

# Tercer Chakra

## Manipura » Plexo solar



Relacionado con nuestra fuerza de voluntad y la capacidad de llevar a cabo nuestros propósitos.

- Ubicación** » Zona del plexo solar, entre el diafragma y el ombligo
- Color** » **Amarillo**
- Mantra** » **Ram**

Manipura » Plexo solar



### Equilibrado

- Dedicación, perseverancia, autodisciplina
- Purificación, limpieza del cuerpo y limpieza de toxinas
- Buena digestión, metabolismo equilibrado y coordinación física
- Confianza en uno mismo, control de emociones alta sociabilidad y vitalidad.
- Inteligencia, concentración, curiosidad, capacidad intelectual.

### Desequilibrado

- Enfado, ira, amargura, vanidad, resentimiento
- Problemas digestivos, fatiga, anemia, miedo, ansiedad y nerviosismo.
- Inseguridad y frustración.
- Confusión mental, falta de concentración y descontrol emocional.
- Sensación de impotencia, desorientación

