



色	橙
場所	おへそから2cmくらい下(丹田)
体との関係	性器、大腸、膀胱、骨盤、ホルモン分泌、男性の前立腺や精巣、睾丸、女性の卵巣や子宮、膣、男性は尾てい骨あたり、女性は尾てい骨と卵巣の中間あたり(子宮あたり) 健康状態もその人の性エネルギーに由来し、心理的問題も性に由来する部分大きい。
精神面、感情面	創造性、人間関係の中での自分の価値観、自分の尊厳、罪悪感、ショックやトラウマ、非難、願望の抑圧、その他価値観の問題 性欲、他人支配の問題(自分の人生が思い通りに行かないから他人をコントロールして満たす)
キーワード	創造性、至福、喜び、快楽的な性、達成、腹の底からの感情、社交性、洞察力、依存、ショック、トラウマ、性に関する問題、他者コントロール、充実感の欠如
パワーストーン(石)	オレンジの石 タイガーアイ、レッドアベンチュリン、カーネリアン、琥珀(色が強いもの) 赤天眼、オレンジムーンストーン、オレンジメノウ、オレンジカルサイトなど
アロマオイル(精油)	クラリセージ、イランイラン、ジャスミン、サイプレスなど (女性ホルモン、調整作用、生殖器強壮作用)
アファメーション	●私は魅力的です。私は私が好きです。 ●私は私の人生の主役です。私は私を信頼します。 ●私にはあらゆる豊かさを受け取る価値があります。

### 第2チャクラのバランス

#### バランスが良いと (ほどよく活性)

- 創造的
- 表情豊か
- どっしりした存在感がある
- マンツーマンで人とよい関係が築ける
- バイタリティや社会性がある
- 性的な魅力を備えている
- 動じない自分(自我)を持っている
- 度胸がすわっている
- 温かみあふれる人柄

#### アンバランスだと (滞り、あるいは過活)

- 情緒が不安定
- 自虐的な発想をしやすい
- 理由のない罪悪感にさいなまれる
- 自己重要感が低い
- ネガティブな自己憐憫(じこれんぴん)に浸る
- 問題の要因を外に求める
- 愚痴や泣き言が多い
- 膀胱や前立腺のトラブル
- 性的な不能、不感症