



Interações
ISSN: 1809-8479
ISSN: 1983-2478
flaviosenra@pucminas.br
Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais
Brasil

NOÇÕES INTRODUTÓRIAS SOBRE OS CHÁKRAS NO HINDUÍSMO¹

CANGUSSU, Luciana

NOÇÕES INTRODUTÓRIAS SOBRE OS CHAKRAS NO HINDUÍSMO¹

Interações, vol. 18, núm. 1, e181c04, 2023

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=313076572018>

INTERAÇÕES



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

DEBATES E COMUNICAÇÕES

NOÇÕES INTRODUTÓRIAS SOBRE OS CHAKRAS NO HINDUÍSMO¹

INTRODUCTORY NOTIONS ABOUT THE CHAKRAS IN HINDUISM

NOCIONES INTRODUCTORIAS SOBRE LOS CHAKRAS EN EL HINDUISMO

Luciana CANGUSSU

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Brasil

luciana1857@yahoo.com.br

Interações, vol. 18, núm. 1, e181c04, 2023

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

Recepción: 26 Mayo 2023
Aprobación: 12 Junio 2023

Resumo: Esta comunicação traz noções introdutórias sobre os chakras no Hinduísmo. Inicialmente, contextualiza o tema historicamente nos Yoga Upanishads, que se conectam aos Vedas e, por isso, fazem parte da tradição hindu. Em seguida, considera as escrituras do Tantra Yoga, cujos textos não se vinculam à tradição religiosa. Dando continuidade ao raciocínio, apresenta possibilidades de entendimento semântico do termo *chakra*, o qual se deriva do sânscrito, considerando as ideias de diferentes pesquisadores do assunto. Por fim, evidencia descrições específicas em torno dos sete *chakras* mais conhecidos no ocidente, a saber: *Muladhara*; *Svadhithana*; *Manipura*; *Anahata*; *Vishuddha*; *Ajna*; *Sahasrara*.

Palavras-chave: Chakras, Yoga Upanishads, Hinduísmo, Ciência da Religião, História da teologia, História das religiões.

Abstract: *This communication brings introductory notions about the chakras in Hinduism. Initially, it contextualizes the theme historically in the Yoga Upanishads, which are connected to the Vedas and, therefore, are part of the Hindu tradition. Then it considers the Tantra Yoga scriptures, whose texts are not bound by religious tradition. Continuing the reasoning, it presents possibilities of semantic understanding of the term chakra, which derives from Sanskrit, considering the ideas of different researchers on the subject. Finally, it shows specific descriptions around the seven most known chakras in the West, namely: Muladhara; Svadhithana; Manipura; Anahata; Vishuddha; Ajna; Sahasrara.*

Keywords: Chakras, Yoga Upanishads, Hinduism, Science of Religion, History of theology, History of religions.

Resumen: *Esta comunicación trae nociones introductorias sobre los chakras en el hinduismo. Inicialmente, contextualiza históricamente el tema en los Yoga Upanishads, los cuales están conectados con los Vedas y, por lo tanto, forman parte de la tradición hindú. Luego considera las escrituras de Tantra Yoga, cuyos textos no están sujetos a la tradición religiosa. Continuando con el razonamiento, presenta posibilidades de comprensión semántica del término chakra, que deriva del sânscrito, considerando las ideas de diferentes investigadores sobre el tema. Finalmente, muestra descripciones específicas en torno a los siete chakras más conocidos en occidente, a saber: Muladhara; Svadhithana; manipura; anahata; Vishuddha; Ajna; Sahasrara.*

Palabras clave: Chakras, Yoga Upanishads, Hinduismo, Ciencia de la Religión, Historia de la teología, Historia de las religiones.

1 INTRODUÇÃO

Nas raízes do Hinduísmo (incluindo seus Upanishads) e do Tantra Yoga (incluindo suas escrituras), encontram-se as ideias essenciais ligadas aos sistemas de chakras. Enquanto os Yoga Upanishads se conectam aos Vedas e, por isso, fazem parte da tradição hindu, os textos do Tantra Yoga não se ligam à alguma tradição religiosa.

Os Yoga Upanishads, segundo as pesquisas de David Gordon White, cientista da religião e indologista americano, são uma coleção de reinterpretações dos Upanishads clássicos, cujos conteúdos de caráter medieval buscam realizar uma correspondência entre o macrocosmo universal e o microcosmo corporal por meio da meditação, dos mantras e de práticas de Yoga (WHITE, 2012, p. 19). Já os textos do Tantra Yoga, de acordo com esse pesquisador, são escrituras também medievais que difundem uma nova variação da soteriologia yóguica original (WHITE, 2012, p. 12). Apesar de os Yoga Upanishads terem sido influenciados pelas escrituras tântricas, sua originalidade repousa na tradição védica e seu estilo de metafísica não-dualista (WHITE, 2012, p. 19), fato que mantém sua fidelidade ao Hinduísmo. Por outro lado, Wallis (2013) explica que o Tantra, em sua história, favoreceu uma expansão das práticas yóguicas preexistentes, acrescentando novas técnicas, como, por exemplo: “pranayamas mais complexos, práticas de visualização detalhadas e a ciência dos mantras, assim como diversas práticas baseadas no corpo, especialmente posturas yóguicas, gestos manuais sagrados e a ativação dos centros de energia (chakras) no corpo.” (WALLIS, 2013, p. 24, tradução nossa).

Nesse sentido, a presente comunicação reconhece que, se os canais de energia do corpo (nadis) já estavam presentes nos Upanishads principais, foi apenas com os trabalhos do Tantra que a hierarquização de centros de energia internos - os chakras - foi introduzida² (WHITE, 2012, p. 14).

1 SIGNIFICADO DO TERMO CHAKRA

Para apresentar noções introdutórias dos chakras no Hinduísmo, torna-se necessário compreender o significado do termo chakra no contexto acima elucidado. Derivado do sânscrito, o conceito de chakra (चक्र), sinteticamente, está associado aos vocábulos círculo, disco ou roda. De modo geral, pode-se dizer que os chakras podem brevemente ser descritos como centros sutis de operação no corpo de Shakti³ ou de Poder, dos vários Tattvas ou Princípios que constituem o invólucro corporal (AVALON, 1950, p. 103, tradução nossa); são pontos focais para meditação dentro do corpo humano, visualizados como estruturas de energia semelhantes a discos (WALLIS, 2016, tradução nossa); são focos sutis de meditação distribuídos ao longo do canal central do corpo (MALLINSON, SINGLETON, 2017, p. 137, tradução nossa). Dessa forma, o sistema de chakras pode ser considerado um sistema de operações sutis de poder em torno de

alguma força centralizada, no qual cada chakra funciona como um gráfico dinâmico natural, expondo a imagem exata dos poderes constituintes que operam nele (GOSWAMI, 1999, p. 14, tradução nossa), manifestando-se como um vórtice giratório de energia criado dentro de nós mesmos pela interpenetração da consciência e do corpo físico (JUDITH, 1999, Kindle, l.5, tradução nossa). Assim, segundo os entendimentos semânticos apresentados, cada corpo/mente, tem dentro de si centros de energia para controlar o fluxo de prana e um sistema de canais de energia (MOTOYAMA, 2004, p. 20).

No que diz respeito às funções e às características, os chakras estão circunscritos a processos ritualísticos, não sendo considerados fenômenos físicos observáveis, ou seja, eles não podem ser testados de maneira empírica ou médica da mesma maneira que, digamos, os gânglios podem (SINGLETON, 2010, p. 51, tradução nossa). Por essa razão, os chakras são frequentemente descritos como vórtices de matéria etérica pelos quais fluem a força do Logos, trazendo a “vida divina” para o corpo físico (AVALON, 1950, p. 7). Seguindo essa perspectiva, os chakras atuam como um ponto de troca entre as dimensões física e astral, por, por meio deles, o prana sutil no corpo astral pode ser transformado, por exemplo, em energia para a dimensão física, fornecendo, assim, ao corpo físico, essencial energia de vida (MOTOYAMA, 2004, p. 20).

Embora existam inúmeros sistemas de chakras com diferentes indicações (WALLIS, 2016), há um consenso entre as tradições yóguicas a partir do século XII de que há seis chakras principais (MALLISON, SINGLETON, 2017, p. 137). De acordo com Mark Singleton, estudioso das origens do Yoga moderno, os chakras são comumente numerados em seis ou sete, ao longo da coluna espinhal (SINGLETON, 2010, p. 29). Já os vastos estudos de Avalon demonstram que há seis centros mais um: “Dentro do Meru, ou coluna vertebral, estão os seus principais centros de operação Tattvik, Chakras ou Padmas, que são os assentos de Shakti, como o Sahasrāra acima é a morada de Shiva.” (AVALON, 1950, p. 115, tradução nossa). Dentro dos próprios Yoga Upanishads, existe uma divergência quanto ao número exato de chakras e, por essa razão, esta comunicação toma por base os sete chakras mais conhecidos no ocidente, a saber: Muladhara; Svadhisthana; Manipura; Anahata; Vishuddha; Ajna; Sahasrāra⁴.

Diante da realidade de que os chakras são uma resultante do movimento de interpenetração da dimensão espiritual na dimensão física, enfatiza-se a importância da kundalini para esse processo. O termo kundalini (कुण्डलिनी) é advindo do sânscrito e significa, literalmente, enrolada, designando o poder criativo da evolução espiritual em potencial que, a princípio, encontra-se dormente até que seja despertado pelas disciplinas espirituais (ESWARAN, 2008, p. 340). Essa energia reside na base da coluna vertebral e, quando estimulada pela disciplina e pela fidelidade às práticas, sobe pelos chakras até o topo da cabeça, onde proporciona a experiência de união e integração total (MALLINSON, SINGLETON, 2017, p. 15).

2 OS CHAKRAS NO HINDUÍSMO

Antes de aprofundar nos aspectos específicos de cada chakra, vale ressaltar que este trabalho assume o Hinduísmo como lente de análise. Portanto, sem desconsiderar toda a expansão que o assunto assumiu ao longo do tempo no intercâmbio cultural entre oriente e ocidente, incorporando diversos aspectos novos à compreensão dos chakras, a presente comunicação se concentra nos Yoga Upanishads, voltando-se às raízes que sustentam a temática.

Nesse sentido, as escrituras apresentam os chakras de maneira mais prescritiva do que descritiva. Isto significa que, ao lidar com cada centro de energia, os textos sânscritos exprimem práticas yóguicas específicas e, assim, eles nos dizem o que devemos fazer para atingir um objetivo específico por meios místicos (WALLIS, 2016, tradução nossa). Preservar esse entendimento é crucial para acessar a riqueza presente nos versos hindus.

No quadro a seguir, explico conteúdos de alguns dos Yoga Upanishads que prenunciam sua compreensão sobre os chakras, assinalando por meio de negritos as características encontradas em cada um:

QUADRO 1

Sintetização sobre os chakras nos Yoga Upanishads

Os <i>chakras</i> no Hinduísmo	
<i>Chakra</i>	Verso
<i>Muladhara</i>	“Quando o Prana entra no <i>Muladhara</i> (o suporte-raiz), ó melhor entre os iluminados! Então é dito ser o primeiro equinócio pelos devotos praticantes de penitência!” (<i>Darsanopanisad</i> 40-47) (p. 132)
	“Em seguida, o fogo (no <i>Muladhara</i>), junto com o ar vital, apreende os humores do corpo (contribuindo para o aumento da energia vital e da virilidade.” (<i>Yoga-Sikhopanisad</i> , 145-151) (p. 355)
	“O <i>Muladhara</i> , de forma triangular , está situado no espaço entre o ânus e os órgãos genitais . Diz-se que esse é [...] onde é estabelecido o poder extraordinário conhecido como <i>Kundalini</i> ; de onde o ar vital tem sua origem; de onde surge o fogo [...] .” (<i>Yoga-Sikhopanisad</i> , 168-178) (p.359)
<i>Svadhithana</i>	“A palavra ‘ <i>Sva</i> ’ indica <i>Prana</i> (força vital); <i>Svadhithana</i> é a morada dessa (força vital) .” (<i>Yoga-Cudamany-Upanisad</i> , 11-14) (p. 281)
	“Na raiz dos órgãos genitais , com os seis cantos (está situado) o plexo conhecido como <i>Svadhithana</i> .” (<i>Yoga-Sikhopanisad</i> , 168-178) (p. 360)
	“O praticante, após assumir a postura <i>Padmasana</i> , permanecendo à vontade, contraindo o ânus, enviando para cima (pelo caminho <i>Susumna</i>) o ar vital, deve ter sua mente absorvida no <i>Kumbhaka</i> . Em virtude da ação do ar vital, o fogo , atingindo o <i>Svadhithana</i> , explode em chamas.” (<i>Yoga-Kundaly-Upanisad</i> , 82-87) (p. 264)
<i>Manipura</i>	“O <i>Muladhara</i> , o <i>Svadhithana</i> , o Manipura, que é o terceiro , [...]. [...] o <i>Manipura</i> da região do umbigo [...] .” (<i>Yoga-Kundaly-Upanisad</i> , 3-11) (p. 237)
	“[...] <i>Mani-puraka</i> de dez pétalas [...] .” (<i>Mandala-Brahmanopanisad</i> , 5) (p.243)
	“O plexo da região do umbigo , onde o corpo está cheio de ar , assim como uma joia é amarrada com um fio, é dito ser o <i>Manipura</i> (com dez pétalas).” (<i>Dhyana-Bindupanisad</i> , 46-50)

Ayyangar (1938) com traduções nossas

QUADRO 1

Sintetização sobre os chakras nos Yoga Upanishads

Anahata	“No coração está o grande plexo , <i>Anahata</i> com doze pétalas .” (<i>Yoga-Sikhonpanisad</i> , 168-178) (p. 360)
	“Do som produzido no Éter <i>Anahata</i> (do coração), há a reverberação desse som; há radiância penetrando no interior dessa reverberação.” (<i>Mandala-Brahmanopanisad</i> , 4-5) (p. 244)
	“Dali ele deve retirá-los (para serem fixados) no grande suporte do coração brilhando como um lótus vermelho-sangue, conhecido como <i>Dahara-pundarika</i> (<i>Anahata</i>) nas Escrituras Vedanta.” (<i>Ksurikopanisad</i> , 11-20) (p. 24)
Vishuddha	“No poço da garganta está situado o que é conhecido como <i>Visuddhi</i> , o plexo de dezesesseis pétalas , aqui está estabelecido o <i>Pitha</i> conhecido como <i>Jalamdhara</i> [...]” (<i>Yoga-Sikhonpanisad</i> , 168-178) (p. 360)
	“[...] brotado no <i>Madhyama</i> (do <i>Vishuddha</i>), (a função da fala) floresceu no <i>Vaikhari</i> (do pescoço). [...] Desse órgão da fala , o senhor supremo é o eterno e imutável <i>Paramatman</i> , que desperta o poder da fala .” (<i>Yoga-Kundaly-Upanisad</i> , 18-21) (pág. 275)
	“[...] depois [o <i>Anahata</i>] o <i>Visuddha</i> -cakra de seis pétalas na garganta [...]” (p. 159)
Ajna	“O plexo superior conhecido como <i>Ajna</i> (está situado) com duas pétalas no meio das sobrancelhas .” (<i>Yoga-Sikhonpanisad</i> , 168-178) (pág. 360)
	“A região da mente no meio das sobrancelhas eles sabem ser a forma de <i>Nada</i> . [“O <i>Jyotir-linga</i> que não é outro senão o <i>Brahman</i> mais íntimo, aquele <i>Brahman</i> Eu Sou” - é o que se manifesta na mente. Pois diz o <i>Sruti</i> , “O <i>Yati</i> (mendicante) deve sempre meditar incessantemente no <i>Jyotir-linga</i> no meio das sobrancelhas” [...]” (<i>Yoga-Sikhonpanisad</i> , 168-178) (p. 360)
	“[...] O plexo <i>Ajna</i> de duas pétalas no meio das sobrancelhas, daí a região Lunar e Solar [...]” (<i>Dhyana-Bindupanisad</i> , 46-50) (p. 159)
Sahasrāra	“[...] bebendo (o néctar produzido pelo Sol, Lua e Fogo contido no <i>Sahasrara-cakra</i>) da cavidade craniana , a seguir, é possível ver aquele estado (mais elevado) (do <i>Paramatman</i> com a atitude mental, “Ele sou eu”, e através da Gnose adquirida a partir daí, ou se torna o <i>Brahman</i> qualificado ou não-diferenciado).” (<i>Yoga-Sikhonpanisad</i> , 75-76) (p. 341-342)
	“[...] irrompendo pelos seis plexos [...], entre, através do <i>Susumna</i> , o <i>Sahasrara</i> , que é resplandecente com <i>Turya</i> e o <i>Turiyatita</i> e busque repouso nele. Aqueles que entram no <i>Brahma-randhra</i> (assim) alcançam o B.” (<i>Yoga-Sikhonpanisad</i> , 33-34) (p. 389)
	“Ele se torna puro por (Contato com, o ar no <i>Sahasrara</i>). Por beber o licor espiritualoso (néctar que flui do meio do <i>Sahasrara</i>), ele se liberta de todo pecado.” (<i>Varahopanisad</i> , 76-77) (p. 447)

Ayyangar (1938) com traduções nossas

A partir do exposto, é importante ressaltar que existe um caráter didático na apresentação de cada chakra separadamente, porém, nas escrituras hindus do Yoga, existe a ideia de que, na realidade interior

do ser humano, os centros de energia coexistem e devem ser trabalhados de maneira unificada. De acordo com os documentos, somente assim é possível acessar a totalidade: “Tendo conhecido muito bem os seis Chakras, ele deve entrar na região da bem-aventurança.” [Yoga-Kundaly-Upanisad, 12] (AIYANGÂR, 1938, p. 273, tradução nossa).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando a pesquisa acadêmica em Ciências da Religião, é válido dizer que estudiosos das escrituras em sânscrito apontam a ocidentalização dos chakras como um possível risco no que diz respeito à distorção da essência da tradição hindu sobre esse tema, a qual pode acontecer pela ausência de compreensão dos conteúdos originais, bem como pela falta de entendimento dos princípios do Yoga, podendo, assim, criar muitas ilusões a respeito dos chakras (GOSWAMI, 1999, p. xvii).

Nesse sentido, consideram que o conhecimento técnico sobre o tema precisa estar atrelado às instruções diretas de um guru da tradição (GOSWAMI, 1999, p. xvii), já que a linguagem sânscrita está marcada pela vivência hindu. Por isso, a fim de se evitar confusões em torno do assunto, alguns defendem a ideia de que apenas a tradução das escrituras não é o bastante para assimilar o sentido sagrado contido nas escrituras acerca das noções introdutórias sobre os chakras no Hinduísmo.

REFERÊNCIAS

- AVALON, Arthur. **The serpent power**: The secrets of tantrik and shktic yoga. 4th edition. Madras: Ganesh & Co. Ltd, 1950.
- AIYANGĀR, Srinivāsa. **The Yoga Upanisads** (On the basis of the commentary of Sri Upanisad-Brahma-Yogin). Adyar: The Adyar Library, 1938.
- GOSWAMI, Shyam Sundar. **Layayoga**: the definitive guide to the chakras and kundalini. Vermont: Inner Traditions International, 1999.
- MALLINSON, James. SINGLETON, Mark. **Roots of yoga**. London: Penguin Classics, 2017.
- MOTOYAMA, Hiroshi. **Teoria dos chakras**: ponte para a consciência superior. 2. ed. São Paulo: Pensamento, 2004.
- SINGLETON, Mark. **Yoga Body**: The Origins of Modern Posture Practice. New York: Oxford University Press, 2010.
- WALLIS, Christopher D. **Tantra Illuminated**: the philosophy, history and practice of a timeless tradition. Kindle edition. San Rafael: Mattamayura Press, 2013.
- WHITE, David Gordon. "Yoga, brief history of an idea". In: **Yoga in practice**. Princeton: Princeton University Press, 2012, pp. 1-23.

Notas

- 1 Este trabalho foi realizado sob a orientação do Professor Doutor Carlos Frederico Barboza de Souza, como parte integrante da pesquisa de doutorado intitulada "Conceptualização de "consciência" em textos espíritas: uma análise discursiva à luz da Ciência Cognitiva da Religião", no Programa de Pós-Graduação em Ciências da Religião da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais.
- 2 David Gordon White especifica que o tema se encontra presente em tantras budistas do século XVIII, como o Hevajra e o Caryāgīti.
- 3 Palavra utilizada para designar energia.
- 4 A partir do exposto, é importante ressaltar que existe um caráter didático na apresentação de cada chakra separadamente, porém, nas escrituras hindus do Yoga, existe a ideia de que, na realidade interior do ser humano, os centros de energia coexistem e devem ser trabalhados de maneira unificada. De acordo com os documentos, somente assim é possível acessar a totalidade: "Tendo conhecido muito bem os seis Chakras, ele deve entrar na região da bem-aventurança." [Yoga-Kundaly-Upanisad, 12] (AIYANGĀR, 1938, p. 273, tradução nossa).