

LES CLÉS DE L'ÉSOTÉRISME

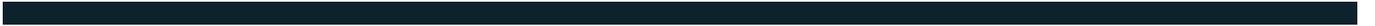
ROBERTA VERNON

CHAKRAS



INCLUS
UN POSTER ILLUSTRÉ

Albin Michel



LES CLÉS DE L'ÉSOTÉRISME

CHAKRAS

ROBERTA VERNON

Albin Michel

SOMMAIRE

INTRODUCTION

PARTIE I: LES CHAKRAS

CHAPITRE UN

Tout sur les chakras

CHAPITRE DEUX

Les chakras majeurs

CHAPITRE TROIS

Les chakras mineurs

CHAPITRE QUATRE

Identifier les chakras faibles

PARTIE II: LA GUÉRISON DES CHAKRAS

CHAPITRE CINQ

Travailler avec les chakras: thérapies énergétiques et spirituelles

CHAPITRE SIX

Le reiki, le soin des chakras

CHAPITRE SEPT

Guérir les chakras avec des cristaux

CHAPITRE HUIT

Guérir les chakras avec des couleurs

CHAPITRE NEUF

Des huiles essentielles pour les chakras

CHAPITRE DIX

Guérir des souffrances émotionnelles par les chakras

CHAPITRE ONZE

Techniques magiques et méditatives

CHAPITRE DOUZE

Soin des chakras des animaux

ANNEXE: CONNEXIONS DES CHAKRAS

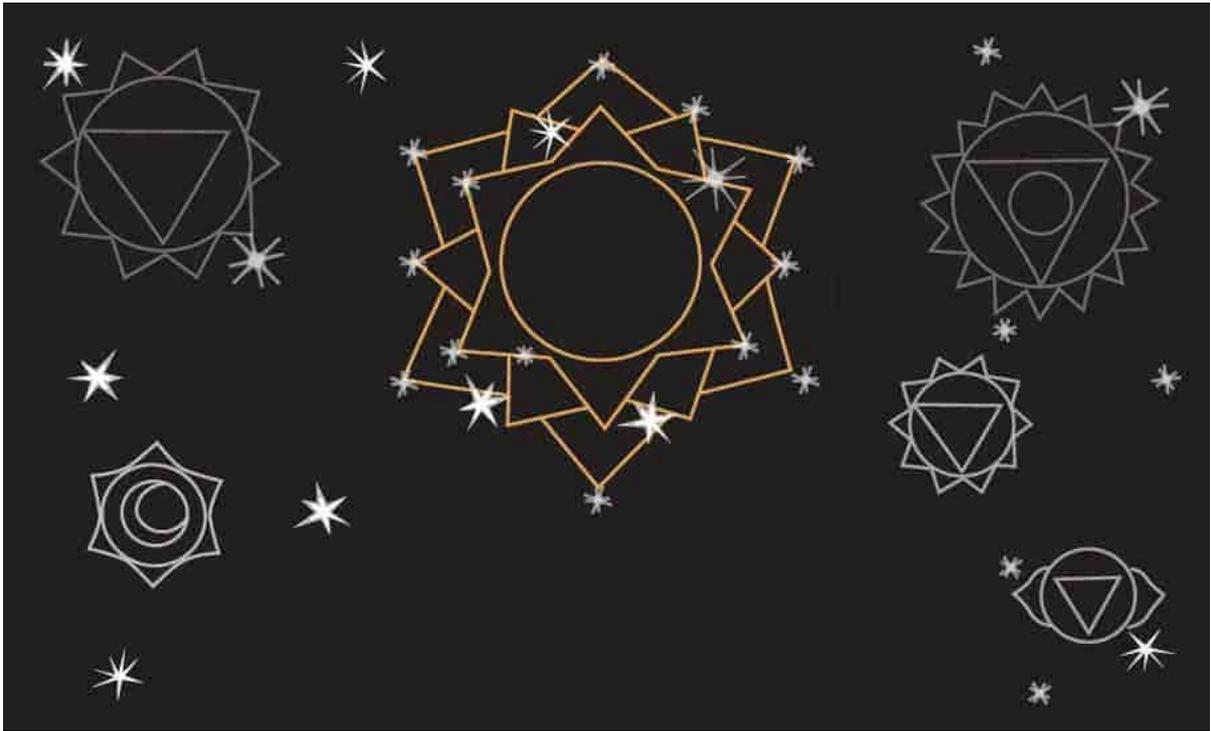
CONCLUSION

À PROPOS DE L'AUTEURE

CRÉDITS PHOTOGRAPHIQUES

INDEX

INTRODUCTION



Ce livre est divisé en deux parties. La première présente les chakras et vous aide à identifier les problèmes qu'ils peuvent manifester. La seconde explore un certain nombre de méthodes permettant de les libérer.

L'équilibrage des chakras n'est pas à une thérapie spécifique. Il est le résultat de l'utilisation de techniques qui agissent sur chacun d'eux. Chaque chakra se réfère à certaines conditions relatives à la santé, aux émotions ou à la spiritualité. L'enjeu est donc de trouver la méthode la mieux adaptée aux circonstances, qui favorisera des changements positifs sans que cela soit douloureux.

Si vous tombez malade, vous devez consulter un médecin, vous rendre à l'hôpital ou voir un spécialiste pour recevoir le traitement qui s'impose. C'est une question de bon sens. Il existe un grand nombre de thérapies complémentaires qui aident le corps à récupérer et qui vous aident à vous relaxer. La plupart peuvent avoir une influence sur les chakras et vous aideront ainsi à retrouver un équilibre tant sur le plan organique qu'émotionnel.

Si vous suivez un traitement allopathique, indiquez à votre médecin les thérapies complémentaires que vous pratiquez, en particulier celles qui relèvent de l'absorption de substances comme l'homéopathie, les plantes et l'aromathérapie. Les thérapies de type réflexologie et traitement énergétique sont moins concernées, mais rien ne vous empêche de les signaler à votre médecin.



Méthodes de guérison proposées dans ce livre

Il existe de nombreuses méthodes qui permettent de guérir les chakras. Citons par exemple les cristaux et le reiki qui sont très couramment employés. Les chakras répondent aussi très bien aux couleurs. Un guide spirituel peut, par exemple, enrouler un foulard coloré sur les épaules de son patient pour rééquilibrer un chakra dysfonctionnant. Des morceaux de papier colorés, des rubans, des cristaux peuvent être disposés directement sur les chakras, soit en utilisant la couleur associée à chaque chakra pour les charger en énergie, soit en employant un bleu très clair ou un blanc pour calmer les chakras. Si le guérisseur dirige ensuite vers les chakras la lumière blanche de l'univers, il permettra aux couleurs de pénétrer ces derniers.

L'aromathérapie sous forme de massage facilitera la guérison des chakras, et les essences diffusées dans l'atmosphère contribueront également à l'amélioration de l'état de santé du patient. La difficulté consiste à sélectionner l'essence appropriée au chakra concerné. Citons le musc pour activer un chakra léthargique, ou une essence florale pour reconforter le chakra du cœur.

THÉRAPIES ALTERNATIVES

Par *alternative* on entend « à la place » d'une méthode conventionnelle. Lorsqu'il est question de traitements médicaux, on constate en Occident que de nombreux patients préfèrent une méthode alternative (la médecine traditionnelle chinoise, par exemple) à la médecine classique.

THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES

Complémentaire signifie « qui travaille avec » la médecine conventionnelle plutôt qu'en remplacement. De nos jours, beaucoup de thérapies holistiques sont employées à l'hôpital en complément de pratiques conventionnelles. La plupart des concepts étudiés ici entrent dans cette catégorie.

TRAITEMENT ÉNERGÉTIQUE

Cette technique curative peut être d'une grande utilité. Elle fonctionne au travers de l'aura, du système nerveux et des chakras. Lorsqu'il est question de maladies graves, ce n'est pas un traitement suffisant mais il réduit le temps de récupération, il n'est pas invasif et peut être pratiqué à distance.

Un point de vocabulaire



Dans cet ouvrage, j'utilise le terme *guérisseur* pour faire référence au praticien ou thérapeute. La personne qui reçoit les soins peut être le patient ou le client. Cette terminologie est couramment employée et il n'y a pas d'ambiguïté sur le terme de guérisseur. C'est un thérapeute qui utilise une technique qu'il a apprise, pour venir en aide aux personnes qui viennent le consulter. Rien de magique donc derrière cette expression.

Les thérapies qui utilisent les chakras comme points d'entrée *via* l'aura ou les méridiens (ces lignes d'énergie du corps qui connectent les éléments les uns aux autres) peuvent permettre de guérir des affections. Elles sont mises en œuvre au travers de massages ou de traitements comme l'acupuncture, l'acupression, la technique de libération émotionnelle ou la réflexologie (c'est personnellement la technique que je préfère).

L'utilisation de chants bouddhistes, chrétiens, juifs, wiccas, hindous ou issus de toute autre source peut favoriser le processus de guérison. C'est également le cas des mantras, ou même de simples sons, dès l'instant où ils ne sont pas discordants. Combiner ces éléments avec une méditation reposante peut suffire à ouvrir un chakra légèrement bloqué et aider à purifier ses pensées.

L'utilisation de ce livre comme outil de référence vous aidera à comprendre les principes organiques ou émotionnels connectés à chaque chakra. Dès lors, vous pourrez appliquer la méthode de guérison que vous préférez.

En bonus: un poster des chakras

Ce livre comprend un poster des chakras majeurs et mineurs étudiés dans cet ouvrage. Vous pourrez vous en servir comme d'un guide de référence rapide qui résume les forces et les associations de chaque chakra.



PARTIE I
LES CHAKRAS



TOUT SUR LES CHAKRAS



L'histoire des chakras

Le mot *chakra* vient du sanskrit et signifie « roue ». Le système des chakras est originaire d'Inde. On le mentionne dans quatre livres sacrés qui datent de 2 500 avant Jésus-Christ, ainsi que dans d'autres textes très anciens, les *Upanishads*, à l'origine de l'hindouisme. Le système des chakras a dès lors été intégré à l'hindouisme et au bouddhisme, puis en Chine et enfin en Occident. Dans la tradition védique (hindoue), les chakras sont liés au dieu Vishnou.

La Société théosophique, constituée en Angleterre en 1875, promeut la fraternité universelle sans distinction de race, de culte, de couleur, de genre ou d'origine sociale. Elle est fondée sur la prise de conscience que la vie sous toutes ses formes, humaine et non humaine, est invisiblement *une*. Les Théosophes ont mené des études sur de nombreux concepts orientaux et ont élaboré leurs propres concepts en s'appuyant sur ces chakras. Les études modernes en Inde s'appuient grandement sur les concepts théosophiques.

Avec l'arrivée du courant New Age, d'abord aux États-Unis en 1968 puis au Royaume Uni et en Europe, de nombreux concepts anciens ont été remis au goût du jour. Les idées, dont la viabilité et l'application ne sont plus à démontrer, sont restées en usage. Parmi elles figurent les chakras qui occupent une place prépondérante.



D'autres traditions font référence à des chemins de connexion situés tout autour du corps. C'est le cas des méridiens dans la médecine traditionnelle chinoise (ces lignes d'énergie qui connectent les éléments du corps entre eux) qui sont utilisés en acupuncture, en shiatsu et en réflexologie. L'aura est une autre forme subtile d'énergie qui entoure le corps sur plusieurs couches. On trouve même des similitudes entre le système des chakras et la Kabbale ou certaines idées contenues dans le soufisme de l'Islam.

Qu'est-ce qu'un chakra?

Un chakra est un centre énergétique qui fait circuler l'énergie autour de lui et par son centre. Le corps compte sept chakras principaux. Dans la culture hindoue, on représente un chakra par deux cônes reliés par leur pointe, avec le grand côté du cône ouvert devant le corps et l'autre côté à l'arrière. Si vous avez du mal à imaginer le chakra comme un cône, envisagez-le comme un tube qui traverse le corps de part en part.

Les chakras mesurent la température et l'atmosphère de notre environnement. Ils nous permettent de savoir s'il fait trop chaud, trop froid, trop humide ou trop sec. Ils sont connectés aux éléments feu, terre, air et eau et équilibrent nos fonctions corporelles pour les adapter au monde dans lequel nous évoluons.

Ils nous disent lorsqu'un endroit est bon pour nous ou lorsqu'il nous met en situation d'inconfort. Ils nous préviennent si les gens qui nous entourent peuvent être agressifs à notre égard. Cette agressivité est à prendre au sens large du terme et à assimiler à la notion d'inconfort que l'on pourrait ressentir avec nos collègues de travail, nos clients et avec les personnes avec qui nous sommes en contact dans la vie quotidienne. Pour faire simple, les chakras éveillent notre sixième sens pour nous dire lorsqu'il faut nous battre ou fuir.



Sur le plan pratique, les chakras sont liés à l'état de notre corps et à celui de notre esprit. Si un chakra est partiellement ou complètement bloqué ou s'il a perdu son alignement, notre santé en sera affectée. Le bon vieux dicton « un esprit sain dans un corps sain » pourrait parfaitement s'appliquer aux chakras dont « l'état de santé » conditionne celui de notre corps et de notre esprit.

Les trois niveaux

- Le premier niveau, basique, concerne les chakras liés à notre corps physique, ils ont donc un lien avec la santé, la force ou la maladie par exemple.
- Le deuxième niveau concerne l'esprit, l'intellect et l'ego, ainsi que des concepts plus subtils comme l'intuition et les sens. Ce niveau nous informe lorsque quelque chose ne va pas ou si l'un de nos proches tombe malade.
- Le niveau le plus élevé est en lien avec notre nature spirituelle: il nous connecte à l'univers et au Tout-Puissant. Il peut nous aider à exploiter nos capacités médiumniques et à être en relation avec nos guides spirituels. Ce niveau permet aussi de nous connecter aux vies passées et futures d'une personne et de comprendre sa nature et sa personnalité.

Les chakras ne sont pas perceptibles aux rayons X ou au scanner. Ils font partie du corps humain au même titre que l'aura. On pense que toutes les créatures vivantes sont constituées de chakras. Ceux qui ont pu constater combien les animaux répondent bien aux traitements énergétiques et aux thérapies alternatives n'auront pas de mal à s'en persuader.

Les chakras sont liés au système endocrinien et aux glandes nerveuses situées le long de la colonne vertébrale, et à celles qui produisent les hormones nécessaires pour vivre en bonne santé. Ils sont sensibles au monde qui nous entoure, réagissant à la lumière, à la chaleur, aux sons, aux odeurs, aux goûts, aux sensations de confort et d'inconfort. Ils sont liés aux cinq sens communs et aux sens cachés que sont l'intuition et la spiritualité. Les chakras détectent les changements de temps et de pression atmosphérique. Ils nous disent lorsque notre environnement devient inconfortable, voire dangereux. Ils sont partie intégrante de notre système de survie.

Ainsi, lorsqu'un chakra est bloqué, trop ouvert ou dérégulé, notre état d'esprit ou notre santé peuvent être affectés. À une échelle plus élevée, le dysfonctionnement de plusieurs chakras peut même affecter nos mécanismes de survie ou notre capacité à affronter un danger avant qu'il ne se produise. Il est donc important de prendre soin de nos chakras et de veiller à ce qu'ils soient toujours équilibrés.

Chakras et aura

L'aura est un champ stratifié qui entoure le corps des humains et probablement celui des animaux. On peut l'apparenter à un champ électromagnétique, bien qu'elle n'en soit pas un. Lorsque l'on travaille avec les chakras, on travaille aussi avec l'aura. Certains disent même qu'on ne devrait pas étudier les chakras ou essayer de les soigner, sans tenir compte de l'aura. Nous aurons l'occasion d'y revenir.

Chakras et religion

Les chakras ne relèvent pas de croyances, de la foi ou d'une religion. Ils font leur travail même si l'on a décidé de ne pas croire en leur existence. Par contre, pour mener un travail de guérisseur, il est indispensable d'être persuadé de leur présence et de comprendre leur fonctionnement.

Combien avons-nous de chakras?

Selon les textes anciens, nous avons 78 000 chakras. Travailler avec autant de centres énergétiques relève d'une mission impossible ! On a donc décidé de les limiter à sept principaux et quelques chakras mineurs qui méritent d'être pris en considération. Ces chakras mineurs sont organisés en trois catégories:

1. Deux des sept chakras principaux sont considérés comme dédoublés, disposés l'un au-dessus de l'autre.
2. Plusieurs chakras sont alignés au-dessus de la couronne de la tête.
3. D'autres chakras sont importants et actifs: ceux des mains, des épaules, des glandes thoraciques, des hanches et des pieds.

Les sept chakras principaux

La manière de nommer les sept chakras principaux ne fait pas l'unanimité et on peut même constater une certaine confusion. Par exemple, certains confondent le chakra sacré et celui du plexus solaire. Mais après tout, peu importe la manière dont on les nomme, puisqu'ils fonctionneront quel que soit le nom que vous leur avez donné.

1. Le chakra racine
2. Le chakra sacré
3. Le chakra du plexus solaire
4. Le chakra du cœur
5. Le chakra de la gorge
6. Le chakra du 3^e œil
7. Le chakra couronne

Fonctions et associations

C'est le cœur de la méthode des chakras. Il est ici question de la fonction de chaque chakra. Chacun d'eux reflète une combinaison de lumière et d'énergie dont on peut déduire une signification propre. L'organisation fonctionne ainsi:

Images de fleur

En plus du concept de cônes ou de tubes, les chakras peuvent être représentés par des fleurs qui varient selon les traditions. La tradition indienne, par exemple, utilise des images stylisées de pétales de fleurs de lotus sous la forme suivante:



Le chakra racine symbolise les instincts de survie, la sécurité, la mise en terre et les éléments nutritifs tirés du sol.



Le chakra sacré est lié aux émotions, à la sexualité et à la créativité.



Le chakra du plexus solaire est lié à la volonté, au pouvoir, à l'esprit et à l'intelligence.



Le chakra du cœur se réfère à la compassion, au relationnel et à l'amour inconditionnel.



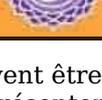
Le **chakra de la gorge** fait référence à la communication, à la vérité et à la créativité.



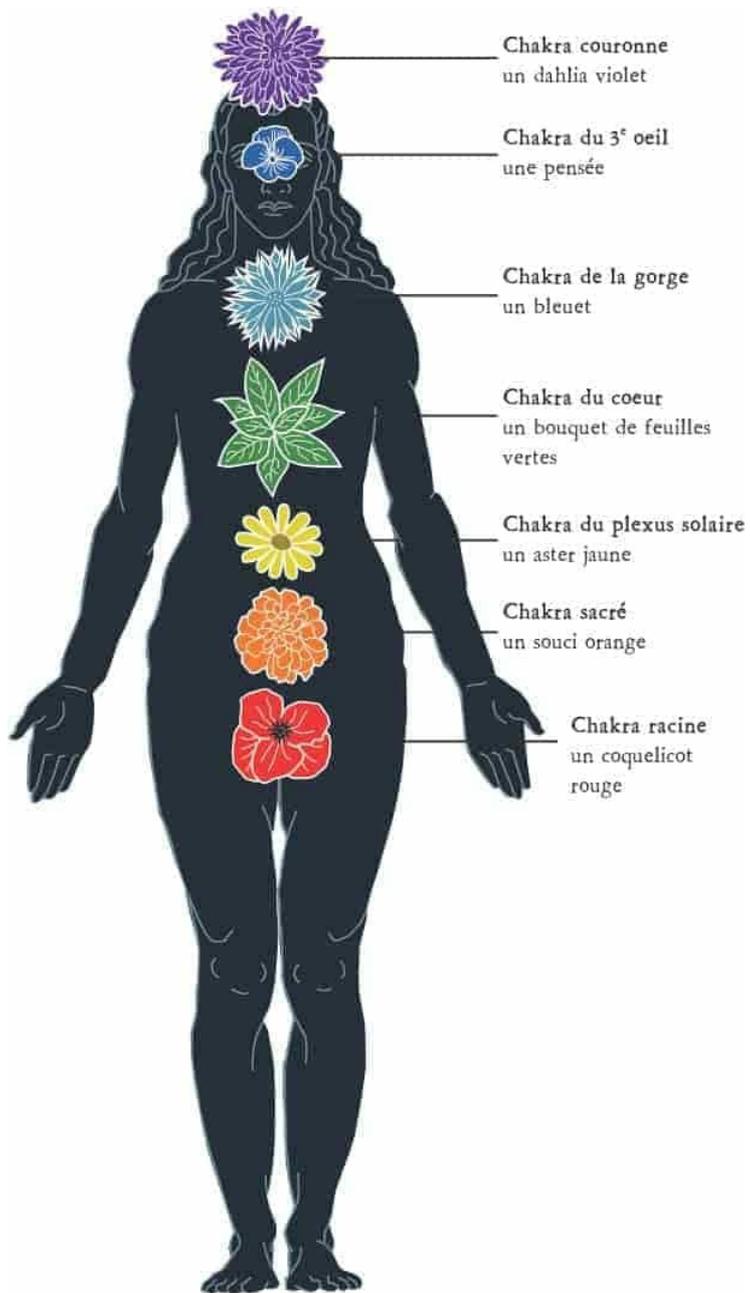
Le **chakra du 3^e œil** est le siège de l'intuition, du savoir et de la sagesse intérieure.



Le **chakra couronne** est associé à la spiritualité, à l'univers et à la connexion avec les déités et le niveau de conscience le plus élevé.

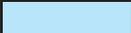
Chakra	Symbole	Nombre de pétales
Chakra racine		quatre
Chakra sacré		six
Chakra du plexus solaire		dix
Chakra du cœur		douze
Chakra de la gorge		seize
Chakra du 3 ^e œil		un pétale de chaque côté d'un cercle
Chakra couronne		des centaines

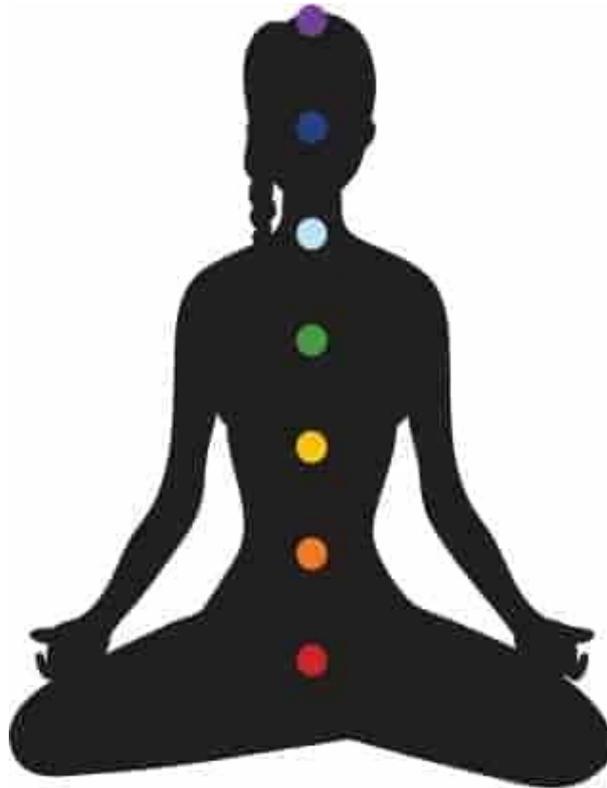
En Occident, les images utilisées peuvent être différentes. Certains visualisent une image de fleur plutôt qu'un cône ou un tube pour se représenter un chakra. Là où les puristes pourraient s'offusquer en estimant que ces images sont erronées, on constate que les chakras continuent de fonctionner quelle que soit l'image que l'on s'en fait. La représentation suivante est construite selon ma propre interprétation d'un système employé par certains spiritualistes occidentaux.



Chakras et couleurs

Le système de couleurs est intrinsèque aux chakras. Il va sans dire que les opinions sur le sujet ont divergé au cours des siècles et que les différences sont sensibles selon les régions du monde. En Occident, les couleurs des chakras suivent l'ordre des couleurs de l'arc-en-ciel, avec quelques ajouts lorsque c'est nécessaire.

Couleurs des chakras	
	Couronne: violet
	3 ^e œil: indigo
	Gorge: bleu clair ou turquoise
	Cœur: vert
	Plexus solaire: jaune
	Sacré: orange
	Racine: rouge



Certains systèmes utilisent les sept couleurs de l'arc-en-ciel, auxquelles s'ajoute le blanc, qui représente les chakras s'élevant depuis la couronne.

Kundalini

Il existe une théorie selon laquelle les sept chakras principaux sont mis en mouvement par une source d'énergie appelée Kundalini. Cette énergie est fournie par un serpent mystique qui se trouve recroquevillé au bas du corps, à la base de la colonne. Lorsqu'il est activé, le reptile se déroule et serpente vers le haut, en traversant les chakras l'un après l'autre, utilisant ainsi son corps pour créer une friction qui fait tourner le premier chakra dans une direction, le suivant dans la direction opposée, ainsi de suite. L'image du serpent Kundalini fonctionne très bien mais sachez que rien ne vous oblige à l'utiliser. Les chakras sont toujours actifs, tout comme l'aura. Par conséquent, il n'y a rien à faire de particulier pour les activer.

Réveiller la Kundalini pour vivre des expériences étranges n'est pas un objectif envisageable, d'autant que cela pourrait entraîner des déséquilibres sur les plans physique, émotionnel ou psychique. L'énergie soudaine qui serait relâchée pourrait contraindre certaines régions du corps ou conduire la psyché, le cœur et l'esprit à vivre des sensations perturbantes, à avoir des visions déstabilisantes ou à vivre de curieuses expériences sensorielles. Il est vivement recommandé de se faire accompagner par une personne qui connaît le sujet pour suivre des méditations ou des rituels de cette intensité.



On dit de la Kundalini qu'elle est la force qui nous relie à la terre sous nos pieds et au ciel au-dessus de nos têtes. Elle provoque un éveil soudain et peut provoquer une sensation d'extase de la même force que lors de certains rituels chamaniques. La Kundalini peut être activée en faisant du yoga, en méditant et, bien évidemment, en procédant à une ouverture des chakras. On peut l'imaginer comme une colonne de fumée qui s'élève au-dessus d'un feu et traverse les chakras en rotation. Si l'idée que votre corps est habité par un serpent vous dérange, celle de la colonne de fumée peut être plus supportable.

Astrologie

Bien avant que les télescopes ne soient inventés, on avait déjà observé les déplacements de sept objets célestes dans le ciel: le Soleil, la Lune, Mercure, Vénus, Mars, Jupiter et Saturne. On a cherché à mettre en évidence les relations qui unissent les planètes et les chakras, avec plus ou moins de réussite. Voici la relation *moderne* la plus commune entre les chakras et ce que les astrologues appellent « les planètes », même si elles n'en sont pas toujours: le Soleil, la Lune, Mercure, Vénus, Mars, Jupiter et Saturne. Le tableau présente le lien qui relie les chakras aux planètes et aux signes astrologiques.

Chakra	Planète	Connexions	Signes du zodiaque
Racine	Mars	Besoins élémentaires	Bélier, Scorpion
Sacré	Lune	Relations	Cancer
Plexus solaire	Soleil	Énergie, volonté	Lion
Cœur	Vénus	Amour inconditionnel	Taureau, Balance
Gorge	Mercure	Communication	Gémeaux, Vierge
3 ^e œil	Jupiter	Apprentissage, développement	Sagittaire, Poissons
Couronne	Saturne	Lien avec l'univers	Capricorne, Verseau

Anciennes associations



Vishnou est associé aux galaxies et aux étoiles et par conséquent à l'étude de l'astronomie et de l'astrologie. Autrefois, l'astronomie et l'astrologie étaient associées et pratiquées par les mêmes personnes.

Psychologie

Chacun des sept chakras principaux est lié à un aspect de la personnalité et du caractère d'un individu. Ainsi, si un chakra se bloque ou subit des dommages, il peut bouleverser les autres. Si un guérisseur traite un chakra bloqué ou désaxé, les effets se feront sentir aussi sur les autres chakras, sur la nature du patient et la manière dont il mène sa vie.

L'âme

Selon certaines traditions, l'âme réside dans le chakra couronne. D'autres affirment qu'elle est présente dans tous les chakras à partir du plexus solaire en remontant vers le ciel. Dans tous les cas, on sait qu'un chakra bloqué affecte tous les chakras suivants dans le sens ascendant.

Quelques avertissements

Vous devez toujours être armé de bonnes intentions envers vous et ceux que vous voulez guérir. Les mauvaises intentions finissent toujours par revenir comme un boomerang et souvent dans une version amplifiée.

N'oubliez pas que vous êtes meilleur que les autres, ou que vous êtes supérieur à la personne que vous soignez. Lorsque l'ego fait son apparition, la spiritualité s'éclipse et la guérison ne fait plus effet.



LES CHAKRAS MAJEURS



Il existe sept chakras majeurs, alignés du bas de la colonne vertébrale à la couronne de la tête, chacun d'eux traversant le corps de part en part. Chaque chakra tourne dans une direction différente du chakra qui le suit ou le précède. Certains pensent qu'il existe des variations des chakras majeurs, certains systèmes divisant en deux les chakras du cœur et celui du 3^e œil par exemple, mais nous aurons l'occasion d'y revenir. Les animaux totems dont il est question plus loin ne sont pas identiques à ceux de l'astrologie, en dépit du fait que les planètes sont liées aux chakras. Par exemple, le chakra du cœur est lié au loup, mais la planète de ce chakra est Vénus, que l'astrologie associe au buffle.

Le chakra racine



Caractéristiques

Position: bas de la colonne vertébrale

Rôle principal: survie, vie

Régions du corps: jambes, base du corps

Glande: surrénale

Sens: odorat

Points clés

Positif: sécurité

Négatif: peur, insécurité

Position

Le chakra racine est situé à la base de la colonne vertébrale et traverse le corps de l'avant vers l'arrière. Il administre la partie inférieure du corps: les hanches, les cuisses, les jambes et les pieds. Ceux qui travaillent dans le monde de la spiritualité ou qui méditent régulièrement savent qu'il convient de connecter le chakra racine à la terre en imaginant que la colonne vertébrale s'étend comme une racine qui part vers le bas jusqu'à s'enfoncer dans le sol. On peut aussi imaginer un système de racines qui plongent dans le sol à partir des pieds.

Thèmes relatifs au chakra racine

Ce chakra est concerné par les besoins primaires comme la nourriture, l'habillement et l'habitat. Il est instinctif, par opposition à l'émotion, au mental ou au spirituel. Il est le siège de la survie. Le chakra racine nous aide à rester en sécurité, il s'active lorsque quelque chose ou quelqu'un menace notre bonheur. Par exemple, si vous n'êtes pas à l'aise avec l'idée de vous rendre quelque part ou d'être en compagnie de certaines personnes, c'est le chakra racine qui vous le signalera. Si vous pratiquez la chiromancie, le chakra racine est connecté à la ligne de vie et relié à la notion de survie. Le chakra racine nous permet de prendre conscience du monde qui nous entoure, de notre place sur cette planète et dans la société. Il administre les besoins relatifs à la sécurité: lorsqu'un danger nous menace, l'adrénaline associée à ce chakra se diffuse et nous dit de nous battre ou de fuir.



Le yang, ou aspect masculin de ce chakra, est important lorsque l'activité sexuelle masculine est concernée, notamment parce que ce chakra traverse la région génitale. Il est lié à Mars, la planète de la guerre, qui le rend résolument masculin, même si curieusement, le chakra racine est associé à la grossesse et à la naissance.

Le chakra racine est connecté au passé, à nos antécédents, à notre histoire familiale, à notre réputation et à la relation à la mère. Les expériences de l'enfance, l'école élémentaire et les premières années de vie sont administrées par ce chakra. Il concerne également la maison, ainsi que la sécurité et l'isolement. Il est la base à partir de laquelle nous pouvons nous aventurer.

Sur le plan psychologique, le chakra racine se réfère à des événements qui ont eu lieu dans le ventre de la mère et pendant les six premiers mois de la vie. En effet, en se référant à ces événements, on peut comprendre plus facilement les problèmes rencontrés plus tard.

C'est le chakra où repose la Kundalini. Son éveil et le début de son ascension représentent les premiers pas vers la quête du divin.

Un chakra racine équilibré

Un chakra racine équilibré, c'est la possibilité de faire face à des travaux de construction, de charpenterie, d'électricité et de plomberie, d'ingénierie et de jardinage. Les personnes dont le chakra racine est sain ont un bon sens commun, un solde de compte bancaire positif et un crédit immobilier remboursé rubis sur l'ongle. Ces personnes travaillent dur et vont fabriquer les produits que d'autres vendront. On peut aussi les rencontrer dans le monde de la finance, de l'assurance, de la banque ou de l'immobilier. Le chakra racine gouverne ces professions ainsi que les concepts modernes permettant de gagner sa vie. Avec le temps, ces personnes peuvent devenir riches.

Ces individus s'occupent bien de leurs proches et ne les abandonnent pas facilement. Si un incident grave se produit, l'individu dont le chakra racine est équilibré trouvera le moyen de régler la situation. On pourra le retrouver dans les forces armées ou comme pompier, officier de police ou agent de la sécurité. Il sert et protège sa famille, sa communauté et son pays. Selon la tradition hindoue, cet individu ne sera jamais mis en danger par le feu.



Le sujet dont le chakra racine est sain aime la campagne. Il pourra être doué en jardinage. Sa connexion avec la musique et le rythme est très forte, notamment avec les percussions. La musique et la danse comptent beaucoup dans sa vie. Il peut être attiré par les sports d'équipe, il est actif et fort. Il peut réduire son champ de lecture et d'apprentissage à ses besoins professionnels, il n'est donc pas particulièrement intellectuel. Le système des chakras est connecté à l'astrologie ancienne et relie la planète Mars aux Bélier et aux Scorpion.

Argent, travail et carrière

Les besoins primaires d'une personne dont le chakra racine est fort le concernent en premier lieu parce que ce n'est qu'une fois que ses besoins sont assouvis qu'il pourra s'occuper de ceux des autres. Ces personnes sont donc des travailleurs et gagnent bien leur vie. Ils peuvent aussi être très dépensiers notamment lorsqu'il s'agit de biens haut de gamme. Ils peuvent travailler dans l'ingénierie, la construction, le génie civil et les projets gouvernementaux. On les retrouve aussi dans la finance, la comptabilité et la banque. Ils lisent les journaux financiers et se tiennent informés des sujets politiques, économiques et financiers. Ils ne supportent pas d'être endettés, et si, malgré tout, l'endettement les menace, ils doivent résoudre rapidement la situation, sans quoi ils peuvent s'en rendre malades.



Un chakra racine en excès d'énergie

Un individu dont le chakra racine révèle un déséquilibre énergétique peut être désagréable ou souffrir du comportement des personnes déplaisantes.

Un chakra racine trop actif conduit à des comportements excessifs, à vouloir amasser beaucoup d'argent et de propriétés, pour se protéger de potentielles crises à venir. Ce sont généralement des personnes qui travaillent dur, souvent à l'excès et qui oublient que la vie est faite d'autres choses, comme la famille, la maison, les loisirs avec des amis, l'amour, la relaxation et la spiritualité. Il arrive parfois que le sentiment que la vie est trop dure conduise ces personnes à manifester des addictions à la drogue, à l'alcool et même à la nourriture.

La plupart des traits de caractère les moins reluisants sont liés à ce chakra, tels que le matérialisme, l'égoïsme, la cruauté et le besoin d'exercer du pouvoir sur les autres. Il est aussi question de racisme et de comportements belliqueux. Au fond, ces personnes ne pensent pas suffisamment à elles, ce qui les rend déplaisantes à l'égard des autres. Elles peuvent être rigides et avoir tendance à penser que leur religion est la seule qui compte, et la religion peut d'ailleurs leur permettre d'exercer un pouvoir sur les autres.

La volonté de réussir et de gagner de l'argent peut conduire à une surcharge de travail, une tendance qui affecte les relations et la santé des sujets concernés.

Un chakra racine déficient ou endommagé

Les personnes dont le chakra racine est déficient peuvent avoir un manque de sens pratique et commun. Elles peuvent être du genre névrosées, nerveuses et vulnérables. D'autres pourront être apathiques, manquer de volonté ou de continuité lorsqu'elles commencent quelque chose et ne le finissent jamais.

Le chakra racine est endommagé par des événements importants qui menacent notre existence dont les plus graves sont la guerre, la famine et la mort.

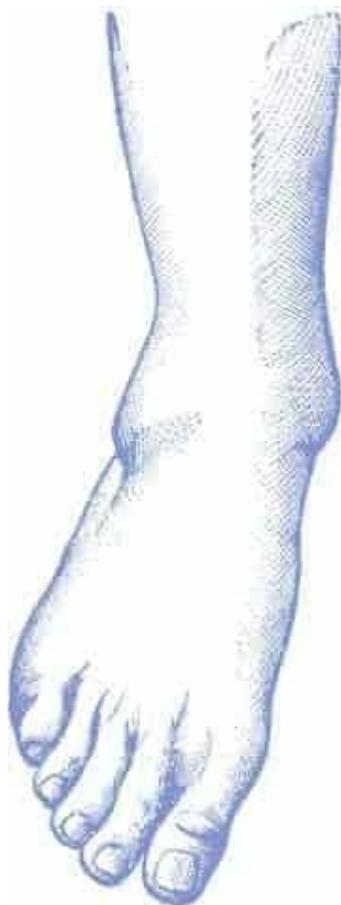
Dans notre monde moderne, ces événements dramatiques ont généralement trait à la maladie ou à la mort d'un membre de la famille, à un accident qui modifie le cours de la vie, ou à un diagnostic médical qui engage le pronostic vital. Même une rupture amoureuse, la perte du domicile, une faillite ou des problèmes financiers lourds peuvent affaiblir et déséquilibrer le chakra racine. La guérison de ce chakra peut donc aider une personne qui vit l'une de ces situations.

On trouve ici aussi des problèmes d'ordre sexuel qui conduisent à l'impuissance, source généralement de colère et de frustration.

Corps et santé

La légende raconte qu'un problème à la hanche, à la jambe ou au pied gauche signale une relation difficile à la mère, tandis qu'un problème à la hanche, à la jambe ou au pied droit tient aux difficultés relationnelles avec le père. Ces difficultés peuvent relever du passé ou s'exprimer aujourd'hui encore.

Les maux les plus courants liés au chakra racine sont les douleurs de dos, notamment la sciatique qui traverse toute la jambe, l'apathie et la léthargie, la sensation de froid et le manque de mobilité. On dit aussi de ce chakra qu'il représente le squelette, l'arthrite; les problèmes dentaires lui sont liés. Il peut être question de troubles digestifs, le chakra racine régissant les habitudes alimentaires malsaines, comme la suralimentation, la boulimie et l'anorexie. La tension artérielle peut également poser des problèmes.



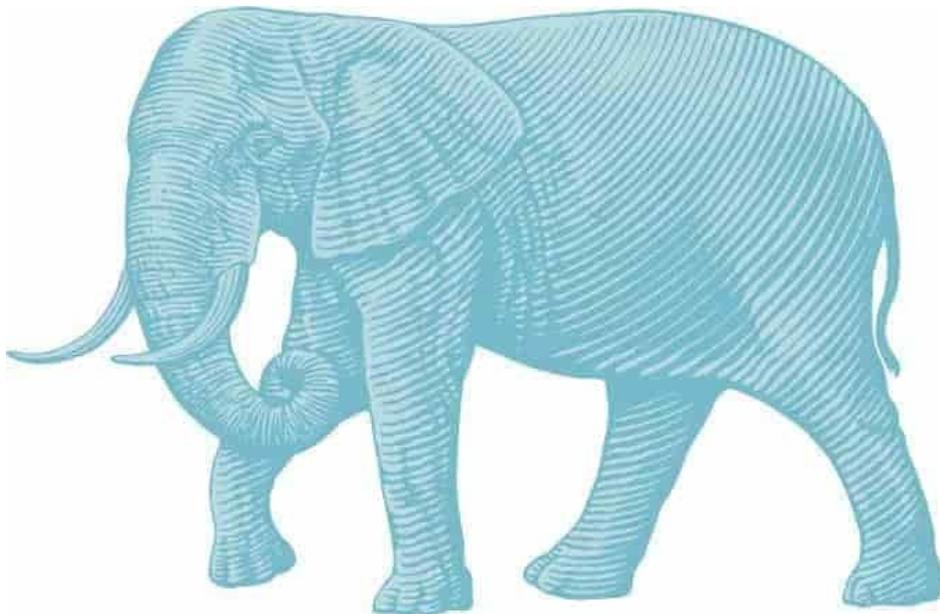
Voici une liste d'affections qui peuvent être liées au chakra racine:

- Érosion cervicale
- Mycose
- Cystite
- Maladies vénériennes
- Hémorroïdes
- Fistules anales
- Problèmes de prostate
- Problèmes testiculaires
- Stérilité
- Impuissance
- Incontinence
- Problèmes vaginaux
- Sida
- Constipation
- Diarrhée
- Sciatique
- Hypo et hypertension artérielle
- Arthrite
- Problèmes dentaires
- Sinusite
- Cancer
- Anorexie
- Boulimie
- Suralimentation
- Addictions

Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra racine. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Muladhara
Autres noms	Chakra de base, chakra rouge
Numéro	Premier chakra
Couleur	Rouge
Genre	Yang, masculin, positif
Animal	Éléphant
Pétales de lotus	Quatre
Forme	Carré
Élément	Terre
Planète	Mars
Signes	Bélier et Scorpion
Mantra	Lam
Musique	Percussion



Le chakra sacré



Caractéristiques

Position: abdomen jusqu'au sacrum

Rôle principal: création, émotions

Régions du corps: organes de reproduction, intestins

Glandes: ovaires, testicules

Sens: goût

Points clés

Positif: valeurs de soi et des autres

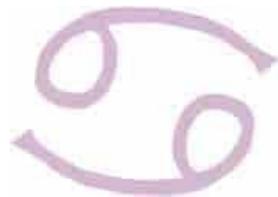
Négatif: avoir une faible estime de soi

Position

Le chakra sacré est situé dans l'abdomen. À l'arrière, il est connecté aux lombaires et au sacrum, au nerf sciatique et au pelvis. Il est lié à l'appareil de reproduction et en particulier aux ovaires et aux testicules.

Thèmes relatifs au chakra sacré

À l'instar du chakra racine, il s'agit d'un chakra empreint d'instinct, même s'il est aussi concerné par les émotions, et les émotions fortes en particulier. Il a trait au partage et en même temps à l'indépendance, avec les notions d'union et de séparation, de ressources partagées et individuelles. Si vous vous intéressez à l'astrologie, le chakra sacré est lié à la Lune et au signe du Cancer. De fait, il tend à *réagir* aux circonstances et à en souffrir plutôt qu'à les provoquer. Si vous vous intéressez à la chiromancie, il peut être intéressant de vérifier le début de la ligne de vie, lorsqu'elle est proche de la ligne de tête, et, inversement, la terminaison inférieure de la ligne de vie et sa connexion avec la ligne de destin. Ces lignes nous parlent de la famille, des copains d'école, et des premières histoires d'amour ainsi que de leurs conséquences sur la vie d'adulte.



Le chakra sacré administre l'amour, le sexe, l'attachement aux autres, et les relations importantes. C'est le siège de nombreuses émotions. Il y a là une envie réelle de venir en aide aux autres et de mettre de l'ordre dans le monde. Mais une personne dont le chakra sacré est fort peut attirer des canards boiteux, il faudra donc qu'elle marque ses distances avec ceux qui ont tendance à trop s'appuyer sur elle. Fort heureusement, ce sujet jouit généralement d'une excellente intuition associée à un bon sens de l'auto-préservation. S'il sent que quelqu'un cherche à profiter de lui, en général son instinct ne le trompe pas. L'idéal est de trouver le bon équilibre entre donner et recevoir, sans jamais trop s'appuyer sur les autres ni se laisser envahir.

On dit du chakra sacré qu'il se forme entre l'âge de six mois et l'âge de deux ans et demi. Les événements qui se produisent durant cette période auront donc une profonde influence sur l'individu dans sa vie d'adulte.



Un chakra sacré équilibré

Le chakra sacré est considéré comme le plus grand des chakras. Si la majorité des sujets relatifs à la survie sont liés au chakra racine, le chakra sacré n'en est pas non plus détaché, bien qu'il soit davantage axé sur l'interaction avec les autres que le chakra racine, bien plus orienté sur l'intérêt de la personne concernée.

Le sexe est l'une des thématiques centrales du chakra sacré, aussi bien dans la dimension de l'attraction que dans celle des relations intimes. Ce chakra est celui qui réunit les gens. Il est également associé à la créativité qui, par extrapolation, relève de la création d'une famille, et donc du sexe, de l'amour et de la procréation. La nature maternelle de ce chakra peut conduire à choisir une profession qui a pour vocation de s'occuper des jeunes.

La position de ce chakra est trop basse pour lui permettre de fonctionner sur la logique ou l'intellect. Il est question ici de « feeling » et d'intuition, ce qui permet au sujet de savoir ce qui est bon lui. Il reconnaît généralement la personne digne de confiance et celle qui risque de le blesser. Un sujet dont le chakra sacré est fort et équilibré peut être associé à celui dont la Lune est très présente dans son thème astrologique. Il est notamment très sensible à ce qui se passe dans son corps et sait avant tout le monde lorsque quelque chose ne tourne pas rond. Il est conscient de l'humeur et de l'état de santé des personnes auxquelles il prête attention.

Un individu dont le chakra sacré est fort exerce un véritable contrôle sur ses émotions et ses comportements. C'est un ami, un proche ou un voisin très agréable. Il travaille bien avec les autres et tire le meilleur parti des choses. Le fait qu'il se sente bien dans sa peau n'en fait pas quelqu'un d'arrogant. Il ne laisse pas les autres le diriger et ne se place jamais en victime. Il fixe les règles pour ses enfants et ses proches, et fait les sacrifices qui s'imposent pour le compte de sa famille. Il apprécie les bonnes choses de la vie et accepte que le ciel s'obscurcisse de temps à autre. C'est un sujet généralement satisfait, sensible et raisonnable.

Le chakra sacré est lié au passé de la personne, à son héritage familial et à ses racines, et si le passé peut être douloureux pour certains, lorsque ce chakra est équilibré, l'influence de ce passé s'avère alors saine et profitable. C'est une personne qui suit généralement la voie tracée par ses parents. Si elle trouve son propre chemin, elle restera malgré tout fière de ses origines et gardera toujours un lien avec sa famille.

Les personnes qui évoluent dans le monde de la spiritualité seront de bons guérisseurs, ce chakra sacré - quand il est équilibré - conférant en effet une véritable capacité de lecture de la souffrance d'un individu, tant sur le plan physique qu'émotionnel.

Argent, travail et carrière

Il s'agit de personnes sensibles, sensuelles et créatives. Leurs sens sont toujours en éveil et l'apparence ou le ressenti des choses revêt pour elles plus d'importance que leur prix. On les retrouve dans le monde de la mode, des cosmétiques, de la beauté et des thérapies alternatives comme l'aromathérapie ou la réflexologie. Leur altruisme leur permet d'exercer des professions en lien avec le conseil, en prenant soin de ne pas confondre compassion et service rendu. Leur efficacité est bien meilleure lorsqu'elles sont heureuses.

Un sujet dont le chakra sacré est puissant n'aime pas l'argent en tant que tel mais apprécie la liberté qu'il offre. Il pourra avoir du succès dans le monde des affaires en créant des produits que d'autres vendront et prendra généralement du plaisir à monter une entreprise. Sa compréhension intuitive des autres en fait un excellent employeur et un fin vendeur. Il est sociable et un brin ambitieux, sans pour autant être obsédé par l'appât du gain, dans la mesure où ce qui l'intéresse en premier lieu c'est de faire partie d'une action collective, qui rassemble. Son attirance pour l'eau peut le mener vers des carrières en lien avec la mer, sur un bateau de croisière ou dans l'industrie de la pêche par exemple. On pourra également le retrouver pisciniste.



Ses finances personnelles peuvent être chaotiques. Il n'est pas du genre à faire ses comptes et cela peut lui jouer des tours. Sur le terrain de la santé, les problèmes d'argent ne le rendront pas malade. Ce n'est pas le cas si la source de ses problèmes résulte d'une séparation ou d'un choc émotionnel.

Un chakra sacré en excès d'énergie

Ici, le sujet peut être lui-même désagréable, ou peut souffrir du comportement de personnes déplaisantes à son égard.

Les émotions se déchainent lorsque ce chakra est déficient, ce qui peut conduire à des comportements obsessionnels envers la personne aimée mais qui ne renverrait pas les mêmes sentiments. Les disputes peuvent être nombreuses et s'articuler sur le thème des finances, du sexe, de l'infidélité, des triangles amoureux, etc. Sa jalousie, le harcèlement ou le fait d'être harcelé, sa violence et ses explosions d'humeur bruyantes peuvent rendre la vie de famille terriblement désagréable. Tout cela peut conduire à des addictions à la nourriture, l'alcool ou la drogue.

Un chakra sacré déficient

Un sujet dont le chakra sacré est en défaut d'énergie ou en déséquilibre pourra être d'un naturel nerveux, peureux et vulnérable. Il évitera de s'engager dans une relation par peur d'être blessé. Cela peut être une situation temporaire résultant d'un trauma et d'une souffrance émotionnelle, mais cela peut venir aussi du rejet des autres ou du fait de se sentir exploité. Certains types de chakras sacrés sont calculateurs par nature, et donc peu séduisants aux yeux d'amoureux potentiels. Ils peuvent aussi être accaparés par leur travail ou leurs activités, au point de ne pas avoir envie de fonder une famille ou de trouver l'amour. Il arrive qu'une personne dont le chakra sacré est faible s'occupe tellement des autres qu'elle en oublie ses propres besoins et envies. Certains préfèrent la compagnie des animaux à celle des humains.

Si vous êtes correctement équilibré mais dans un état passager de tristesse ou de mécontentement, vous pourrez exprimer le besoin d'en parler avec un ami, voire avec un coach ou un psychothérapeute.

Corps et santé

Le chakra sacré

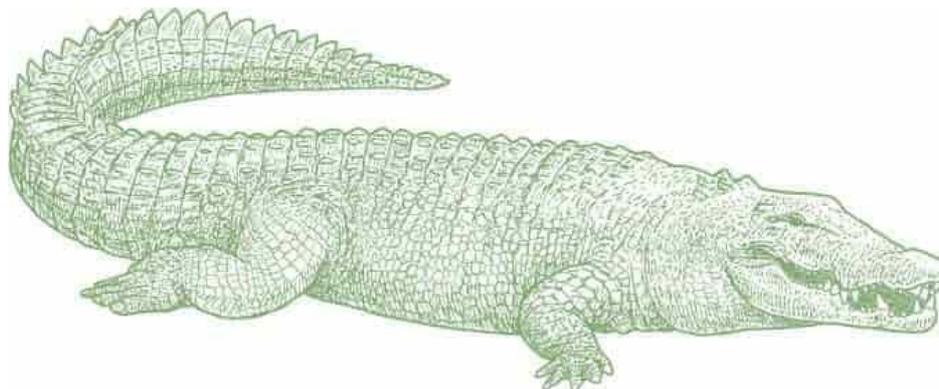
Tout comme la Lune en astrologie est concernée par les humeurs, l'agitation et le changement, le chakra sacré revêt les mêmes caractéristiques. Sa tendance à gâcher les relations peut conduire à la solitude, à la tristesse et à un manque d'amour, l'ensemble menant à la dépression. La fertilité étant administrée par ce chakra, de nombreuses affections associées au chakra sacré se trouvent être les mêmes que celles liées au chakra racine. Certains disent que ce chakra gère les organes de reproduction féminins et la rate chez l'homme. Chez la femme, ce chakra est connecté au cycle menstruel et à l'état de l'utérus et des ovaires; ce qui peut provoquer des sautes d'humeur. Chez l'homme comme chez la femme, des affections comme le lumbago, la hernie discale ou la sciatique peuvent survenir.



Ce chakra est particulièrement lié à la nutrition et à la digestion, et peut être à l'origine de problèmes d'alimentation. Il se peut que ces personnes doivent restreindre les apports en glucides et manger beaucoup de légumes frais, de fruits et de salades.

Voici une liste d'affections qui peuvent être liées au chakra sacré:

- Érosion cervicale
- Mycose
- Cystite
- Candidose
- Problèmes de prostate
- Problèmes testiculaires
- Stérilité
- Impuissance
- Incontinence
- Problèmes vaginaux
- Sida
- Sciatique
- Hernie discale
- Lumbago
- Asthme
- Eczéma
- Anorexie
- Boulimie
- Suralimentation



Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra sacré. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Svadhistana
Autres noms	Chakra de la rate, chakra orange
Numéro	Deuxième chakra
Couleur	Orange
Genre	Yin, féminin, négatif
Animal	Crocodile
Pétales de lotus	Six
Forme	Lune croissante, pyramide
Élément	Eau
Planète	Lune
Signe	Cancer
Mantra	Vam
Musique	Instruments à cordes

Le chakra du plexus solaire



Caractéristiques

Position: sous la pointe du sternum jusqu'à la colonne vertébrale

Rôle principal: énergie, contrôle et croyance

Région du corps: appareil digestif

Glandes: pancréas, endocrines

Sens: vue

Points clés

Positif: volonté employée à bon escient

Négatif: une tendance certaine à écraser les autres

Position

Le chakra du plexus solaire est situé au-dessus du nombril, à la pointe du sternum et s'étend jusqu'à la colonne vertébrale.

Thèmes relatifs au chakra du plexus solaire

Traditionnellement, on a tendance à dire que le chakra du plexus solaire est le premier des chakras *émotionnels*, par opposition aux chakras instinctifs, mentaux ou spirituels. Il est essentiellement concerné par les pensées, les idées et la transmission d'informations. C'est le parfait chakra pour affronter le monde moderne, en particulier pour les cadres moyens qui gravissent les échelons de l'entreprise. C'est le chakra de l'intelligence, de la technologie, des sciences et du succès dans cette ère de la robotique et de l'informatisation. Il administre en particulier la manière dont on obtient les informations par l'éducation, la lecture, la télévision et Internet. Il gère aussi l'expression de ces informations par l'enseignement, la présentation, les blogs, les articles et les livres. Il gouverne la curiosité et la soif de savoir et d'apprendre.



Le chakra du plexus solaire est associé aux idées, aux objectifs, aux ambitions, à la détermination, au courage et à la confiance nécessaires pour parvenir à ses fins. Si on l'envisage sur le plan astrologique, ce chakra s'apparente au concept de la Maison X, avec la capacité organisationnelle du Lion et la passion de l'information qui le relie au Gémeaux. Le chakra du plexus solaire nous parle de *leadership* et de la capacité à diriger et contrôler les autres dans un rôle de gestionnaire. Le contrôle et la maîtrise de soi sont gouvernés par ce chakra, ainsi que la marge de manœuvre que l'on se donne et que l'on offre aux autres.

On considère que le chakra du plexus solaire se forme entre l'âge de deux ans et demi et l'âge de quatre ans et demi. Les événements qui se produisent à cet âge affecteront profondément l'individu une fois devenu adulte.

Un chakra du plexus solaire équilibré

Combinez une belle réussite professionnelle associée au chakra du plexus solaire, de bonnes relations, des amitiés sincères, une bonne santé, un esprit actif, de l'argent en quantité suffisante, des loisirs intéressants, et la capacité à se relaxer et à profiter de ses vacances régulièrement et vous obtiendrez la définition parfaite de la réussite. Ce chakra est également en lien avec l'estime et la confiance en soi, et cela vient de l'intérieur. Une personne qui réussit à un but précis dans la vie et de bonnes chances d'atteindre ses objectifs. Lorsque le chakra du plexus solaire fonctionne normalement, il confère l'énergie, la volonté, la confiance et le courage nécessaires pour saisir les opportunités et développer de nouveaux projets jusqu'à leur réalisation.



En général, ce sont des individus qui ne laissent pas les autres les bousculer, sans pour autant être agressifs ou déplaisants. Ils peuvent être altruistes et se plier en quatre pour leur famille ou leurs amis, sans jamais se sacrifier ni se victimiser. Ils ne sont pas du genre à s'inquiéter plus que de raison et ne se laissent pas envahir par la peur. Ce sont des individus confiants, joyeux et généralement heureux et en bonne santé. Cela étant, même une personne dont le chakra du plexus solaire est équilibré peut échouer dans ses relations amoureuses, trop occupée à mener à bien sa carrière professionnelle pour disposer du temps, de l'attention et de l'amour nécessaires pour la relation.

Une personne dont le chakra du plexus solaire est fort fera un excellent guérisseur spirituel. Elle sait puiser dans la douleur émotionnelle ou physique du patient et lui offrir les soins les mieux adaptés.

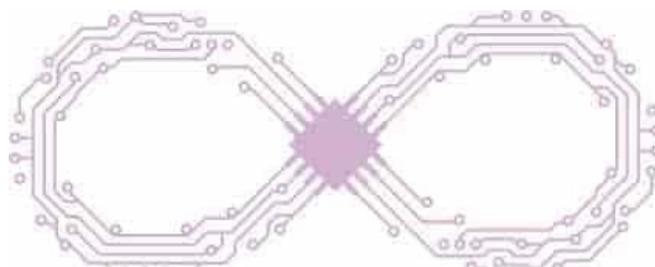
Argent, travail et carrière

Le désir de recueillir des informations installe pleinement ces personnes au cœur de notre monde moderne. Elles auraient été tout aussi à l'aise il y a plusieurs centaines d'années, faisant les comptes avec un boulier et écrivant avec une plume d'oie ! La budgétisation leur est naturelle, tout comme la logique de la comptabilité. Elles ont besoin d'un objectif à poursuivre et travaillent dur pour l'atteindre. Elles n'hésitent pas à se défendre bec et ongles et se lancent dans la bataille une fois toutes les données réunies.

La réputation compte plus que l'argent à leurs yeux. On les retrouve souvent à gravir les échelons de la politique ou à s'engager dans les métiers du service public comme officier de police, pompier ou militaire. Elles aiment exercer leur pouvoir, et être respectées, mais elles ont aussi un côté créatif qui les conduit à apprécier le processus de fabrication d'un objet ou d'une création d'entreprise par exemple. Avoir de bons résultats est un véritable objectif pour elles.

Un chakra du plexus solaire en excès d'énergie

Les sujets peuvent être déplaisants ou peuvent souffrir de ceux qui le sont à leur égard, selon que leur chakra du plexus solaire est en excès ou en déficience énergétique.



Ce sont des personnes qui peuvent être douées en programmation informatique. Les ordinateurs n'ont pas d'émotions, ce qui convient parfaitement à leur analyse froide et logique.

Elles peuvent prendre plaisir à se disputer ou à embarrasser leur partenaire par de longs silences pesants. Presque tous les comportements désagréables peuvent se retrouver dans ce cas: la colère, l'intimidation, l'irritabilité, le sarcasme, les mots blessants, etc. Certains sont de véritables déséquilibres qui font un problème de tout et imposent leurs règles stupides aux autres en agissant comme bon leur semble. S'ils sont de bonne humeur, ils pourront être pleins d'esprit et amusants, mais, pour autant, personne ne voudrait d'eux à ses côtés. Ce sont des personnes qui ont peur de la solitude et qui chercheront coûte que coûte à être accompagnées.

Un chakra du plexus solaire déficient

L'individu concerné peut avoir besoin de compréhension, d'approbation, d'acceptation et d'amour. Il fait en sorte de se faire aimer, quitte à se sacrifier, et n'est jamais remercié à la hauteur de ce qu'il offre. Il manque de confiance en lui et d'assurance et éprouve donc des difficultés à réaliser quoi que ce soit. C'est une personne qui peut être léthargique et pessimiste, qui peut manquer d'intelligence et prendre les mauvaises décisions. Elle n'a pas l'énergie nécessaire pour se passionner pour quoi que ce soit. Elle est effacée et indécise, et se laissera submerger par ses émotions ou ses déséquilibres hormonaux, ce qui permet aux autres d'en tirer profit.

Certains individus peuvent réussir dans leur métier, mais ce « succès » peut emprunter des voies sournoises ou détournées. Ils pensent le meilleur d'eux-mêmes, même s'ils n'ont rien de remarquable.

Cette situation résulte parfois d'une maladie ou de l'obligation qu'ils ont de rester à la maison pour élever une famille nombreuse ou s'occuper d'un parent malade. Ceci les empêche d'avoir un emploi ou une activité épanouissante. L'âge peut aussi être une raison de leur faiblesse et il n'y a alors pas grand-chose à faire pour eux.

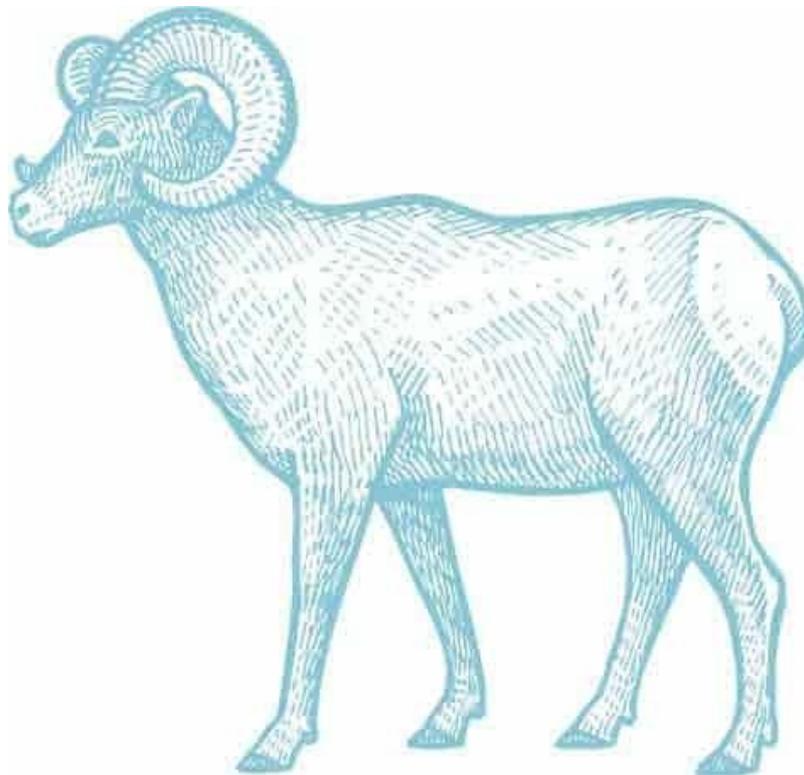
Corps et santé

Ce chakra est situé au milieu du corps, il administre donc le système digestif. Un individu dont le chakra du plexus solaire est en difficulté aura probablement du mal à digérer ou à transformer la nourriture en énergie. De cela peut résulter la malnutrition, la fatigue et une faible capacité à récupérer. C'est une personne qui réagit mal aux agressions. Ainsi, des situations délicates, des disputes à répétition ou le harcèlement de son entourage peut conduire à la détérioration des organes principaux jusqu'au développement de maladies et probablement de cancers.



Voici une liste d'affections qui peuvent être liées au chakra du plexus solaire:

- Ulcères de l'estomac
- Dyspepsie
- Problèmes de foie
- Problèmes de pancréas
- Calcul biliaire
- Diabète
- Hypoglycémie
- Prise de poids
- Problèmes avec les glandes surrénales
- Problèmes de reins
- Maladies parasitaires
- Malaria
- Problèmes de peau
- Problèmes oculaires



Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra du plexus solaire. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Manipura
Autres noms	Chakra jaune, chakra du nombril
Numéro	Troisième chakra
Couleur	Jaune
Genre	Yang, masculin, positif
Animal	Bélier
Pétales de lotus	Dix
Forme	Cercle
Élément	Feu
Planète	Le Soleil
Signe	Lion
Mantra	Ram
Musique	Cornes et instruments à anche

Le chakra du cœur



Caractéristiques

Position: du milieu du thorax à la colonne vertébrale

Rôle principal: amour, relations, respect et créativité

Régions du corps: cœur, poumons et appareil digestif supérieur

Glande: thymus

Sens: toucher

Points clés

Positif: aimer et être aimé, compassion

Négatif: mal aimé ou pas aimé

Position

Le chakra du cœur passe par la poitrine et le cœur. Il sort par la colonne vertébrale.

Thèmes relatifs au chakra du cœur

Il s'agit du deuxième des chakras *émotionnels*, par opposition au chakra racine et au chakra sacré qui sont qualifiés d'*instinctifs*, du chakra de la gorge ou du chakra du 3^e œil, qui sont les chakras de l'*intelligence*, ou encore des chakras de la couronne et des suivants qui sont les chakras *spirituels*. Le chakra du cœur est la porte d'entrée vers les chakras inférieurs orientés sur la survie et les chakras supérieurs tournés vers la spiritualité.

La poésie classique ou les chansons populaires nous racontent que le cœur est sollicité lorsque l'on tombe amoureux ou que quelque chose ne se passe pas bien dans notre vie. Ne parle-t-on pas de cœur brisé lorsque nous vivons une rupture amoureuse difficile? Si vous travaillez la chiromancie, vous savez certainement que la ligne de cœur nous parle de la santé du cœur aussi bien sur le plan organique que sur celui des sentiments. Par exemple, une ligne de cœur brisée nous parle bien d'un cœur qui s'est « cassé », mais la ligne peut se reprendre indiquant que de nouvelles histoires d'amour naîtront. Le chakra du cœur est donc celui de l'amour sous toutes ses formes et des manières de créer du lien avec les autres. Ce chakra relève aussi de la sécurité émotionnelle et de l'assurance d'être aimé. Il cherche à établir un équilibre entre le besoin d'aimer et le désir d'excellence spirituelle. Ce chakra régit donc l'altruisme, la compassion, la dévotion et le sacrifice au profit des autres, dans une mesure raisonnée.

Le chakra du cœur est également lié aux bonnes choses de la vie, comme la créativité et le plaisir exprimés dans l'art, la musique et la danse. Il est associé à l'artisanat et à la création d'un joli chez-soi ou d'un jardin où l'on se sent bien. Il est donc lié à la guérison physique et émotionnelle, mais aussi au jeu, au divertissement, à l'élévation de soi, à la relaxation, au repos et à la récupération.

Si vous êtes adepte d'astrologie, ce chakra est lié au signe de la Balance, associé aux partenariats et aux relations entre les personnes. Il est également connecté aux événements qui se produisent entre l'âge de quatre ans et demi et l'âge de six ans et demi. Souvenez-vous des événements que vous avez vécus à cette période pour considérer leur impact sur votre vie d'adulte.

Un chakra du cœur équilibré

Une personne dont le chakra du cœur est fort, se sent bien dans sa peau. Sans prétendre à la perfection, elle a conscience de se trouver sur le bon chemin. Elle ne se fait pas de mauvais sang pour des détails de la vie et s'efforce d'arranger les choses lorsque ça tourne mal. Ce sont des personnes souvent gentilles, aimantes et désintéressées. Elles ne se laissent pas martyriser, abuser ou manipuler. Elles sont sincères et honnêtes vis-à-vis des autres. Elles sont heureuses d'aimer et expriment le besoin d'être aimées en retour. Elles acceptent leurs erreurs et n'attendent pas des autres qu'ils soient parfaits. Ainsi leur attitude est-elle généralement sensible et raisonnable.



Un sujet dont le chakra du cœur est fort est plutôt facile à vivre, c'est un collègue de travail agréable parce qu'il a une bonne estime de lui et qu'il gagne aisément le respect des autres. Même lorsqu'il met sa vie en suspens pour s'occuper des autres, ce changement relève de sa propre décision, personne ne le lui impose. Il est parfois si charitable qu'il peut consacrer son travail aux autres. Il fait facilement confiance tant qu'il ne trouve pas une bonne raison pour agir autrement. Il peut se tourner vers la religion ou la spiritualité.

Loin d'être froid ou dénué d'émotions, il ne tombe cependant pas dans l'apitoiement ou le découragement lorsque les choses tournent mal. Il comprend que les mauvais moments sont nécessaires à son développement, même s'il aspire au meilleur plutôt qu'au pire. Ces individus savent gérer la perte, la séparation, le deuil et le chagrin avec mesure et acceptation. Ce sont l'amour, la compassion et la bonté qui dirigent leur vie, ce qui n'en fait pas pour autant des idiots ou des victimes. Si l'on cherche à tirer profit d'eux, ils s'éloigneront simplement de la situation pour ne pas tomber dans le piège.



Argent, travail et carrière

Une personne dont le chakra du cœur est fort n'est pas particulièrement économe, pas plus que dépensière. Elle n'est ni généreuse ni avare. Sans vénérer l'argent ni le matérialisme, elle fait ce qu'il faut pour s'offrir et offrir à ses proches un style de vie confortable. Les individus sous influence de leur chakra du cœur vont chercher à faire carrière dans des professions qui induisent le travail en équipe: l'armée, les forces de l'ordre, l'école, le milieu hospitalier par exemple. Les métiers au service des autres les attirent. Ainsi les retrouve-t-on auprès des personnes âgées, des personnes handicapées, des personnes démunies et des enfants. Ils pourront être aussi chefs scouts, volontaires dans des associations caritatives, etc.

On peut également les retrouver comme psychologues, cartomanciens, guérisseurs, conseillers spirituels, notamment pour leur faculté à répondre aux besoins émotionnels des autres.

Un chakra du cœur en excès d'énergie

Ce sont des personnes qui peuvent être désagréables ou souffrir de ceux qui sont désagréables à leur égard, selon que leur chakra du cœur est en excès ou en déficit d'énergie.

En général, un chakra hyperactif n'est pas une mauvaise chose pour les autres. En revanche, il est épuisant et dommageable pour les intéressés. Ceux-ci sont prêts à se sacrifier, à céder leurs biens, leur temps et leur énergie pour les autres, à jouer les sauveurs pour un partenaire dans la difficulté ou qui souffre d'une addiction à l'alcool ou à la drogue. Ils placent les besoins des autres bien au-dessus des leurs, et leur loyauté comme leur amour sont mal placés.

Ce chakra est problématique pour les personnes qui cherchent à bousculer les autres en usant de leviers émotionnels. Elles aiment contrarier en faisant du bruit et des scènes, en se plaignant auprès de leurs amis et collègues, par exemple par texto ou *via* les réseaux sociaux, alors qu'elles sont souvent à l'origine des problèmes. Elles ne donnent leur amour qu'à dessein; ce qui fait d'elles des parents cauchemardesques et des partenaires impossibles. Elles aiment exercer un pouvoir sur les autres et exploiter ceux qui comptent sur elles au travail, à la maison ou quel que soit le contexte. Elles peuvent se comporter en brutes manipulatrices qui se font passer pour les victimes de l'histoire. Elles sont amères, n'oublient rien, pas plus qu'elles ne pardonnent.

Ce sont des personnes terriblement jalouses, capables de blesser ceux qu'elles considèrent comme meilleurs ou plus chanceux, mais elles ne feront rien pour changer la situation ou améliorer leur propre vie.

Un chakra du cœur déficient

Certains donnent trop pour recevoir en retour l'amour, la compréhension et l'approbation dont ils ont besoin. Ils aiment rendre les autres heureux, mais oublient qu'ils ont droit aussi à leur part de bonheur. Ces personnes peuvent être épuisantes à jouer les martyres. Certaines confondent l'amour et l'argent, en offrant la plus grande partie de leurs revenus, en échange de l'espoir d'être aimées. Mais elles peuvent aussi fonctionner de cette manière simplement pour s'offrir la paix, sans même envisager la possibilité d'être aimées pour ce qu'elles sont.

Les situations qui impliquent des relations avec les autres requièrent du courage, un bon sens commun et la capacité à fixer des limites. Cela s'applique aussi bien au monde de l'entreprise qu'au contexte familial. Un individu, dont le chakra du cœur est déficient, aura du mal à appliquer ces règles. Il peut ainsi vivre une situation toxique dans laquelle son entourage devrait lui témoigner de l'amour et de l'attention, mais ne le fait pas. Ceci peut affecter son estime et sa confiance en soi, au point de se sentir stupide et dénué de valeurs. Il peut se sentir indigné de recevoir l'amour, l'approbation ou le respect des autres, et être incapable de faire face à quelque situation que ce soit.

Dans certains cas, les personnes dont le chakra du cœur est déficient peuvent apprécier la solitude, aimer les animaux ou éprouver beaucoup de plaisir à créer un joli jardin ou bien peindre, chanter ou mener n'importe quelle activité artistique et créative. Elles n'aspirent peut-être pas à vivre avec quelqu'un ou à travailler avec d'autres personnes. Elles sont autonomes et heureuses de faire les choses à leur manière.

Corps et santé

Le cœur est régi par ce chakra, comme tout ce qui se trouve dans la poitrine, y compris les poumons, les côtes, le haut de la colonne vertébrale et les épaules.

La liste suivante présente les régions du corps et les fonctions qui lui sont associées:

- Cœur
- Poumons
- Circulation
- Cage thoracique
- Partie supérieure de la colonne
- Épaules
- Cellules du sang
- Thymus
- Hormones de croissance
- Appareil digestif
- Partie supérieure de l'estomac

Voici une liste d'affections qui peuvent être liées au chakra du cœur:

- Asthme
- Allergies
- Pneumonie
- Emphysème
- Arthrose dans la colonne et les épaules
- Hernie hiatale
- Problèmes en lien avec les seins
- Cancer des poumons ou du sein

Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra du cœur. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Anahata
Autre nom	Chakra vert
Numéro	Quatrième chakra
Couleur	Vert
Genre	Yin, féminin, négatif
Animal	Loup
Pétales de lotus	Douze
Forme	Croix
Élément	Air
Planète	Vénus
Signes	Taureau et Balance
Mantra	Yam
Musique	Flûte, instruments à vent en bois

Le chakra de la gorge



Caractéristiques

Position: de la gorge à la nuque

Rôle principal: communication

Région du corps: gorge

Glandes: thyroïde et parathyroïde

Sens: ouïe

Points clés

Positif: clarté de l'expression

Négatif: mensonges et dissimulations

Position

Ce chakra se situe entre l'avant de la gorge et l'arrière de la nuque. Il régit le cou, le haut des épaules, le haut de la colonne vertébrale, le système bronchique, la parole, l'ouïe, les mâchoires, la thyroïde et les glandes parathyroïdes.

Thèmes relatifs au chakra de la gorge

Il s'agit du chakra de l'intellect, par opposition aux chakras de l'intuition, des émotions ou de la spiritualité. Il est associé à la logique, au raisonnement et au sens commun. Il est lié à l'apprentissage et à l'enseignement, à l'acquisition de connaissances et à la communication. Il peut gérer des thématiques artistiques, notamment la musique et la poésie. Il régit la manière d'écouter un enseignant, ainsi que l'éducation au travers de la lecture et de programmes éducatifs diffusés à la télévision. C'est le chakra de la communication qui est impliqué dans l'écoute, l'expression orale, l'écriture et la connexion avec les autres dans un cadre professionnel et personnel. C'est le chakra qui régit le développement du caractère et de la force personnelle par l'expérience et la manière de gagner sa vie décentement; il permet aussi de s'occuper des autres. Il se réfère au sens commun, à la compréhension et au sens de la responsabilité, y compris la responsabilité de soi.

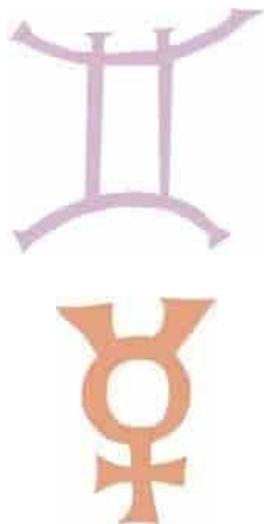
Pour ce qui est de la santé, ce chakra est associé à la croissance et au développement hormonal. Sur le plan psychologique, on dit de ce chakra qu'il renvoie aux événements qui se sont produits entre l'âge de six ans et demi et l'âge de huit ans et demi. Les expériences vécues à cette époque sont déterminantes pour la vie d'adulte.

Dans le registre astrologique, ce chakra est lié à la planète Mercure et aux signes d'air du Gémeaux, de la Balance et du Verseau. Le Gémeaux est le plus impliqué dans la communication, tandis que la Balance comme le Verseau ont un sens aigu de la justice et un désir très fort de faire de notre monde un meilleur endroit pour l'humanité, ce qui est en lien direct avec ce chakra.

Certaines traditions considèrent que ce chakra agit comme un « filtre » qui tient le monde terrestre à l'écart du monde spirituel, domaine réservé aux chakras supérieurs.

Un chakra de la gorge équilibré

Un individu dont le chakra de la gorge est équilibré est du genre à prendre ses responsabilités et ne cherche pas à accuser qui que ce soit pour justifier ses erreurs. Il s'attribue le mérite de ses réussites et accepte ses échecs, ce qui constitue un bon moyen pour gagner le respect des autres. Il est loyal, bon, digne de confiance et honnête. Son sens de la diplomatie et son tact ne l'aveuglent pas et il sait reconnaître les machinations qui pourraient lui nuire.



Sur le plan matériel, c'est une personne qui ne s'appuie pas sur les autres. Ses convictions spirituelles sont fortes et, si la vie prend une tournure compliquée, elle aura tendance à puiser des forces dans sa spiritualité. Elle fait de bonnes choses pour les bonnes raisons, avec une spiritualité sous-jacente et une attitude spirituelle inconsciente qui imprègne tous ses actes. Elle essaie toujours d'être honnête, bonne et charitable à l'égard des autres. Ces personnes sont douées d'une excellente qualité d'écoute: elles comprennent le point de vue des autres et sympathisent avec eux.

Argent, travail et carrière

Un individu dont le chakra de la gorge est fort sera bon conseiller; il pourra travailler dans la sphère juridique ou dans la politique. C'est un bon orateur qui pourra être attiré par l'écriture, l'édition ou le journalisme. Il pourra aussi être un développeur informatique compétent dans le monde du jeu, du divertissement ou de l'éducation. C'est généralement une personne douée en affaires qui a une excellente perception du monde de l'entreprise. On peut la retrouver dans les secteurs de la comptabilité, de la banque, ou encore des finances, sans oublier les rôles pour lesquels son sens du conseil, de l'écoute et de l'assistance sera mis en valeur.

Ces personnes assument la responsabilité de leurs décisions. Elles se fixent des objectifs réalistes et font avancer les choses. Elles ont du succès dans le monde matériel et mènent une vie bien remplie. Elles acceptent également que tout ne fonctionne pas comme elles l'ont décidé. Ce sont des personnes réalistes. Leur capacité à négocier en fait d'excellents vendeurs. Un chakra de la gorge bien équilibré encourage les individus à se dépasser, à accepter des défis et à placer la barre haut. Ils sont capables de visualiser leur futur et de travailler à sa réalisation, parce qu'ils sont à l'aise avec la planification mais peut-être un peu moins avec les détails.

Certains communiquent à outrance, au point d'en devenir ennuyeux. Cela peut être la conséquence d'une certaine nervosité ou du simple fait qu'ils aiment le son de leur voix. Dans le monde des affaires, il est préférable d'écouter que de parler; une personne dont le chakra de la gorge est bien équilibré le sait mieux que personne.

Ce sont des individus que l'on retrouve également dans le domaine de la spiritualité, doués de clairaudience, cette faculté qui leur permet d'entendre la voix de défunts. Certains se tourneront vers les guides spirituels et même le royaume des anges. Ils peuvent aider les autres en leur prêtant attention, en leur proposant une thérapie, en les conseillant ou en les assistant dans une période difficile.

Un chakra de la gorge en excès d'énergie

Ce sont des personnes qui peuvent être désagréables, ou qui peuvent souffrir de ceux qui sont désagréables à leur égard, selon que leur chakra de la gorge est en excès ou en déficit d'énergie.

Elles ont une si haute estime d'elles-mêmes et de leurs opinions qu'elles rendent la vie de ceux qui les entourent difficile. Elles peuvent être dogmatiques sur le terrain religieux ou politique, et les seules choses qui comptent pour elles sont leurs propres préjugés. Elles peuvent comprendre les autres et avoir de l'empathie à leur égard mais ce n'est pas pour autant qu'elles prendront soin d'eux. Ce sont des individus intolérants qui reprochent aux autres les erreurs qu'eux-mêmes commettent. Ils n'assument jamais leurs responsabilités. Ils peuvent être bavards, arrogants et ennuyeux, avoir des comportements blessants, méchants et suffisants ou tout simplement stupides. Leur manque de courage et de verve est caractérisé. Ils sont partisans du moindre effort, s'approprient ce qu'il y a de mieux sans partager avec les autres ni montrer le moindre intérêt à leur égard. Ils sont jaloux et méprisants. Ils ne profitent de la vie qu'en bousculant les autres.

Un chakra de la gorge déficient

Pessimiste, mélancolique et peu courageux - comme beaucoup de gens faibles à travers le monde - il peut se montrer sournois et ne participer à aucune initiative qui pourrait être utile à la communauté. Il regarde son passé avec amertume et rancune, accusant les autres de tout ce qui ne tourne pas rond dans sa vie. Ce sujet a du mal à se défendre et préfère se tourner vers ceux qui sont plus forts pour s'appuyer sur eux, ce qui peut le conduire à côtoyer des brutes dont il peut être victime. L'opinion des autres prend toujours une trop grande place dans sa vie.

Il fait tout ce qui est en son pouvoir pour ne pas énerver les autres et éviter de susciter chez eux un sentiment de colère. Il ira jusqu'à les soudoyer en leur offrant de l'argent, des marchandises ou des services, du moment qu'il peut s'acheter un peu de paix et de tranquillité. Un sujet dont le chakra de la gorge est en déficit n'arrive pas à parler des injustices dont il est victime. On peut aussi assister à la situation inverse: il s'exprime mais personne ne l'écoute. Ainsi, cet individu peut se retrouver enlisé dans une relation compliquée, voire impossible, et mettre des années à s'en sortir. Certains s'arrogent des responsabilités qui ne les concernent pas, tandis que d'autres - qui feraient mieux de rompre avec une situation - se contentent d'attendre en espérant une amélioration.

Corps et santé

Ce chakra est évidemment associé à la gorge, mais aussi à la colonne cervicale, aux épaules et à la partie supérieure du corps. Voici les affections qui sont associées au chakra de la gorge:

- Bronchite
- Asthme
- Laryngite
- Amygdalite
- Allergies
- Problèmes de cordes vocales
- Ulcères de la bouche
- Problèmes dentaires
- Anorexie et boulimie
- Problèmes de cou et de colonne cervicale
- Problèmes de croissance et de développement
- Maladies de la thyroïde et de la parathyroïde
- Problèmes d'audition et d'équilibre
- Cycle menstruel et problèmes à la ménopause



Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra de la gorge. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Vishuddha
Autre nom	Chakra bleu clair
Numéro	Cinquième chakra
Couleur	Bleu ciel
Genre	Yang, masculin, positif
Animal	Aigle
Pétales de lotus	Seize
Forme	Coupe
Élément	Air/Éther
Planète	Mercure
Signes	Gémeaux et Vierge
Zone visage	Gorge
Mantra	Ham
Musique	Chant

Le chakra du 3^e œil



Caractéristiques

Position: au milieu du front, entre les deux yeux

Rôle principal: connaissance, clarté

Région du corps: tête

Glande: épiphyse/hypophyse

Sens: vue

Points clés

Positif: compréhension

Négatif: pensée confuse

Position

Certains disent que ce chakra est situé entre les deux yeux, sur la ligne des sourcils, d'autres préfèrent le placer au milieu du front.

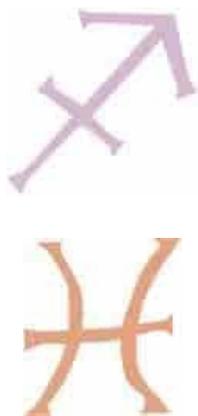
Thèmes relatifs au chakra du 3^e œil

Le chakra du 3^e œil est concerné en premier lieu lorsque l'on travaille sur le plan spirituel, en tant que médium, voyant ou guérisseur. Ce chakra gère la perception extrasensorielle et la faculté de se connecter à des entités désincarnées. Il est associé à la psychologie, puisqu'il permet de se comprendre soi-même et de comprendre les autres. Ce chakra administre l'intelligence émotionnelle et la maturité. Il aide à comprendre ce qui se cache derrière les actions des autres et derrière les nôtres. Il favorise l'intuition et l'inspiration ainsi que la possibilité d'accéder aux messages du monde des esprits. Il est particulièrement lié à la clairvoyance.

Un chakra du 3^e œil équilibré

Nous prenons à présent un peu de distance par rapport à notre vie quotidienne. Ce chakra est le premier des chakras spirituels. Il gère la pensée, l'imagination et la créativité, et permet de concrétiser ses idées. C'est la vue du visionnaire. Il est également lié à la mémoire, nous permettant d'apprendre de nos erreurs et des souffrances du passé, pour avancer vers un futur meilleur. La tradition associe ce chakra à la relation maternelle et aux sentiments que nous ressentons à son égard; il y a donc ce lien avec le passé, ainsi qu'une vision du futur à long terme. Il est connecté aux expériences vécues entre l'âge de huit ans et demi et l'âge de dix ans et demi.

Ce chakra nous offre la possibilité d'être bon, honnête, loyal, fiable et sympathique. Il permet d'être sensible et ouvert d'esprit mais aussi clairvoyant et sérieux. Il invite à prendre ses responsabilités et à faire de notre mieux pour les autres. La force est utilisée de la meilleure manière possible, notamment pour améliorer les conditions de vie sur notre planète. Ce chakra dessine un pont entre le monde terrestre et celui des esprits. Sur le plan astrologique, Jupiter et les signes du Sagittaire et du Poissons sont connectés au chakra du 3^e œil.



Il s'agit donc du chakra de la clairvoyance, c'est-à-dire la capacité à voir les esprits et à recevoir des messages de l'au-delà. Il permet d'interpréter les messages que la personne reçoit dans ses rêves ou au cours d'un travail spirituel. Il est lié à l'oracle et au tarot dans la mesure où il permet de traduire des images en messages. La vision offerte par ce chakra permet de deviner les mensonges et les subterfuges, et de révéler la vérité.

Argent, travail et carrière

Le travail relève davantage du monde matériel, mais ce chakra, impliqué dans le monde spirituel, peut aussi favoriser la réussite professionnelle. Sa nature généreuse conduit les personnes qui ont réussi sur le plan matériel, à donner à leurs proches et à un certain nombre de causes. Lorsqu'il est question de travail ou de carrière, ces individus visionnaires pourront utiliser leurs talents en architecture, au sein d'un gouvernement, dans l'univers de la justice ou de l'assurance. Ils seront de bons conseillers en matière de retraite grâce à leur capacité organisationnelle sur le long terme. Les projets qu'ils mettront en place pour faire de notre monde un monde meilleur seront couronnés de succès.

Ce chakra revêt une dimension symbolique qui s'exprime au travers de la route, du chemin. Ainsi, les personnes dont le chakra du 3^e œil est fort seront à même d'envisager le chemin qui permet de se sortir d'un dilemme ou d'une situation compliquée.

Sur le plan pratique, ce chakra offre la possibilité de mener des travaux à long terme dans le développement d'une ville ou le génie civil par exemple. Si ce chakra est fort chez un individu, celui-ci fera ce qu'il faut pour sa retraite ou pour rembourser ses crédits.

L'argent ne dirige pas ces personnes, qui sont attirées par la création ou la spiritualité. On les retrouve comme clairvoyantes, guérisseuses, médiums, etc.

Un chakra du 3^e œil en excès d'énergie

Ce sont des personnes qui peuvent être désagréables, ou qui peuvent souffrir de ceux qui sont désagréables à leur égard, selon que leur chakra du 3^e œil est en excès ou en déficit d'énergie.

Une personne dont le chakra du 3^e œil est trop ouvert est autoritaire, déplaisante, arrogante et égocentrique. Elle a une haute opinion d'elle-même. Elle peut être têtue et inflexible, avoir un esprit fermé et manquer d'imagination. Elle pourra chercher à ridiculiser les personnes qui l'entourent et n'aura pas de considération pour les besoins des autres.



C'est aussi une personne qui aura tendance à ennuyer les autres en envahissant leur espace avec des thèmes qui la concernent, qu'il s'agisse d'une personne spirituelle ou non. En chiromancie, une personne dont la ligne de tête est courte aura tendance à se comporter ainsi. C'est une personne qui pense tout savoir sur un sujet, et la seule manière de capter son attention est de parler de ce sujet. Elle peut être misogyne, antisémite et raciste, ce qui ne l'empêchera pas d'être extrêmement pratiquante. Parfois, les idées des autres influencent ces individus à l'extrême, ce qui peut les conduire à des situations compliquées.

Un chakra du 3^e œil déficient

Bien qu'elle ne soit pas en manque d'intuition, une personne dont ce chakra est déficient a du mal à aller au fond des choses; ne parvient pas à terminer ce qu'elle commence et à améliorer l'estime d'elle-même. Elle aura tendance à se sacrifier pour les autres dans l'espoir de maintenir la paix, mais ce n'est pas une méthode efficace. La frontière est mince entre l'admiration et l'envie. Une personne qui a une faible estime d'elle-même aura tendance à envier les autres. Elle se contrarie facilement, est d'un naturel très sensible, analysant à l'excès les situations douloureuses, et éprouve des difficultés à faire face aux critiques ou à passer à autre chose après les coups durs. C'est une personne qui a souffert dans son enfance, peut-être par manque d'amour, puis dans la vie en évoluant et en travaillant aux côtés de personnes difficiles. En toute logique, certains se tournent vers l'alcool ou la drogue pour oublier leur douleur. D'autres préféreront la solitude plutôt que d'être mal accompagnés, et partageront leur vie avec des animaux de compagnie.

Corps et santé

Ce chakra administre la tête, ainsi qu'un certain nombre de glandes dans le corps. Il est connecté aux hormones liées aux problèmes féminins et à l'insomnie. Les infections relatives à ce type de chakra sont:

- Maux de tête
- Migraine
- Névralgie
- Sinusite
- Vertiges
- Insomnie
- Déséquilibres hormonaux
- Problèmes de vue, y compris cécité
- Tumeurs cérébrales
- AVC
- Hémorragie cérébrale
- Problèmes vertébraux
- Problèmes d'équilibre, de mouvements et de coordination
- Problèmes liés à l'hypophyse et à l'épiphyse

Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra du 3^e œil. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Ajna
Autres noms	Chakra frontal, chakra indigo
Numéro	Sixième chakra
Couleur	Bleu indigo
Genre	Yang, masculin, positif
Animal	Ancêtres
Pétales de lotus	Cercle avec un pétale par face
Forme	Étoile de David
Élément	Lumière
Planète	Jupiter
Signes	Sagittaire et Poissons
Zone visage	Yeux, crâne
Mantra	Aum
Musique	Chants et musiques sacrés

Le chakra couronne



Caractéristiques

Position: couronne de la tête

Rôle principal: spiritualité

Régions du corps: tête et système nerveux central

Glandes: hypophyse/épiphyse

Sens: unicité avec l'univers

Points clés

Positif: spiritualité

Négatif: manque de fiabilité

Position

Le chakra couronne est situé sur la couronne de la tête.

Thèmes relatifs au chakra couronne

Ce chakra relie les êtres humains à la Terre et à l'univers. Il régit la spiritualité, la fraternité et la foi. Il contient la mémoire de nos vies antérieures et un aperçu de notre prochaine vie. C'est la passerelle entre la conscience élevée, la spiritualité, l'intuition guidée et la compréhension du véritable sens de la vie et de ce qui se passe ensuite. Le chakra couronne gère la foi, la confiance, la prière, la méditation et la sagesse. Il est également connecté au bonheur et à la joie.

Un chakra couronne équilibré

Une personne dont le chakra couronne est fort et équilibré est une personne altruiste qui pourra travailler dans l'humanitaire et pour la gloire de Dieu. Elle est généreuse et intelligente, elle comprend les enjeux de notre planète et a une idée plutôt précise de la manière dont elle souhaite vivre et de ce qu'il faut faire pour y arriver.

Curieusement, des sentiments de peur, de solitude, d'isolement et de deuil peuvent être liés à ce chakra, même s'il est correctement aligné. Certaines formes d'intense souffrance peuvent conduire l'individu à chercher des réponses et trouver un chemin de spiritualité. Ces sentiments peuvent éventuellement le conduire à réconforter et conseiller les personnes qui le consultent.

Argent, travail et carrière

Un individu dont le chakra couronne est correctement aligné a des valeurs qui tendent davantage vers le spirituel que le matériel. Il peut donc dédier sa carrière au milieu caritatif, en aidant les toxicomanes ou les sans-abri par exemple, ou les personnes qui ont eu moins de chance que lui. Dans certains cas, ces individus choisissent d'entrer en religion. Beaucoup sont totalement désintéressés par l'argent et considèrent que leur travail consiste à véhiculer la voix et l'amour de Dieu.

Pour ceux qui travaillent dans le monde commercial et matérialiste, ce sont des personnes pour qui l'éthique compte au premier chef. Ils sont du genre à donner le meilleur d'eux-mêmes en échange du salaire qui leur est versé. S'ils vendent quelque chose ou rendent un service, il faut qu'ils sentent que c'est au bénéfice de leur client. Ils sont honnêtes et bons, et préfèrent s'entourer de personnes qui partagent les mêmes valeurs.

L'âge associé au développement de ce chakra est celui de l'adolescence. Il n'existe pas un signe du zodiaque en particulier que l'on peut relier au chakra couronne.



Un chakra couronne en excès d'énergie

Ce sont des personnes qui peuvent être désagréables, ou qui peuvent souffrir de ceux qui sont désagréables à leur égard, selon que leur chakra couronne est en excès ou en déficit d'énergie.

Moralistes et systématiquement dans le jugement, ces personnes n'éprouvent aucune difficulté à imposer leur attitude aux autres. Elles peuvent se considérer au-dessus du lot. Certaines se servent même de la religion et de la spiritualité pour mettre les autres mal à l'aise et leur signifier leur incompetence. D'autres se prennent très au sérieux et peuvent rapidement ennuyer leur auditoire en n'abordant que des sujets qui les intéressent. Elles sont tellement immergées dans le monde spirituel qu'elles ne savent pas fonctionner dans le monde réel.

Un chakra couronne déficient

Il arrive parfois que la relation au père soit problématique, créant des difficultés dès le plus jeune âge et laissant plus tard des séquelles psychologiques. Il arrive aussi que des membres de la famille se rendent compte de la générosité et de la spiritualité de cet individu et en profitent exagérément. Il devra se protéger de ces comportements abusifs, au risque de se faire vampiriser. Une personne dont le chakra couronne est déficient pourra être si névrosée qu'elle ne parviendra pas à profiter de la vie. Elle a peur de la vie, elle a peur de la mort. Si elle traverse une période difficile, elle n'aura ni le courage ni la force d'infléchir son destin ou de s'en éloigner. Elle n'a aucune foi en l'univers ou en son propre avenir et la situation ne peut progresser.

Ces sujets peuvent valoriser l'argent et les biens plus que les personnes, la beauté ou les activités qui ont du sens. Ils peuvent donc s'enrichir, mais manquer d'âme ou de compassion. Lorsqu'ils perdent un être cher, ils peuvent prendre soudainement conscience qu'ils faisaient fausse route jusque-là et se tourner vers un chemin de spiritualité.

Ce sont des personnes qui peuvent exprimer un désir très fort de contrôler ou de dominer les autres. Elles peuvent également être obsédées par quelque chose au point d'en être déséquilibrées. De même, leur implication dans le monde spirituel peut être tel qu'elles en perdent le sens commun et pratique.



Corps et santé

Le chakra couronne gère le cerveau, notamment l'hémisphère droit. Il est également associé au système nerveux central. Les infections relatives à ce chakra sont:

- Cancer de la peau
- Sclérose en plaques
- Schizophrénie
- Maladie de Parkinson
- Épilepsie
- Maladie d'Alzheimer
- Troubles bipolaires
- Dépression
- Maladies des yeux
- Varices
- Eczéma
- Éruptions cutanées
- Verrues
- Grains de beauté
- Infections bactériennes



Correspondances

Les caractéristiques énumérées ci-dessous sont liées au chakra couronne. Certains de ces éléments prennent tout leur sens lorsqu'on les considère dans le cadre de thérapies alternatives ou de soins énergétiques.

Nom védique	Sahasrara
Autre nom	Chakra violet
Numéro	Septième chakra
Couleurs	Violet, pourpre; dans certaines traditions, blanc ou or
Genre	Yin et Yang, masculin et féminin
Animal	Anges
Pétales lotus	Lys violet ou nombreux pétales
Forme	Lotus, lys
Élément	Lumière
Planète	Saturne
Signes	Capricorne et Verseau
Zone visage	Tête
Mantra	Nnn
Musique	Silence



LES CHAKRAS MINEURS



Si l'on en croit la théorie, il existe 78 000 chakras dans le corps humain. Ce chiffre comme la position des chakras ne font pas l'unanimité. Vous pouvez repérer les chakras de votre corps aux points douloureux et aux zones qui attirent votre attention. De nombreux chakras se reflètent les uns les autres et sont situés de part et d'autre du corps. Ainsi, si vous remarquez que deux zones vous démangent ou vous irritent, ce sont peut-être des chakras en miroir qui réclament un soin particulier. Si les chakras mineurs suscitent votre intérêt, vous pouvez consulter un guérisseur ou un thérapeute, ou encore vous référer à votre propre expérience. Prenez-vous en photo et marquez les endroits correspondants à des chakras, au fur et à mesure que vous les découvrez.

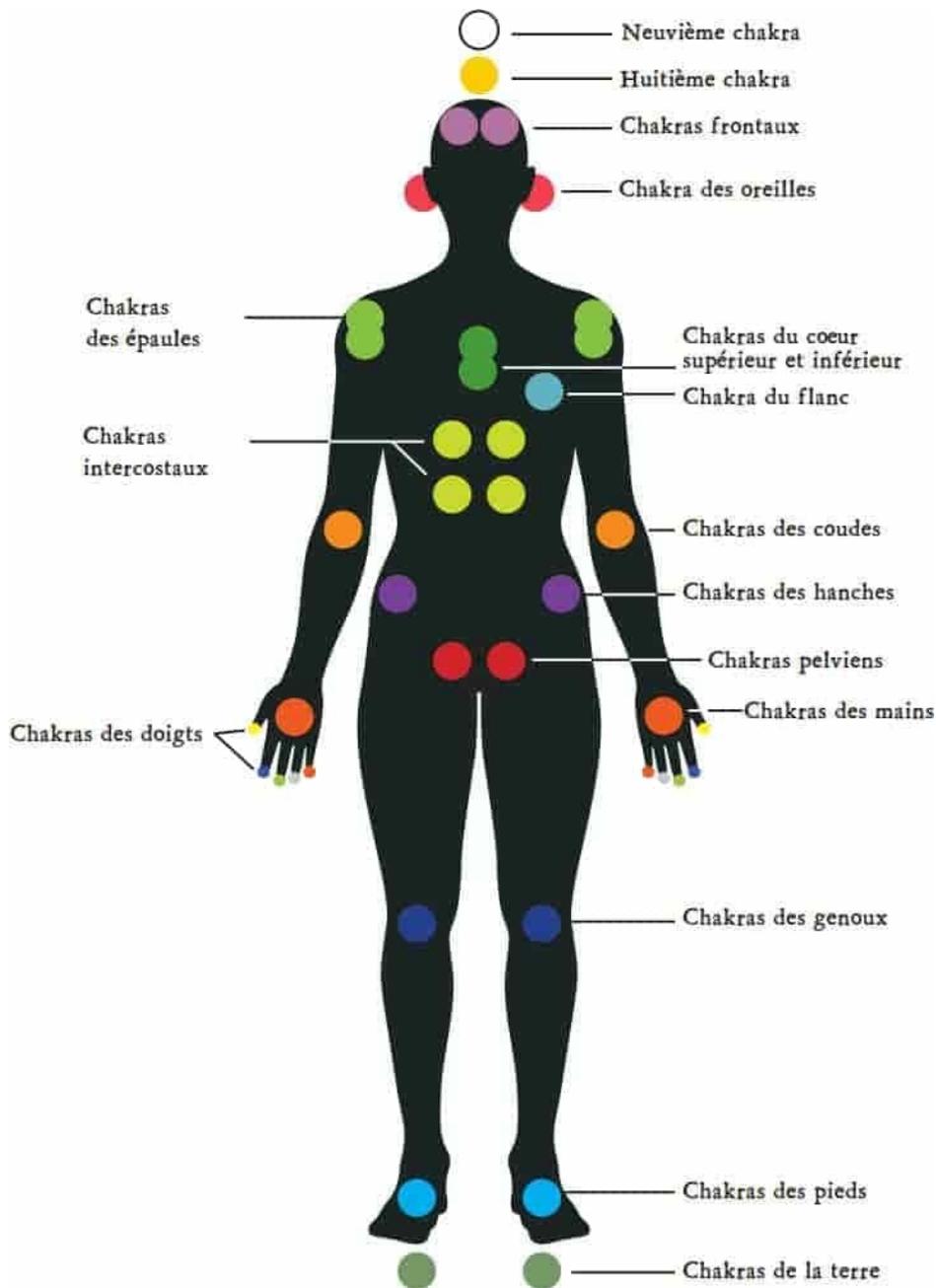
Les chakras au-dessus du corps

● Le huitième chakra — Argent et mort

Le huitième chakra est situé au-dessus de la tête. Certaines traditions précisent qu'il est installé juste au-dessus, tandis que d'autres indiquent une position plusieurs centimètres plus haut. Certains le voient comme un globe doré, d'autres comme une lueur ou une fleur blanche.

Curieusement, ceux qui ont passé leur vie à étudier les chakras considèrent que les individus sous l'influence du huitième chakra sont extrêmement tournés vers l'argent ! Ainsi, si un sujet est animé par le besoin de faire et d'accumuler de l'argent, ou qu'il s'en sert comme d'un moyen de pression sur les autres, les soins à lui apporter devront être dirigés sur son huitième chakra. À l'inverse, un sujet qui est systématiquement dans le besoin pourra lui aussi tirer profit du traitement de ce chakra. Dans la mesure où il s'agit du chakra des grosses sommes d'argent, mais aussi de celui du troisième âge et de la fin de vie, on retrouve une touche de Saturne et de Capricorne dans sa constitution.

On dit de ce chakra qu'il est particulièrement important au moment de la mort, certains considérant en effet que l'âme quitte le corps en passant par la couronne de la tête. Ceci implique que le huitième chakra est le lien entre le monde terrestre et la prochaine vie, et qu'il véhicule avec lui une partie du karma. Cela étant, cette croyance n'est pas unanimement partagée, dans la mesure où des médiums qui travaillent en milieu hospitalier ou en maisons de retraite assurent que l'âme quitte le corps par le nombril, comme si elle était reliée à un nouveau cordon ombilical.



CHAKRAS MINEURS OU SECONDAIRES

○ **Le neuvième chakra — Bonnes causes**

Ce chakra, qui est situé au-dessus du huitième, est blanc translucide. Il a trait à la protection de notre planète, à celle des animaux et des plantes et à l'aide que nous pouvons apporter aux autres. Vous l'invoquerez si vous vous engagez dans une cause humanitaire ou en rapport avec l'environnement. Il semble être en lien astrologique avec la planète Uranus et le signe du Verseau.

Les chakras supérieurs



Dans la tradition hindoue, on considère que les chakras supérieurs ont plusieurs finalités spirituelles qu'il nous est difficile de comprendre.

Les chakras du corps

Chakras frontaux

Certains considèrent que nous avons deux chakras sur le front, ce qui a un certain sens. D'autres pensent qu'une rangée verticale de chakras part du chakra du 3^e œil jusqu'à la racine des cheveux. Je ne suis pas convaincue par cette hypothèse. Quoi qu'il en soit, les chakras du front nous parlent d'intuition, de relations aux autres, de compréhension de l'univers et de gestion des vies passées et futures.

Chakras des oreilles

Des personnes ou des situations d'une vie antérieure peuvent rôder autour de nous, et nous amener à nous comporter de manière inappropriée. Certaines personnes peuvent même être contrôlées par des entités désincarnées et avoir besoin d'aide pour se débarrasser de ces influences malveillantes.

Chakras des épaules

J'ai foi dans les chakras des épaules, j'en suis consciente dans mon propre corps. Ils semblent s'activer lorsque j'ai une activité spirituelle. Ils parcourent les épaules, de l'avant à l'arrière. Certains disent qu'ils sont au-dessus des aisselles, mais ce n'est pas mon avis. Je les sens plus haut que cela.

Chakra du flanc

Sous l'aisselle gauche, il y a un chakra qui est impliqué dans l'autonomisation et la capacité à se défendre. Si ce chakra est trop ouvert, les autres auront tendance à abuser de la personne, alors que s'il est bloqué, le sujet sera irritable et en colère. Le système immunitaire peut être déficient.

Chakras intercostaux

Il y a deux chakras de part et d'autre de la colonne vertébrale dont on dit qu'ils sont liés à l'enseignement supérieur. Ils sont situés juste en dessous des omoplates. Si vous devez étudier, concentrez-vous sur ces points pour les ouvrir.

Chakras du cœur supérieur et inférieur

Le chakra du cœur inférieur régit l'amour et l'amour de la famille, des amis, des enfants et des animaux domestiques. Lorsqu'il ne fonctionne pas bien, il peut provoquer un amour obsessionnel, à l'instar du chakra sacré, impliqué dans l'obsession sexuelle. Le chakra du cœur supérieur est plus spirituel, il est lié à l'amour des anges, des divinités, des guides spirituels et de l'univers.

Chakras des coudes

Ils traversent les coudes de l'avant vers l'arrière et sont associés au flux d'énergie de guérison qui descend le long des bras vers les mains. Ces chakras s'activent lorsqu'un guérisseur est en plein travail par exemple.

Chakras des mains

Les guérisseurs et les médiums savent que chaque main possède un chakra qui part du dos de la main pour rejoindre la paume.



Chakras des doigts

On trouve un chakra sur chaque bout de doigt. Pour en voir l'effet, prenez un pendule ou utilisez un pendentif sur une chaîne et tenez-le au-dessus de vos doigts un par un. Le pendule oscillera dans une direction différente sur chaque doigt. Si vous n'obtenez aucune réaction, essayez de travailler sur les mains de quelqu'un d'autre. L'interaction avec une tierce personne peut en effet donner des résultats plus probants. En pratique, ces chakras vous aident à guérir ou à venir en aide à des personnes.



Chakras des hanches

Ils sont situés de chaque côté du corps, en le traversant de l'avant vers l'arrière. Frictionnez-les lorsque vous avez besoin de vous sentir protégé et confiant.



Chakras pelviens

Les chakras situés de part et d'autre de la région pelvienne sont liés à la confiance en vous. Concentrez-vous dessus pour vous sentir maître de votre vie.



Chakras des genoux

On dit de ces chakras qu'ils traversent les genoux d'un côté à l'autre. En réalité, j'ai découvert qu'ils traversent la jambe de l'avant du genou vers l'arrière. Ces chakras s'ouvrent lorsque l'on prie ou que l'on demande l'aide des anges dans une situation qui nécessite leur intervention.



Chakras des pieds

Ces chakras traversent les pieds de la cheville à la plante. Certaines traditions les situent sous les talons. Ils sont activés chaque fois que vous vous connectez à la terre en méditant. Si vous vous sentez agité, essayez d'envoyer de la lumière à travers votre corps, en traversant la plante de vos pieds jusqu'au sol. C'est une très bonne manière de trouver le calme. Le fait de vous tenir debout sur du sable ou de l'herbe peut également vous aider à vous connecter à la terre.

Les chakras sous le corps



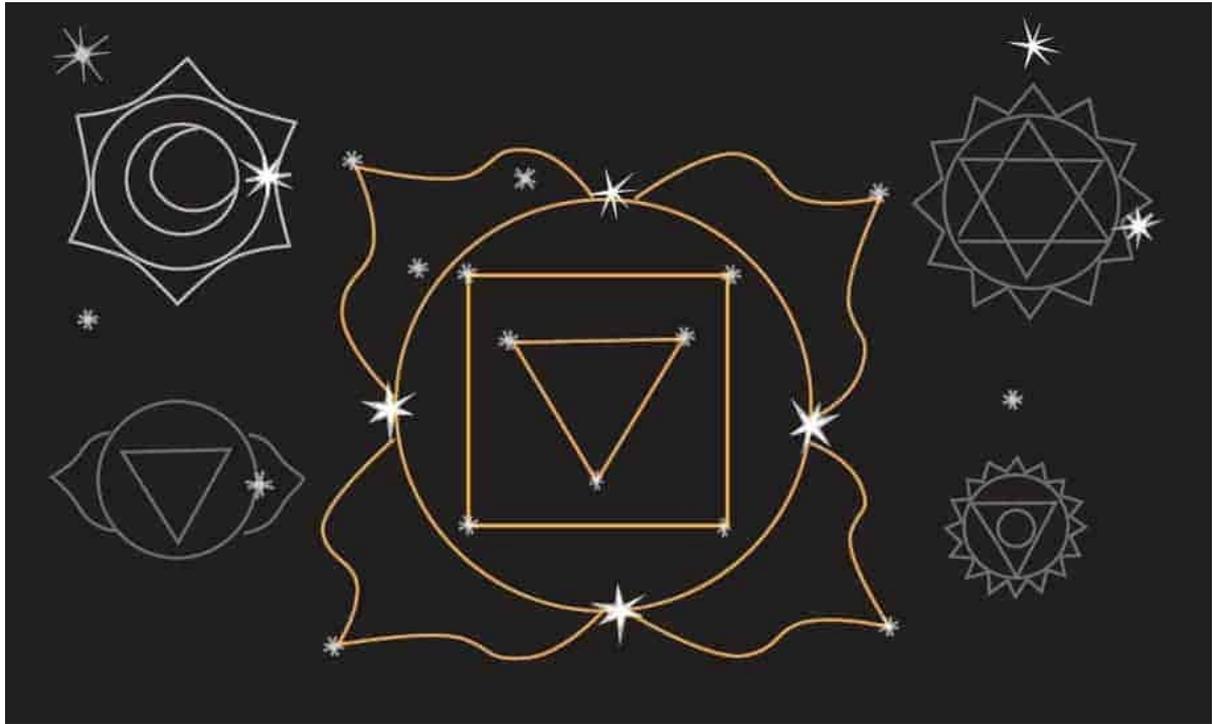
Chakras de la terre

Il existe une théorie selon laquelle le sol sous les pieds a l'effet d'un chakra. Si celui-ci est bloqué, il peut engendrer un sentiment d'impuissance et une incapacité à faire face aux aspects pratiques de la vie quotidienne. Cette zone est sensible aux facteurs de stress géopathiques, tels que les lignes électriques à haute tension, les régions polluées, une trop grande quantité d'eau qui coule à proximité de la maison ou du lieu de travail, ou un élément toxique dans l'environnement.

Pour équilibrer cette zone de chakras, asseyez-vous en disposant des pierres brunes (œil-de-tigre, agate ou silex par exemple), près de vos pieds. Méditez alors sur votre besoin de calme, d'équilibre mental et de clarté d'esprit.



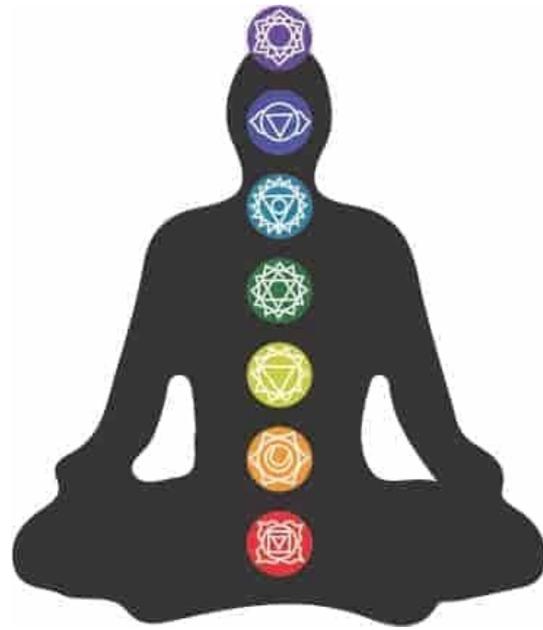
IDENTIFIER LES CHAKRAS FAIBLES



L'état de nos chakras est variable. Pour des raisons physiques, émotionnelles ou spirituelles, les chakras peuvent se refermer ou ne plus être alignés. Par exemple, les chakras de la gorge et du cœur seront affectés en hiver lorsque vous êtes enrhumé. De même, si vous vous tordez la cheville, vous aurez tout intérêt à travailler la guérison des chakras du pied, voire celle du chakra racine, dans la mesure où ce dernier régit les membres inférieurs. Dans le même ordre d'idées, si vous souffrez de maux de tête, vous pourrez travailler les chakras de la couronne et du 3^e œil, mais aussi celui de la gorge pour sa connexion avec la mâchoire et le haut de la colonne vertébrale, foyers bien connus des tensions qui sont à la source des maux de tête.

Un sujet peut connaître des dysfonctionnements dans un ou plusieurs chakras principaux. Si la personne est très malade ou souffre d'un traumatisme profond, son aura et l'ensemble de ses chakras seront temporairement affectés. Les idées suivantes vous aideront à identifier les chakras affaiblis, bloqués ou qui souffrent d'un dysfonctionnement.

- Référez-vous aux pages suivantes pour mettre en corrélation des zones qui vous font souffrir ou dont vous souhaitez améliorer l'état.
- Servez-vous d'un pendule pour identifier les problèmes (nous y reviendrons plus tard dans ce chapitre).
- Répondez aux questions du quiz, à la fin de ce chapitre.
- Consultez un thérapeute énergétique qui sait ressentir et visualiser les chakras, et qui saura mettre en place le travail nécessaire pour les guérir.



Check-list des chakras

Chakra racine

- Besoins basiques: la maison, le travail, le transport vers et depuis le lieu de travail, l'argent et les propriétés. Instinct de survie, sécurité.
- Amour de la musique et du rythme, en particulier de la musique rock et des percussions.
- Amour de la nature et sexualité.
- Organes de reproduction, élimination des déchets et reproduction des cellules.



Chakra sacré

- Besoin de connexion, joie et ouverture aux autres.
- Émotions saines, vie sexuelle saine et satisfaisante, et de la joie dans la relation aux autres.
- De bonnes relations au travail avec les supérieurs, les collègues et les collaborateurs.
- Créativité.
- Organes de reproduction, adrénaline, reins et système digestif.



Chakra du plexus solaire

- Volonté, *leadership*, compétences managériales et capacité à réussir sa vie professionnelle.
- Esprit, intelligence et capacité à étudier et à enseigner.
- Une famille heureuse et un foyer qui fonctionne bien.
- Foie, rate, pancréas et intestin.



Chakra du cœur

- Compassion et empathie, amour inconditionnel, émotions.
- Générosité et bonnes relations.
- Revenus suffisants et conditions financières satisfaisantes pour vivre confortablement.
- Système immunitaire, circulation et cœur.



Chakra de la gorge

- Capacités de communication, sens commun, intelligence et logique.
- Capacité à écouter les autres et à être empathique.
- Vérité, créativité, et capacité à estimer la forme et la taille des choses qui nous entourent.
- Cordes vocales, larynx, système thyroïdien, audition et système lymphatique.



Chakra du 3^e œil

- Pensée claire, bon esprit et imagination.
- Clairvoyance, spiritualité, perception extrasensorielle, sagesse intérieure, intuition et psychisme.
- Être honnête, fiable, compatissant, décent et capable.
- Système nerveux et crâne.



Chakra couronne

- Idéalisme, humanitarisme, générosité, serviabilité et capacité à se lier avec l'esprit.
- Valoriser les aspirations spirituelles plutôt que matérielles, ainsi que les dons psychiques.
- Connexion avec l'univers, les divinités et la conscience supérieure.
- Cerveau, spiritualité et systèmes de défense spirituelle.



Chakras mineurs

Le plus important des chakras mineurs est probablement le huitième chakra. Il se trouve juste au-dessus de la tête. On dit de lui que c'est la passerelle entre ce monde et le prochain. Sur le plan négatif, il peut aussi se manifester par une importance trop grande accordée au fait de gagner de l'argent et de l'économiser. Le manque d'équilibre et de bon sens peut également se manifester à travers lui.



Astrologie et éléments

Si l'astrologie vous intéresse ou si vous aimez travailler les quatre éléments que sont le feu, la terre, l'air et l'eau, voici quelques caractéristiques de base à prendre en considération. Si un élément est particulièrement prégnant dans votre thème, vous devriez ressentir plus fortement les chakras qui lui sont connectés. Il existe douze signes du zodiaque mais seulement sept chakras. Deux d'entre eux sont liés à un signe et cinq à deux signes, ce qui, comme vous le verrez, n'est pas bien pratique. Le tableau de la [ici](#) aide à visualiser ces liens.

Le groupe Feu (masculin)



BÉLIER, LION, SAGITTAIRE Si vous appartenez à un signe de feu, vous êtes du

genre à penser et à agir vite. Vous ne perdez pas de temps à saisir les opportunités qui se présentent. Vous avez des qualités incontestables de leader. Vous pouvez parfois être égoïste, dans la mesure où vous ne faites pas nécessairement attention aux conséquences de vos actions sur votre entourage. Cela étant, vous avez bon cœur, vous êtes idéaliste, spontané, aimant et généreux. Vous êtes moins confiant que ce que vous donnez à voir, et la déprime vous guette lorsque les choses tournent mal. Deux signes sont liés au chakra racine mais un seul à l'élément feu. Un signe est lié au chakra du plexus solaire et deux au chakra couronne, dont l'un est un signe de feu. Les signes de feu liés aux chakras sont les suivants:

Liens chakra	Racine (Bélier)	Plexus solaire (Lion)	3 ^e œil (Sagittaire)
--------------	-----------------	-----------------------	---------------------------------

Le groupe Terre (féminin)



TAUREAU, VIERGE, CAPRICORNE Vous avez le sens pratique, vous êtes sensible et

travailleur, et on peut compter sur vous. Vous ne faites pas les choses dans la précipitation et préférez travailler à votre rythme. La sécurité c'est important pour vous, aussi bien sur le plan financier que dans vos relations. Vous avez le sens des affaires, et vous êtes un peu matérialiste, ce qui vous permet de répondre aux attentes de votre famille ou aux vôtres. Deux signes sont liés au chakra du cœur, mais un seul est un signe de terre. Il en va de même pour les chakras de la gorge et de la couronne. Les signes de terre liés aux chakras sont les suivants:

Liens chakra	Cœur (Taureau)	Gorge (Vierge)	Couronne (Capricorne)
--------------	----------------	----------------	-----------------------

Le groupe Air (masculin)



GÉMEAUX, BALANCE, VERSEAU C'est un groupe sociable. Vous aimez être à la

page. Vous avez besoin de rester en contact avec les autres et savoir ce qui se passe autour de vous. Dans les affaires, vous préférez rencontrer vos interlocuteurs et communiquer de manière claire et ouverte avec eux. Vous n'êtes pas particulièrement doué avec l'argent, mais vous êtes du genre à travailler dur et à éviter l'endettement. Les tensions et l'inquiétude vous dépriment. Étant d'un naturel légèrement détaché, vous ne supportez pas un partenaire trop dépendant. Deux signes sont liés au chakra du cœur mais seul l'un des deux est un signe d'air. Deux signes sont liés au chakra de la gorge, seul l'un des deux est un signe d'air, tandis que le Verseau n'apparaît nulle part. Les signes d'air liés aux chakras sont les suivants:

Liens chakra	Cœur (Balance) Gorge	(Gémeaux)	Couronne (Verseau)
--------------	----------------------	-----------	--------------------

Le groupe Eau (féminin)



CANCER, SCORPION, POISSONS Vous pouvez afficher une certaine lenteur à vous

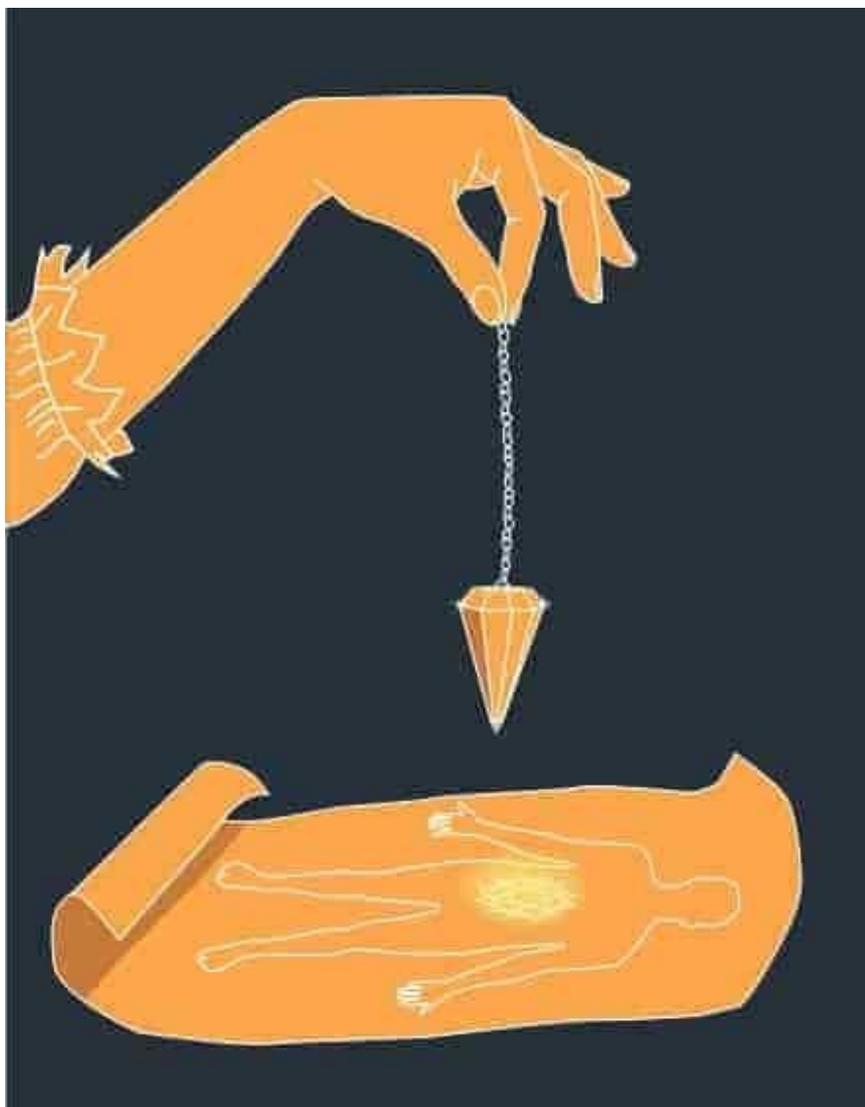
engager parce que vous avez besoin de réfléchir avant de vous investir, mais votre intuition est forte et vous pouvez vous appuyer dessus pour vous guider. Votre perspicacité et votre intuition peuvent vous aider à avoir du succès dans vos affaires. Vos émotions et vos sentiments sont profonds, ce qui vous rend vulnérable. Vous aimez intensément et vous n'êtes pas du genre à laisser tomber vos amis ou vos proches. Deux signes sont liés au chakra racine, mais un seul est un signe d'eau. Un signe est lié au chakra sacré et c'est un signe d'eau, mais deux signes sont liés au chakra couronne, dont l'un est un signe d'eau. Les signes d'eau liés aux chakras sont les suivants:

Liens chakra	Racine (Scorpion)	Sacré (Cancer)	3 ^e œil (Poissons)
--------------	-------------------	----------------	-------------------------------

Repérer des problèmes avec un pendule

Un pendule peut se résumer à une aiguille lourde enfilée sur un fil de coton. Vous pouvez aussi employer un pendentif accroché à une fine chaîne. Aussi n'est-il pas indispensable de posséder un véritable pendule pour mener un travail spirituel. Cela étant, si vous le faites régulièrement, n'hésitez pas à en acheter un.

On en trouve de toutes les sortes dans des magasins ou sur des sites Internet ésotériques. Il n'est pas rare d'en trouver également dans les festivals spirituels. L'achat d'un pendule n'est pas un gros investissement. Vous pouvez le choisir en cristal ou en verre façonné; sous la forme d'une pièce de bois travaillée ou d'un simple poids en métal. Selon moi, le bois est trop léger, je lui préfère le verre ou le cristal, mais c'est vraiment une question de goût. Je vous suggère de le conserver dans un petit sac pour le protéger lorsque vous ne l'utilisez pas et le laisser hors de portée des enfants ou des animaux.



Veillez à ce qu'il soit toujours propre en le débarrassant des poussières et des impuretés. Lavez-le avec de l'eau de source ou de l'eau de pluie. Séchez-le soigneusement à l'aide d'une serviette en papier et laissez-le quelques instants à l'air libre. Tenez ensuite le pendule dans vos mains en imaginant une lumière blanche qui viendrait de l'univers et pointerait sur lui. Demandez à vos anges, à vos divinités ou à vos guides spirituels de bénir le pendule et de faire en sorte qu'il travaille au bénéfice de ceux qui ont besoin d'aide.

Prenez le temps « d'accorder » votre pendule avant de l'utiliser pour la première fois. Tenez-le par sa chaîne ou son fil et demandez-lui mentalement de vous montrer sa manière de réagir lorsqu'il veut vous répondre « oui ». Il peut alors dessiner un mouvement circulaire dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire. Il peut aller d'un côté ou de l'autre, il peut osciller d'avant en arrière. Demandez-lui ensuite de vous montrer son mouvement pour vous dire « non » et observez ce qui se passe. Vous savez maintenant comment votre pendule réagit. Cela étant, il existe quelques différences subtiles à prendre en considération lorsqu'on analyse les chakras.

Marquer les chakras déficients

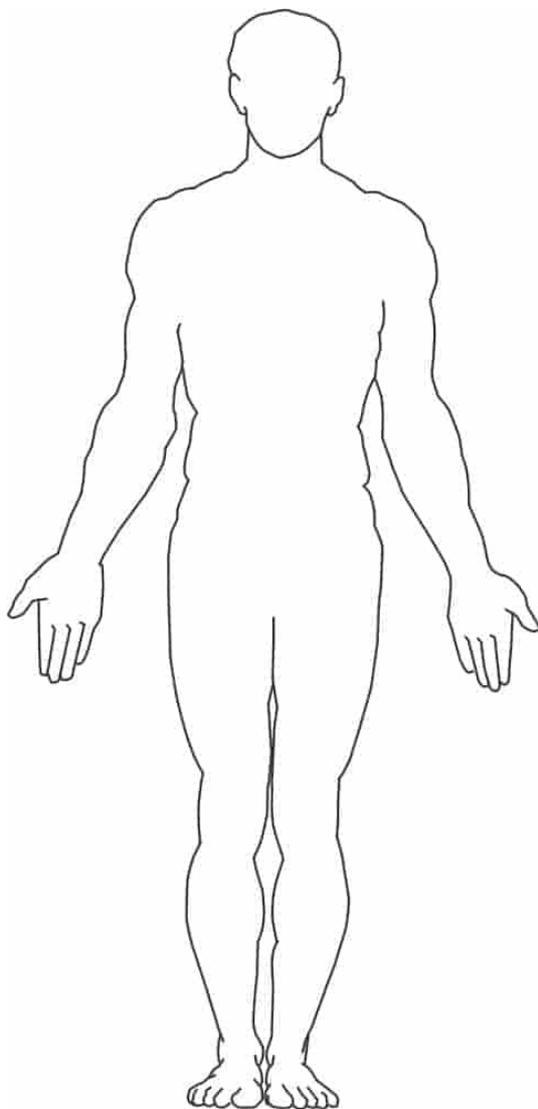
Théoriquement, il est interdit de copier ou photocopier les pages d'un livre sans violer la loi qui régit la propriété intellectuelle. Dans le cas présent, je vous autorise à photocopier les croquis des deux pages suivantes.

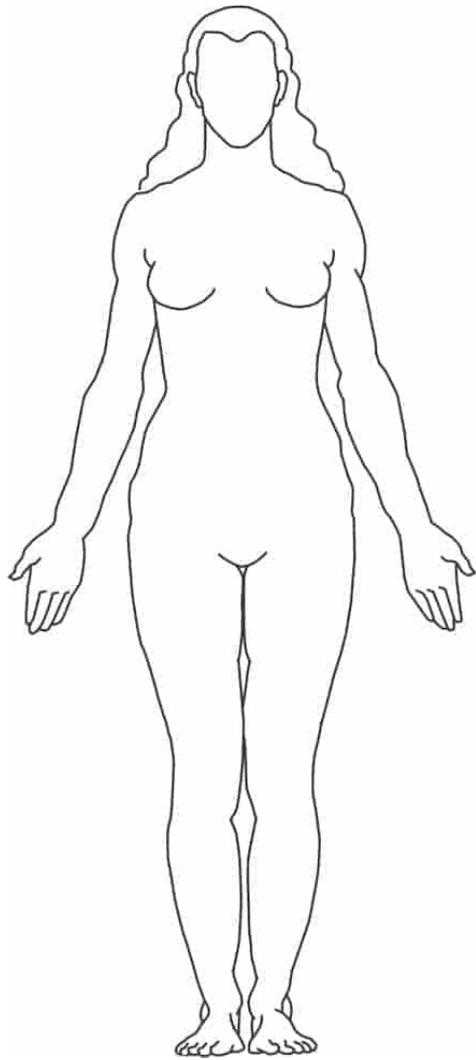
Prenez la photocopie d'un des deux croquis, écrivez le nom de votre patient et la date. Chaque fois que vous trouvez un chakra, reportez-le sur la photocopie. Si vous sentez qu'un chakra fonctionne correctement, représentez-le en vert ou en bleu. Si vous sentez que le chakra est bloqué ou déficient, reportez-le en rouge.

Utiliser un pendule

Proposez à un de vos amis de s'allonger confortablement, et demandez mentalement à votre pendule de vous montrer la position de chaque chakra. Commencez par disposer le pendule sur l'un des pieds du sujet à une distance d'environ quinze centimètres, et observez la réaction du pendule. Il peut se mettre à tourner dans un sens et dans l'autre lorsque vous le présentez au-dessus du deuxième pied. Il peut aussi se balancer d'un côté à l'autre, puis d'avant en arrière pour l'autre pied. Passez ensuite à la hauteur des genoux et observez le comportement du pendule.

Remontez le long du corps, en passant en revue chaque chakra. Lorsque vous arrivez à des chakras qui fonctionnent en miroir (les hanches ou les épaules, par exemple), vous pouvez voir que le pendule se dirige dans un sens pour l'un, puis dans le sens opposé pour l'autre chakra. Lorsque vous parcourez les chakras majeurs en remontant vers la tête, vous constatez que le mouvement du pendule s'inverse d'un chakra au suivant.





Au niveau des mains, chaque paume présente un chakra, tout comme le bout de chaque doigt, chacun se déplaçant dans un sens différent. Certains peuvent tourner ou se balancer d'un côté à l'autre ou d'avant en arrière.

Un chakra déficient

Lorsque le pendule arrive sur un chakra déficient, il peine à se déplacer. Ce comportement est particulièrement visible lorsqu'il s'agit des sept chakras majeurs. Lorsque vous vous approchez de l'un d'eux et que le pendule ne bouge quasiment pas, c'est que le chakra concerné présente un blocage.



Un chakra en excédent d'énergie

Si un chakra réagit beaucoup plus fort que les autres, cette surréaction se produit probablement en compensation d'un chakra voisin qui ne fonctionne pas normalement.

Baguettes de sourcier



On pourrait utiliser des baguettes de radiesthésie pour identifier les chakras et évaluer leur état, mais elles sont trop longues et manquent de finesse pour ce travail. Un pendule ou une main sensible sont plus indiqués.



NOTE PERSONNELLE



J'ai essayé des baguettes de radiesthésie avec mon mari, Peter. C'est ainsi que j'ai découvert que les chakras qui traversent les genoux, le font de l'avant vers l'arrière, et non de part et d'autre comme tend à nous le faire croire la tradition. J'ai également découvert deux chakras distincts dans la région de chaque épaule, l'un à l'articulation de l'épaule et l'autre juste au-dessus de l'aisselle. Cela facilite la localisation des chakras des épaules, dans la mesure où il semble donc qu'il n'y en ait pas un, mais deux par épaule.

Sentir l'énergie

Certaines personnes ressentent l'énergie dans leurs mains. Ces mêmes personnes peuvent parfois repérer de l'eau dans le désert à mains nues. Pour savoir si vous êtes doué de cette capacité, rejoignez vos mains comme pour prier, puis écartez-les d'environ cinquante centimètres. Rapprochez-les lentement jusqu'à ce que vous sentiez une résistance. Vous aurez la sensation de faire rebondir vos mains sur une balle imaginaire. La pression ressentie est l'aura qui émane de chaque main et qui est localisée dans l'espace qui les sépare. Si vous ressentez cette énergie, passez vos mains à une quinzaine de centimètres au-dessus du corps de votre sujet et restez à l'écoute de votre ressenti. La pression émanant d'un chakra signifie qu'il fonctionne correctement et doit être d'intensité égale aux autres chakras, sans quoi cela peut signifier une hyperactivité du chakra, probablement en compensation d'un autre chakra en dysfonctionnement.



Le quiz des chakras

Voici quelques questions qui peuvent vous aider à repérer des chakras qui ne fonctionnent pas correctement. Cochez les cases correspondantes. Les chakras sont énumérés dans la dernière colonne.

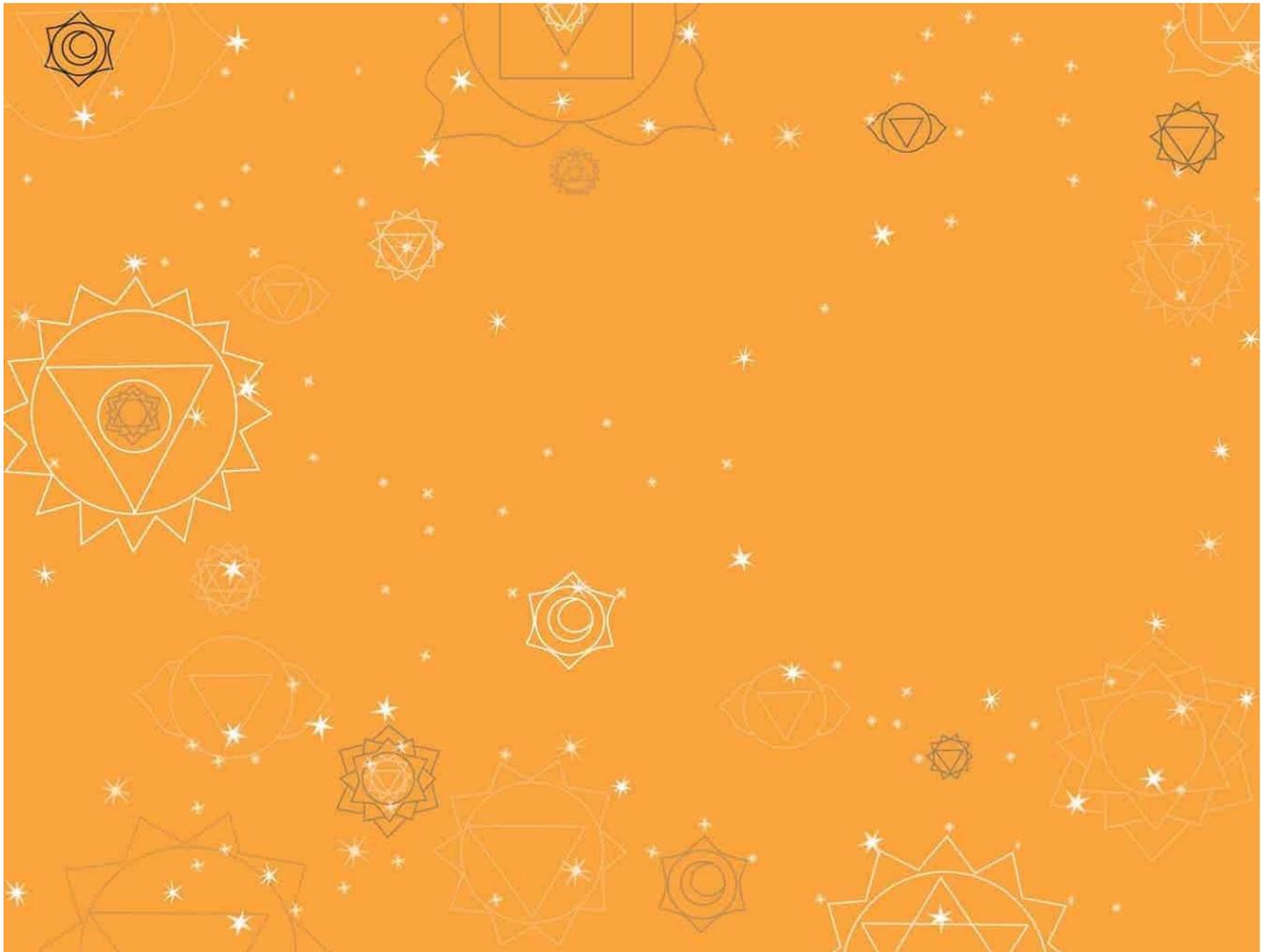
Pour faciliter la lecture de ce tableau, voici la liste des chakras majeurs et du huitième chakra situé au-dessus de la tête, associés à un numéro.

1. **Racine**
2. **Sacré**
3. **Plexus solaire**
4. **Cœur**
5. **Gorge**
6. **3^e œil**
7. **Couronne**
8. **Supérieur**

Situation	Oui	Parfois	Chakra(s)
Je m'inquiète de garder mon logement et de nourrir ma famille.			1
J'ai assez d'argent pour couvrir mes besoins mais je pourrais faire plus si j'en avais davantage.			1, 2
J'apprécierais davantage mon travail si mon patron et mes collègues me plaisaient.			2, 3, 4
J'aimerais être en couple avec quelqu'un car cela me manque de n'avoir personne à aimer.			2, 4
J'apprécie la beauté pour ce qu'elle est, bien plus que pour ce qu'elle coûte, mais il n'y a pas beaucoup de beauté autour de moi.			4, 6
J'aime mes amis et ma famille, et je veux qu'ils m'aiment en retour.			4
Je demande l'avis de tout le monde lorsque je dois prendre une décision.			3, 5
Je voudrais avoir davantage d'activités artistiques ou créatives.			3, 6
Je prie ou demande l'aide de mes guides spirituels lorsque je dois prendre une décision mais je ne sais pas s'ils m'entendent.			5, 7
J'aimerais soigner ou aider les autres mais je manque de confiance en moi.			4, 7
Je déteste qu'on me bouscule et je veux savoir comment empêcher que cela m'arrive.			3, 5
Je voudrais en faire plus pour la planète et l'environnement.			1, 6, 7
Je sens que je dérive sans connexion divine ou avec l'univers.			7, 8
Je voudrais que ma famille m'écoute et comprenne mon point de vue.			5
J'adorerais voyager et découvrir le monde, mais en ce moment, je ne peux pas.			3, 5
Je me sentirais mieux si j'avais plus d'argent.			1, 2, 8
J'aimerais comprendre le sens de l'univers.			7, 8
J'aimerais pouvoir sentir les problèmes avant qu'ils n'arrivent.			6
J'aime aider les autres mais je m'y habitue, et j'aimerais pouvoir être aidé en retour lorsque j'en ai besoin.			3, 4, 5
Je suis au bord du désespoir et j'ai besoin d'aide.			Tous les chakras



PARTIE II
LA GUÉRISON DES CHAKRAS



TRAVAILLER AVEC LES CHAKRAS: THÉRAPIES ÉNERGÉTIQUES ET SPIRITUELLES



L'expression *thérapie énergétique* s'est démocratisée ces dernières années. Elle est suffisamment explicite pour ne pas réclamer davantage d'explications. Elle couvre un certain nombre de méthodes qui, toutes, utilisent l'énergie pour guérir et nourrir les patients qui en ont besoin. Le traitement est parfois directement appliqué à un chakra spécifique. Dans d'autres cas, l'énergie est simplement transmise au patient, puis récupérée par les chakras en fonction de leurs besoins.

À moins que le guérisseur ne soit aussi médecin, il n'est pas de son ressort de proposer un diagnostic au patient. Un guérisseur responsable et scrupuleux doit se contenter d'identifier la *zone* du corps qui rencontre des difficultés et, avec un peu de chance, les chakras spécifiques qu'il convient de travailler.

La guérison énergétique n'est pas invasive. Elle n'emploie aucun produit, ni aucune substance à passer sur le corps du patient qui, de fait, peut rester habillé. Plusieurs guérisseurs peuvent travailler en même temps sur le même patient, assis sur une chaise ou allongé sur un futon par exemple. Le guérisseur utilise sa connexion spirituelle en canalisant son énergie et en la diffusant sur les chakras du patient par le biais de ses mains. On emploie fréquemment la méthode qui consiste à guider la lumière blanche (tachetée de bleu pâle lorsque l'on cherche à atteindre des zones organiques, de vert pâle lorsqu'il est question des émotions ou de lavande pâle pour le spirituel) et la diriger sur les chakras.

Lorsqu'un guérisseur travaille à distance, il s'appuie sur un croquis ou une photo de son patient. Il peut tenir un pendule à quelques centimètres au-dessus de l'image jusqu'à ce que le pendule indique une région du corps spécifique. Le guérisseur envoie alors une charge de lumière curative sur la zone qui en a besoin.

Il existe également ce que j'ai l'habitude d'appeler des « guérisons par lots » au cours desquelles le guérisseur traite des personnes dont les noms figurent sur une liste. Les patients se concentrent tous sur le guérisseur à un instant préalablement déterminé et reçoivent tous au même moment l'impulsion énergétique envoyée par le guérisseur. Selon moi, cette technique ne fonctionne qu'à condition que les patients soient tous prévenus et bien concentrés en même temps, au moment où le guérisseur fait son travail.



Comment ça marche?

Dans la mesure où la thérapie énergétique n'est pas invasive, elle n'est pas non plus douloureuse. Le seul inconvénient tient au fait que ses effets ne sont pas immédiats. Il faut même parfois plusieurs sessions pour que ses résultats soient perceptibles. De même, certains patients ne sentent pas d'amélioration parce qu'ils ressentent de manière inconsciente le besoin de rester malade.

La guérison spirituelle *n'est pas* une guérison par la foi et le guérisseur n'a pas besoin d'appartenir à un culte particulier ou croire en un dieu spécifique. Le seul véritable objectif, c'est le bien-être du patient. L'idée qui sous-tend cette forme de guérison est que le guérisseur puise dans une source d'énergie et l'envoie au patient en utilisant ses mains.



Cette source peut être une déité, un ange, un archange (en particulier Raphaël), un guide spirituel, un ancêtre, l'univers, la nature, un maître ou la conscience élevée du guérisseur. Pour le dire plus simplement, l'énergie est dirigée vers le corps du guérisseur, en général par la visualisation d'une lumière blanche (parfois teintée d'autres couleurs), en passant probablement par le chakra couronne du thérapeute.

Le patient est généralement assis sur une chaise ou un tabouret, permettant au thérapeute de tourner autour de lui et d'appliquer l'énergie curative dans plusieurs directions. Celle-ci n'est pas toujours dirigée directement sur les chakras mais elle finit toujours par les atteindre.

Le guérisseur peut soutenir la tête et les épaules du patient dans ses mains, même si la plupart des guérisseurs préfèrent tenir leurs mains à distance. Le thérapeute commence par travailler sur le dos du patient, puis passe à l'avant ce qui lui permet de se concentrer sur ses jambes et ses pieds. Il peut aussi se concentrer sur une autre partie du corps qui attire son attention.

Le patient peut ressentir de la chaleur, des picotements ou une sensation particulière pendant le protocole de guérison. Il peut aussi ne rien sentir du tout, ce qui ne veut pas dire que le soin des chakras ne sera pas effectif.

Spiritualité

Il n'est pas toujours simple de découvrir son chemin spirituel et il faut parfois attendre d'avoir fait un travail sur les chakras du 3^e œil et de la couronne pour que le monde spirituel s'ouvre devant soi. Cette manifestation spirituelle peut prendre bien des formes, parfois très étranges. Une image peut apparaître dans la vitrine d'un magasin, une publicité sur un bus peut être évocatrice ou encore un nuage qui dessine une forme particulière dans le ciel. On peut entendre une musique qui nous rappelle quelque chose ou faire un rêve chargé de sens. Une méditation après une session permet d'ouvrir le cœur et l'esprit à des perceptions qui ne se seraient probablement pas manifestées autrement.



Ouvrir les chakras

Pour faire un travail énergétique, spirituel ou psychique, pour mener une session de méditation profonde, vous devez commencer par ouvrir vos chakras. Une fois le travail terminé, vous devrez aussi les refermer afin d'éviter que l'espace laissé ouvert ne soit envahi par des sensations désagréables ou des mauvais rêves le lendemain ou le jour suivant. Il existe plusieurs manières d'ouvrir et de fermer les chakras. Voici une méthode simple et rapide:



- Commencez par imaginer une lumière blanche qui arrive de l'univers et qui entre en vous par votre *chakra couronne*, en haut de votre crâne. Visualisez une fleur violette qui s'ouvre là et permet à la lumière de vous pénétrer.
- Laissez la lumière blanche remplir la couronne de votre tête et atteindre votre front. Un grand œil bleu s'ouvre. C'est votre *chakra du 3^e œil*.
- Laissez maintenant la lumière atteindre votre *chakra de la gorge* où vous percevez une lumière bleu clair. Celle-ci vous traverse de l'avant vers l'arrière.
- La lumière descend dans votre poitrine où se trouve votre *chakra du cœur*. Une lumière verte rayonne de l'avant vers l'arrière de votre corps. Elle atteint vos bras et vos mains.
- Faites de même avec votre *chakra du plexus solaire*, juste au-dessus de votre nombril et laissez une lumière jaune le baigner.
- Conduisez maintenant la lumière vers votre *chakra sacré*, situé au milieu de votre abdomen. La lumière est ici d'un bel orangé.
- Glissez la lumière vers le bas de votre corps, à l'endroit où se situe le *chakra racine* et baignez-le d'une magnifique lumière rouge.
- Laissez la lumière descendre sur vos jambes et vos pieds, puis conduisez-la jusque dans le sol.

Fermer les chakras

Commencez par faire monter la lumière du sol dans vos pieds et vos jambes puis éteignez-la. Éteignez ensuite les lumières blanches et toutes les lumières colorées en suivant le chemin inverse parcouru à l'ouverture des chakras. Veillez à fermer l'œil du chakra du 3^e œil et la fleur au sommet de votre tête. Renvoyez la lumière à l'univers et demandez mentalement qu'elle soit distribuée à ceux qui en ont besoin.

Si vous vous sentez étourdi après un travail spirituel, retirez vos chaussures et marchez sur l'herbe, le sable ou la terre, pieds nus. Si le contexte ne s'y prête pas, imaginez que vous vous enroulez dans une couverture violette, qui vous servira de protection spirituelle le temps que votre étourdissement disparaisse.

Une fois le travail terminé

J'ai lu récemment un vieux livre dans lequel il est dit qu'après une session de soin, le guérisseur doit secouer ses mains pour se délivrer des énergies récupérées sur son patient. Je ne suis pas convaincue par cette méthode et je lui préfère le simple fait de se laver les mains. Si le guérisseur ne dispose pas d'eau là où il exerce, il peut se frotter les mains avec du sel. Cette substance très purifiante va alors « absorber les impuretés psychiques » laissées par le travail et les neutraliser.



Guérisseur, une profession

D'une manière générale, il est vivement conseillé de ne toucher que les personnes que vous connaissez bien, cela évitera que des individus mal intentionnés vous accusent d'avoir eu un comportement inapproprié à leur égard. Si vous décidez de prendre les choses au sérieux et d'en faire votre profession, préférez travailler dans un contexte spécialisé, un centre spirituel ou un centre de thérapies énergétiques, par exemple. Il est également conseillé de vérifier que cette organisation est assurée contre les accidents et les attaques calomnieuses. Si vous travaillez de manière autonome, faites en sorte qu'il y ait toujours quelqu'un dans la pièce où vous prodiguez les soins, que votre patient soit du même sexe que vous ou du sexe opposé.



Si vous souhaitez devenir thérapeute professionnel, cartomancien, astrologue, chiromancien ou autres, je vous recommande de prendre une assurance responsabilité civile et responsabilité professionnelle. Vous serez couvert en cas d'accident ou de dommages, mais aussi en cas d'accusations de négligence professionnelle ou de comportements inappropriés, par exemple. Ce sont des choses qui peuvent arriver. Mieux vaut s'en protéger.

Qualifications

Si vous souhaitez devenir thérapeute professionnel, mieux vaut rejoindre la fédération correspondante et obtenir les qualifications requises. Vous pourrez travailler dans de nombreux pays sans qualifications particulières dès l'instant où vous ne facturez rien. Cela étant, même dans ce contexte, obtenir les qualifications requises par la profession reste une bonne idée.

Formation

Vous n'êtes pas seul à vouloir vous former aux techniques de guérison énergétique et spirituelle et vous trouverez des cours en présentiel ou en ligne qui vous permettront de vous y préparer. Si vous n'avez pas d'école dans la région où vous vivez, recherchez ces cours sur Internet et notamment sur YouTube.

Ego

Vous êtes un canal par lequel le pouvoir de guérison circule jusqu'à la personne qui en a besoin. Rien de plus ! Vous n'en êtes pas la source. Celle-ci émane d'un dieu, d'un ange, d'un maître ou de l'univers. Peu importe cette source, du moment que vous êtes en harmonie avec elle, tant que vous la laissez circuler en vous et que vous ne laissez pas votre ego s'interposer.

Tout le monde n'est pas prêt à guérir

Aussi curieux que cela puisse paraître, certaines personnes n'ont pas l'intention de guérir et préfèrent s'accrocher à leurs affections. Celles-ci peuvent avoir des raisons psychologiques. Quelles que soient ces raisons, si une personne ne souhaite pas être guérie, n'insistez pas pour qu'elle le soit.

Ne pas nuire

Travaillez au bénéfice des autres et toujours dans la force de la lumière. Ne cherchez jamais à nuire à qui que ce soit au travers de votre travail, même si vous éprouvez de l'animosité à l'égard de certaines personnes. Gardez à l'esprit que les actions chargées de mauvaises intentions se retournent toujours contre la personne qui les a commises. Si une personne que vous n'appréciez pas du tout vous demande un soin, mieux vaut le lui refuser et l'orienter vers un autre thérapeute.

Définir les objectifs

Avant de commencer un travail de guérison, déterminez vos objectifs et la manière dont vous souhaitez les atteindre. Travaillez toujours pour le bénéfice de votre patient.



LE REIKI, LE SOIN DES CHAKRAS

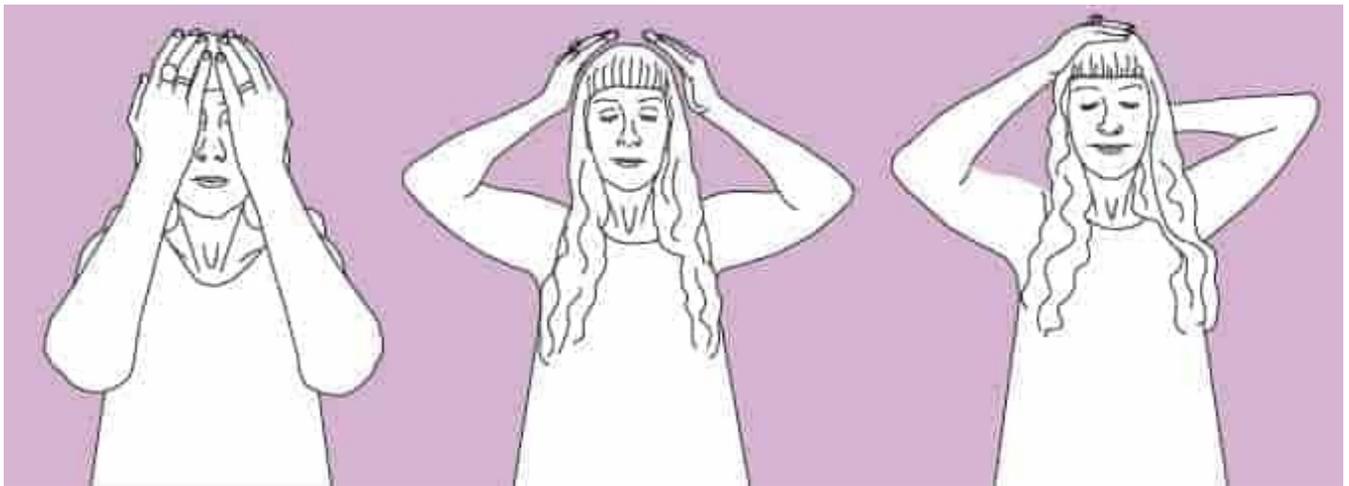


Le reiki est une thérapie alternative qui utilise le positionnement spécifique des mains sur les chakras pour les guérir. Le thérapeute en reiki véhicule mentalement des images symboliques en même temps qu'il travaille. Il ne puise pas son énergie auprès d'un guide spirituel, mais dans une sorte de filiation qui remonte aux maîtres à l'origine du reiki, qui ont développé la technique et l'ont étendue au monde entier.

Le reiki est bien plus qu'une simple méthode thérapeutique, c'est un chemin qui conduit à l'éveil spirituel et qui contribue à vivre une vie heureuse. Il comprend des séances régulières de renforcement des capacités spirituelles, un nettoyage de vingt et un jours, des méditations, des exercices de respiration, des visualisations, des mantras, des symboles mystiques et cinq préceptes de reiki. Tout cela fait du reiki un système de guérison et de spiritualité unique. Il s'agit d'un vaste sujet que je n'aborderai ici que de manière superficielle.

Le thérapeute en reiki travaille sur lui-même pendant plusieurs mois avant de commencer à soigner des patients. Avant chaque consultation, il médite pour élever ses propres énergies et sa force de vie afin d'être prêt à offrir des moyens de guérison à son patient. Le guérisseur ne doit pas porter de bijoux, et si le patient en porte, il doit les enlever. Le patient s'allonge sur un futon pendant que le guérisseur se lave les mains et prononce une prière silencieuse en vue de faciliter la guérison de son patient.





Le guérisseur passe délicatement ses mains sur l'aura de son patient à une cinquantaine de centimètres de distance, lissant l'aura, les sens en éveil pour percevoir ce que son patient souhaite lui dire. Il place ensuite ses mains sur la tête de son patient, couvrant son front et ses yeux, marquant une pause dans cette position pour soulager le sujet d'une foule de maux chroniques.

Le guérisseur passe maintenant sur le côté de la tête de son patient.

Puis, il place ses mains à l'arrière de sa tête.

Il se déplace enfin sur différentes parties du corps en respectant un ordre déterminé, tandis que ses mains guérissent les régions qui le nécessitent. Le thérapeute perçoit différentes sensations, se sent attiré par les zones en demande, prend conscience des régions malades ou douloureuses.

MAÎTRES REIKI



Un maître supérieur est une personne qui vivait sur terre et qui avait une grande capacité de guérison spirituelle de son vivant. Ce pouvoir est désormais mis à la disposition de ceux qui souhaitent l'exploiter. Pour les Chrétiens, cela peut être Jésus-Christ ou un saint particulier, tandis que pour les thérapeutes en reiki ce lien existe avec Mikao Usui, le père fondateur du reiki.

Le principe est que le guérisseur crée un *canal* pour l'énergie de guérison. Il n'a pas de pouvoir à proprement parler, simplement la capacité à canaliser cette énergie pour son patient. On peut l'imaginer comme un câble électrique, qui n'aurait aucune capacité particulière tant qu'il ne serait pas relié à une source d'alimentation électrique. Son rôle est alors de distribuer le courant jusqu'aux équipements connectés.

Reiki et chakras

Voici un rappel des problèmes liés aux sept chakras principaux, du point de vue du thérapeute en reiki:

Le chakra racine

C'est le lieu de la Kundalini, il doit donc être soigné si l'on souhaite voir les autres chakras fonctionner normalement. Il est lié aux problèmes osseux et intestinaux, ainsi qu'aux agressions et aux problèmes psychologiques. Il est concerné par la peur et par les besoins primaires liés à la survie.



Le chakra sacré

Ce chakra régit les problèmes de vessie et de reins, les problèmes lymphatiques, sexuels et de reproduction. Il est lié à l'amour sexuel et au besoin de compagnie, aux phobies, aux troubles obsessionnels compulsifs et à l'agitation.



Le chakra du plexus solaire

Ce chakra gère la vésicule biliaire, le foie, le pancréas et la rate. Il est lié au diabète et aux problèmes digestifs. C'est le centre du pouvoir et de la force personnelle. Il peut être lié à la culpabilité ou au désir d'échapper à une situation de pression. Il peut être question d'avidité et d'égoïsme, mais aussi de manque d'estime de soi, d'insécurité, de peur de ne pas être aimé ou de peur de l'échec.



Le chakra du cœur

Le cœur, la circulation et les poumons lui sont liés, ainsi que d'autres caractéristiques émotionnelles: égoïsme et manipulation d'un côté, confiance et acceptation de soi de l'autre.



Le chakra de la gorge

Les problèmes avec ce chakra peuvent affecter la croissance et le développement, mais aussi la gorge, le cou, la parole et l'audition. Le sujet peut avoir du mal à exprimer ses sentiments et à parler en son propre nom. Par ailleurs, il peut être arrogant et autoritaire.



Le chakra du 3^e œil

Un chakra du 3^e œil qui est faible peut entraîner des problèmes de vue ou de dentition (supérieure). Le sujet peut être d'une nature désorganisée, qui a tendance à ne jamais finir ce qu'il entreprend. Cette personne a du mal à étudier, son sens de l'intuition et sa spiritualité sont peu développés.



Le chakra couronne

Ce chakra peut être lié au cerveau. Il est également connecté à la spiritualité et au karma. S'il ne fonctionne pas correctement, le sujet peut se désintéresser des questions spirituelles, se comporter bizarrement, ou être attiré par des formes de croyance plus extrêmes.



Soigner les chakras avec le reiki

Le thérapeute en reiki positionne ses mains entre vingt et vingt-cinq centimètres au-dessus des chakras en les disposant d'une manière spécifique, tandis qu'il transmet ses visualisations reiki et sa force de guérison.



- Il traite le chakra racine et le chakra du 3^e œil en même temps.
- Il traite le chakra sacré et celui de la gorge en même temps.
- Il traite le chakra du plexus solaire et celui du cœur en même temps.

Selon moi, il est préférable de demander au patient de se placer sur les flancs, pendant que le thérapeute positionne ses mains à la distance qui convient. Cette position lui permet de traiter la partie frontale en même temps que l'arrière des chakras qui réclament une attention particulière.

Remarque



J'ai toujours entendu dire que ce n'était pas une bonne idée de disposer ses mains au-dessus de la tête du patient, à la hauteur de la couronne. Mes recherches en reiki me l'ont effectivement confirmé.

Les chakras mineurs

Les chakras mineurs sont liés à certains des sept chakras principaux. Ainsi, si l'un d'eux rencontre un problème, le praticien en reiki peut décider de travailler sur les chakras mineurs. Voici les connexions entre les chakras majeurs et les chakras mineurs:

- Les chakras de la paume sont reliés au chakra sacré, à celui du plexus solaire et à celui du cœur.
- Les chakras du coude sont reliés au chakra sacré et à celui du plexus solaire.
- Les chakras de l'épaule sont liés au chakra du plexus solaire et à celui de la gorge.
- Les chakras du pied sont liés au chakra racine et à celui du plexus solaire.
- Les chakras du genou sont liés au chakra de la gorge et à celui du 3^e œil.



GUÉRIR LES CHAKRAS AVEC DES CRISTAUX



Si vous avez l'intention de nettoyer un chakra bloqué, vous pouvez utiliser des cristaux directement sur le chakra concerné. Par exemple, l'obsidienne ou le jaspé rouge peuvent nettoyer le chakra racine, quant au lapis-lazuli, il peut traiter le chakra de la gorge. Si vous souhaitez dynamiser l'un des chakras supérieurs, celui du cœur, de la gorge, du 3^e œil ou de la couronne, vous pouvez employer un cristal « chaud », comme le grenat ou la cornaline. À l'inverse, si vous souhaitez calmer un chakra inférieur en excès d'activité, comme le chakra racine, sacré ou du plexus solaire, vous pourrez faire appel à une agate bleue, du jade ou un quartz clair. Quelle que soit votre action, aucun cristal ne pourra vous faire de mal.

Préparer les cristaux pour le soin

Avant d'utiliser un cristal, une pierre ou un métal spécifique, vous devez les nettoyer de leurs poussières et impuretés, puis les débarrasser des énergies négatives récupérées au contact d'autres patients par le passé. Lavez vos cristaux à l'eau de pluie ou à l'eau de source. N'employez pas d'eau minérale, le sel qu'elle contient pourrait les endommager. Une fois les cristaux propres, laissez-les à l'extérieur dans un endroit sûr, pendant vingt-quatre heures. Ils pourront ainsi se charger de l'énergie du Soleil et de la Lune. Cette technique fonctionne même lorsque le ciel est nuageux, mais elle est plus efficace s'il est dégagé. Prenez ensuite les cristaux dans vos mains et imaginez qu'une lumière blanche vous parvient de l'univers. Demandez que les cristaux soient bénis et qu'ils vous viennent en aide, chaque fois que vous en avez besoin.



Lorsque vous n'utilisez pas vos cristaux, conservez-les dans une jolie boîte, à l'abri des enfants et des animaux. Rechargez régulièrement leur énergie en les passant dans la fumée d'un encens et en demandant à l'univers de les bénir et de vous être utiles à vous comme aux autres.

Remarque



Certaines pierres se dissolvent dans les liquides. Pour les nettoyer, préférez donc une serviette en papier. Allumez un bâton d'encens, maintenez les cristaux dans la fumée et demandez à l'univers de les bénir et de leur donner la force nécessaire pour leur permettre de guérir.



Protocole de guérison

Demandez au patient de s'allonger confortablement. Cela peut être à même le sol, sur une couverture ou sur une couette. Ensuite vous avez le choix entre disposer les cristaux, les pierres ou les métaux autour du sujet, en les alignant sur les chakras, ou bien les disposer pendant quelques instants à quelques centimètres au-dessus du corps, à la hauteur des chakras concernés.

Si vous vous soignez vous-même ou s'il n'y a pas assez d'espace pour que le patient s'allonge complètement, prenez le cristal au creux de vos mains ou demandez au patient de le saisir. Concentrez-vous ensuite pour envoyer l'énergie du cristal sur le chakra concerné par le soin.

Remarque



Si vous ne disposez pas du cristal adapté au soin, servez-vous d'un cristal clair, utile en toutes circonstances.

Si vous sentez que votre patient a besoin d'une connexion plus forte avec la terre, disposez un cristal noir ou brun foncé à côté de chaque pied.

Cristaux communs aux problèmes courants

Ces cristaux, peu coûteux, sont faciles à trouver et peuvent aider à résoudre de nombreux problèmes fréquemment rencontrés:

Quartz clair

Cette pierre claire peut remplacer n'importe quelle pierre et être utilisée pour nettoyer n'importe quel problème et pour encourager le corps à se guérir lui-même, qu'il s'agisse d'un problème physique, psychologique, émotionnel ou spirituel.



Quartz rose

Cette pierre rose a de nombreuses propriétés. Elle aide à guérir un cœur brisé ou à enflammer le sentiment d'amour. Elle apporte également du réconfort et console en période de stress et dans les moments difficiles.



Ambre

Cette pierre chaude et dorée n'est pas un cristal mais un morceau de résine d'arbre solidifiée qui pourrait facilement avoir un million d'années. Elle a des propriétés curatives, notamment en cas de rhumes et d'affections courantes qui, sans être dangereuses, sont néanmoins pénalisantes. Depuis des temps reculés, on considère que l'ambre est utile pendant l'accouchement.



Cornaline

Cette pierre rose orangé calme un patient frustré et irritable, l'aide à résoudre ses problèmes financiers et apporte réconfort et bonheur. Elle favorise également la circulation sanguine.



Améthyste

Cette pierre violette et blanche est liée à la spiritualité et à la conscience élevée. Elle favorise la perception psychique. C'est également une pierre de protection. Gardez-la dans votre poche si vous vous trouvez dans des situations compliquées. Une pierre d'améthyste sur votre table de chevet ou sous votre oreiller vous aidera à passer une bonne nuit.



Agate dentelle bleue

Un morceau de cette magnifique pierre bleu pâle posé sur ou à côté de votre ordinateur ou de n'importe quel appareil, aidera à son bon fonctionnement. C'est une pierre apaisante qui favorise la bonne santé. Vous pouvez également l'emporter lorsque vous êtes confronté à des situations stressantes.



Sodalite

Ce n'est pas la plus jolie des pierres, sous ses airs de roche bleu foncé nervurée de blanc. Mais ses propriétés curatives aident à faire baisser la tension artérielle et à clarifier un esprit confus et surmené.



Œil-de-tigre

Cette pierre brune et dorée dynamise la confiance en soi. Elle confère également un sentiment de sécurité. On dit d'elle qu'elle aide à résoudre les problèmes digestifs et les problèmes nerveux qui en sont généralement à l'origine.



Jaspe rouge

Emportez cette pierre magnifique chaque fois que vous avez besoin d'un regain de courage et de confiance en vous.



Obsidienne et obsidienne flocon de neige

L'une ou l'autre est idéale si vous avez besoin d'une protection ou si vous souhaitez que quelque chose fonctionne comme il se doit. Disposez-la dans votre voiture, près de votre ordinateur ou de n'importe quel appareil pour le protéger des dysfonctionnements. Gardez-en un morceau sur vous si vous risquez d'être confronté à des personnes qui ne sont pas de votre côté.



Nettoyer des chakras affaiblis

Une fois que vous avez identifié les chakras qui doivent être nettoyés ou réalignés, ou pour travailler dans des conditions calmes et confortables, servez-vous des pierres suivantes en fonction du chakra concerné.



Chakra racine

- Onyx noir
- Grenat
- Hématite
- Jaspe rouge
- Jaspe acajou
- Pyrite
- Rubis
- Obsidienne
- Silex
- Aventurine rouge
- Tourmaline noire
- Héliotrope
- Métal — fer

Chakra sacré

- Ambre
- Aventurine
- Cornaline
- Citrine
- Œil-de-tigre
- Corail
- Jaspe
- Pierre de lune
- Opale de feu
- Sélénite orange
- Calcite orange
- Héliolite
- Métal — argent

Chakra du plexus solaire

- Ambre jaune
- Améthyste
- Calcite
- Citrine
- Sodalite
- Œil-de-tigre
- Topaze
- Fluorite jaune
- Jaspe jaune
- Calcite miel
- Métal — or

Chakra du cœur

- Aventurine
- Émeraude
- Jade
- Chrysocolle
- Agate
- Péridot
- Quartz rose
- Malachite
- Pierre de lune
- Tourmaline rose
- Tourmaline verte
- Cuivre
- Fluorine verte
- Manganocalcite
- Rhodonite
- Métal — cuivre

Chakra de la gorge

- Turquoise
- Aigue-marine
- Lapis-lazuli
- Agate dentelle bleue
- Sodalite
- Amazonite
- Célestine
- Fluorine
- Saphir
- Cinabre
- Chrysoprase
- Chrysocolle
- Tourmaline bleue
- Métal — mercure

Chakra du 3^e œil

- Quartz clair
- Lapis-lazuli
- Améthyste
- Azurite
- Calcite
- Saphir sombre
- Fluorine
- Sodalite
- Tanzanite
- Métal — étain

Chakra couronne

- Diamant
- Zircon
- Améthyste
- Perle
- Quartz clair
- Quartz rose
- Howlite
- Diamant d'Herkimer
- Danburite
- Jade blanc
- Métal — or blanc ou plomb



GUÉRIR LES CHAKRAS AVEC DES COULEURS



Les thérapies complémentaires sont adaptées au traitement de certaines affections chroniques ou liées au stress, pour lesquelles la médecine conventionnelle ne peut pas faire grand-chose. Les thérapies complémentaires et énergétiques permettent aussi d'accélérer la guérison d'autres affections qui, elles, sont traitées par la médecine conventionnelle ou la psychothérapie.

Toutes les thérapies complémentaires passent par les chakras, mais elles ne fonctionnent pas toutes de la même manière. Par exemple, un traitement à base de plantes ou d'huiles essentielles qui stimule un corps pénalisé par des rhumatismes ou un affaiblissement musculaire améliorera le fonctionnement des chakras inférieurs pour favoriser la guérison. Tout ce qui fonctionne de manière apaisante, comme l'aromathérapie, la réflexologie ou le reiki, favorise la guérison des infections thoraciques, des maladies inflammatoires et des maux de tête, le calme étant bénéfique pour les chakras supérieurs.

N'oubliez pas de prévenir votre médecin traitant lorsque vous associez médecine classique et médecine complémentaire.

Vérifiez les références d'un praticien



Si vous décidez de consulter un praticien, quelle que soit la thérapie complémentaire ou alternative, vérifiez qu'il est pleinement qualifié dans sa discipline. Ses certificats sont généralement affichés au mur de son cabinet et il doit avoir souscrit à une assurance professionnelle en responsabilité civile.

Principes de la guérison avec les couleurs

Commençons par les fondements des méthodes de soin par les couleurs. Elles sont suffisamment sûres pour que vous puissiez les employer sur les autres ou qu'on les utilise sur vous. Les couleurs sont fortement associées aux chakras et à l'aura. La première méthode consiste à manger pendant un jour ou deux des fruits et des légumes de la couleur appropriée. Voici quelques idées:

Fruits et légumes

Chakra racine: cerises, tomates, prunes rouges, poivrons rouges, fraises et framboises

Chakra sacré: oranges, mandarines, carottes, abricots et poivrons orange

Chakra du plexus solaire: bananes, panais, poivrons jaunes, haricots jaunes, citrons et maïs doux

Chakra du cœur: légumes verts, pommes, poires, raisins verts et kiwis

Chakra de la gorge: prunes, fruits de la passion et myrtilles

Chakra du 3^e œil: mûres, radis et cassis

Chakra couronne: pêches ou melons de couleur pâle



DES VÊTEMENTS ET UNE DÉCORATION COLORÉS



Ne jamais décorer la chambre d'un bébé avec des couleurs vives qui l'empêcheraient de dormir paisiblement. Employez des tons pastel, notamment du vert pâle, unanimement considéré comme favorable à la croissance et au bon développement.

Si vous avez du mal à dormir, utilisez des couleurs pâles dans votre chambre. Si vous voulez passer une journée sereine à vous balader à la maison ou dans le jardin, habillez-vous avec des couleurs plutôt ternes. Pour une journée plus dynamique, préférez des vêtements aux couleurs vives. Le noir peut être lugubre mais si vous l'associez à une couleur vive ou à un motif dynamique, vous lui donnez une tout autre dimension.



Les couleurs



Le **rouge** est associé au chakra racine et profite aux parties du corps comprises entre le bas de la colonne vertébrale et les organes génitaux, jusqu'à la plante des pieds. Si un chakra supérieur fonctionne mal, le rouge peut aider à le clarifier et à lui conférer de l'énergie. Le rouge dynamise un corps à tendance léthargique, un sujet dont les poumons sont congestionnés ou dont les processus intellectuels se trouvent ralentis. Le rouge donne de la vie à n'importe quel organe qui ne fonctionne pas correctement, tandis que, sur le plan psychologique, il donne de la force et du courage. Utiliser du rouge si un chakra supérieur ne fonctionne pas bien est une bonne idée. Mais c'est un mauvais choix si le sujet est en colère ou agressif: le problème en serait aggravé.

L'**orange** est lié au chakra sacré, il est donc utile pour toutes les affections de la région abdominale, notamment de la vessie et des hanches. Ce chakra est également en lien avec les relations personnelles et sexuelles. Cela étant, si le chakra du cœur est défaillant, utiliser de l'orange peut aider.

Le **vert** est lié au chakra du cœur. Certaines personnes considèrent que cette région contient en réalité deux chakras, disposés l'un au-dessus de l'autre. Dans cette configuration, le vert est mieux adapté au chakra supérieur. Cette couleur est notamment associée au cœur et à la région thoracique, mais elle peut servir à calmer également la région sacrée. Le vert est associé au développement, à la sécurité, à la régénération et à l'énergie terrestre.

Le **jaune** est lié au chakra du plexus solaire, à la volonté du sujet et à sa capacité à agir. Elle est concernée par les affections de la région centrale du corps, tels que l'estomac, les reins, le foie et le pancréas, surtout si ces organes ont besoin d'énergie. Cette couleur est particulièrement adaptée aux personnes qui ont un métier intellectuel et elle peut clarifier les idées. Si le patient éprouve des difficultés à envisager une situation complexe, servez-vous du jaune sur les chakras de la gorge et du 3^e œil.

Le **rose** est une couleur généralement associée à l'amour et l'affection. Pour ceux qui considèrent que le cœur est divisé en deux chakras, cette couleur gère le chakra inférieur. Elle confère de l'énergie dynamisante grâce à sa teneur en rouge, et une énergie plus calme et pure grâce à sa teneur en blanc. Cette couleur peut aider un patient qui souffre d'un chagrin d'amour ou qui a des problèmes cardiaques, pulmonaires ou des ulcères d'estomac.

Le **bleu clair** et le **bleu turquoise** sont associés au chakra de la gorge, en lien avec la communication d'une manière générale, avec l'écoute et la parole en particulier. Si un patient souffre des oreilles, du nez ou de la gorge, la couleur bleue pourra l'aider. S'il éprouve des difficultés à apprendre, communiquer, écouter, ou même à développer ses qualités de clairaudience (être capable d'entendre sur un plan spirituel), le bleu pourrait s'avérer trop lent, vous pouvez donc essayer le jaune et même le rouge. Le bleu est une couleur qui calme, qui apporte la paix. Pour cette raison, cela peut être une bonne idée de l'aligner près du chakra racine, sacré ou du plexus solaire afin de calmer la colère ou l'anxiété. On s'en sert aussi pour calmer des maux d'estomac ou agir sur une rate malade.

Le **violet** est la couleur de la spiritualité. Si un patient éprouve des difficultés dans ce domaine, cette couleur pourra l'aider. On peut l'employer pour atténuer les déséquilibres du chakra racine ou du plexus solaire (colère, manque de spiritualité) ou aider une personne qui a du succès mais cherche un sens à sa vie.

Le **blanc** est lié à la pureté, à la protection et à l'amour. Si votre patient se sent menacé, employez cette couleur et apportez-lui la lumière blanche qui émane de l'univers pour l'aider à se sentir bien. Le blanc régit certains chakras supérieurs qui s'élèvent de l'aura de la personne vers le ciel. Certains systèmes associent cette couleur au chakra couronne.

La couleur **or** est liée au chakra situé à environ vingt centimètres au-dessus de la tête. On dit de cette couleur qu'elle aide les problèmes de squelette et ceux liés à tout ce qui est dur dans le corps humain (le crâne, les dents et les ongles). Cette couleur est évidemment associée à la spiritualité et peut aider une personne qui travaille comme médium ou qui a des dons spirituels.

Dans d'autres traditions, les chakras et les couleurs sont associés de la manière suivante:

Noir	Huitième chakra	Le noir est une couleur protectrice.
Or	Neuvième chakra	L'or est une couleur de succès et de joie.
Brun	Dixième chakra	Le brun est une couleur pratique et terreuse.
Rose	Onzième chakra	Le rose est un mélange de rouge vif et de blanc spirituel.

Indigo

Douzième chakra

L'indigo est une couleur qui fait le lien avec le ciel et l'univers.

Guérison par les couleurs

La guérison par les couleurs consiste à présenter des couleurs aux chakras, en fonction du but recherché. Ces couleurs peuvent être matérialisées par des objets colorés, comme des morceaux de tissus, des gros boutons, des billes, des morceaux de carton, des pierres peintes, etc. Peu importe l'objet, du moment que les couleurs sont vives, claires et fortes.

Tandis que votre patient est confortablement allongé, vous disposez l'objet coloré à *côté de* son corps, aligné sur le ou les chakras concernés par le soin. Inutile dès lors de placer quoi que ce soit *sur* le corps du patient. Une alternative consiste à faire asseoir votre patient et placer dans sa main l'objet coloré tandis que vous concentrez l'énergie curative sur le chakra qui a besoin d'aide. Vous pouvez aussi acheter des étoiles de couleurs et les enrouler autour de la personne assise.

Vous pouvez employer la couleur qui régit un chakra spécifique, sur la base d'un ton sur ton, de type jaune sur jaune, bleu sur bleu, etc. Cela permet de libérer un blocage fort et d'autoriser le chakra à refonctionner normalement. Vous pouvez aussi employer des couleurs en opposition, comme une couleur vive sur un chakra supérieur affaibli ou des couleurs plus froides, comme le bleu, le vert ou le blanc, pour calmer un sujet anxieux en disposant la couleur à côté du chakra du plexus solaire.

L'essentiel de la guérison par les couleurs repose sur l'intuition. Référez-vous au [chapitre 10](#) pour découvrir les problèmes physiques et psychologiques associés aux chakras. Si un patient réagit de manière surprenante ou s'il paraît contrarié, arrêtez-vous, proposez-lui un verre d'eau et essayez une autre combinaison couleur/chakra.

Une fois que vous avez disposé l'objet coloré, imaginez l'énergie qui vous arrive de l'univers, prenez en considération la couleur que vous utilisez et dirigez l'énergie sur le chakra de votre patient. Cette action aura pour conséquence d'aider la personne à trouver la voie de la guérison. Ne vous attendez tout de même pas à un miracle !

Une fois votre travail terminé, remerciez vos guides spirituels, refermez vos propres chakras et lavez-vous les mains pour effacer ce qui pourrait rester de la séance de soin.

Méthodes curatives à distance

On peut parfaitement mener ces séances à distance. Si vous voulez essayer, demandez à votre patient de penser à vous à un moment déterminé de la journée. Lorsque le moment est venu, ouvrez rapidement vos propres chakras et connectez-vous mentalement à votre patient. Pensez ensuite à la couleur, concentrez-vous dessus et dirigez-la mentalement vers votre patient. Si celui-ci se sent fatigué, vous pouvez lui envoyer du jaune, de l'orange ou du rouge. S'il est surmené, envoyez-lui du bleu, du violet ou du vert.



La guérison par les couleurs fonctionne parfaitement à distance. Vous pouvez, par exemple, essayer avec une personne de votre entourage qui souffre d'une maladie spécifique. Envoyez-lui la couleur associée au chakra en rapport avec l'affection et demandez à la personne si elle « l'a bien reçue ». Cela vaut vraiment la peine d'essayer. Les résultats sont surprenants.

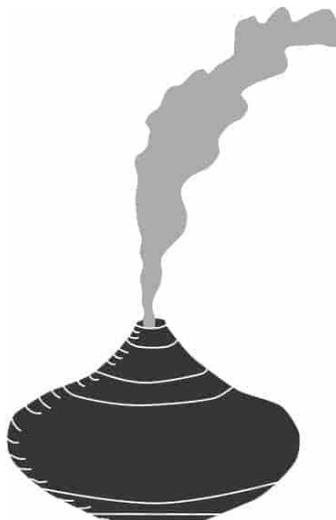
✱ ✱ ✱

DES HUILES ESSENTIELLES POUR LES CHAKRAS



Il est vivement recommandé de consulter un aromathérapeute si l'on souhaite obtenir de bons résultats avec les huiles essentielles. Ces huiles peuvent en effet avoir des effets profonds sur le corps. Demandez au minimum l'avis d'une personne qui connaît le sujet. Évitez les huiles essentielles dans le cas d'une personne qui ne se sent vraiment pas bien ou d'une femme enceinte. Si vous employez les huiles directement sur le corps, elles doivent être diluées. Une alternative consiste à verser une ou deux gouttes dans un bain et de s'y plonger. On peut également utiliser un diffuseur. Il s'agit généralement d'un support en terre équipé d'une bougie. On dispose un petit récipient au-dessus de la bougie allumée, dans lequel on verse quelques gouttes d'huile essentielle. En se réchauffant, l'huile s'évapore et se diffuse.

Identifiez la nature des chakras et les problèmes physiques ou émotionnels auxquels ils sont associés. Vous pourrez dès lors choisir l'huile essentielle la mieux adaptée pour renforcer un chakra affaibli, calmer un chakra en excès d'énergie, ou améliorer l'état général du patient et son humeur.



Uné vérification importante



Commencez toujours par réaliser ce test. Versez une toute petite quantité d'huile essentielle à la surface de votre bras pour voir si vous avez une réaction allergique. Si c'est le cas, cette huile n'est pas pour vous.

Des huiles essentielles selon les chakras

Comme le montrent les tableaux suivants, certaines huiles agissent sur plusieurs chakras. Vous remarquerez que la lavande et la rose sont utiles quel que soit le chakra, surtout si vous cherchez la paix et l'amour dans votre vie.

Chakra racine	Chakra sacré	Plexus solaire
<ul style="list-style-type: none"> • Mousse de chêne • Patchouli • Vétiver • Bois de cèdre • Gingembre • Jasmin 	<ul style="list-style-type: none"> • Sauge sclérée • Jasmin • Cannelle • Rose • Citrus • Géranium • Gingembre 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamote • Géranium • Gingembre • Pamplemousse • Genévrier • Citron • Menthe poivrée • Romarin • Coriandre

Chakra du cœur	Chakra de la gorge	Chakra du 3 ^e œil	Chakra couronne
<ul style="list-style-type: none"> • Bergamote • Rose • Ylang-ylang • Citronnelle • Anis vert • Basilic • Gingembre • Lavande • Myrrhe 	<ul style="list-style-type: none"> • Romarin • Camomille • Oliban • Bois de santal • Géranium • Anis vert • Basilic • Sauge sclérée • Lavande 	<ul style="list-style-type: none"> • Jacinthe • Géranium • Pin • Sauge • Rose • Immortelle • Oliban • Jasmin • Romarin • Bois de santal 	<ul style="list-style-type: none"> • Oliban • Myrrhe • Baie de laurier • Lavande • Valériane • Jasmin • Bois de cèdre • Camomille • Jasmin • Néroli



Résumé des affections traitées

Chakra	Faiblesse	Huile essentielle
Racine	Manque de confiance en soi	Vétiver
Sacré	Hypersensibilité	Jasmin
Plexus solaire	Très craintif	Gingembre
Cœur	Sentiment de rejet	Rose
Gorge	Sentiment d'être incompris ou pas écouté	Lavande
3 ^e œil	Désorganisation	Bois de santal
Couronne	Épuisement	Oliban



GUÉRIR DES SOUFFRANCES ÉMOTIONNELLES PAR LES CHAKRAS



Il existe une multitude de situations qui peuvent nous tourmenter sur les plans émotionnel et psychologique. L'inquiétude, par exemple, est un état très commun. Elle vient d'une peur qui peut être bien fondée ou, au contraire, issue de notre imagination. La meilleure manière de la maîtriser consiste à imaginer une lumière jaune brillante qui arrive de l'univers et vient se déverser dans notre chakra du plexus solaire. Elle motivera notre courage. On pourra aussi imaginer un bouclier disposé à l'avant et à l'arrière de la partie centrale du corps, afin de protéger le plexus solaire des attaques extérieures. Une situation financière tendue et, par extension, la pauvreté, sont très difficiles à supporter, mais la guérison du chakra racine peut y contribuer, tandis que le traitement du chakra du 3^e œil peut aider à y voir plus clair.

La colère est un état dévastateur. En traitant le chakra sacré et celui du cœur, on renforce notre capacité à faire face aux comportements qui y conduisent et à nous en tenir éloigné. Un alignement correct du chakra de la gorge et du 3^e œil nous aide à y voir clair, à écouter attentivement et à répondre avec les mots justes. Si vous êtes empreint de colère, demandez à votre déité ou à votre guide spirituel d'envoyer une énergie curative douce et calmante sur les chakras racine, sacré et du plexus solaire.

Ce chapitre passe en revue les chakras, leurs problèmes les plus courants et la manière de les soigner.

Chakra racine



PROBLÈMES POTENTIELS

Le chakra racine est lié à la survie. Fondamentalement, survivre, c'est avoir suffisamment d'eau, de nourriture, des vêtements, un abri, et les moyens de rester en vie et en bonne santé. Dans notre monde, mieux vaut se tenir éloigné du danger physique même si cela sous-entend de quitter une relation ou de déménager dans un lieu différent. Si un individu vous dérange, par exemple, écoutez votre intuition et faites en sorte de vous en éloigner. Ne suivez jamais une personne qui vous met mal à l'aise. Une intimidation prolongée est préjudiciable à la santé mentale de la victime, qui devra fuir son bourreau ou trouver le moyen de mettre fin à ses actions intimidantes.

Le perfectionnisme peut également constituer un problème. Ici, l'individu se punit lui-même de ne pas faire les choses parfaitement. C'est une bataille perdue d'avance, le sujet doit accepter que l'erreur est permise et qu'il nous arrive à tous, à un moment ou à un autre, de nous tromper. Sur ce terrain, nous sommes tous égaux.

SOINS BASIQUES

De temps à autre, il est conseillé de s'allonger dans un endroit calme et de s'offrir un moment de méditation. Laisser le passé derrière soi et ne pas créer d'angoisse pour le futur, en se concentrant sur ce que la vie a de bon. Tenir une agate dentelle bleue au creux de sa main ou bien une turquoise, tout en imaginant une lumière blanche tachetée de bleu et de vert pâle qui descend pour venir nous guérir. La lumière bleue pâle vient ensuite se déverser dans son chakra racine. La détente est de mise et une petite sieste s'impose ensuite, si toutefois les conditions le permettent.

Chakra sacré



PROBLÈMES POTENTIELS

Le chakra sacré est associé à la sexualité et aux relations proches. Les sujets de dysfonctionnement sont ici très nombreux. La jalousie et la suspicion infondée constituent une problématique fréquemment rencontrée dans ce cadre, avec son lot de dérives vers des abus émotionnels et psychologiques, des violences physiques. Tout cela n'a rien à voir avec l'amour et tout à voir avec le besoin de blesser et de contrôler ses relations. La réponse à cette situation est simple: fuir aussi vite que possible. Il en va de même dans le cadre d'une relation dans laquelle l'un des deux partenaires profite de l'autre ou dont les intérêts l'emportent sur ceux de l'autre.

D'autres problèmes surviennent lorsque la personne n'écoute pas son intuition et laisse s'installer des situations qui auraient pu être évitées. Cette personne doit accepter qu'elle ne soit pas un superhéros et qu'elle devra laisser une place plus importante à son intuition la prochaine fois qu'une situation identique se présente dans sa vie.

SOINS BASIQUES

La personne doit se détendre et méditer en appelant la lumière blanche tachetée de bleu pâle ou de turquoise. Elle laisse cette lumière l'envahir et se répandre sur toute la surface de son corps, pour ensuite la concentrer sur son chakra sacré. Elle peut également tenir une turquoise curative dans ses mains pendant qu'elle médite.

Chakra du plexus solaire



PROBLÈMES POTENTIELS

Si la personne est malmenée par les autres et qu'elle n'est pas respectée, sa santé mentale et physique risque d'être mise à mal. Elle doit éviter d'être intimidée par les autres, et s'abstenir d'être elle-même blessante et intimidante en réponse à l'agression. Se défendre sans surréagir, ce n'est pas simple. Offrir son argent ou ses biens en échange d'être aimé n'a jamais été une bonne idée. La personne ne doit jamais se laisser abuser. Le chakra du plexus solaire gère l'estime et le respect de soi ainsi que le pouvoir personnel. L'individu ne peut envier ce que les autres possèdent. Mais là encore, c'est plus simple à dire qu'à faire.

SOINS BASIQUES

L'individu doit veiller à sa santé, à son apparence et à son alimentation et il doit faire de l'exercice régulièrement, même s'il ne s'agit que d'une simple promenade. C'est le meilleur moyen pour se remonter le moral et rester en bonne santé.

Il existe des méditations conçues pour aider le sujet à se débarrasser des personnes qui le dérangent ou se sortir de situations qui le pénalisent. L'une d'elles consiste à imaginer un grand sac en papier dans lequel le patient jette tous ses problèmes. Lorsque le sac est plein, il le ferme et le jette dans un grand feu de joie. Une méditation à base de couleurs peut également aider. Elle consiste à imaginer une lumière jaune qui descend du cosmos et entoure le sujet. Cette belle lumière vient ensuite se déverser sur le chakra du plexus solaire. On peut aussi tenir dans sa main un morceau de citrine et se laisser envahir par son énergie.

Chakra du cœur



PROBLÈMES POTENTIELS

C'est l'essence même des romans et des comédies romantiques, ce qui montre combien ce sujet est au centre de nos préoccupations. Dans de nombreuses relations, l'un donne et l'autre reçoit, la réciprocité n'étant pas parfaitement équilibrée.

Ainsi, si une personne partage sa vie avec un partenaire égoïste, peu aimant ou blessant, la seule issue possible est de s'éloigner de la relation et de trouver quelqu'un digne de recevoir son amour. Si le partenaire lui ment, la trompe ou la manipule, la relation courra évidemment à sa perte. Ce genre de situation peut conduire la « victime » à perdre l'estime d'elle-même.

SOINS BASIQUES

Il existe de nombreux cours qui enseignent des méthodes pour recouvrer l'estime de soi et pour bien vivre ses relations. D'autres expliquent comment se respecter et respecter les autres ou comment devenir plus attirant. Certaines personnes doivent travailler sur elles-mêmes pour rectifier leurs habitudes et adopter des comportements plus favorables à leur santé.

Il existe une méditation qui consiste à imaginer une lumière blanche tachetée de vert clair adressée au chakra du cœur pour le calmer. Si la vie amoureuse de la personne est inexistante ou ennuyeuse, il est recommandé qu'elle mène cette méditation en faisant appel à une lumière blanche tachetée d'orange. On pourra tenir un morceau de jade dans les mains tout en méditant, ou bien de cornaline ou de jaspe si l'on souhaite davantage de passion dans sa vie.

Chakra de la gorge



PROBLÈMES POTENTIELS

Ce chakra est associé aux problèmes de communication incluant notamment l'écoute des autres ou le fait de ne pas prendre suffisamment en considération ce qui se passe à la maison ou au travail. Le sujet peut éprouver des difficultés à s'exprimer ou à capter l'attention des autres, de sorte que l'on n'arrive pas à savoir ce qu'il ressent précisément. Il peut être réticent à l'idée de s'exprimer lorsque quelque chose le contrarie ou, au contraire, faire des remarques désobligeantes ou blessantes. Il peut être irréaliste, tatillon ou simplement difficile à vivre. Il peut aussi partager la vie de quelqu'un qui se comporte ainsi.

SOINS BASIQUES

Difficile de dresser la liste des problèmes liés à la communication tant ils sont nombreux. C'est souvent le chakra qui réclame le plus de soins. Le patient peut méditer sur ce qu'il souhaite dans sa vie et commencer par travailler cet objectif. Une méditation basée sur des couleurs consisterait à faire descendre une lumière blanche du cosmos, légèrement teintée de bleue pour calmer ce chakra. Si celui-ci a plutôt besoin d'énergie, une méditation à base de lumière blanche teintée de jaune devrait favoriser le regain attendu.

C'est encore mieux si votre patient médite en tenant un morceau de citrine dans la main. Les effets de la méditation seront alors décuplés.

Chakra du 3^e œil



PROBLÈMES POTENTIELS

Ce chakra est associé à l'intuition et à l'ego. Un sujet qui a tendance à trop se sacrifier ou qui ne sait pas se défendre peut avoir des soucis avec ce chakra. Il se met vite en colère ou se contrarie facilement. Il fait souvent référence à des souvenirs déplaisants, les repassant dans sa tête encore et encore. Il peut être seul et isolé, il peut avoir peur d'être de nouveau blessé.

SOINS BASIQUES

Le soin apporté à ce chakra permettra au patient d'être plus confiant. Il favorise aussi le développement de son intuition, de sa sensibilité, de sa capacité à canaliser ou à se connecter à un esprit. Les cristaux constituent le meilleur traitement. Le sujet peut tenir un morceau d'améthyste ou de sodalite dans la main et demander que les énergies soient libérées dans son corps.

Chakra couronne



PROBLÈMES POTENTIELS

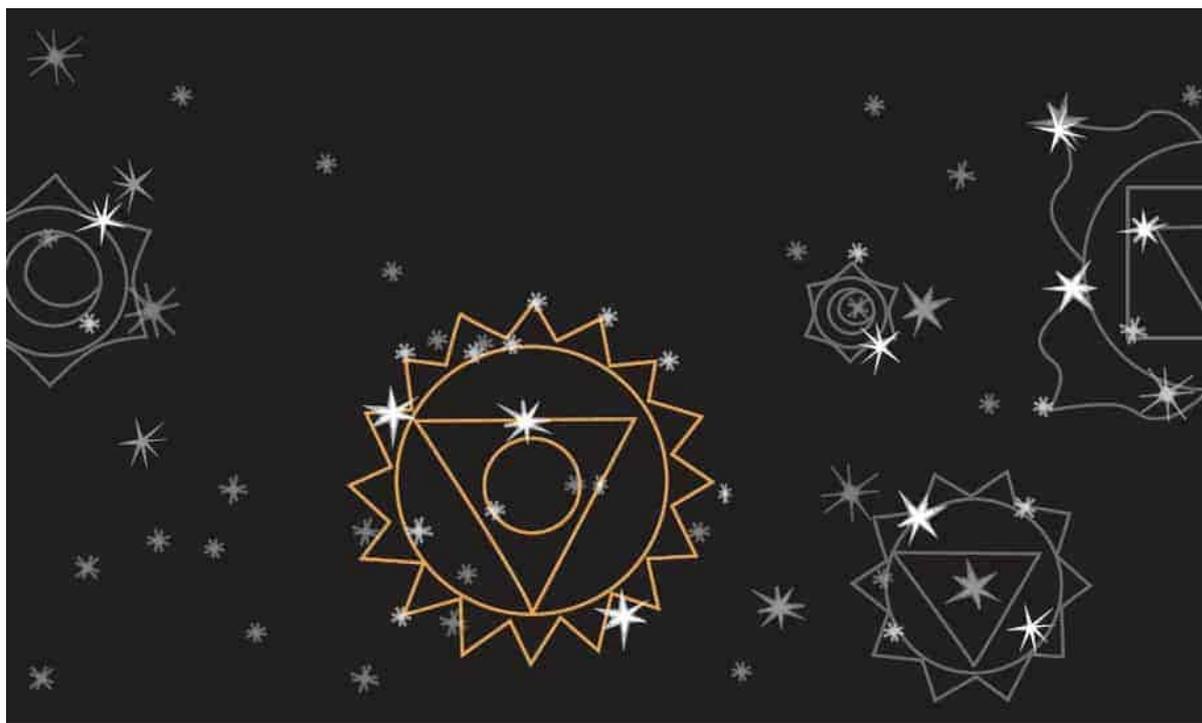
Le chakra couronne régit le lien avec l'esprit et la première lueur émanant de l'au-delà. Ce chakra devra être soigné si le sujet montre un intérêt trop prégnant pour la religion ou tout ce qui relève du spirituel, au point de déstabiliser son sens commun.

SOINS BASIQUES

La personne doit tenir un morceau d'agate dentelle bleue dans chaque main et imaginer une lumière verte et bleue apaisante qui passe par les pierres. Elle laissera ensuite le cristal libérer ses énergies dans ses mains, de manière à ce qu'elle retrouve son équilibre et son bon sens.



TECHNIQUES MAGIQUES ET MÉDITATIVES



Les principes de guérison proposés dans ce chapitre sont issus du monde de la magie et de la Wicca. Le premier protocole fonctionne en se concentrant sur un problème et sur sa solution, puis en envoyant les pensées dans l'univers. Ce protocole peut aider à soulager un problème physique, mais aussi à bannir le malheur ou renverser une situation négative.

Créer son autel

La cuisine d'une maison est le meilleur endroit pour créer un autel: les appareils électriques généralement présents dans une cuisine amélioreraient l'efficacité des sorts magiques. À cela, ajoutons que l'emploi des bougies dans une cuisine est généralement moins dangereux que dans une autre pièce de la maison, dans la mesure où les cuisines ont rarement des rideaux aux fenêtres, pas plus qu'elles n'ont de canapés ou de meubles dont le tissu pourrait prendre feu.

Trouvez un grand plateau et recouvrez-le d'un tissu propre. Voici les éléments essentiels qu'il convient de disposer sur ce plateau. Les autres sont facultatifs.

Essentiels

- Quelque chose qui représente la personne ou le problème. Il peut s'agir de documents administratifs (courrier d'hôpital, demande d'emploi, relevé bancaire), de la photo d'une personne ou d'une lettre d'amour. Si vous êtes vous-même l'objet du soin, disposez votre photo sur l'autel.
- Un bougeoir pour une grande bougie ou une bougie chauffe-plats.
- Un bâton d'encens ou un diffuseur dans lequel vous avez versé une très petite quantité de l'huile essentielle de votre choix.
- Quelques morceaux de papier et des crayons de couleur.
- Un petit plat contenant un peu de sel.
- Un bol avec de l'eau de source ou de l'eau de pluie que vous avez recueillie.
- Des allumettes ou un briquet.

Facultatifs

- Une sélection de cristaux.
- Une huile essentielle.
- Des rubans ou des perles de différentes couleurs.
- Un jeu de tarot.
- Une pierre runique pertinente.
- Un bijou ou un objet qui signifie quelque chose pour vous.



Méthode

- Disposez le sel et l'eau de source sur le plateau.
- Trouvez une bougie ou une bougie chauffe-plats de la couleur appropriée en fonction de la correspondance indiquée dans le tableau ci-dessous.
- Installez le bâton d'encens ou l'huile essentielle.
- Saisissez-vous du papier et des crayons, puis choisissez la couleur du chakra que vous souhaitez guérir. Voici la liste des couleurs et une description sommaire des problèmes rencontrés par les chakras:

Chakra	Couleur de la bougie	Signification
Racine	Rouge	Peur du désastre financier. Intestins et région génitale
Sacré	Orange	Problème relationnel ou sexuel, reproduction
Plexus solaire	Jaune	Être poussé et malmené par les autres, zone des organes digestifs
Cœur	Vert	Manque d'amour, zone du cœur et des poumons
Gorge	Bleu pâle ou turquoise	Impossibilité de se faire comprendre, gorge, cou et oreilles. Manque d'amour, cœur et région des poumons
3 ^e œil	Bleu foncé	Manque de bon sens pour soi ou pour les autres, maux de dents, maux de tête
Couronne	Violet	Blocage de la spiritualité, manque de compassion à l'égard des autres
Chakras supérieurs	Blanc ou or	Peur de la vie, de la mort, de vagues craintes

- Écrivez ce que vous souhaitez accomplir avec le sort. Inutile de l'écrire de manière poétique ou avec des formules magiques, suivez votre intuition et rédigez-le comme vous le sentez. Ce n'est pas non plus une liste de courses, contentez-vous d'un souhait.
- Disposez sur le plateau la lettre, une photo ou ce que vous avez choisi pour représenter la situation.
- Vous pouvez ajouter une carte de tarot, une pierre runique ou un objet de ce type.
- Vous pouvez ajouter des cristaux afin d'obtenir la guérison souhaitée.
- Vous pouvez ajouter des rubans, des perles, des boutons de couleurs qui correspondent à ce que vous souhaitez obtenir. Il peut y avoir plusieurs couleurs.
- Allumez la bougie et l'encens ou le diffuseur. La bougie représente l'élément feu et l'encens ou l'huile correspond à l'élément air.
- Lisez trois fois le sort, puis passez-le dans la fumée de l'encens.
- Agitez maintenant la lettre, la photo et le papier sur lequel vous avez écrit le message, dans la fumée de l'encens.
- Lisez trois fois ce que vous avez écrit et jetez le papier dans la poubelle.
- Le bâton d'encens est bientôt consommé, mais son essence va planer dans la pièce un certain temps. La bougie brûle plus lentement et vous devrez la laisser se consumer jusqu'à la fin.
- Lorsque la bougie est consommée, servez-vous des allumettes pour brûler le papier sur lequel est écrit le sort. Faites cette opération dans l'évier de la cuisine et laissez couler de l'eau sur les cendres pour les évacuer.
- Versez le sel et l'eau sur un morceau de papier essuie-tout et posez-le sur le chandelier.
- Remerciez vos guides, vos anges, vos déités, sans oublier l'univers.

Patiencez à présent pour constater une amélioration. Cela peut prendre un mois, parfois deux. Cette transformation peut en effet être influencée par la position de la Lune ou de Mercure.



Méditation à la bougie

La méditation à la bougie est une merveilleuse manière de méditer, surtout si vous n'avez jamais médité de votre vie. En vous concentrant sur la flamme de la bougie, vous créez l'espace qui convient dans votre esprit. Allumer une bougie crée l'ambiance adaptée à cette activité et définit un élément sur lequel vous pourrez porter votre attention. Lorsque vous regardez la flamme de la bougie, vous nettoyez votre esprit. Plus forte sera votre concentration, mieux vous éviterez que des pensées viennent vous perturber. C'est aussi un moyen plus rapide et plus facile pour vous connecter à l'univers. Vous pouvez sélectionner la couleur de la bougie en fonction de ce tableau:

Couleur	Chakra	Intention ou résultat souhaité
Noir	Racine	Détruit toute énergie négative autour de vous, offre une protection, guérit les blessures du passé
Brun	Racine	S'ancrer, retrouver l'équilibre
Rouge	Racine	Sexualité, passion, courage
Orange	Sacré	Bon pour les questions juridiques et financières
Jaune	Plexus solaire	Clarté mentale, clairvoyance, confiance
Vert	Cœur	Amour, compassion, chance
Rose	Cœur	Amour et harmonie, amitiés
Bleu	Gorge	Ouvre les lignes de communication pour l'inspiration, le bonheur et le pardon
Bleu foncé	3 ^e œil	Se connecter à son moi supérieur et à la conscience psychique
Blanc	Couronne	Apporte paix, clarté et vérité
Argent	Couronne et au-dessus	Libère la négativité et participe au développement psychique
Or	Couronne et au-dessus	Se connecte au monde spirituel et aide à régler les problèmes relatifs à des vies antérieures

- Allumez la bougie et asseyez-vous.
- Fermez les yeux et détendez-vous.
- Respirez régulièrement et profondément.
- Imaginez-vous marchant dans un grand espace, sur de l'herbe ou du sable.
- Visualisez un grand sac dans lequel vous rangez tous vos soucis.
- Imaginez que ce grand sac est lancé au fin fond de l'univers.
- Matérialisez les aspects positifs que vous souhaitez voir se concrétiser dans votre vie.
- Ouvrez les yeux, concentrez-vous sur la flamme de la bougie et demandez l'aide dont vous avez besoin.
- Revenez doucement au monde dans lequel vous vivez.
- Si cela ne présente pas de danger, laissez la bougie se consumer, sinon éteignez-la.
- Remerciez vos déités, vos anges, une conscience supérieure et l'univers.



Autres formes de magie et de méditation

Il existe de nombreuses méthodes utilisant la magie et la méditation. Elles visent à soulager les chakras des affections qui les pénalisent. En voici quelques-unes.

Chamanisme

Les San, du désert du Kalahari en Namibie sont les seuls êtres humains dont l'ADN est resté identique au fil des millénaires, sans jamais se mélanger avec d'autres types humains. Voyons à présent comment les choses ont évolué au cours des 35 000 dernières années et comment elles se présentent aujourd'hui.

Un chaman (guérisseur) danse au son des percussions jusqu'à ce qu'il glisse dans un état de transe. Il appelle alors ses ancêtres, depuis longtemps décédés. Ces esprits lui indiquent ce qui ne tourne pas rond chez son patient. Le chaman se sent alors pris en charge par l'esprit d'un guépard, un animal considéré comme ayant de puissants pouvoirs de guérison. Il dirige ensuite l'énergie curative sur son patient et sur les zones à traiter.

On trouve des chamans dans de nombreuses cultures, mais les méthodes qu'ils emploient sont souvent les mêmes. Ces techniques sont proches des thérapies énergétiques, comme le reiki, ou spirituelles. La guérison chamanique peut s'adresser aux chakras qui ne fonctionnent pas bien.

Affirmations

La méthode des affirmations est particulièrement efficace pour résoudre les problèmes émotionnels tels que le manque d'estime de soi ou les difficultés qui peuvent résulter d'une rupture amoureuse, par exemple. Il existe des recueils d'affirmations mais vous pouvez aussi en trouver sur Internet ou les créer vous-même en les écrivant dans un cahier que vous relisez chaque jour. Allumez une bougie de la couleur correspondant au chakra concerné.

Les Sept rayons

Le système des Sept rayons est un système spirituel extrêmement ésotérique lié aux maîtres spirituels, à Dieu et à Jésus. Il a été découvert ou peut-être redécouvert par les théosophes. Il est lié au système des chakras ou à l'astrologie. Ce système peut mettre en évidence des problèmes de santé, de personnalité et psychologique. Il suggère également des moyens de les régler.

La guérison du cœur

Certains guérisseurs pensent qu'il existe une méthode curative qui s'appuie sur l'énergie envoyée directement depuis leur propre chakra du cœur. Cette méthode implique une grande ouverture à l'amour inconditionnel, ce qui n'est pas à la portée de tout le monde.

Méditations ancestrales

Il existe deux techniques de méditation très anciennes qui adressent directement l'énergie aux chakras à nettoyer. Le choix de la méthode repose sur les particularités astrologiques de la personne concernée.

La première s'applique aux personnes qui sont sous un signe de feu ou d'air. Elle fonctionne en amenant l'énergie de l'univers vers le chakra couronne. Cette énergie est ensuite diffusée vers les autres chakras.

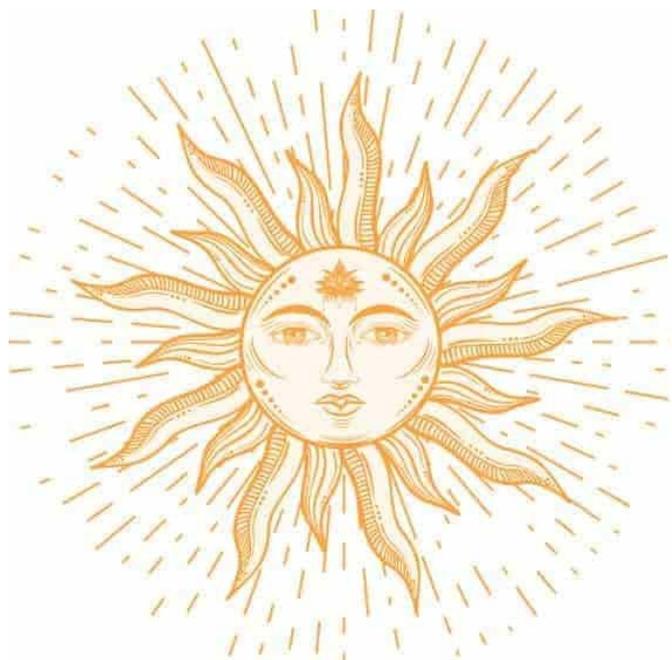
La deuxième technique s'applique aux individus nés sous un signe de terre ou d'eau. L'énergie voyage du sol vers les chakras en passant par les pieds.

Signes de feu: Bélier, Lion, Sagittaire

Signes d'air: Gémeaux, Balance, Verseau

Signes de terre: Taureau, Vierge, Capricorne

Signes d'eau: Cancer, Scorpion, Poissons



Guérison des signes de feu et d'air

L'énergie curative circule à travers les chakras, du haut vers le bas. C'est un peu comme si on exploitait la puissance du Soleil.

PRÉPARATION

Il est important de vous préparer pour mener à bien cette session de soin. Voici comment procéder:

- Le point de départ correspond au huitième chakra, celui qui est situé au-dessus de la tête et dont l'or est la couleur. On peut le comparer à un petit Soleil.
- Imaginez ce chakra s'amplifier et s'intensifier jusqu'à ce qu'il soit vraiment brillant.
- Visualisez maintenant votre chakra couronne qui s'ouvre ainsi qu'un grand faisceau de lumière dorée qui entre dans votre corps par le chakra couronne.
- Laissez la lumière remplir votre corps, sans oublier votre aura et la région sous vos pieds.
- Vous pouvez prendre conscience d'une lueur dorée qui émane de vous et vous entoure.
- Sentez la lumière courir le long de vos bras et se concentrer dans vos mains comme si elle avait hâte de sortir et de faire son travail.
- Vous êtes maintenant prêt à commencer la session de soin.

Session de soin

- Proposez à votre patient de s'asseoir sur une chaise en vous tournant le dos.
- Tenez-vous à quelques mètres de lui et tendez vos mains dans sa direction.
- Gardez vos mains séparées à une distance d'environ quinze centimètres et libérez la force de guérison qui réside dans la paume de vos mains, en la dirigeant vers votre patient.
- À ce stade, vous pouvez prendre conscience des blocages ressentis dans les chakras de votre patient. Concentrez-vous sur le ou les chakras concernés et adressez cette énergie curative.
- Lorsque vous sentez que vous en avez fait assez, baissez vos mains et laissez votre huitième chakra se calmer.
- Détendez-vous et remerciez vos guides spirituels.
- Lavez-vous soigneusement les mains.



Guérison des signes de terre et d'eau

Cette méthode qui s'applique aux personnes dont le signe du zodiaque est un signe de terre ou d'eau fait remonter l'énergie curative de la terre vers les chakras. Cette énergie ressemble au flux de la mer. Cette méthode fonctionne uniquement si vous ne touchez pas votre patient. Veillez donc à placer vos mains à une quinzaine de centimètres de lui.

PRÉPARATION

Il est important de vous préparer pour mener à bien cette session de soin. Voici comment procéder:

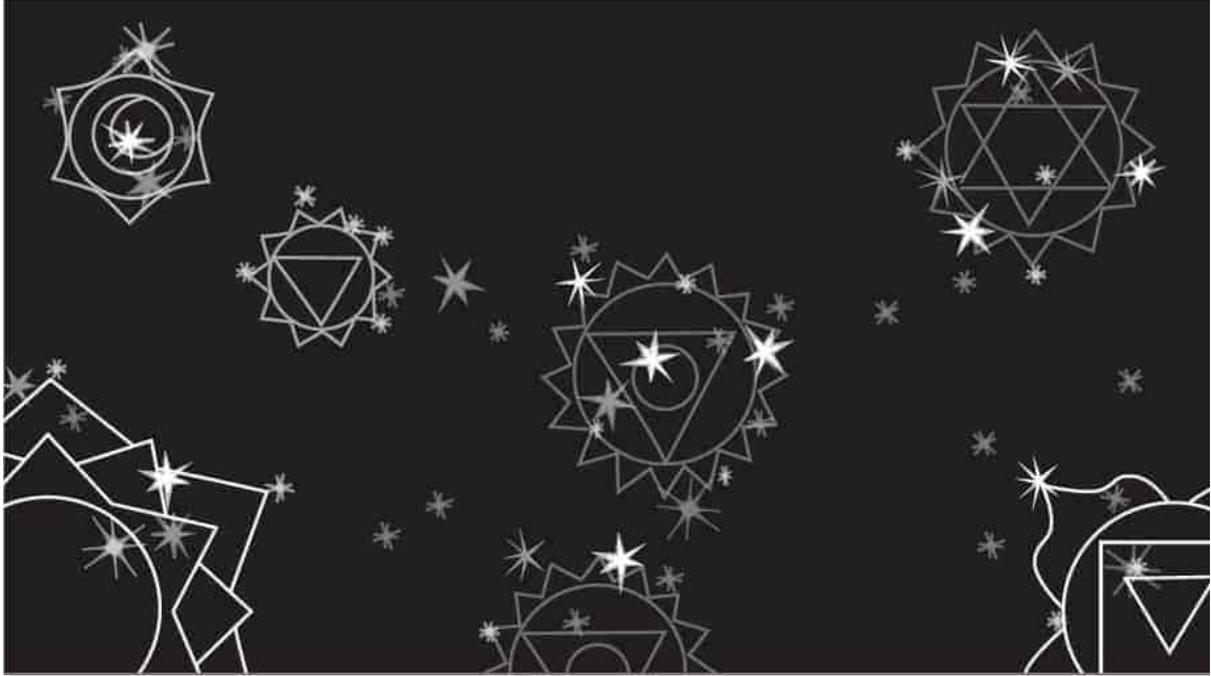
- La source d'énergie émane de la terre sous vos pieds. Imaginez une lumière verte qui entre dans votre corps par les chakras de la plante de vos pieds.
- Laissez la lumière pénétrer tout votre corps, sans oublier votre aura et la région située au-dessus de votre tête.
- Vous prenez conscience qu'une lumière verte remplit votre corps, votre aura et la zone au-dessus de votre tête.
- Sentez la lumière courir le long de vos bras et se concentrer dans vos mains comme si elle avait hâte de sortir et de faire son travail.
- Vous êtes maintenant prêt à commencer la session de soin.

Session de soin

- Proposez à votre patient de s'asseoir sur une chaise en vous tournant le dos.
- Tenez-vous à quelques mètres de lui et tendez vos mains dans sa direction.
- Gardez vos mains séparées à une distance d'environ quinze centimètres et libérez la force de guérison qui réside dans la paume de vos mains, en la dirigeant vers votre patient.
- Rapprochez-vous de votre patient et placez vos mains de chaque côté de ses épaules, à une quinzaine de centimètres.
- Faites courir vos mains de haut en bas de l'aura de ses bras et de ses épaules, diffusant la lumière verte à chaque passage.
- À ce stade, vous pouvez prendre conscience des blocages ressentis dans les chakras de votre patient. Concentrez-vous sur le ou les chakras concernés et adressez cette énergie curative.
- Levez à présent les mains en les disposant de chaque côté de la tête de votre patient et ramenez-les au sommet, sans jamais le toucher. En chemin vers le sommet du crâne de votre patient, et notamment dans la région de la couronne, imaginez que la lumière verte devient violette.
- Lorsque vous sentez que vous en avez fait assez, faites un pas en arrière et terminez la session.
- Détendez-vous et remerciez vos guides spirituels.
- Lavez-vous soigneusement les mains.

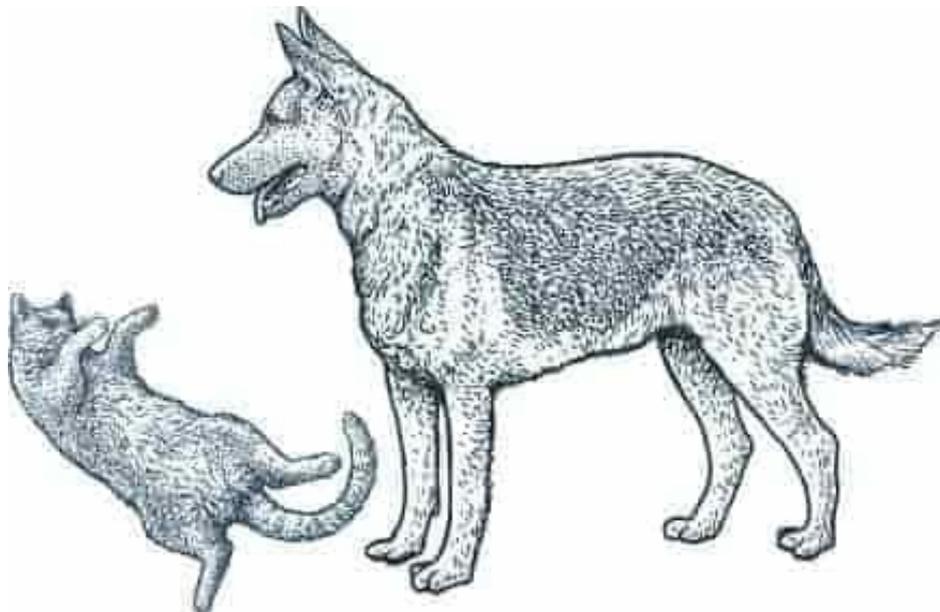


SOIN DES CHAKRAS DES ANIMAUX



Les animaux sont-ils dotés de chakras? Nous savons que les animaux ont des émotions et qu'ils sont capables d'aimer. De plus, comme beaucoup de médiums, je trouve souvent plus facile de me connecter à l'esprit d'un animal mort qu'à celui d'un être humain. Les animaux sont des créatures de Dieu et font partie intégrante de notre monde. Ainsi, pour peu que l'on s'intéresse à la spiritualité, il semble évident qu'ils sont effectivement dotés de chakras, tout comme les êtres humains.

Tous les vertébrés ont une colonne vertébrale et c'est ici que l'on trouve les sept chakras principaux. Chez le chat ou le chien, rien n'est plus simple que de les repérer, puisque comme chez l'être humain, ils sont alignés sur les organes. C'est par contre plus compliqué lorsqu'il s'agit d'un python, par exemple. Vous devrez dessiner le reptile puis passer le pendule sur le croquis en notant les chakras au fur et à mesure que vous les découvrirez. Demandez à vos guides de vous montrer l'endroit où se trouve le chakra couronne, puis celui du 3^e œil et ainsi de suite jusqu'au chakra racine. L'activité de ces chakras est la même que chez les êtres humains... jusqu'à un certain point.



Remarque importante

Rien ne remplace la consultation d'un vétérinaire pour diagnostiquer le mal dont souffre un animal. Les soins apportés aux chakras permettent cependant de donner un coup de pouce pour aider l'animal à retrouver la forme. De plus, l'attention et l'amour que vous apportez à un animal l'aideront à se sentir mieux. J'ai la conviction que cette remarque s'applique aussi bien à un animal de compagnie qu'à un animal de labour comme on en trouve à la ferme par exemple.

Dès l'instant où vous savez de quoi souffre votre animal, vous devriez être en mesure d'identifier les chakras qui ont besoin d'aide. Si vous sentez que votre animal n'est que légèrement souffrant et qu'il n'est pas nécessaire de l'emmener chez le vétérinaire, un soin des chakras pourra lui faire le plus grand bien.

Les sept chakras principaux

CHAKRA RACINE

Comme chez les humains, il est question de survie. C'est aussi le chakra des membres inférieurs et des glandes surrénales.

CHAKRA SACRÉ

Il régit les organes de reproduction et l'activité sexuelle.

CHAKRA DU PLEXUS SOLAIRE

Ce chakra est connecté aux organes centraux du corps, tels que le pancréas et le foie. Il administre aussi la force de volonté mais aussi le manque de volonté.

CHAKRA DU CŒUR

Il régit les poumons et le cœur mais aussi l'amour, l'affection et parfois la haine.

CHAKRA DE LA GORGE

Ce chakra concerne la gorge et le cou, mais il permet aussi à l'animal de communiquer ses besoins et ses sentiments.

CHAKRA DU 3^e ŒIL

Le chakra du 3^e œil est associé à l'intuition et à la peur mais également aux oreilles et aux traits de la gueule de l'animal.

CHAKRA COURONNE

Si l'animal est conscient du monde spirituel, cet éveil serait concentré dans ce chakra. Sinon, il est lié au cerveau et au processus de la pensée.

Trouver des chakras défaillants

Emparez-vous d'un pendule et passez-le doucement au-dessus de la colonne vertébrale de l'animal, en demandant à l'instrument de réagir chaque fois qu'il rencontre un chakra trop ouvert ou dont l'alignement est incorrect. Demandez- lui ensuite de réagir lorsqu'un chakra est bloqué, celui-ci réclamera alors davantage d'attention de votre part.



Soin

Thérapie énergétique

N'importe quel type de soin énergétique est efficace sur un animal. J'ai vu des résultats surprenants et très rapides.

Cristaux

Lorsque l'animal se repose, disposez les pierres correspondant aux chakras. Veillez à ce qu'il ne les mange pas. Guidez une lumière blanche vers ces pierres et vers l'animal. Restez toujours à ses côtés lorsque vous utilisez des pierres. Lorsque le travail est terminé, nettoyez les cristaux, rangez-les dans un sac et gardez-les hors de portée de l'animal.

Huiles essentielles

Certains utilisent des huiles essentielles sur les animaux, mais je ne pense pas que ce soit une bonne idée. Qu'elles soient employées sur l'animal ou à côté, au travers d'un diffuseur ou d'un bâton d'encens, la substance peut perturber l'animal et la situation peut empirer.

Thérapie magnétique

Les aimants peuvent aider un animal malade, surtout s'il est atteint de rhumatismes. Placez des aimants dans sa laisse, une bride ou bien à l'endroit où il se repose, en veillant à ce qu'il ne puisse pas les atteindre et les avaler.



ANNEXE: CONNEXIONS DES CHAKRAS

Voici une liste des connexions, des liens ou correspondances de chaque chakra.

	RACINE	SACRÉ	PLEXUS SOLAIRE	CŒUR
CHAKRA				
POSITION	Bas de la colonne vertébrale	Abdomen jusqu'à la colonne sacrée	Au-dessus du nombril jusqu'à la colonne centrale	Du milieu du thorax à la colonne vertébrale
RÔLE PRINCIPAL	Survie, vie	Création, émotions	Énergie, contrôle, croyance	Amour, relations, respect, créativité
RÉGION DU CORPS	Jambes, base de la colonne vertébrale	Organes de reproduction, intestins	Digestion	Cœur, poumons, appareil digestif supérieur
GLANDE	Surrénal	Ovaires, testicules	Pancréas, endocrine	Thymus
SENS	Odorat	Goût	Vue	Toucher
NOM VÉDIQUE	Muladhara	Svadhastana	Manipura	Anahata
AUTRES NOMS	Chakra rouge	Chakra orange	Chakra du nombril, chakra jaune	Chakra vert
NUMÉRO	Premier chakra	Deuxième chakra	Troisième chakra	Quatrième chakra
COULEUR	Rouge	Orange	Jaune	Vert
GENRE	Yang, masculin, positif	Yin, féminin, négatif	Yang, masculin, positif	Yin, féminin, négatif
ANIMAL	Éléphant	Crocodile	Bélier	Loup
PÉTALES DE LOTUS	Quatre	Six	Dix	Douze
FORME	Carré	Lune croissante, pyramide	Cercle	Croix
ÉLÉMENT	Terre	Eau	Feu	Air
PLANÈTE	Mars	Lune	Soleil	Vénus
SIGNE DU ZODIAQUE	Bélier, Scorpion	Cancer	Lion	Taureau, Balance
MANTRA	Lam	Vam	Ram	Yam
MUSIQUE	Percussion	Instruments à cordes	Instrument à anche, corne	Flûte, instruments à vent

	GORGE	3 ^e ŒIL	COURONNE
CHAKRA			
POSITION	De la gorge à la nuque	Milieu du front juste au-dessus des yeux	Couronne de la tête
RÔLE PRINCIPAL	Communication	Connaissance, clarté	Spiritualité
RÉGION DU CORPS	Gorge	Tête (zone faciale: yeux, crâne)	Tête, système nerveux central (zone faciale: tête)
GLANDE	Thyroïde, parathyroïde	Pinéale, hypophyse	Pinéale, hypophyse
SENS	Ouïe	Vue	Unité avec l'univers
NOM VÉDIQUE	Vishuddha	Ajna	Sahasrara
AUTRES NOMS	Chakra bleu clair	Chakra frontal, indigo chakra	Chakra violet
NUMÉRO	Cinquième chakra	Sixième chakra	Septième chakra
COULEUR	Bleu ciel	Bleu indigo	Violet, blanc ou or dans certaines traditions
GENRE	Yang, masculin, positif	Yang, masculin, positif	Yin/Yang, donc masculin et féminin
ANIMAL	Aigle	Ancêtres	Anges
PÉTALES DE LOTUS	Seize	Un cercle avec un pétale de chaque côté	Lys violet ou nombreux pétales
FORME	Coupe	Étoile de David	Lotus, lys
ÉLÉMENT	Air/Éther	Lumière	Lumière
PLANÈTE	Mercure	Jupiter	Saturne
SIGNE DU ZODIAQUE	Gémeaux, Vierge	Sagittaire, Poissons	Capricorne, Verseau
MANTRA	Ham	Aum	Nnn
MUSIQUE	Chant	Chants et musiques sacrés	Silence

CONCLUSION



Je termine cet ouvrage par là où nous l'avons commencé, en soulignant que vous devrez faire usage de votre bon sens si vous tombez malade. Vous devrez alors consulter un médecin, un dentiste, un ostéopathe, un ophtalmologue, un podologue ou n'importe quel spécialiste dès l'instant où celui-ci peut traiter l'affection dont vous souffrez. Les méthodes présentées dans ce livre soutiennent vos chakras et améliorent le processus de guérison. Même dans le pire des cas, lorsqu'une personne est en train de mourir, le traitement des chakras facilitera son passage. Il permet aussi d'assister une personne qui vit un deuil car cette thérapie l'aidera à affronter la situation.

L'écriture de ce livre a été une aventure passionnante. J'ai conscience qu'il aurait pu être deux fois plus épais mais j'ai préféré me limiter aux méthodes les plus utiles, les plus économiques et les plus simples à mettre en oeuvre. J'espère qu'il vous sera utile au fil du temps.

Bonne chance,
Roberta Vernon

À PROPOS DE L'AUTEURE

La grand-mère de Roberta Vernon était médium et travaillait l'interprétation des rêves. Son grand-père affectionnait la numérologie et sa mère était une chiromancienne amatrice. Rien de suprenant à ce que Roberta ait développé un intérêt pour les concepts ésotériques. Elle s'est plongée dans la chiromancie dès le plus jeune âge, puis s'est intéressée à la psychologie et à l'astrologie. Ce n'est que plus tard qu'elle s'est passionnée pour les chakras, les cristaux et d'autres types de thérapies. Roberta vit à Londres, en Angleterre. Elle est mariée et mère et grand-mère. Roberta a écrit un livre sur la chiromancie dans cette même collection.

CRÉDITS PHOTOGRAPHIQUES

Illustrations de couverture: frame © painter/Shutterstock; texture de fond Andrius_Saz/Shutterstock; fleurs © Uladzimir Leshankou/Shutterstock, 3vectorbest/Shutterstock, soponyono/Shutterstock; symboles des chakras © moibalkon/Shutterstock; mandala lotus © art of line/Shutterstock.

Illustrations du poster: frame © painter/Shutterstock; texture de fond Andrius_Saz/Shutterstock; top figure © Tanya Kalian/Shutterstock; dessin en bas © AV-Art/Shutterstock.

Illustrations intérieures de Terry Marks, excepté:

1, 3 (fleurs) © Uladzimir Leshankou/Shutterstock; 7 © Tanya Kalian/Shutterstock; 13 © Irina Simkina/Shutterstock; 27 (bas) © handini_atmodiwiryo/Shutterstock; 29, 84 © Morphart Creation/Shutterstock; 30 © Marzufello/Shutterstock; 33 © Kseniakrop/Shutterstock; 35 © Katja Gerasimova/Shutterstock; 36, 107, 133 © Bodor Tivadar/Shutterstock; 39 © bygermina/Shutterstock; 40 © archivevector/Shutterstock; 41 © mamita/Shutterstock; 44 © Supza/Shutterstock; 51 © mastapiece/Shutterstock; 54 © SHIK_SHIK/Shutterstock; 57 © VectorPot/Shutterstock; 58 © Jolygon/Shutterstock; 59, 106 © Christos Georghiou/Shutterstock; 62 (corps) © AV-Art/Shutterstock; 76 (haut) © umnola/Shutterstock; 77 © Tilegen/Shutterstock; 83 © Elchin Jafarli/Shutterstock; 85 (bas) © antonpix/Shutterstock; 85 (haut) © designer_an/Shutterstock; 86 © Hibrída/Shutterstock; 87 © Yazmin Alanis/Shutterstock; 97 © Holly Mazour/Shutterstock; 98 © FotoHelin/Shutterstock; 99 © massmel/Shutterstock; 100 (cornaline, améthyste) © Coldmoon Photoproject/Shutterstock; 100 (quartz rose) © Albert Russ/Shutterstock; 100 (ambre) © ntv/Shutterstock; 100 (quartz clair) © J. Palys/Shutterstock; 101 (œil de tigre) © olpo/Shutterstock; 101 (sodalite) © optimarc/Shutterstock; 101 (agate) © Roy Palmer/Shutterstock; 101 (obsidienne) © yvoe/Shutterstock; 101 (jaspe) © aregfly/Shutterstock; 111 © Lavrentev/Shutterstock; 115 © geraria/Shutterstock; 124 © Nikki Zalewski/Shutterstock; 129 © Kseniya Parkhimchyk/Shutterstock; 130 © Danussa/Shutterstock; 135 © hadkhanong/Shutterstock.

INDEX

- Affirmations, 128
- Agate, dentelle bleue, 101
- Air élément/signes, 71, 128
- Ambre, 100
- Âme, chakras et, 23
- Améthyste, 101
- Animaux de compagnie, soin des chakras des, 133-135
- Animaux, soin des chakras pour, 133-135
- Argent, 126
- Argent, travail et carrière, facteurs
 - chakra couronne, 57
 - chakra de la gorge, 48-49
 - chakra du 3^e œil, 53
 - chakra du cœur, 44
 - chakra du plexus solaire, 38-39
 - chakra racine, 27
 - chakra sacré, 33-34
- Astrologie, chakras, éléments et, 22, 70-71, 128
- Aura
 - à propos: définition et description de l', 15
 - chakras et, 15
 - sentir l'énergie/pression et, 77
 - soin énergétique et, 8
 - soin par les couleurs et, 106, 109
 - soin Reiki et, 92
- Autel, création, 123-124

- Baguettes de sourcier, 76
- Blanc, soin avec, 109, 124, 126
- Bleu, soigner avec le, 108, 124, 126
- Bougies
 - affirmations et, 128
 - colorées, pour sort Wiccan, 124-125
 - méditation avec, 126-127
- Bras (coude) chakras, 62, 64, 95

- Chakra du cœur inférieur et supérieur, 62, 64
- Chakras fermés, 87
- Chakras. *Voir aussi* Chakras mineurs
 - âme et, 23
 - astrologie et, 22, 70-71
 - aura et. *Voir* Aura
 - blocage, effets, 15
 - corps physique et, 14
 - couleurs des, 20, 136-137
 - définition, 13, 14-15
 - éléments et, 70-71
 - esprit, intellect, ego et, 14-15
 - fermés, 87
 - fonctions et associations, 15, 17-19, 136-137
 - historique, 13
 - images de fleur et nombre de pétales, 17-19
 - Kundalini et, 20-22, 26, 93
 - nature spirituelle et, 15
 - nombre et positions des, 16
 - ouverture, 86
 - principaux (sept), 16
 - problèmes avec. *Voir* Soins des chakras; Thérapies énergétique et spirituelle; Identifier des chakras faibles
 - problèmes relatifs aux, 93-94
 - psychologie et, 23
 - religion et, 16
 - représentation schéma, 19, 62
 - trois niveaux de, 14-15
- Chamanisme, 127
- Cœur, chakra, 42-46
 - à propos: aperçu des fonctions et associations, 17-23
 - argent, travail et carrière facteurs, 44
 - associations corps et santé, 46

- check-list* pour identifier les faiblesses, 68
- correspondances/connexions, 46, 136
- couleur et soin avec les couleurs, 20, 108
- cristaux pour nettoyer, 103
- déficient ou abîmé, 45
- des animaux, 134
- détails et idées clés, 42
- éléments et, 70, 71
- en excès, 44-45
- équilibré, 43-44
- huiles essentielles pour, 114, 115, 135
- images de fleur et nombre de pétales, 17-19
- position du, 42
- problèmes relatifs au, 93
- souffrance/blessure émotionnelle et méthodes de soin, 119-120
- thèmes associés au, 42-43
- un des sept chakras principaux, 16

Couronne, chakra, 56-59

- à propos: aperçu des fonctions et associations, 17-23
- argent, travail et carrière facteurs, 57
- associations corps et santé, 58
- check-list* pour identifier les faiblesses, 69
- correspondances/connexions, 59, 137
- couleur, 20
- cristaux pour nettoyer, 103
- déficient ou abîmé, 58
- des animaux, 134
- détails et idées clés, 56
- en excès, 57
- équilibré, 56
- huiles essentielles pour, 114, 115, 135
- images de fleur et nombre de pétales, 17-19
- position du, 56
- problèmes relatifs au, 94
- souffrance/blessure émotionnelle et méthodes de soin, 121
- thèmes associés au, 56
- un des sept chakras principaux, 16

Colonne vertébrale, chakras, 62, 64

Connexion animale des chakras, 136-137

Connexions, glandes, 136-137

Cornaline, 100

Corps

- au-dessous chakras mineurs, 65
- au-dessus chakras mineurs, 61-63
- chakras principaux, 16-19. *Voir aussi* Chakra racine; Chakra du 3^e œil; Chakra couronne; Chakra du cœur; Chakra sacré; Chakra du plexus solaire; Chakra de la gorge
- croquis, 74, 75
- sur chakras mineurs, 62, 63-65

Corps et santé, associations

- chakra couronne, 58
- chakra de la gorge, 50
- chakra du 3^e œil, 55
- chakra du cœur, 46
- chakra du plexus solaire, 40
- chakra racine, 29
- chakra sacré, 35

Côté, chakra, 62, 64

Coude. *Voir* Chakras du bras (coude)

Couleurs, soigner avec les chakras, 106

- couleurs des chakras et, 136-137
- couleurs et associations, 107-109
- fondements, 106
- fruits, légumes et méthodes soin à distance, 111
- soin des chakras, 110-111
- vêtements et décoration, 107

Cristaux, soins, 97-103

- à propos: aperçu, 97
- cristaux pour, 100-101, 102-103
- des animaux, 135
- nettoyer des chakras affaiblis, 102-103

préparation des cristaux pour, 97-98
problèmes courants et cristaux, 100-101
procédure, 99

Dentelle bleue, agate, 101
Dixième chakra, 109
Doigts, chakras, 62, 64
Douleur émotionnelle, soin, 117-121
Douleur psychologique/émotionnelle, soin, 117-121
Douzième chakra, 109

Eau, élément/signes, 71, 128
Ego, soin des chakras et, 88
Élément, connexions des chakras, 136-137
Éléments. *Voir* Astrologie, chakras, éléments et
Énergie. *Voir aussi* Chakras; chakras, centre d', 14
déficience. *Voir* Identifier les chakras déficients
Kundalini, 20-22, 26, 93
ressentir, 77
soin avec l'. *Voir* Soins des chakras
Épaule, chakras, 62, 63, 95

Feu élément/signes, 70, 128
Forme des chakras, 136-137
Front, chakra, 62, 63
Fruits, couleur des, chakras et, 106

Genou, chakras, 62, 65, 95
Genre des chakras, 136-137
Gorge, chakra, 47-51
à propos: aperçu des fonctions et associations, 17-23
argent, travail et carrière facteurs, 48-49
associations corps et santé, 50
check-list pour identifier les faiblesses, 69
correspondances/connexions, 51, 137
couleur et soin avec les couleurs, 20, 108
cristaux pour nettoyer, 103
déficient ou abîmé, 50
des animaux, 134
détails et idées clés, 47
éléments et, 71
en excès, 49
équilibré, 48
huiles essentielles pour, 114, 115, 135
images de fleur et nombre de pétales, 17-19
position du, 47
problèmes relatifs au, 93
souffrance/ blessure émotionnelle et méthodes de soin, 120-121
thèmes associés au, 47-48
un des sept chakras principaux, 16
Guérison du cœur, 128

Hanche, chakras, 62, 65
Huiles essentielles pour chakras, 113-115, 135
Huiles essentielles pour les chakras, 113-115, 135
Huitième chakra (argent et mort), 61, 62, 69, 109, 129-130

Identifier des chakras faibles, 66-79
astrologie, éléments et, 70-71
avec des baguettes, 76
avec pendule, 72-77, 134
check-list pour, 68-69
des animaux, 134
indicateurs de chakras dysfonctionnant, 76
marquage des chakras troublés, 73, 74-75
mettre en évidence des chakras dysfonctionnant, 76
principes généraux, 67
quiz, 78-79
sentir l'énergie et, 77
Images de fleur et nombre de pétales, 17-19
Indigo, couleur, 109

Intention, définit, [89](#)

Jade, [120](#)

Jaspe, rouge, [101](#), [120](#)

Jaune, soin avec, [108](#), [124](#), [126](#)

Kundalini, [20-22](#), [26](#), [93](#)

Leçons, pour soin des chakras, [88](#)

Légumes, couleurs des, chakras et, [106](#)

Magnétique, thérapie, [135](#)

Main (paume) chakras, [62](#), [64](#), [95](#)

Mantra, connexion avec chakras, [136-137](#)

Marron couleur, [109](#), [126](#)

Méditation. *Voir* Techniques magiques et méditatives

Méridiens, chakras et, [13](#)

Mineur, chakras. *Voir aussi* Huitième, chakra; Onzième, chakra; Neuvième, chakra; Dixième chakra

au-dessous du corps, [65](#)

au-dessus du corps, [61-63](#)

la position, [62](#)

Reiki et, [95](#)

schémas montrant

sur le corps, [62](#), [63-65](#).

Mise en garde, [23](#)

Musique, connexions avec chakras, [136-137](#)

Nettoyer les chakras affaiblis, [102-103](#)

Neuvième, chakra, [62](#), [63](#), [109](#)

Noir, couleur, [109](#), [124](#), [126](#)

Noms (autres) des chakras, [136-137](#)

Numéro de chaque chakra, [62](#), [63](#), [136-137](#)

Obsidienne, [101](#)

Obsidienne flocon de neige, [101](#)

Œil du tigre, [101](#)

Onzième chakra, [109](#)

Or, soin avec, [109](#), [124](#), [126](#), [129-130](#)

Orange, soigner avec, [108](#), [124](#), [126](#)

Oreilles, chakras des, [62](#), [63](#)

Ouverture chakras, [86](#)

Paume, chakras. *Voir* Main (paume), chakras

Pelviens, chakras, [62](#), [65](#)

Pendule, trouver un chakra problématique avec, [72-77](#), [134](#)

Pétales de lotus des chakras, [136-137](#)

Pied, chakras, [62](#), [65](#), [95](#)

Planète, connexion des chakras, [136-137](#)

Plexus solaire, chakra, [37-41](#)

à propos: aperçu des fonctions et associations, [17-23](#)

argent, travail et carrière facteurs, [38-39](#)

associations corps et santé, [40](#)

check-list pour identifier les faiblesses, [68](#)

correspondances/connexions, [41](#), [136](#)

couleur et soin avec les couleurs, [20](#), [108](#)

cristaux pour nettoyer, [102](#)

déficient ou abîmé, [39-40](#)

des animaux, [134](#)

détails et idées clés, [37](#)

éléments et, [70](#), [71](#)

en excès, [39](#)

équilibré, [38](#)

huiles essentielles pour, [114](#), [115](#), [135](#)

images de fleur et nombre de pétales, [17-19](#)

position du, [37](#)

problèmes relatifs au, [93](#)

souffrance/ blessure émotionnelle et méthodes de soin, [119](#)

thèmes associés au, [37-38](#)

un des sept chakras principaux, [16](#)

Position des chakras, [136-137](#)

Principaux, chakras. *Voir*

Racine, chakra; 3^e œil, chakra; Couronne, chakra; Cœur, chakra; Sacré, chakra; Plexus solaire, chakra; Gorge, chakra

Problèmes. Voir Soins des chakras; Thérapie énergétique et spirituelle; Identifier des chakras faibles
Psychologie, chakras et, 23

Quartz clair, 100

Quartz rose, 100

Quartz, clair, rose, et améthyste, 100, 101

Quiz, pour identifier des chakras faibles, 78-79

Racine, chakra, 25-30

à propos: aperçu des fonctions et associations, 17-23

argent, travail et carrière facteurs, 27

associations corps et santé, 29

check-list pour identifier les faiblesses, 68

correspondances/connexions, 30, 136

couleur et soin avec les couleurs, 20, 108, 109

cristaux pour nettoyer, 102

déficient ou abîmé, 28

des animaux, 134

détails et idées clés, 25

éléments et, 70

en excès, 28

équilibré, 26-27

huiles essentielles pour, 114, 115, 135

images de fleur et nombre de pétales, 17-19

position du, 25

problèmes relatifs au, 93

souffrance/blessure émotionnelle et méthodes de soin, 117-118

thèmes associés au, 25-26

un des sept chakras principaux, 16

Reiki, soin, 91-95

chakras et, 93-94, 95

chakras mineurs et, 95

maître en, 92

procédure, 91-92, 94-95

soin des chakras, 94-95

Religion, chakras et, 16

Rôles des chakras, 136-137.

Rose, soin avec, 108, 109, 126

Rouge, soin avec, 108, 124, 126

Sacré, chakra, 31-36

à propos: aperçu des fonctions et associations, 17-23

argent, travail et carrière facteurs, 33-34

associations corps et santé, 35

check-list pour identifier les faiblesses, 68

correspondances/connexions, 36, 136

couleur et soin avec les couleurs, 20, 108

cristaux pour nettoyer, 102

déficient ou abîmé, 34-35

des animaux, 134

détails et idées clés, 31

éléments et, 70, 71

en excès, 34

équilibré, 32-33

huiles essentielles pour, 114, 115, 135

images de fleur et nombre de pétales, 17-19

position du, 31

problèmes relatifs au, 93

souffrance/blessure émotionnelle et méthodes de soin, 118

thèmes associés au, 31-32

un des sept chakras principaux, 16

Sens, connexions des chakras, 136-137

Sept rayons, 128

Société théosophique, 13

Sodalite, 101

Soins. Voir Soins des chakras; Identifier les chakras faibles

Soins à distance, 83, 111

Soins des chakras. Voir aussi Couleurs, soigner avec; Soins avec cristaux; Techniques méditatives et magiques; Reiki

bases du. Voir Thérapie énergétique et spirituelle

huiles essentielles pour, 113-115, 135

méthodes aperçues, 8-9

mise en garde, 23
pour les animaux, 133-135

Spiritualité, 85. *Voir aussi* Thérapie énergétique et spirituelle

Techniques magiques et méditatives, 123-131
affirmations, 128
autel pour, 123-124
chamanisme, 127
guérison du cœur, 128
méditation avec bougie, 126-127
méditations ancestrales, 128
Sept rayons, 128
Wicca, méthode, 123-125

Terre élément/signes, 70, 128

Terre, chakras, 62, 65

Thérapie énergétique et spirituelle. *Voir aussi* Soins des chakras; Couleurs, soins avec les; Soins avec les cristaux;
Techniques magiques et méditatives; Reiki
à distance, 83, 111
à propos: aperçu, 83
comme profession, 87-89
définir votre intention, 89
définition, 8
ego et, 88
étapes et procédures, 83-89
fermeture chakras, 87
fonctionnement, 84-85
huiles essentielles pour, 113-115, 135
leçons, 88
ouverture chakras, 86
points importants à mémoriser, 89
pour les animaux, 133-135
précaution, 89
spiritualité et, 85

Thérapies complémentaires.
à propos: aperçu, 7
définition, 8
fonctionnement, 105
références praticien, 105

Thérapies, aperçu, 8-9

Troisième œil, chakra du 52-55
à propos: aperçu des fonctions et associations, 17-23
argent, travail et carrière facteurs, 53
associations corps et santé, 55
check-list pour identifier les faiblesses, 69
correspondances/connexions, 55, 137
couleur du, 20
cristaux pour nettoyer, 103
déficient ou abîmé, 54
des animaux, 134
détails et idées clés, 52
éléments et, 71
en excès, 54
équilibré, 52-53
huiles essentielles pour, 114, 115, 135
images de fleur et nombre de pétales, 17-19
position du, 52
problèmes relatifs au, 94
souffrance/ blessure émotionnelle et méthodes de soins, 121
thèmes associés au, 52
un des sept chakras principaux, 16

Turquoise bleue, soins avec, 108, 124

Upanishads, chakras et, 13

Védique, noms des chakras, 136-137

Vert, soins avec, 108, 124, 126, 130-131

Violet, soins avec, 109, 124

Zodiaque, connexions des signes, 136-137

Édition originale publiée en anglais en 2019 sous le titre *In Focus Chakra healing: Your Personal Guide*, aux éditions Wellfleet Press, The Quarto Group, USA.

Copyright © 2019 Zambezi Publishing Ltd.

Texte © 2019 Zambezi Publishing Ltd.

Conception graphique: Ashley Prine, Tandem Books.

Sauf indications contraires figurant à la [page 140](#), illustrations: © 2018 Quarto Publishing Group USA Inc.

Pour l'édition française:

© Albin Michel, 2021

22, rue Huyghens, 75014 Paris

www.albin-michel.fr

Ouvrage publié sous la direction d'Aurélie Starckmann

Traduction: Éric Marson (MiMaBo LDA)

Mise en pages: Éric Marson (MiMaBo LDA)

Relecture et corrections: Emmanuelle Peraldi

Adaptation graphique de la couverture: Johanna Fritz

Tous droits réservés.

Suivez-nous sur Instagram:  [@albinmichel_et_moi](#)

Santé, bien-être, vie quotidienne, cuisine, parentalité, psycho, développement personnel, loisirs et plus encore...

ISBN: 978-2-226-45833-9

eISBN : 978-2-226-46055-4

Dépôt légal: février 2021

Les titres de cette collection fournissent des informations générales. Ils ne prétendent pas établir un diagnostic, recommander un traitement ou se substituer à un avis médical et à un traitement prescrit et encadré par un médecin. Les lecteurs souffrant de pathologies sont fortement invités à consulter un médecin.