

## **1º Chakra CHAKRA BASE O RAIZ**

El ROJO es el color asociado a este chakra; es un color caliente o cálido. Se utiliza para activas estimular, para contrarrestar la depresión, las anemias, baja presión artrosis, artritis entre otros. Levanta la autoestima. Como Terapeuta aconsejo nunca aplicar el rojo en personas con patología suicida, porque es un color que activa. En cuanto a los olores, para reducir la depresión y estimular la circulación puede utilizarse rosa, pachulí y sándalo.

## **2º Chakra: CHAKRA GENITAL o DEL BAZO**

El NARANJA es el color de este chakra. Activa el deseo, el color de la alegría. Para aplicarse en caso de cálculos o afecciones en los riñones problemas de vejiga y/o genitales. Aumenta la autoestima Aromas que pueden emplearse para las emociones bergamota, vainilla, almendra. Mejora la digestión (la capacidad de perdonar y soltarse)

## **3º Chakra: CHAKRA DEL PLEXO SOLAR**

AMARILLO. Nos conecta con nosotros mismos. Ayuda en los problemas hepáticos. Es depurativo. Ayuda a liberar las toxinas, para combatir la celulitis constipación (no diarrea). Cuando se agrega un matiz dorado al amarillo se convierte en una potente vibración curativa. Aromas: limón, romero, lavanda, bergamota y acacia entre otros, contribuyen a limpiar los desordenes psicológicos.

## **4º Chakra: CHAKRA CARDIACO**

VERDE. Para desbloquear emociones para protección de envidias, para desestructurar para contrarrestar dolores de cabeza, abrir caminos de la prosperidad. Promueve la paz interior y da serenidad. Aromas: Para limpiar, armonizar y equilibrar el sistema entero se puede emplear menta, salvia, rosa y jengibre entre otros.

## **5º Chakra: CHAKRA LARINGEO**

AZUL. Tiene que ver con la comunicación la creatividad, la auto expresión, tiene que ver con la verdad, cuando una persona le cuesta decir lo que le pasa. No es conveniente ponerlo en los obesos porque estanca, fija las grasas. El azul desinflama, calma la fiebre. Es un color frío. Los aromas beneficiosos para calmar, enfriar y purificar son: eucalipto, salvia, mirra, y azahar.

## **6º Chakra: CHAKRA DEL ENTRECEJO**

INDIGO O AÑIL (se hace con 2 partes de rojo y una de azul) Ayuda a levantar la parte inmunológica es bactericida es un color medio no tan frío. Optimo para problemas neurológicos, convulsiones, insomnio. Aromas: lavanda, gardenia, jazmín romero, colaboran ayudando a dar claridad de lo que sucede a nuestro alrededor.

## **7º Chakra: CORONA.**

VIOLETA. Se puede aplicar en las personas que son materialistas Ya que abre los caminos espirituales. Trabaja con las personas que tiene obsesiones mentales, fanatismos excesivos, ayuda a trabajar la humildad. No se puede aplicar en personas depresivas. Aromas utilizados para restaurar y estimular las energías del 7º chakra son el loto, el clavo, el olívano, la canela y la hierbabuena.

## **COLORES COMODINES**

Los colores blanco o durazno, si bien no son colores de la Cromoterapia, pero hacen que el paciente se abra a escuchar. Luego se revisa los chakras, desbloqueándolos a través del método de la radiestesia

(uso del péndulo) y se procede a sanar los desequilibrios aplicando los colores y aromas que el paciente necesite. Se genera la vibración del color en el cuerpo. Finalmente se efectúa el cierre del tratamiento.

### **Ejercicio terapéutico:**

Se recomienda un ejercicio muy fácil y terapéutico para obtener serenidad (4º CHAKRA). Se puede realizar en cualquier momento del día. Inspiramos y exhalamos 4 veces el aire a la vez que relajamos cada músculo de nuestro cuerpo. Cerramos los ojos y visualizamos un campo con colinas verdes. Imaginamos hasta sentir el olor del pasto por la lluvia recién caída. Sentimos como la energía curativa de ese verde nos inunda el pecho, expandiéndose el color por todo nuestro cuerpo y hacia fuera de él. Ahora caminamos un poco, percibiendo el aroma y el color de las bellas flores de color rosado que se asoman en las colinas verdes. Miramos el cielo y lo percibimos como de un color rosa pálido lleno de gasas de nubes. Dejamos que nuestro cuerpo perciba la paz y armonía y serenidad de la curación. Poco a poco nos vamos alejando del campo, respiramos profundo y exhalamos. Cuando lo sintamos abriremos nuestros ojos. Ese es un ejercicio óptimo así estamos ante situaciones de estrés sea en el trabajo o en la calle. Solo lleva unos minutos realizarlo y los resultados son excelentes. También lo pueden realizar antes del descanso nocturno y al despertar, manifestándose una tranquilidad inmensa.