

	 MULADHARA Le chakra racine	 SVADHISTHANA Le chakra sacré	 MANIPURA Le chakra du plexus solaire	 ANAHATA Le chakra du cœur	 VISHUDDHA Le chakra de la gorge	 AJNA Le chakra du troisième œil	 SAHASRARA Le chakra couronne
SIGNIFICATION	support / soutien	siège / demeure du Soi	cité des joyaux	non frappé / intouchable / indemne	centre de purification	centre de commandes	mille pétales
EMPLACEMENT	base de la colonne vertébrale, coccyx, périnée	en dessous du nombril, jusqu'aux pubis et sacrum	plexus solaire, du nombril jusqu'au sternum	cœur, toute la poitrine, les bras et les mains	gorge, clavicules, mâchoires	entre les sourcils, front, tempes, yeux	sommet du crâne
ÉLÉMENT	terre	eau	feu	air	éther	lumière	tous les éléments
COULEUR	rouge	orange	jaune	vert	bleu clair	bleu foncé	violet
BIJA MANTRA	lam	vam	ram	yam	ham	om	om (ou silence)
DIVINITÉ(S)	Ganesh	Lakshmi	Sita et Rama, et Hanuman	Krishna et Radha	Sarasvati	Shiva	toutes les divinités
MANTRA	<i>Om gam ganapataye namaha</i>	<i>Om shreem maha lakshmiyei namaha</i>	<i>Sita ram jay jay ram</i>	<i>Hare krishna hare krishna</i>	<i>Om aim saraswati namah om</i>	<i>Om namah shivaya</i>	<i>Om mani padme hum</i>
MUDRA	bhumisparsha mudra	yoni mudra	shiva linga mudra	lotus mudra	shanka mudra	sakshi mudra	hakini mudra
ÉMOTION NÉGATIVE	peur	culpabilité	honte	tristesse	mensonges (ceux que l'on se fait à soi-même)	illusion	attachement
VERBE	« Je suis »	« Je ressens »	« Je peux »	« J'aime »	« J'écoute et je parle »	« Je vois »	« Je sais »
PIERRES	pierres rouges : hématite, tourmaline noire, grenat	pierres orange : cornaline, pierre de soleil, jaspe mokaïte	pierres jaunes : citrine, agate de Botswana, œil-de-tigre	pierres vertes et roses : jade, tourmaline, quartz rose	pierres bleu clair : apatite, agate bleue, turquoise	pierres bleu foncé : lapis-lazuli, quartz	pierres violettes, blanches, transparentes et grises : améthyste, lépidolite, pierre de lune