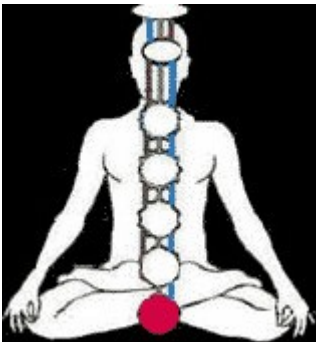


Con el fin de equilibrar este mal funcionamiento se utilizan las piedras, puesto que su energía vibratoria ayuda a que todo se normalice.

Para trabajar con las piedras en cada uno de nuestros chakras, deberemos ponerlas encima de nuestro cuerpo a la altura de cada centro nervioso, utilizando la piedra que corresponda a cada uno de ellos con el fin de que esta nos pasen la vibración adecuada.



Primer chakra



BASE DE LA COLUMNA

El primer chakra se encarga de equilibrar y proteger el órgano de excreción; órganos sexuales; plexo pélvico; matriz; próstata; nuestras glándulas suprarrenales, el intestino grueso, columna vertebral, uñas, cabellos, conducto del esperma, los pies, las piernas, los huesos, el inconsciente y el cuerpo físico. En él se desenvuelven las necesidades de la supervivencia, la aceptación de la vida en este planeta Tierra, la existencia física, la predisposición de actuar armásicamente con la energía y la vida tanto global como individual.

La piedra debe colocarse sobre la ingle izquierda.

Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las palmas de las manos mirando hacia arriba y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

-Calcita -Calcopirita -Crisoprasa -Cuarzo amatista -Diamante -Granate -Jaspe rojo -ónix -Perla -Siderita -Sodalita

Segundo chakra



BAJO ABDOMEN

El segundo chakra se encarga de equilibrar el hígado, canales urinarios, útero, muslos y brazos.

Se ocupa también del buen funcionamiento de la matriz, los genitales, esperma, vejiga, sistema circulatorio, riñones, próstata y ovarios. Regula la digestión (jugos gástricos) y el sistema urinario.

Cuando este chakra está abierto, protege al cuerpo contra la rigidez de la espalda a nivel abdominal, y de las dolencias en la vejiga, los riñones, la matriz y previene la frigidez. Nos da seguridad, delicadeza, satisfacción, creatividad y tranquilidad cuando hacemos uso de la energía sexual. Potencia nuestra auto-estima y nos libera del entumecimiento o frialdad de los sentimientos sexuales.

La piedra debe colocarse dos dedos por debajo del ombligo.

Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las palmas de las manos mirando hacia arriba y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

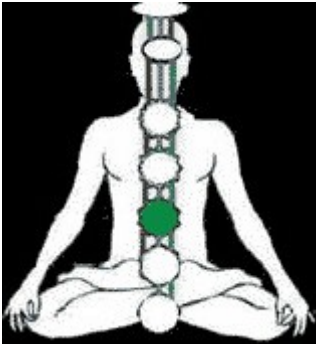
Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

-Ágata musgosa -Ágata fuego -Aguamarina -Alejandrita

-Amazonita -Aventurina -Celestina -Cuarzo blanco -Cuarzo amatista

-Jade -Malaquita -Rodonita -Turmalina

Tercer chakra



El tercer chakra se encarga de equilibrar los intestinos, está ago, bazo, hígado, rodillas y codos.

Este chakra está ocupado también de enviar energía a nuestro sistema nervioso vegetativo, bazo, vesícula biliar, glándulas suprarrenales y músculos. Se ocupa también de prevenirnos de la diabetes y las esceras.

Este chakra se encarga además de nuestra relación activa con todo lo que nos rodea en el mundo físico; desde él se gobierna nuestra energía emocional, nuestra ira, nuestra alegría, nuestra simpatía o antipatía, nuestras relaciones interpersonales y nuestra capacidad de establecer vínculos emocionales. En él se asienta nuestra personalidad, nuestra fuerza personal, nuestras aspiraciones, nuestro rendimiento y nuestra voluntad y poder.

La piedra debe colocarse sobre el ombligo.

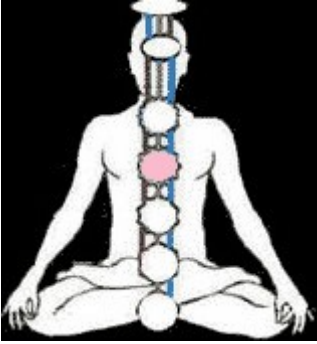
Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las palmas de las manos mirando hacia arriba y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

-esata fuego -Aguamarina -esbar -Crisoprasa -Diamante -Fluorita

-Jaspe atigrado -Rubes-Turmalina -Turquesa -Zafiro

Cuarto chakra



El cuarto chakra se encarga de equilibrar los pulmones, pecho y corazas.

también se ocupa del buen funcionamiento de las manos, brazos, corazón y sistema circulatorio. Su buen funcionamiento previene contra el asma, todas las enfermedades cardíacas y pulmonares, la depresión (producida por esperar algo a cambio de lo que entregamos a los demás), y también la hipertensión. Su glándula correspondiente es el timo, sobre la que ejerce gran influencia; también la ejercita sobre el nervio vago.

Es el chakra que hace despertar los sentimientos de entrega y compasión, dado que su función principal es la del amor. Es también el chakra del equilibrio.

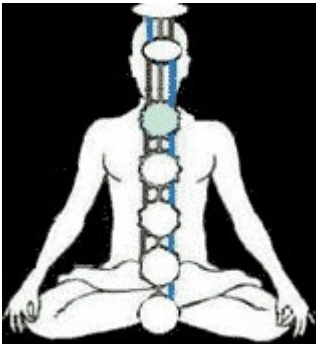
La piedra debe colocarse en el centro del pecho a la altura de corazas.

Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las palmas de las manos mirando hacia arriba y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

**-Azabache -Baritina -Calcopirita -Celestina -Cuarzo rosa -Ojo de tigre -Sodalita
-Turmalina -Turquesa -Zafiro**

Quinto chakra



El quinto chakra se encarga de equilibrar el cuello, los brazos, la lengua, la cara, las cuerdas bucales, tobillos, muñecas, oídos y ojos.

Se ocupa también del desorden del lenguaje, del dolor de garganta, enfermedades de las glándulas tiroides, enfriamientos, tortícolis, problemas auditivos, de armonizar el pensamiento y los sentimientos.

En este centro se fragua nuestra capacidad de inspiración, comunicación y expresión y de esta manera a través de la voz y los gestos podemos expresar nuestros conocimientos, sentimientos y pensamientos; todo nuestro amor, alegría, debilidades, tristeza, dolor, llanto, ira, angustia, etc., es decir todo lo que reside en nuestro interior.

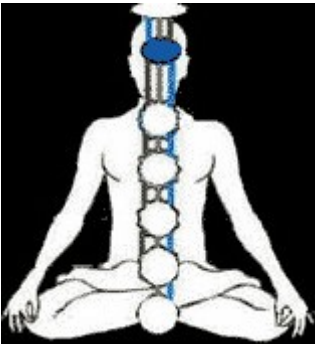
La piedra debe colocarse a la altura de la garganta.

Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las palmas de las manos mirando hacia arriba y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

-Amazonita -ámbar -Celestina -Cuarzo blanco -Cuarzo citrino -Jaspe rojo -Rubí-Turquesa

Sexto chakra



El sexto chakra se encarga de equilibrar todas las partes del cerebro y los órganos de la visión.

Este chakra se ocupa también de fortalecer los ojos, nariz, cerebro, sistema nervioso central, los ojos, la vista, y estimula el pensamiento intuitivo.

Previene contra la senilidad, la jaqueca, las pesadillas y todas las afecciones de la vista.

Al Ajena chakra le corresponde la glándula pituitaria (hipófisis), encargada del funcionamiento de todas las glándulas del cuerpo.

En este chakra se establecen la intelectualidad, la voluntad, la fuerza psíquica superior y el recuerdo y se regula el SNC (sistema nervioso central).

A través del tercer ojo, situado en este chakra, nos unimos con las manifestaciones a través del poder del pensamiento, esto nos otorga el poder de crear nuevas realidades en el plano psíquico, disolviendo las viejas realidades. Nos ayuda a concentrarnos para recibir las verdades espirituales. Nos daría facultades para la visualización. Nuestra comprensión sería ilimitada. Aumentaría nuestra intuición. Todo esto lo podremos conseguir trabajando para abrir el tercer ojo, desarrollando conjuntamente nuestra conciencia.

Este chakra está relacionado muy directamente con el Anahata chakra (cuarto chakra) y con ellos, estando desbloqueados por completo, podremos incluso conseguir curaciones propias y ajenas a través de las energías que emitimos y también desarrollar el poder de la clarividencia.

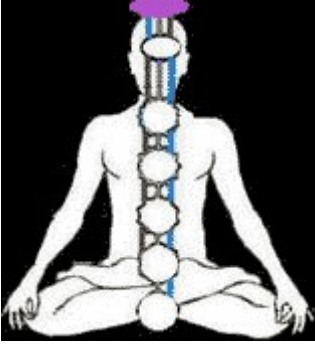
La piedra debe colocarse en el entrecejo, es decir, en el centro de la frente casi a la altura de las cejas.

Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las palmas de las manos mirando hacia arriba y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

-Aguamarina -Amazonita -Calcedonia -Hematites -Pirita -Siderita -Topacio -Turquesa -Zafiro

7 último chakra



El 7 último chakra es el que se encarga de equilibrar el entendimiento.

La piedra debe sujetarse sobre la coronilla de la cabeza con la mano derecha.

Es aconsejable que este ejercicio se haga acostado en el suelo sobre una manta, alfombra, esterilla o toalla, el brazo izquierdo extendido a lo largo del cuerpo con la palma de la mano mirando hacia arriba, la mano derecha sujetando la piedra y si es posible poner un fondo de música relajante, quemando una varilla de incienso al mismo tiempo.

Las piedras con las que se puede trabajar este chakra son:

-Amazonita -ámbar -Baritina -Circes -Cuarzo blanco

-Cuarzo amatista -Cuarzo rosa -Esmeralda -Hematites

-Jaspe sanguíneo -Lapislázuli -Magnetita

En las tradiciones espirituales, el mundo físico proporciona el aprendizaje a nuestro espíritu a través de nuestros 7 centros nerviosos o chakras y estas seresn las lecciones que deberemos aprender:

- 1.- Muladhara Chakra (chakra de la energía) "Todos somos uno"**
- 2.- Swadhistana Chakra (chakra de las relaciones) "Respetaos mutuamente"**
- 3.- Manipura Chakra (chakra del poder personal) "Respesate a ti mismo"**
- 4.- Anahata Chakra (chakra del poder emocional) "El amor es poder divino"**
- 5.- Vishuddha Chakra (chakra del poder de la voluntad) "Entrega tu voluntad a la voluntad divina"**
- 6.- Ajna Chakra (chakra de la mente) "Busca solamente la verdad"**
- 7.- Sahasrara Chakra (chakra del espíritu) "Vive en el momento presente".**

