



Chakra / Roue d'Energie

Le mot Chakra signifie en Sanskrit » Roue d'Energie
« . Ces roues reçoivent, transforment et distribuent
l'énergie subtile appelée prâna, ki ou chi selon les cultures



Ces chakras sont situés le long de la colonne vertébrale. C'est une force énergétique qui fait notre lien entre la Terre et le Ciel, elle vient de la terre et du ciel. Le corps physique la transforme par une alchimie subtile et la renvoie vers le ciel, la terre et l'environnement. Ces courants d'énergie impactent l'être humain tant au niveau de la conscience et du psychisme que de la santé du corps, le tout étant lié.

Le corps est doté de **sept chakras** principaux allant de bas en haut. Communément représentés par des roues de lumière qui tournent dans le sens des aiguilles d'une montre, chacun d'eux correspond à une des sept couleurs de l'arc-en-ciel et vibre à l'une des sept notes de musiques.



Source:: styleuneeed – Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /



Muladhara / Chakra Racine

Le chakra Racine est le premier des 7 chakras principaux
et se nomme Muladhara en Sanskrit.



Le premier chakra est situé au niveau du périnée et du coccyx. Il correspond à notre force vitale, notre instinct de survie et notre sécurité physique et matérielle. C'est le chakra de base, celui qui crée la cohérence des six autres. Son élément est la Terre et représente un ancrage dans le monde matériel où nous vivons. A ce titre, il est en rapport avec notre capacité à avoir les pieds sur terre et à gérer le quotidien notamment au niveau de l'argent.

Sa couleur, le **Rouge**, stimule la sexualité, l'énergie vitale et la capacité à être ancré. A ce titre, elle est déconseillée pour une chambre d'enfant mais soutiendra un adolescent. Dans certaines cultures, le rouge, symbole de la reproduction, est la couleur du mariage.



Source:: styleuneeed – Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /





Swadhisthana / Chakra Sacré

Le chakra sacré est le deuxième des 7 Chakras principaux et se nomme Swadhisthana en Sanskrit.



Le deuxième chakra est situé juste en dessous du nombril. Il correspond à notre identité profonde, à notre joie de vivre, et à notre sérénité émotionnelle. Son élément est l'eau. Il représente la flexibilité, la sociabilité et l'amabilité. Il est en rapport avec notre intuition et notre part féminine.

Sa couleur, le **Orange**, stimule notre identité, notre connaissance de soi et notre désir d'aller de l'avant.



Source: styleunited - Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /



Manipura / Chakra Plexus Solaire

Le chakra Plexus solaire est le troisième des 7 Chakras principaux et se nomme Manipura en Sanskrit.



Le troisième chakra est situé au niveau du plexus solaire, au dessus de l'estomac, à la jonction de la cage thoracique. Il correspond au siège de l'affirmation de soi, du pouvoir personnel et de nos émotions négatives. Il est en rapport avec notre part masculine. En excès, il crée un égo démesuré et une recherche excessive de pouvoir sur l'autre.

Sa couleur, le **Jaune**, stimule notre joie de vivre, notre confiance en nous et notre capacité à trouver notre place et à rayonner comme un soleil. Son élément est le feu.



Source: styleunited - Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /





Anahata / Chakra Cœur

Le chakra du cœur est le quatrième des 7 Chakras principaux et se nomme Anahata en Sanskrit.



Le quatrième chakra est situé au niveau du cœur au centre de la poitrine. Il correspond à l'amour de soi et des autres, l'amour inconditionnel, l'amour de l'univers. Pour vibrer pleinement dans cette dimension, cela suppose toutefois de se libérer du plan émotionnel du chakra solaire et en particulier du non-amour de soi.

Sa couleur, le **Vert**, stimule notre capacité à aimer inconditionnellement, à recevoir cet amour universel et à vivre en paix, dans le pardon. C'est la couleur de la nature, généreuse et abondante.



Source:: styleuneeed – Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /



Vishuddha / Chakra de la Gorge

Le chakra de la gorge est le cinquième des 7 Chakras principaux et se nomme Vishuddha en Sanskrit



Le cinquième chakra est situé au niveau de la gorge. Il correspond à la communication, la créativité, l'expression de soi et la capacité à guider autrui. Il est également en rapport avec l'audition et nous permet d'être à l'écoute de nos guides intérieurs. On parle de clairsaudience. Il est également le siège du jugement.

Sa couleur, le **Bleu**, stimule notre capacité à communiquer, que ce soit à l'expression ou à l'écoute, que ce soit pour son monde intérieur ou en relation avec l'extérieur et les autres.

En cas d'angine ou de mal de gorge, il est conseillé de porter un foulard ou une écharpe bleue pour stimuler le chakra et faciliter la guérison.



Source:: styleuneeed – Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /

Ajna / Chakra Troisième Œil



Le chakra frontal ou troisième œil est le sixième des 7 chakras principaux et se nomme Ajna en Sanskrit.



Le sixième chakra est situé au niveau des sourcils entre les deux yeux. C'est le troisième œil de la connaissance que l'on retrouve dans bien des cultures. Il correspond à la conscience, la vision de la vie, l'intuition divine, la clarté et l'unité. Il nous met en connexion avec la forme immatérielle de la création. Il apporte la sagesse et le discernement qui permettent de transformer notre inspiration en don de clairvoyance.

Sa couleur, le **Bleu Indigo**, stimule notre capacité de perception, développe notre intuition et clarifie notre esprit, nous conduisant vers des actions justes. Correctement stimulé, ce chakra calmera les personnes qui vous entourent. Situé au-delà du temps entre les deux hémisphères cérébraux, il peut ralentir le vieillissement.



Source: styleunee - Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /

Sahasrara / Chakra Coronal



Le chakra coronal est le septième des 7 Chakras principaux et se nomme Sahasrara en Sanskrit.



Le septième chakra est situé sur le sommet du crâne. Par-là, passe la connexion directe avec le divin et les guides. C'est la place des auréoles des saints et la fontanelle des tout nouveaux nés. Il représente l'accomplissement de soi et nous connecte à l'essence divine de l'univers. Il chasse la peur et apporte la plénitude jusqu'à la réalisation de soi.

Sa couleur, le **Violet**, stimule l'éveil spirituel, la connexion au divin et ne faire qu'un avec l'univers.

Pour vivre en harmonie, tous nos chakras doivent être ouverts en synergie. La quantité d'énergie des chakras est de même niveau que le degré de conscience ou d'évolution de l'être. Plus l'on évolue, plus notre conscience s'élargit et plus nos chakras s'ouvrent pour laisser passer l'énergie. Les couleurs que nous aimons et celles que nous n'aimons pas nous renseignent sur l'ouverture de nos propres chakras.



Source: styleunee - Fotolia.com / www.benedictehersen.com / www.aromasud.fr /