

LES CHAKRAS

Les chakras sont des centres énergétiques comme de puissantes spirales d'énergie réparties tout le long de la colonne vertébrale. Ils sont associés à des organes vitaux, aux sens aux planètes mais également à des couleurs et des émotions. On en compte 7 principaux mais il existe une multitude de chakras secondaires. Explorez en quelques mots chaque chakras...

1

CHAKRA RACINE

Appelé aussi Muladara Chakra, placé sous le périnée il a pour fonction l'enracinement, la survie, la sécurité, le bien-être, la santé, l'abondance... Première porte liée aux énergies de la Terre.

CHAKRA SACRÉ

Appelé aussi Svadhishtana Chakra, au dessus de l'os pubien. Lié aux domaines relatifs aux émotions, sexualité, désirs, vitalité, relations avec le travail et l'argent, liens avec les autres. Régit l'énergie vitale en nous.

2

3

CHAKRA PLEXUS SOLAIRE

Appelé aussi Manipura Chakra, au dessous de la pointe du sternum. Les domaines qui lui sont associés sont la force, l'assurance, l'estime de soi, la confiance, la force de caractère. Cette porte est celle de notre positionnement au sein du groupe et des humains qui nous entourent.

CHAKRA DU COEUR

Appelé aussi Anahata Chakra, au centre de la poitrine. Amour, sécurité, confiance, relations, compassion, harmonie, pardon sont ce qui le caractérise. C'est une porte importante dans notre rapport aux autres et dans la bienveillance et l'attachement que nous leurs témoignons, parfois avec équilibre, parfois avec excès.

4

5

CHAKRA DE LA GORGE

Appelé aussi Vishuda Chakra, au creux de la gorge. Il correspond à la communication, l'expression, la responsabilité, la liberté, le choix, la volonté et la création. Il nous permet de comprendre et d'être compris.

CHAKRA DU 3È Oeil

Appelé aussi Ajna Chakra, entre les deux sourcils. C'est le centre de la vision créatrice, il permet la connaissance de soi, de son être intérieur. Centre de l'intellect et de la réflexion, la mémoire, l'analyse et la synthèse, aussi de la contemplation du monde et la philosophie. C'est aussi la porte qui régit nos sens et notre sensibilité au monde.

6

7

CHAKRA COURONNE

Appelé aussi Sahasrara Chakra, au sommet de la tête sous la fontanelle. Représente la spiritualité, la conscience, l'esprit de synthèse, l'inspiration, la dévotion. C'est le centre de la connaissance spirituelle, de notre connexion au divin.