaracharya

## Corrispondenze

<b>Plesso</b>	Area limbica
<b>Elemento</b>	Vibrazioni Divine
<b>Pianeta</b>	Luna
<b>Giorno</b>	Lunedì
<b>Pietra</b>	Madre-perla
<b>Nazione</b>	Nepal
<b>Simbolo</b>	Bandhan (ferro di cavallo)

## Introduzione

Il Sahasrara si trova nella zona limbica del cervello costituito da mille petali o nervi. Se effettuate un taglio orizzontale, si nota che i nervi si irradiano attorno alla zona limbica e che assomigliano a dei petali. Se effettuate un taglio verticale, si nota una quantità di nervi riuniti in fasci.

Il Sahasrara è l'unione degli altri sei chakra che hanno le loro sedi o "Pithas" nel cervello e che sono collocate lungo la linea mediana della zona limbica: si incomincia dalla nuca con il Mooladhara chakra circondato dallo Swadisthan, poi seguono il Nabhi, il Cuore, il Vishuddhi e l'Agnya chakra. Questi sei centri si uniscono assieme per formare il settimo.

Quando la Kundalini si alza nel canale centrale, attraversa i sei chakra e penetra nella zona limbica per illuminare le sette "Pithas" dei chakra portando all'integrazione interiore.

Il Sahasrara è il Regno di Dio dove avviene la completa comunione con l'Assoluto che è in noi e che si manifesta nella pace dell'essere e nella quiete del Sè come gioia pura e consapevolezza vibratoria.

Il Sahasrara si blocca quindi quando dubitiamo o non diamo la giusta importanza alla nostra realizzazione del Sé, se mettiamo in discussione l'esistenza di Dio, se ci identifichiamo troppo con il nostro ego o con i nostri condizionamenti o se ci perdiamo nel materialismo che fa perdere la gioia.

In passato il risveglio della Kundalini, e quindi l'apertura del Sahasrara, veniva tramandato da un maestro illuminato a uno o due discepoli dopo una vita di rinuncia e purificazione ma oggi questo risveglio si sta verificando a livello di massa attraverso Sahaja Yoga grazie ad un evento cosmico avvenuto il 5 maggio 1970 a Bordi, Bombay, India e cioè l'apertura del Sahasrara chakra a livello collettivo a cui Shri Mataji è stata testimone.

## Come migliorare il Sahasrara chakra

### Proteggerlo

Per proteggere il Sahasrara è importante coprirsi la testa d'inverno, di modo che il cervello non si raffreddi. Il cervello è, infatti, formato da "Medha", grasso. Bisogna dunque evitare i raffreddamenti. Non bisogna neppure esporlo al calore. Per mantenerlo bene, non state seduti a lungo sotto il sole... Altrimenti il cervello si indebolisce e diventate bizzarri: il primo passo verso la pazzia... Se state al sole, copritevi la testa, è molto importante. <sup>(1)</sup>

### Evitare gli estremismi

C'è una cosa che dovete sapere, ed è che in Sahaja Yoga non si devono spingere le cose all'estremo... La saggezza non consiste nell'aggrapparsi a una qualsiasi cosa. I Sahaja Yogi non sono persone "fissate". Se così fosse, non potrebbero progredire. Non dovete stare appiccicati alle vostre idee o al vostro ambiente. Dovete essere sempre mobili. Accompagnate il movimento! Ciò non vuol dire che dobbiate neppure lasciarvi andare! Dovete ascendere, non regredire! <sup>(1)</sup>

### Essere vigili e onesti

Andare all'inferno è la cosa più facile di questo mondo: non richiede né un impegno lavorativo né qualche speciale attività. Quando si prende la strada dell'ascesa le cose sono un po' più difficili. Non dovete essere indecisi, non dovete inciampare. Dovete badare alla vostra ascesa, dovete controllarvi e non ricadere nelle vecchie abitudini. <sup>(1)</sup>

### Tenere il Sahasrara puro

Il Sahasrara chakra ha un suo mantra che è "Nirmala". Ciò vuol dire che dovete stare attenti a mantenerlo sano, puro e immacolato. Questo è il vostro lavoro. Cercate di mantenerlo puro, senza macchie. Ciò, sicuramente, segnerà una nuova tappa, una spinta verso una nuova dimensione per molti esseri umani. <sup>(2)</sup>

### Essere determinati

Il primo giorno, il giorno della realizzazione, l'esperienza è fantastica. Sin dal momento della realizzazione, se siete abbastanza intelligenti, dovete decidere come procedere per stabilizzarvi. Supponiamo che vi piaccia il latte. Potete pensare: "Finché non avrò raggiunto quello stadio, non prenderò latte". Non bisogna considerare questo come un sacrificio, ma come una scalata". Gli alpinisti, che fanno sforzi immani per conquistare

### Organi controllati

Area libica, cervello

### Funzioni

Unione con l'Assoluto, consapevolezza vibratoria, consapevolezza senza pensieri, consapevolezza senza dubbi, vivere nel presente

### Cause di blocco

Materialismo, eccessiva pressione dell'ego e del superego, attività e idee contro Dio, seguire ed inchinarsi davanti a falsi maestri, mancanza di onestà, dubitare della propria realizzazione o prenderla con troppo leggerezza e superficialità

l'Himalaya ritengono forse di avere sacrificato alcunché? Se pensate: "Oh Signore, ho sacrificato il latte!" allora non ci siamo, è il principio della fine! Ma se ci tenete a qualcosa, ditevi piuttosto: "Va bene, amo questa cosa, ma amo ancor più il mio progresso, e finché non avrò raggiunto un certo livello ne farò a meno".

Questa è la determinazione che dovete manifestare, altrimenti come pensate di poter vincere la montagna ... gigantesca e terribile della vostra ignoranza? In effetti, al momento della Realizzazione io vi pongo in cima alla montagna e voi cominciate subito a scivolare, mentre dovrete aggrapparvi alla cima! <sup>(4)</sup>

## **Estratti dai discorsi di Shri Mataji**

### **Nirananda - Gioia pura**

Voi sviluppate "Nirananda" quando siete totalmente identificati con lo Spirito. In "Nirananda" non esistono dualità: è "Adwaita", "senza dualità", è una persona unificata. Siete totalmente integrati, non esistono ostacoli alla Gioia. Essa è completa: non c'è felicità o tristezza, ma solo Gioia. La Gioia non consiste nel ridere o sorridere continuamente. No. E' silenzio, la quiete del Sè, la pace dell'essere, lo Spirito che si manifesta nella consapevolezza vibratoria e, quando si raggiunge questa pace, ci si sente come la luce del sole, come l'intero chiarore di questa bellezza. <sup>(1)</sup>

Il punto che dobbiamo stabilire in noi è "Nirananda". Perché parlarne? Non si può dire nulla. Non posso dirvi: "E' così, è cosà". Non vi sono parole per descrivere l'assoluto. Si può solo usare la negazione e dire: "Non è questo, non è quello". Ciò che rimane (dopo aver eliminato tutto) è l'assoluto. In tal modo si giunge allo stato Assoluto, in cui la completa comunione avviene solo con l'Assoluto che è in voi.

Dovete stabilizzarvi. Non c'è bisogno di ritirarsi nell'Himalaya né di abbandonarsi ad una tecnica radicale: è stando in questo mondo che dobbiamo diventare l'Assoluto, l'Unico, il "Kevalam". Non c'è da chiedersi "come" ci si arriva, lo si diventa e basta. Lo diventate come il fiore diventa frutto. E' già predisposto in voi stessi. Lasciate solo che le cose avvengano. <sup>(5)</sup>

### **Lo stato di Nirvikalpa - Consapevolezza senza dubbi**

Lo stato di Nirvikalpa è la consapevolezza senza dubbi al di là della consapevolezza senza pensieri (Nirvichara), ed è lo stadio finale della meditazione. Allora tutto è illuminato, tutto è conoscenza (vibrazione). Nulla può turbarla, nessuna impurità può ostacolarla. Corrisponde per il Sahaja Yogi all'integrazione dell'Essere Collettivo. E' il punto in cui macrocosmo e microcosmo si integrano nella gioia. Solo chakra puri autorizzano un tale stato. <sup>(1)</sup>

Il Sahasrara è il Regno di Dio. Quando il Brahmarandra (centro del Sahasrara) si apre completamente, allora i cieli si manifestano in voi. Una volta che avete raggiunto Nirvikalpa non potete più tornare indietro. <sup>(3)</sup>

### **L'apertura del Sahasrara collettivo**

...Immaginate per un attimo un fiore di loto molto grande, con mille petali, e voi siate seduti al centro, nella corona, e guardate tutti quei petali, tutti meravigliosamente colorati, fragranti e pulsanti di benedizioni di gioia. Rimanere così è la posizione ideale, ma poi, dopo il silenzio, ci si sente riempiti di una enorme compassione e amore, e si è portati a mettere attenzione verso quelle persone che ancora non hanno saputo cosa significhi avere occhi. E poi cercate di portare la vostra attenzione al Sahasrara di milioni di persone, e cominciate a vedere i problemi che esistono nel Sahasrara. Aprire il

Sahasrara è una cosa molto difficile, anche se lo si desidera, perché l'incanalamento del Divino negli esseri umani deve essere fatto attraverso voi esseri umani. Il potere può anche essere qui ma deve essere canalizzato attraverso esseri umani.

### **Per procede bene ...**

Se sapete sorridere ai cosiddetti dispiaceri della vita, sappiate che siete sulla buona strada. Se il vostro discernimento cresce, sappiate che il vostro progresso è buono. Se aggrediti, vi mantenete pacifici, l'ira sfuma, sappiate che il vostro progresso è corretto. Se potete osservare una persona messa alla prova senza sentirvi coinvolti, sappiate che state progredendo. Quando i trabocchetti del mondo artificiale non riusciranno più ad impressionarvi, sappiate che avete progredito. Se i lacci della vita materiale non vi seducono più, sappiate che progredite bene.

I lavori, le preoccupazioni, nulla è importante per diventare Sahaja Yogi. Qualsiasi cosa voi facciate, non potrete ottenere un tale stato. L'avete ottenuto senza alcun sforzo. Allora, dovete essere qualcosa di ben speciale! Cercate di capire e conservatevi umili a questo proposito. Quando vi riuscirete, quando rimarrete umili pur essendo riusciti in qualcosa, quando avrete poteri, quando irradierete l'innocenza, il discernimento, quando diventerete sempre più compassionevoli con una personalità sempre più umile, allora potrete credere d'essere nel cuore di vostra Madre. Crescerete così in fretta che, senza meditare, sarete in meditazione, senza essermi vicini, sarete alla mia presenza, senza nulla chiedere, riceverete le grazie di vostro Padre. <sup>(2)</sup>

### **Cause di blocco del Sahasrara**

Questo è proprio il modo di pensare occidentale! " Beh, passando, faremo un po' di Sahaja Yoga ... Toh, in questo week-end, passando, potremo andare al seminario. Toh, di passaggio, ben s'intende, Madre ci alzerà la Kundalini. Di passaggio desterà le nostre deità e, di passaggio, usufruiremo delle benedizioni.

.... Quanti di voi hanno tuttora un simile atteggiamento verso Sahaja Yoga!

Una delle cause più comuni di blocco del Sahasrara chakra è il dubbio: dubitare della propria realizzazione, non ritenersene degno, dubitare della consapevolezza vibratoria, dubitare di "Dio Padre", dello Spirito Santo o della Kundalini, dubitare che Dio possa incarnarsi sulla terra, dubitare di Sahaja Yoga. <sup>(3)</sup>

### **Il Sahasrara per percepire la verità**

E' un argomento di grande profondità. Quando si verifica l'illuminazione della Kundalini nel cervello, questo ha il potere di percepire la verità... incominciate a intravedere la verità percepita dal cervello. Sino a quel momento, ciò che il cervello poteva percepire non era la verità, ma solo il suo aspetto esteriore.

### **Il Sahasrara e il cuore**

Nella mia infanzia pensavo che i miei sogni erano troppo fantastici. Si sarebbero realizzati un giorno? Raccoglievo piccoli sassi e mi chiedevo: "Verrà il giorno in cui la gente non assomiglierà a pietre ma a cuori?". Per grazia di Dio vi ho incontrati e vi ringrazio molto di aver accettato Sahaja Yoga. <sup>(6)</sup>

(1) Discorso sul Sahasrara, Delhi, India – 5 febbraio 1983

(2) Giorno del Sahasrara, Mestiere en Brey, Francia – 5 maggio 1984

(3) Vigilia del Sarasrara Day, Vienna, Austria - 4 maggio 1985

(4) Giorno del Sahasrara, Roma, Italia – 5 maggio 1988

(5) Giorno del Sahasrara, Vienna, Austria - 5 maggio 1985

(6) Diwali Puja, Tivoli, Italia – 17 novembre 1985