



07 キャンドルトリートメント



左の経路のバランスが崩れた時や、左のチャクラに滞りがある場合の浄化法。
キャンドルをトレイにのせて行う。蝋を皿に垂らしてキャンドルを固定させる。

左の経路を浄化する

左手の前にチャクラをおいて、しばらく瞑想しよう。



左のチャクラを浄化する

時計回り、もしくは半円を描くような動きで
そのチャクラに働きかけよう。



1 ムラダーラ チャクラ



2 スワディスタナ チャクラ



3 ナビ チャクラ



4 ハート チャクラ



5 ヴィシュディ チャクラ



6 アギヤ チャクラ