

Le pouvoir des huiles essentielles sur vos chakras

L'activité des chakras est soumise au double mouvement de la respiration à l'inspiration, elle a des répercussions directes sur le corps physique.

Dans le monde végétal vibre plus rapide que le monde minéral, mais il existe une infinie de plantes au sein d'une même famille. Les huiles essentielles découlent de la concentration alchimique des plantes. Elles ont en elle, une force de vie, la quintessence. En aromathérapie, elle symbolise la force vivante de la molécule des plantes, le monde végétal permet à l'être humain de retrouver son équilibre d'antan dont il est le seul garant. Dans un aspect premier l'huile essentielle va évaluer le taux vibratoire de ce chakra. En second lieu elle va rééquilibrer son état psychique. Contrairement à l'être humain, le règne végétal a terminé son évolution.

Les huiles essentielles peuvent faciliter le déblocage de nos chakras. En automassage, vous mixez vos huiles essentielles et vos huiles de support et d'appliquer sur le chakra atteint et masser jusqu'à un léger échauffement. En tout temps **vous ne pouvez pas appliquer sur les parties génitales sur des coupures ou des blessures.**

Les chakras ne sont pas seulement des centres d'énergie, ils se connectent à notre moi profond, nos émotions, nos sentiments, nos pensées et à l'ensemble des corps subtils. Néanmoins chaque chakra est associé à l'un de nos organes il contrôle et surveille la réaction dans notre corps. Dans une approche moderne, on peut établir d'innombrables correspondances qui relatent des liens directs entre les chakras et les huiles essentielles. En fait, l'huile essentielle définit l'âme des plantes. De nos jours, les gens abandonnaient l'aspect ésotérique des plantes (l'essence réelle des plantes), mais plutôt ils se font aveugler par l'aspect physique des plantes

LES HUILES ESSENTIELLES ET LES CHAKRAS

Nous sommes tous responsable de la vie que nous menons. Si notre environnement ne nous aide pas à nourrir notre état d'âme, il doit faciliter son évolution sinon nous ressentons un vide continu, un devoir non accompli. Des problèmes anciens non résolus, une hygiène de vie précaire, un climat de panique des tensions nerveuses chroniques vont obstruer certains de vos chakras, ayant les conséquences néfastes à votre santé. Chaque

être humain faisant partie intégrante d'un grand tout.

Les huiles essentielles n'ont pas seulement un effet de guérison. Sur le plan physique mais elles ont une action sur notre système hormonal. De plus elles agissent sur notre état psycho émotionnel et spirituel. Elles établissent un contact direct sur leurs sens ainsi que leurs différents corps subtils. Les huiles essentielles resteront un remède précieux. Autrefois, seuls les prêtres guérisseurs, les médecins, les nobles du village et les chamans avaient le droit de les utiliser. Les huiles essentielles sont extrêmement efficaces, tant à titre curatif que préventif. Il est très évident lors de son utilisation que certaines personnes pourraient avoir des rougeurs sur la peau.

Cependant l'aromathérapie peut être abordée les deux plans :

Le plan physique, elle demeure une substance naturelle, un instrument phyto- allopathique, très rigoureux sur une base biochimique

Le plan subtil, elle reste un outil vibratoire du développement énergétique (esprit, âme des plantes) d'une façon ou d'une autre.

Ces deux approches permettent une compréhension plus propre et une vision plus large

Les huiles essentielles et le chakra de la racine

Votre premier centre énergétique sera ranimé par toutes les huiles essentielles boisées chaudes ou terreuses dont l'odeur vous évoquera la force tranquille de la terre.

- Cèdre
- Nard
- Patchouli

Les huiles essentielles de Cèdre, Nard et Patchouli vous laisseront une impression de pérennité et de tradition. Ces plantes, très anciennes et utilisés par l'humanité depuis la nuit des temps, offre la sécurité et la protection. Ses plantes vous aident activer le chakra de la racine

Bain du chakra de la racine

Ingrédients

- 10ml d'huile d'amande
- 3 gouttes d'huiles essentielle de Cèdre
- 1 goutte d'huile essentielle de Nard
- 2 gouttes d'huile essentielle de Patchouli

versez vos huiles essentielles dans votre le bain. Appréciez ce moment de détente.

Massage

Versez dans un flacon de 50ml vos huiles essentielles selon le dosage indiqué. Remuez le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi.

Les huiles essentielles et le chakra sacré

Votre second centre énergétique sera ranimé par des huiles essentielles dites balsamiques, chaudes, douces et légèrement sucrées qui favoriseront ainsi le plaisir des sens et l'envie de proximité.

- Ylang-Ylang
- Santal
- Gingembre

Les huiles essentielles d'Ylang Ylang et de Santal expriment en eux-mêmes une grande sensualité et la réputation aphrodisiaque du Gingembre. Cette dernière huile essentielle ouvre tous les appétits, à condition d'en apprécier le parfum délicatement piquant et citronné.

Bain du chakra sacré

Ingédients

10ml d'huile d'amande

2 gouttes d'huile essentielle d'Ylang Ylang

3 gouttes d'huile essentielle de Santal

1 goutte d'huile essentielle de Gingembre

Versez vos huiles essentielles dans le bain.

Appréciez ce moment de détente.

Massage

Versez dans un flacon de 50ml vos huiles essentielles selon le dosage indiqué. Remuez le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi.

Douche/Bain Chakra Solaire

Les huiles essentielles et le chakra solaire

Avec le troisième centre vous abordez de plain-pied votre sphère émotionnelle et sentimentale. Les huiles essentielles vous aideront à vous sentir fringant et à vous affirmer, mais également vous ancrer dans la réalité et poser des actes justes.

- Bergamote
- Genévrier
- Camomille Romaine

Avec l'huile essentielle de bergamote, les thèmes de la coopération et de la participation

active au groupe social sont à l'honneur. La camomille romaine quant à elle est calmante et consolatrice et le genévrier chassera toutes vos peurs.

Bain du chakra solaire

Ingrédients

10ml d'huile d'amande

2 gouttes d'huile essentielle de Bergamote

2 gouttes d'huile essentielle de Genévrier

1 goutte d'huile essentielle de Camomille
Romaine

Préparation

Versez vos huiles essentielles dans le bain

Appréciez ce moment de détente

Massage

Préparation

Versez dans un flacon de 50ml vos huiles essentielles selon le dosage indiqué. Remuez le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi.

Les huiles essentielles et le chakra du cœur

Centre fondamental de toutes les émotions nuancées que sont les sentiments, le centre cardiaque s'ouvre au contact d'huiles

essentielles délicatement fruitées/acidulées, fleuries ou raffinées.

- Rose
- Mandarine
- Vétiver

L'huile essentielle de Rose vous permettra d'ouvrir votre cœur en douceur et de vous relaxer, de retrouver la paix et la tranquillité, celle de Mandarine vous permet de vous ancrer dans le présent, quand à l'huile essentielle de Vétiver elle vous procurera le calme puis l'assurance dont vous manquez.

Bain du chakra du Cœur

Ingrédients

10ml d'huile d'amande

3 gouttes d'huile essentielle de Rose

2 gouttes d'huile essentielle de Mandarine

1 goutte d'huile essentielle de Vétiver

Préparation

Versez vos huiles essentielles dans le bain.

Appréciez ce moment de détente.

Massage

Préparation

Dans un flacon de 50ml, versez vos huiles essentielles selon le dosage indiqué. Remuez

le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi.

Les huiles essentielles et le chakra de la gorge

Centre fondamental de l'expression et de la création, le centre du laryngé s'ouvre au contact d'huiles essentielles citronnées, fleuries ou aromatique :

- Lemon Grass
- Myrte
- Sauge Sclarée

L'huile essentielle de Lemon Grass vous évoquera des envies de simplicité et d'immédiateté dans votre quotidien, celle de Myrte pourra vous redonner goût aux aventures nouvelles et l'envie d'exprimer ce que vous êtes vraiment.

Quand à l'huile essentielle de Sauge Sclarée, elle vous procurera un sentiment de détente immédiat et vous poussera à communiquer avec l'autre.

Bain du chakra de la Gorge

Ingrédients

10 ml d'huile d'amande

1 goutte d'huile essentielle de Lemon Grass

3 gouttes d'huile essentielle de Myrte
1 goutte d'huile essentielle de Sauge Sclarée

Préparation

Mélangez vos huiles essentielles dans le bain.
Appréciez ce moment de détente.

Massage

Versez dans un flacon de 50ml vos huiles essentielles selon le dosage indique. Remuez le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi.

.

Les huiles essentielles et le chakra du troisième oeil

Les huiles essentielles qui ouvrent le centre frontal sont parfois appelées "modificateurs de conscience". Ce qui signifie en termes clairs qu'elles équilibrent l'activité de vos deux hémisphères cérébraux.

- Aneth
- Immortelle
- Palmarosa

L'huile essentielle d'Aneth vous permettra d'apaiser vos confusions et de simplifier les choses, celle d'Immortelle vous protégera de la réactivation des blessures anciennes, vous

détendra et vous reliera de façon directe à ce que vous vivez et traversez.

Quant à l'huile essentielle de Palmarosa, elle permet de rééquilibrer le système nerveux et d'oublier vos soucis.

Bain du chakra du troisième Œil

Ingrédients

10ml d'huile d'amande

1 goutte d'huile essentielle d'Aneth

2 gouttes d'huile essentielle d'Immortelle

2 gouttes d'huile essentielle de Palmarosa

Préparation

Versez vos huiles essentielles dans le bain.

Appréciez ce moment de détente.

Massage

Versez dans un flacon de 50 ml, vos huiles essentielles selon le dosage indiqué. Remuez le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi

.

Les huiles essentielles et le chakra de la couronne

Les huiles essentielles qui ouvrent le chakra Couronne sont des huiles essentielles très

précieuses, autant par leur procédé de fabrication que par leur utilisation, souvent mystique.

- Bois de Rose
- Encens
- Néroli

L'huile essentielle de Bois de Rose est revigorante et favorisera votre optimisme, celle d'Encens vous accompagnera dans votre recueillement et votre quête de spiritualité. Quant à l'huile essentielle de Néroli, elle apaisera à merveille votre angoisse et vous détournera d'un monde imaginaire trop présent.

Bain du chakra de la couronne

Ingrédients

10ml d'huile d'amande
3 gouttes d'huile essentielle de Bois de Rose
2 gouttes d'huile essentielle d'Encens
1 goutte d'huile essentielle de Néroli

Préparation

versez vos huiles essentielles dans le bain.
Appréciez ce moment de détente.

Massage

Versez dans un flacon de 50 ml, vos huiles essentielles selon le dosage indiqué. Remuez le mélange : votre huile de massage est prête à l'emploi.

Les différentes sortes d'huiles sont les suivants

Angélique développe le chakra du cœur. Elle aligne le 3ème œil sur les yeux physiques, permet de nouvelles intuitions et la clairvoyance. En massant le front avec l'huile, l'énergie du 3ème œil s'ouvre et augmente. Éviter l'huile pendant la grossesse.

Anis étoilé stimule la capacité d'entendre la source intérieure et les harmoniques de l'Âme. Elle initie à la connaissance codée des formes de la géométrie sacrée. Utiliser l'huile sur le chakra du thymus permet d'assimiler plus facilement les souvenirs des dimensions parallèles. Ne pas utiliser cette huile sur les enfants et les bébés.

Basilic encourage à accepter la responsabilité de nos intentions et à prendre conscience de la réalité que nous sommes en train de créer. L'huile active

les programmes codés en sommeil dans le cerveau et ouvre de nouvelles voies pour assimiler l'énergie.

Masser le chakra du cœur pour aspirer profondément à une plus grande quantité d'énergie de la vie. Ne pas utiliser cette huile sur les enfants et les bébés. Éviter l'huile pendant la grossesse.

Bergamote stimule la thyroïde afin d'équilibrer le thermostat du corps. Appliquée sur le chakra du cœur et du plexus solaire, elle aligne leurs énergies dans le corps physique.

Bois de Rose est appropriée au chakra du cœur. Elle apaise les sentiments d'appréhension ressentis dans le cœur, permettant à celui-ci de se rappeler ce qu'est la sensation de tendresse et de contentement. Elle incite à écouter la musique de l'Âme et ouvre l'oreille intérieure à la musique céleste. Un massage de cette huile derrière les oreilles produit la nourriture pour le système nerveux et stimule le système immunitaire et le chakra du thymus.

Camomille insuffle la Sagesse et la Paix. Elle aide à développer la patience et à comprendre ce qu'est l'ordre du Temps juste Divin. Elle apaise les chagrins d'amour et les sentiments de perte. Masser la zone de l'estomac et le foie laisse une sensation de plénitude extraordinaire.

Cannelle nous rend conscient de notre esclavage. Elle libère la colère contenue dans la mémoire cellulaire du corps. Elle est très efficace contre les mauvais traitements physiques subis. Masser la zone du chakra racine donne une sensation de revitalisation qui augmente la volonté de vivre. Attention, l'huile peut irriter la peau et les muqueuses ! Ne pas utiliser cette huile sur les enfants et les bébés.

Cardamome accroît l'assimilation de l'énergie. Elle est largement utilisée en Inde. C'est en apprenant à nous motiver par l'amour et la compassion que nous pouvons réaliser et maintenir un équilibre émotionnel. L'huile apaise les rancœurs produites par des peurs qui ferment le

chakra du cœur. En onction sur le chakra coronal, elle relie le chakra sacré à la couronne et équilibre le courant d'énergie entre les chakras. Elle est un antidote au besoin insatiable de sucre.

Carotte élargit et enracine la Conscience. Elle génère la clarté de la vision intérieure et élève les perceptions pour guider dans le voyage à la découverte de soi. Appliquer l'huile sur les chakras racine et sacré stimule une sensation d'enracinement.

Cèdre invite à l'Amour Spirituel. En appliquant le Cèdre sur le chakra du cœur devant et dans le dos, le corps physique sera nourrit.

Citron augmente la joie interne et l'optimisme. La mémoire cellulaire se libère de la dépendance à l'alcool. En massant le chakra de la gorge, il s'éclaircit et donne la capacité de s'exprimer avec compétence.

Cyprès maintient l'équilibre. Masser le chakra du thymus pour stimuler le système lymphatique.

Oliban éveille l'objectif spirituel. Les mémoires de l'Âme peuvent insuffler la sérénité. Les chakras de la couronne, du 3ème œil et du cœur se dilateront avec l'odeur de l'encens.

Eucalyptus permet de comprendre les projections dans les relations. Masser énergiquement le torse pour dilater le chakra du cœur.

Fenouil permet de prendre conscience des substituts à l'amour. On apprend à se nourrir et à nourrir l'autre convenablement. L'énergie de cette huile stimule la thyroïde, les problèmes d'auto-dépréciation qui amènent des sensations d'échec, d'isolement et de solitude. L'huile aide les anorexiques à discerner la cause-racine du comportement : sensation de ne pas être aimé, incapable de ressentir, ainsi qu'une mauvaise image du corps.

Géranium apaise les peines de cœur et permet de surmonter les sentiments

d'abandon. L'huile possède une énergie nourrissante très douce pour l'âme. Elle permet au chakra du thymus de se dilater pour cicatriser les injustices.

Considérer une expérience comme un enseignement sur le chemin, permet de se libérer de la servitude et du karma en évitant de rejeter les responsabilités sur ceux qui s'y sont trouvés mêlés. Elle améliore également l'acceptation de soi et éveille les capacités.

Gingembre réalise le Moi sacré. La nature aphrodisiaque du gingembre ouvre le chakra racine et déclenche l'énergie sexuelle en l'intégrant aux chakra du cœur et de la couronne. L'odeur du gingembre libère les chagrins retenus dans les poumons et dans le corps émotionnel. L'huile peut irriter la peau et les muqueuses !

Glycine expérimente la Joie de faire. Elle purifie le lien du corps éthérique avec le corps physique qui augmente en fréquence supérieure. Sur le chakra de la

couronne, elle permet à l'énergie de s'aligner sur l'Unité de toute chose. Elle stimule la mémoire.

Lavande apaise les chagrins et favorise la paix. Appliquée sur le chakra du cœur, elle permet de ressentir la Grâce.

Laurier élève les capacités de perception. 3 gouttes dans un bain aromatisé soulage les symptômes arthritiques en faisant fondre la résistance au changement retenue dans le corps émotionnel et mental. Elle peut légèrement irriter la peau !

Lemon-grass laisse l'esprit illuminer le conscient. L'énergie de l'huile adoucit les attitudes mentales rigides, transformant une perspective pessimiste en optimisme. Utiliser le lemon-grass pour purifier le plexus solaire et le chakra sacré. Elle procure la force nécessaire pour faire face aux défis ou les nouvelles situations. Un bain de cette huile incite les énergies prâniques à nourrir le corps physique.

Mandarine donne la conscience du présent et d'être à l'écoute. La force de vie se trouve stimulée et s'accroît quand le changement est accueilli avec enthousiasme et joie. En unifiant les énergies avec le chakra frontal, les énergies du chakra racine, sacré et du plexus solaire s'alignent sur le chakra de la gorge pour permettre une meilleure compréhension de soi. Des visions de nouvelles possibilités se produisent. La Mandarine est d'une grande efficacité sur la colonne vertébrale pour déclencher l'énergie de la Kundalini.

Marjolaine fait prendre conscience des peurs inconscientes. Masser le devant et l'arrière du chakra de la gorge et le frontal permet à l'énergie spirituelle de s'écouler facilement à travers le corps physique. Le chakra racine se dilate et enracine les énergies créant une assise de sécurité plus solide. En inhalation, l'huile est bénéfique pour les insomniaques. Éviter cette huile pendant la grossesse.

Menthe Pouliot guérit les altérations du chakra du Plexus Solaire. L'énergie de l'huile élève l'intuition et la créativité.

Menthe verte ionise le corps éthérique. Le corps physique s'en trouve rajeunit. Les émotions bloquées dans la zone du plexus solaire et du chakra du cœur sont libérées par son énergie. L'huile peut diminuer l'effet des remèdes homéopathiques

Myrrhe délivre des souffrances et des chagrins. Pour surmonter les obstacles, une personne doit reconnaître honnêtement les problèmes qui freinent son aptitude à la confiance. L'huile de myrrhe appliquée sur la région du cœur l'aide à rester ouvert dans des situations de stress. Étirez et massez le cou avec l'huile pour réduire les tensions mentales et le besoin de contrôle.

Myrte aide à la compréhension des formes-énergies pour pouvoir assimiler les fréquences de lumière et d'amour plus élevées en identifiant les caractéristiques des différentes formes. Les aspects masculins et féminins s'équilibrent et

facilite la naissance dans l'Unité en rétablissant l'harmonie contre les conflits internes et la confusion.

Néroli encourage la réalisation de soi. L'huile aide à soulager les crampes menstruelles. Souvent, les femmes passent des moments difficiles pendant leurs menstruations parce qu'on ne leur a pas appris à célébrer leur corps de femme, mais plutôt à le critiquer. Les femmes dirigent leurs frustrations et leur critique vers l'intérieur, ce qui sème la confusion dans leurs organes féminins. Cela peut déclencher ultérieurement de sérieux problèmes tels que l'endométriose, des kystes ovariens ou autres dysfonctionnements des organes. Les menstruations sont des cycles de purification et devraient être une célébration des rythmes de la Nature, mais en général, les femmes les célèbrent parce qu'elles ne sont pas enceintes.

Noix de muscade apaise le sentiment de trahison et de perte, augmente la souplesse et la spontanéité. La zone du plexus solaire reçoit une énergie

réconfortante. L'huile aide les personnes qui se sentent entourées d'obscurité et qui sont tombées dans le gouffre noir et intense de l'émotion. La Noix de muscade peut être hallucinogène, soyez prudents !

Orange douce dégage & restaure l'aura de la densité. En diffusion dans une pièce, elle expulse les négativités, et les formes-pensées.

Palmarosa embrasse l'énergie de la Mère divine. Elle établit une acceptation bienveillante et un amour inconditionnel d'une fréquence supérieure d'Amour, cicatrisant les problèmes avec la mère

Pamplemousse calme le bavardage mental. Afin d'arrêter les messages intempestifs et préjudiciables lorsqu'un vieil enregistrement se met en route, appuyez sur le bouton Effacer du mental. Un massage sur les tempes et le front avec l'huile apaise le mental. L'huile peut être légèrement irritante sur la peau.

Patchouli enracine et renforce la volonté de vivre. L'énergie du Patchouli entre en affinité avec les battements du cœur de

Mère Nature. Elle incarne la sensation d'être bercé dans ses bras et immergé dans l'essence de la Terre. L'huile élève la vénération envers la vie, attitude qui rend hommage à la valeur de toutes les expériences de la vie et de toutes les formes de vie. L'huile de Patchouli chasse le 'cafard' ! Elle déverrouille l'énergie sensuelle du chakra sacré et transforme la rigidité en sensua

Petit Grain triomphe des obsessions et des dépendances. Toutes les dépendances altèrent l'énergie du chakra du cœur et souvent, déchirent l'aura. L'huile appliquée sur le chakra couronne et le frontal stimule la clarté de l'énergie mentale.

Pin sylvestre sensibilise à la conscience de groupe. Elle transforme également la fierté de l'ego qui fait obstacle au travail de groupe. Elle a une double action sur la fierté : elle adoucit la fierté pompeuse de ceux qui ont un besoin constant de reconnaissance extérieure en leur infusant l'objectif cosmique, et elle accroît la fierté de ceux qui souffrent d'un manque

de respect de soi ou d'une piètre image de soi. Cette huile est souvent diluée avec de la térébenthine. Elle peut donc être légèrement irritante pour la peau et pour le dermo-caustique.

ROSE permet d'expérimenter l'amour inconditionnel véritable. Elle verse les larmes de l'humanité et prête assistance pour transmuter le fardeau porté par l'humanité ! Les pétales de Rose représentent les qualités de gentillesse et de douceur, les épines, les remparts de protection construits autour des émotions. Les attributs féminins se reflètent dans la douceur, la grâce et la beauté de la Rose, les traits masculins se reflètent dans la protection et la force des épines. L'énergie de la Rose a le don extraordinaire d'ouvrir le chakra du cœur. Les énergies masculines et féminines sont alors en équilibre. Le chakra coronal s'élargit donnant accès à de nouveaux paradigmes qui permettront à de nouvelles réalités de fleurir !

YLANG-YLANG calme les nerfs et intègre les émotions. Dans un bain, cette

huile produit une extraordinaire expérience d'apaisement qui encourage à écouter les messages de l'Âme dans son essence.

Jojoba est aujourd'hui considérée comme le facteur anti-vieillessement le plus efficace. Sa structure chimique en fait une huile très recherchée en cosmétologie.

Quelques gouttes appliquées matin et soir sur le visage suffisent à hydrater, nourrir, re-vitaliser et protéger les peaux sèches et normales et régularise le flux séborrhéique des peaux grasses & mixtes. Quelques gouttes dans l'eau de bain rendent la peau lisse, douce et satinée..Appliquée une nuit ou une demie-heure avant le shampoing sur le cuir chevelu, elle soigne et reconstitue les cheveux secs, cassants et pelliculaires. Elle redonne à la chevelure éclat, souplesse et force.