

Les dérèglements des chakras: symptômes et solutions

Chakra racine

Le chakra racine, associé à la couleur rouge, symbolise l'élément de la Terre. C'est le centre énergétique des énergies pulsionnelles, le chakra du physique et du matériel.

Il est le chakra de notre vitalité et de notre force physique, et l'énergie qui nous relie à la vie quotidienne, à la réalité.

Lorsque le **chakra racine est dérégulé**, on retrouve alors différents symptômes émotionnels et physiques :

- *Troubles de circulation sanguine,*
- *Troubles de santé liés au stress et à l'anxiété,*
- *Problèmes intestinaux et digestifs,*
- *Manque de confiance en soi,*
- *Sensation de mal-être*
- *Manque récurrent d'énergie, une fatigue anormale,*
- *Des douleurs dorsales,*
- *Une tendance dépressive.*

Pierres utilisées en méditation ou à porter : jaspe rouge, l'agate rouge, l'hématite, l'obsidienne noire et la calcite rouge

Chakra sacré

Associé à la couleur orange et situé au-dessus du nombril, le chakra sacré est le chakra relié aux plaisirs de la vie, la procréation, la sexualité, la joie de vivre...

Particulièrement relié aux sentiments de crainte et aux organes sexuels, son dérèglement entraîne plusieurs conséquences :

- *Une sensation de ne plus réussir à profiter de la vie,*
- *Une très forte exigence envers soi-même,*

- *Des sensations et émotions négatives : la peur, l'angoisse, la jalousie, des tendances obsessionnelles,*
- *Des troubles intestinaux,*
- *Des troubles menstruels et du système reproducteur,*
- *Des maladies du système urinaire,*
- *Des maladies de peau,*
- *Des douleurs et troubles articulaires au niveau des hanches.*

Pierres utilisées en méditation ou à porter : la citrine, la cornaline, la calcite orange. La Moon stone plus connue sous l'appellation de pierre de lune est très utile associée à une cornaline et une shungite.

Plexus solaire

Il est associé à la couleur jaune. Situé juste au-dessus du nombril, le chakra du plexus solaire est relié aux organes du foie, du système nerveux, de la vésicule biliaire, de l'estomac ou encore du pancréas.

Bien équilibré, il apporte la joie et l'harmonie intérieure, l'énergie de paix et l'identité sociale.

Lorsque le chakra du plexus solaire est trop ouvert, ou bloqué, on retrouve différents symptômes :

- *Des troubles de la relation (timidité, difficulté à trouver sa place dans un groupe),*
- *Des troubles de l'humeur (agressivité, colère, passions destructrices),*
- *Des problèmes gastriques,*
- *Des maladies nerveuses,*
- *Des problèmes de poids (surpoids, maigreur, troubles de l'alimentation),*
- *Des troubles digestifs (nausées, ballonnements, brûlures de l'œsophage...),*
- *Des difficultés à accepter les critiques, des troubles de la confiance en soi*
- *Une volonté de pouvoir exacerbée ou l'incapacité d'atteindre ses objectifs.*

Pierres utilisées en méditation ou à porter : l'œil de Tigre, l'ambre, le jade jaune et le jaspé jaune.

Chakra du coeur

De couleur verte, le chakra du cœur est associé à l'air. Situé au milieu de votre poitrine, il est bien évidemment associé au système cardiovasculaire, aux poumons et notre système respiratoire, la

circulation sanguine, les relations à autrui, l'amour inconditionnel, la compassion ou encore la transformation personnelle.

Lorsqu'il est dérégulé, il faut alors composer avec différents troubles tels que :

- *Une insensibilité aux événements extérieurs (chakra bloqué)*
- *Des angines de poitrine, troubles de la respiration, maladies et infections des poumons, difficultés respiratoires*
- *Des problèmes circulatoires,*
- *Une sensation d'être incompris par notre entourage,*
- *Une sensation d'appel de la Nature, d'avoir besoin de se ressourcer,*
- *Avoir du mal à entretenir des rapports sociaux, qui finissent par vous épuiser,*
- *Une sensation de solitude*
- *Des troubles de l'attachement qui engendrent des problèmes dans la vie sentimentale et affective.*

Pierres utilisées en méditation ou à porter : malachite, l'aventurine, l'amazonite, le jade vert et le quartz rose.

Chakra de la gorge

De couleur bleue, il se situe aux abords de la pomme d'Adam. Le chakra de la gorge est associé aux glandes de la thyroïde, au cou, à la gorge, les gencives et les dents, ou encore à l'hypothalamus. Il est le chakra qui nous aide à déployer notre créativité, notre communication.

Associé à la sagesse, l'indépendance, l'intégrité et la liberté ainsi que l'expression de soi, il entraîne différentes conséquences lorsqu'il est trop actif, ou au contraire totalement verrouillé.

- *Maladies de la gorge en tout genre,*
- *Manque de confiance en soi,*
- *Trouble du langage,*
- *Problème dans la prise de parole (timidité exacerbée, volonté de monopoliser le discours),*
- *Tendance au mensonge (sans réaliser la gravité de ses paroles),*
- *Sensation répétée de gorge nouée ou serrée,*
- *Difficultés à exprimer ses émotions,*
- *Troubles liés à une hyperthyroïde ou une hypothyroïde,*
- *Douleurs au niveau des cervicales et des épaules.*

Pierres utilisées en méditation ou à porter : L'aigue-marine, La célestine, Le lapis lazuli, L 'amazonite.

Chakra du 3ème oeil

Le chakra du troisième œil, ou chakra frontal se situe sur votre front, entre vos deux sourcils. Associé à l'élément lumière et de couleur violette, il est relié au système endocrinien, l'hémisphère gauche du cerveau, du nez et du système nerveux. Associé aux notions de vision intérieure, d'intuition, de clairvoyance, d'imagination ou encore de concentration.

Lorsqu'il est dérégulé, trop actif ou alors totalement verrouillé, différents symptômes surviennent :

- *Maladies du cerveau*
- *Migraines à répétition*
- *Troubles de la vision*
- *Volonté d'améliorer ses connaissances sur le Monde qui nous entoure*
- *Sensation d'être perdu dans le déroulement de sa vie*
- *Incapacité à se laisser aller, incapacité de lâcher prise*
- *Troubles de la concentration,*
- *Sensation de tristesse,*
- *Maladies et troubles psychiques en tout genre*
- *Difficultés d'apprentissage.*

Pierres utilisées en méditation ou à porter : Améthyste, sodalite, Le lapis lazuli, cyanite bleue, célestine, aigue marine, charoïte.

Chakra coronal

Relié à la sagesse et à la connaissance ultime, le chakra de la couronne, de couleur violette-blanche est situé au sommet de votre crâne. Associé à la sagesse, de conscience universelle, de compréhension, de perfectionnement de l'être ou encore d'unité dans le divin, le chakra coronal est relié à l'hémisphère droit de votre cerveau et à votre système nerveux central.

Lorsqu'il est déséquilibré, ce chakra entraîne alors différents troubles et maux :

- *Troubles de la mémoire,*
- *Problèmes de sommeil (insomnies, réveil nocturne, troubles de l'endormissement),*
- *Migraines à répétition,*
- *Maladies et troubles du système immunitaire,*
- *Cancers,*
- *Troubles psychiques,*
- *Dépression et troubles de l'humeur,*
- *Développement de maladies chroniques,*
- *Volonté de mieux découvrir la sensation de sagesse,*
- *Perte de la foi en la vie,*
- *Volonté de découvrir de nouvelles vérités et mondes...*

Pierres utilisées en méditation ou à porter :Opale blanche, Œil céleste, Pierre de lune, Cristal de roche, Améthyste, Le lapis Lazuli, Céléstine, Charoïte.