



Çakra Mantra ve Görselleme Rehberi

Mistik Fal Dünyası – Ruhsal Denge ve Şifa Serisi

Bu rehber, Şifa Kitaplığımızdan indirdiğiniz boyama taslaklarını en yüksek frekansta kullanabilmeniz için hazırlanmıştır. Boyama yaparken ilgili sesi (mantra) seslendirmek ve renkleri imgelemek şifayı mühürler.

Çakra	Mantra (Ses)	Odak Rengi	İmgeleme ve Çalışma Yöntemi
Kök Çakra	LAM	Kırmızı	Toprağa kök salan güçlü bir ağaç olduğunuzu hayal edin.
Sakral Çakra	VAM	Turuncu	Akıfta olan berrak, turuncu bir nehir gibi aktığınızı düşünün.
Solar Pleksus	RAM	Altın Sarısı	Karnınızda parlayan minik bir güneşin tüm bedeni ısıttığını hissedin.
Kalp Çakrası	YAM	Yeşil / Pembe	Kalbinizden tüm dünyaya yayılan zümrüt bir ışık hayal edin.
Boğaz Çakrası	HAM	Gökyüzü Mavisi	Kelimelerinizin mavi bir bulut gibi özgürce yükseldiğini imgelerken konuşun.
Üçüncü Göz	OM	Lacivert	İki kaşınızın ortasında parlayan derin bir yıldız görün.
Taç Çakra	(Sessizlik)	Saf Beyaz	Başınızın tepesinden ilahi bir beyaz ışığın size aktığını hissedin.

✂ Uygulama İpuçları:

- Nefes:** Boyamaya başlamadan önce 3 derin nefes alın.
- Ses:** Mantrayı boyama yaparken alçak sesle veya içinizden, sesli harfi uzatarak tekrarlayın (Örn: LAAAAMMMM).
- Niyet:** "Bu çakramın dengelenmesine ve şifalanmasına niyet ediyorum" cümlesiyle başlayın.