

Chakras

A palavra "chakra" vem do Sânscrito e significa "roda de luz".

Por nosso corpo flue energia; a "comunicação" ou "entrada e saída" do fluxo energético entre o nosso ser físico e o universo se dá através de pequenos "exaustores" colocados na camada imediatamente sobreposta à matéria do nosso corpo, que são os chakras. Os chakras principais estão localizados do púbis ao topo da cabeça e, contados de baixo para cima, formam uma espécie de "canal central" desta comunicação que chamaremos de espinha dorsal energética.

Através dos chakras podemos detectar desequilíbrios de qualquer parte do circuito e equilibrá-los. Esse trabalho poderá ser feito com os cristais, as cores e as mãos, juntos ou em separado.

Os chakras são divididos da seguinte maneira:

- Os três chakras localizados na cabeça e na região da garganta, são governados pela razão.
- O chakra cardíaco é a ponte entre razão e emoção.
- Os chakras que estão localizados na frente do corpo, são governados pela emoção.

Cada chakra está associado com uma das sete cores do arco-íris.

PRIMEIRO CHAKRA – BÁSICO (MULADHARA)

Localização: Base da espinha

Cores –vermelho

Características – Traz o indivíduo para a realidade, ajuda na concentração, capacidade de realizar. Desbloqueia a energia e ajuda a derreter o isolamento

Área física – sangue, coluna, sistema nervoso, órgãos genitais, ânus, glândulas endócrinas.

Funções: Traz vitalidade para o corpo físico

Sintomas de excesso de vermelho – febre, excesso de agressividade, de atividade física, de trabalho, sexualidade descontrolada.

Sintomas da falta do vermelho – desânimo, estafa, frigidez, falta de iniciativa, falta de atitude.

SEGUNDO CHAKRA – UMBILICAL (SUADHISHTHANA) **Localização** –umbigo

Cor – laranja, vermelho, pode ser usado multicolorido com predominância do amarelo.

Características – Reduz a depressão, fortalece a autoconfiança, reequilibra a área renal, intestinal e sexual. Liberação da criatividade através da emoção.

Área física – pele, glândulas mamárias, ovários, rins, próstata, testículos, órgãos reprodutores.

Funções: Força e Vitalidade física

Sintomas da falta do laranja – cólicas de intestino ou rins, intestino preso ou solto.

TERCEIRO CHAKRA – PLEXO SOLAR ou ESTÔMAGO (MANIPURA)

Localização – Na altura do estômago, cavidade abdominal, boca do estômago, **Glândula** – supra-renais.

Cor – amarelo

Características – Ameniza distúrbios digestivos e promove alegria. Ajuda na intuição. Trás alegria e é vitalizante.

Área física – digestão, respiração, diafragma, dilatação, contração, veias, adrenalina, pele, estômago, duodeno, pâncreas, úlcera, gastrite, asma, alergia, câncer.

Funções- Digestão, Emoções e Metabolismo

Sintomas da falta de amarelo – pessoas que não estão de bem com a vida.

QUARTO CHAKRA – CARDÍACO (ANAHATA)

Localização – Centro do peito, cavidade torácica, na direção do coração.

Cor –verde

Características –alivia a tensão e equilibra as emoções.

Área física – coração, sistema imunológico, gânglios linfáticos, costela, pulmões.

Funções: Energiza o sangue e o corpo físico

QUINTO CHAKRA – LARÍNGEO (VISHUDDHA)

Localização: Garganta

Glândulas – tiróide e paratiróide.

Cor – azul, azul-celeste, turquesa, prateado, verde e azul claro.

Características – Aumenta a expressão verbal, ameniza a dor de cabeça, acalma a febre.

Área física – No meio da garganta, tiróide, nervos, ouvidos, músculos tensos nestas áreas, paratiróide.

Funções: Som, Vibração e Comunicação

SEXTO CHAKRA – FRONTAL ou 3º OLHO (AJNA)

Localização – terceiro olho, entre as sobrancelhas, testa.

Cor –índigo, roxo.

Características –liga o homem à espiritualidade. Desbloqueia o terceiro olho, solta velhos padrões de pensamento e melhora a concentração.

Área física – glândula pituitária, cérebro, ouvido, olhos, nariz, centros cerebrais superiores.

Funções: Revitaliza o sistema nervoso e Visão

SÉTIMO CHAKRA – CORONÁRIO (SAHASRATA)

Localização: Em cima da cabeça

Cor – Violeta e Branco

Características – Equilíbrio e iluminação ,favorece a clareza em geral, fortalece o corpo e a mente como um todo.

Área física – cérebro, sistema nervoso, glândula pineal, cegueira, caspa, enxaqueca, aliviar tensão, relaxar..

Funções: Revitaliza o cérebro

