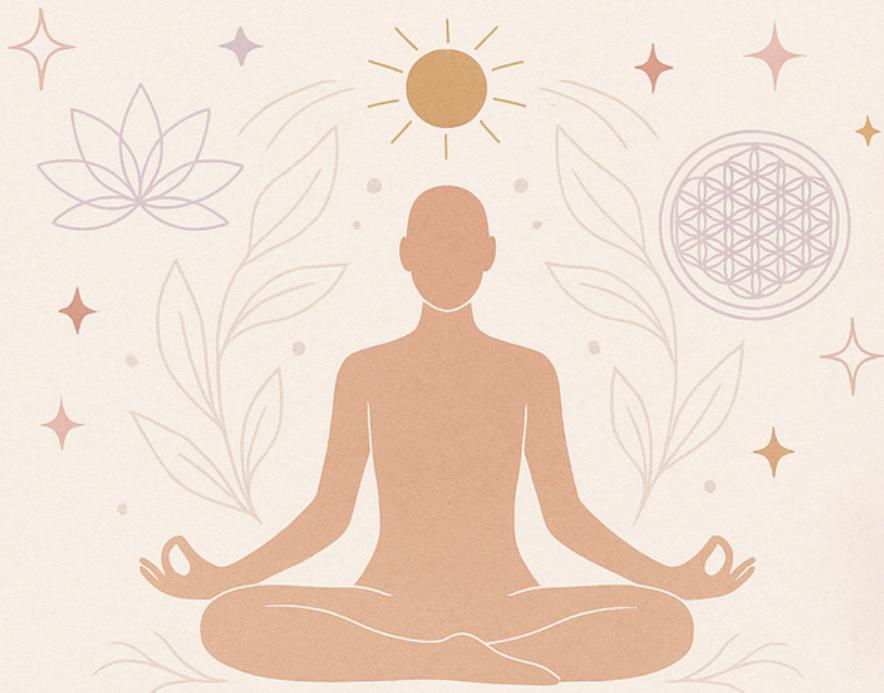


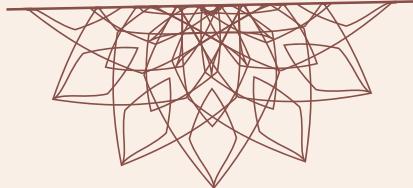
Chakras y Abundancia

Equilibra tu energía y potencia
tu prosperidad interior



Por Daniela Regino Delgado

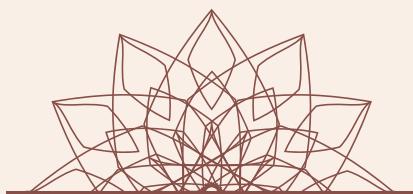
@danielareginod



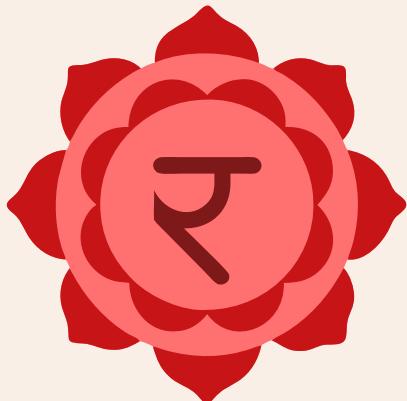
Introducción

La verdadera abundancia nace de adentro hacia afuera. Nuestros chakras, como centros energéticos, reflejan nuestra relación con la materia, el dinero y la prosperidad. Cuando estos centros están en equilibrio, abrimos las puertas a la manifestación de nuestros sueños materiales y espirituales.

Esta guía te acompañará chakra por chakra, conectándote con rituales y acciones concretas para activar tu energía financiera.



Chakra Raíz (Muladhara)



Ubicación: Base de la columna vertebral

Aspecto Financiero:
Seguridad, supervivencia y estabilidad económica

Desequilibrio: Miedo a la escasez, dificultad para ahorrar, sensación de inestabilidad económica

Ritual: Pies descalzos sobre la tierra cada mañana. Repite: "Estoy segura, soy sostenida. Hay suficiente para mí."

Acción concreta: Crea un fondo de seguridad, aunque sea pequeño. - Pasa tiempo en la naturaleza al menos una vez al mes.

Afirmación: "Confío en la vida y siempre tengo todo lo que necesito."

Frase inspiradora: "La abundancia comienza con una base segura."

Chakra Sacro (Svadhisthana)



Ubicación: Debajo del ombligo.

Aspecto Financiero: Placer de recibir y dar.

Desequilibrio: Culpa por cobrar, dificultad para recibir dinero, miedo a disfrutar lo ganado.

Ritual: Elige una actividad placentera diaria y disfrútala sin culpa. (Escribir, pintar, bailar, cantar, darte un baño relajante donde aprecies el flujo del agua).

Acción concreta: Crea una pequeña fuente de ingreso extra que te emocione. - Visita fuentes de agua (lagos, ríos, mar) observa su flujo y disfrútalas

Afirmación: "Merezco disfrutar la riqueza en todas sus formas."

Frase inspiradora: "El placer consciente abre el flujo de abundancia."

Chakra Plexo Solar (Manipura)



Ubicación: Zona del estómago.

Aspecto Financiero: Poder personal para crear riqueza.

Desequilibrio: Falta de confianza para emprender, miedo a tomar decisiones financieras, procrastinación.

Ritual: Mírate al espejo y afirma: "Soy capaz de crear prosperidad."

Acción concreta: Realiza una tarea financiera que has estado postergando.

Afirmación: "Mi poder interior crea realidades abundantes."

Frase inspiradora: "El coraje financiero impulsa la acción."

Chakra Corazón (Anahata)



Ubicación: Centro del pecho

Aspecto Financiero:
Generosidad y gratitud

Desequilibrio: Relación ambivalente con el dinero, resentimiento hacia personas ricas, bloqueo para dar y recibir.

Ritual: Escribe tres cosas financieras por las que estés agradecida cada noche.

Acción concreta: Dona una pequeña cantidad con amor.

Afirmación: "La gratitud abre las puertas de la abundancia infinita."

Frase inspiradora: "Dar con amor multiplica la riqueza."

Chakra Garganta

(Vishuddha)



Ubicación: Garganta

Aspecto Financiero:
Expresión del valor propio

Desequilibrio: Vergüenza al hablar de precios, dificultad para negociar, ocultar problemas financieros.

Ritual: Anota en qué situaciones sientes que no te expresas con claridad respecto al dinero (por ejemplo: pedir lo que vales, negociar un pago, hablar de precios). Consciente esas áreas y comprométete a mejorar una pequeña cosa cada día.

Acción concreta: práctica expresar tus precios y servicios

Afirmación: "Mi voz atrae oportunidades y prosperidad."

Frase inspiradora: "Decir tu verdad abre caminos de abundancia."

Chakra Tercer Ojo

(Ajna)



Ubicación:
Entre las cejas

Aspecto Financiero:
Claridad de visión

Desequilibrio: Falta de visión a largo plazo, inversiones impulsivas, miedo a confiar en tu intuición.

Ritual: Visualiza tu vida financiera ideal durante 5 minutos al día.

Acción concreta: Crea un mapa de visión de tu prosperidad.

Afirmación: "Veo claramente mi camino hacia la abundancia."

Frase inspiradora: "Sueña con claridad, manifiesta con fe."

Chakra Corona

(Sahasrara)



Ubicación:

Parte superior de la cabeza.

Aspecto Financiero:

Conexión espiritual con la fuente de abundancia.

Desequilibrio: Creencia de que el dinero es solo esfuerzo, desconexión del propósito superior.

Ritual: Medita visualizando una luz dorada entrando por tu coronilla.

Acción concreta: Dedica una hora a la semana a un proyecto que honre tu propósito.

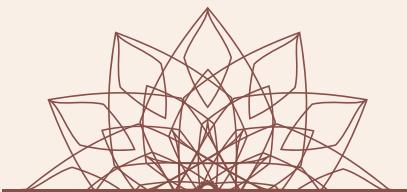
Afirmación: "Estoy conectada a la fuente infinita de prosperidad."

Frase inspiradora: "La verdadera riqueza es la conexión con tu ser superior."

Recuerda

La abundancia es tu estado natural cuando tu energía fluye libremente. Confía en tu camino, actúa desde el amor y la certeza, y observa cómo el universo te sostiene.

El dinero no es solo un recurso físico, sino también una expresión de tu energía interior. Al trabajar en tu equilibrio energético, abres la puerta a una prosperidad sostenible, fluida y alineada con tu verdadero ser.



También es útil trabajar con el color de cada chakra, vestirlo, comer alimentos de esos colores, dibujar o pintar, observarlo en el día a día, de manera contemplativa y sin juzgar





El equilibrio de los chakras no es un trabajo que se haga de manera individual o desconectada, cada centro de energía se relaciona con los otros de manera integral, así que debes enfocar tu trabajo en cada chakra sin ignorar los otros.

ejemplo: si ya has trabajado el chakra corazón, entonces cuando trabajes el chakra garganta entenderás que todo lo que digas debe partir del amor y la compasión .

"Comparte tu experiencia conmigo
en Instagram @danielareginod

¡Me encantará acompañarte en tu
camino hacia la abundancia!"

