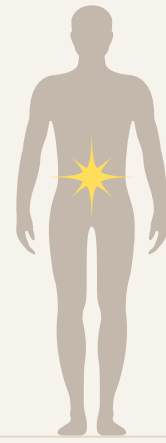


# Plesso Solare

## - 3<sup>^</sup> CHAKRA -



Attraverso quest'area comprendiamo come il movimento energetico, mosso dalla volontà, si fa azione che è frutto della libertà individuale (autodeterminazione).

Centro di irraggiamento: Tre dita sopra l'ombelico

Parole Chiave	<ul style="list-style-type: none"> <li>• azione, volontà</li> <li>• autostima, fiducia in noi stessi</li> <li>• coraggio di scegliere</li> <li>• prendere il proprio posto nel mondo</li> <li>• autonomia, autodeterminazione</li> <li>• responsabilità e autodisciplina</li> </ul>		
Quando è bilanciato	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rispetto la mia individualità e quella degli altri</li> <li>• Ho il coraggio di esprimere ciò che sento giusto e agire di conseguenza</li> <li>• Reclamo i miei diritti con pacatezza ma fermezza</li> <li>• Accetto le sfide con entusiasmo</li> <li>• Apprezzo la mia libertà</li> </ul>		
Quando ci richiede attenzione	<p><b>SE DEBOLE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Non riesco a dire di no anche quando so che qualcosa non fa per me</li> <li>• Dubito molto spesso delle mie potenzialità</li> <li>• Mi sento obbligato a fare ciò che non voglio</li> <li>• Non riesco a disciplinarmi</li> <li>• Dò spesso la colpa agli altri, negando le mie responsabilità</li> </ul> <p><b>SE IN ECCESSO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroganza</li> <li>• Violenza, Autoritarismo</li> <li>• Manipolazione emotiva</li> </ul>		
Principali frequenze di equilibrio	<table border="0"> <tr> <td data-bbox="347 1518 558 1774"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Apatite</li> <li>Bronzite</li> <li>Quarzo Citrino</li> <li>Fluorite Gialla</li> <li>Eliodoro</li> <li>Diaspro Giallo</li> <li>Occhio di Tigre</li> </ul> </td> <td data-bbox="836 1518 1264 1697"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Opale Giallo</li> <li>Pirite</li> <li>Zolfo</li> <li>Labradorite dorata (bytownite)</li> <li>Oro</li> </ul> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Apatite</li> <li>Bronzite</li> <li>Quarzo Citrino</li> <li>Fluorite Gialla</li> <li>Eliodoro</li> <li>Diaspro Giallo</li> <li>Occhio di Tigre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Opale Giallo</li> <li>Pirite</li> <li>Zolfo</li> <li>Labradorite dorata (bytownite)</li> <li>Oro</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Apatite</li> <li>Bronzite</li> <li>Quarzo Citrino</li> <li>Fluorite Gialla</li> <li>Eliodoro</li> <li>Diaspro Giallo</li> <li>Occhio di Tigre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Opale Giallo</li> <li>Pirite</li> <li>Zolfo</li> <li>Labradorite dorata (bytownite)</li> <li>Oro</li> </ul>		
Strategie di Cura	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavoro sul controllo dello stress</li> <li>• Accettare il rischio</li> <li>• Esercizio fisico vigoroso</li> <li>• Psicoterapia: manifestare e controllare la rabbia, lavorare sugli aspetti della vergogna, rafforzare la volontà incoraggiando l'autostima</li> </ul>		



# Focus su uno dei cristalli del Plesso Solare

## OCCHIO DI TIGRE

Chimica: SiO

Sistema Cristallino: romboedrico



### Parole Chiave

- Perseveranza
- Motivazione
- Resistenza
- Impegno
- Andare avanti con sicurezza
- Superare la timidezza

### Informazione Energetica

La frequenza dell'occhio di Tigre stimola, in maniera ferma e tonica, l'attività del Plesso Solare, principalmente nell'area anteriore. È il risultato armonioso della combinazione di due energie: quella nera radicante, e quella oro, che ci incita con determinazione ad agire secondo ciò che riteniamo giusto. Con il suo aiuto, troviamo la forza di superare vecchi blocchi e di "uscire allo scoperto" con audacia e coraggio, rivendicando il nostro spazio al di là della timidezza. Spesso, viene considerata una "pietra di protezione". La realtà è però che non ci protegge da nulla perché non abbiamo nulla dal quale schermarci. Piuttosto, aiuta il nostro campo energetico a farci sentire al sicuro perché più fiduciosi nelle nostre potenzialità e con dolcezza e grazia, ci guida a superare le vecchie paure e fragilità, concedendoci il coraggio di agire con fiducia e determinazione.

### Può aiutarci se...

- ci sentiamo fragili, soprattutto in pubblico
- siamo sempre in attesa delle condizioni ottimali per agire
- temiamo del giudizio degli altri e abbiamo paura di fare brutta figura
- abbiamo bisogno di un pò di coraggio per affrontare un momento di fragilità
- abbiamo bisogno di diventare...un pò più tigri!

