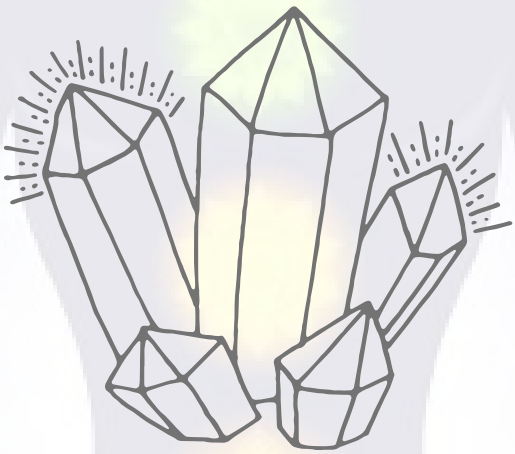
LOS 7 CHAKRAS



ARTESANIA ESPINOZA

VENTAS POR MAYOR Y MENOR

Los 7 chakras

Los chakras son centros de energía del cuerpo a través de los cuales fluye nuestra energía vital. Cada chakra está relacionado con un aspecto de nuestro ser e influyen tanto en el plano físico, mental y el emocional, es por ello que es importante que estén en perfecto equilibrio. Estos están ubicados en el cuerpo astral a lo largo de la columna vertebral, comenzando en la base de la columna vertebral y subiendo hacia la coronilla.

ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR



Chakra 1

Muladhara, el chakra raíz

Se encuentra en la base de la columna vertebral y se puede considerar que es nuestra raíz. Se caracteriza por las emociones de supervivencia, estabilidad, ambición y autosuficiencia. Cuando este chakra está fuera de balance, una persona puede sentirse inestable, sin fundamento, falta de ambición, falta de propósito, miedo, inseguridad y frustración. Sin embargo, cuando Muladhara Chakra está equilibrado, una persona puede sentirse estable, segura, equilibrada, enérgica, independiente y fuerte.



ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR

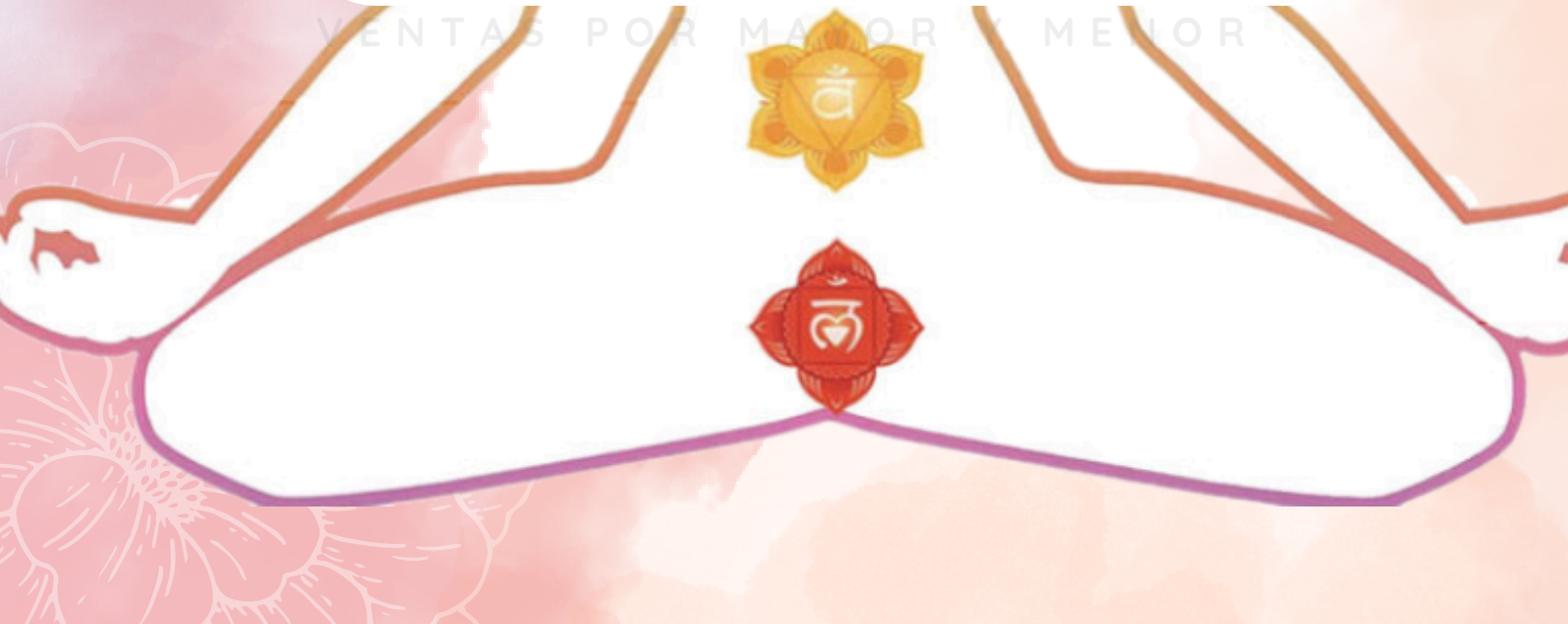
Chakra 2

Swadhishthana, el chakra sacral

Se encuentra en el abdomen, por debajo del ombligo.

Los atributos del Chakra Sacro son las necesidades básicas de sexualidad, deseos, creatividad y autoestima. Cuando está desequilibrada, una persona puede sentirse emocionalmente explosiva e irritable, carente de energía y creatividad, manipuladora u obsesionada con los pensamientos sexuales. Cuando Swadhishthana Chakra está equilibrado, una persona puede sentirse positiva, vital, satisfecha, compasiva e intuitiva.

ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR



Chakra 3

Manipura, el chakra del plexo solar
Se encuentra encima del ombligo.
Este chakra se caracteriza por la energía y las emociones como el ego, la ira y la agresión. Un desequilibrio de Manipura Chakra puede manifestarse físicamente por problemas digestivos, problemas hepáticos o diabetes. A nivel emocional, uno podría luchar con la depresión, la falta de autoestima, la ira y el perfeccionismo. Al equilibrar el chakra, uno puede sentirse enérgico, seguro, productivo y concentrado.



ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR

Chakra 4

Anahata, el chakra corazón

Se encuentra en el centro del pecho. Este cuarto Chakra es el asiento del equilibrio dentro del cuerpo, caracterizado por emociones de amor, apego, compasión, confianza y pasión. Cuando Anahata Chakra está fuera de balance, una persona puede lidiar con problemas emocionales como ira, falta de confianza, ansiedad, celos, miedo y mal humor. Al armonizar este chakra, puede sentirse compasivo, optimista, amigable, motivado, comprensivo y afectuoso.



ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR

Chakra 5

Vishuddha, el chakra de la garganta

Se encuentra en la base de la garganta.



Vishuddha Chakra representa la inspiración, la expresión, la fe y la capacidad de comunicación. El desequilibrio del chakra de la garganta puede provocar timidez, tranquilidad, sensación de debilidad o incapacidad para expresar sus pensamientos. El equilibrio del chakra de la garganta puede manifestarse por creatividad, autoexpresión positiva, comunicación constructiva y satisfacción.

ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR

Chakra 6

Ajna, el chakra del tercer ojo

Se encuentra entre las cejas.



El Chakra del Tercer Ojo se usa a menudo como un punto de enfoque durante la práctica de asanas para traer más concentración y conciencia. Sus atributos son inteligencia, intuición, comprensión, comprensión y autoconocimiento. Cuando este chakra está desequilibrado, uno puede sentirse poco asertivo, temeroso del éxito o, por el contrario, ser egoísta. El desequilibrio de Ajna Chakra puede manifestarse a nivel físico por dolores de cabeza, visión borrosa y fatiga visual. Cuando Ajna Chakra está equilibrado, uno es su propio maestro sin temor a la muerte y sin apego a las cosas materiales.

Chakra 7

Sahastrara, el chakra corona

Se encuentra en la coronilla

Sahastrara Chakra es el centro de la espiritualidad, la iluminación, el pensamiento dinámico y la energía. Permite el flujo interno de la sabiduría y trae el don de la conciencia cósmica. Cuando está fuera de balance, uno puede sufrir una sensación constante de frustración, sin chispa de alegría y sentimientos destructivos.

ARTESANIA ESPINOZA
VENTAS POR MAYOR Y MENOR