

MULADHARA

YO SOY

EL SOSTÉN DE LA RAÍZ

El primer chakra nos conecta con nuestra identidad más primitiva y nos ayuda a afirmar nuestra existencia en el mundo.

Órganos del cuerpo que rige

Muladhara rige los órganos de eliminación, como el colon y la vejiga, así como también la columna vertebral, las piernas y los pies.

Aromaterapia

Clavo de olor, Pachuli, Incienso, Mirra.

NOTA MUSICAL: DO



Piedras y Cristales

La turmalina negra, el jaspe rojo, el rubi, la hematita y el granate

MANIFESTAR

Este chakra nos ayuda a manifestar y materializar nuestras necesidades y deseos, asegurando nuestra prosperidad y bienestar.

Soy seguro y estable en mí ser

Confío en el proceso de la vida y sé que estoy protegido.

Soy un imán para la prosperidad y la abundancia, y atraigo fácilmente todo lo que necesito para manifestar mis sueños

Cada día me acerco más a la materialización de mis sueños, y me siento agradecido por el poder creativo que reside en mí

Elemento

Tierra

Color

Rojo

Mudra: GYAN



FUNCIÓN

Absorción de la Energía Terrenal.

La función principal de Muladhara es absorber la energía de la tierra y proporcionarnos una base sólida sobre la cual construir nuestras vidas.

Trabajarlo Cuando...

Nos sentimos inseguros, abandonados, rechazados o bajo tensión. Trabajar en el equilibrio de este chakra nos ayuda a superar estos sentimientos y a encontrar un sentido arraigado de pertenencia y seguridad en nosotros mismos.

Malasana, postura de gurnalada



MANTRA

LAM