

# LES 7 CHAKRAS



Marianne VOLPELIER

*A travers ces fiches, je vous partage mes inspirations, mes intuitions et mes analyses suite à mon expérience. J'espère qu'elles vous aideront à ouvrir de nouvelles portes de conscience afin de mieux appréhender le changement planétaire que nous vivons.*

*Ne prenez que ce qui résonne dans votre cœur et n'oubliez pas que chacun possède sa propre vérité...*

*Bon chemin à tous,*

**Marianne**

\*\*\*

### **C.G.U. (Conditions générales d'utilisation) et mentions légales**

#### **Non-responsabilité médicale**

Le contenu de ces fiches n'est offert qu'à des fins strictement informatives, sollicitez toujours l'avis d'un médecin ou d'un autre professionnel agréé à propos de toute question que vous avez sur un problème de santé et un traitement.

#### **Droits d'auteur**

Les textes, les dessins et autres contenus disponibles sur ces fiches sont créés par l'auteure et celle-ci détient les droits d'auteur de ses œuvres.

#### **Republication**

Vous pouvez réutiliser et republier les contenus de ces fiches à condition d'en citer la source, c'est-à-dire le titre et l'auteure.

#### **Crédit image**

J'utilise des images provenant de source personnelle ou bien de contenu libre de droits.

#### **Mentions légales**

Mes coordonnées ont été transmises à l'hébergeur du site : SiteW.com ([www.sitew.com](http://www.sitew.com)).

\*\*\*

#### **Me contacter**

*Mon site internet : [www.5essence.sitew.in](http://www.5essence.sitew.in)  
Mon e-mail : [5essence.inspirations@gmail.com](mailto:5essence.inspirations@gmail.com)*

**... Bonne lecture !**

*Ces réflexions ont été écrites en mars 2021 et les mois suivants dans le contexte de pandémie du virus COVID-19. Au fond du tunnel, on entrevoit un filet de lumière qui est notre espoir.*

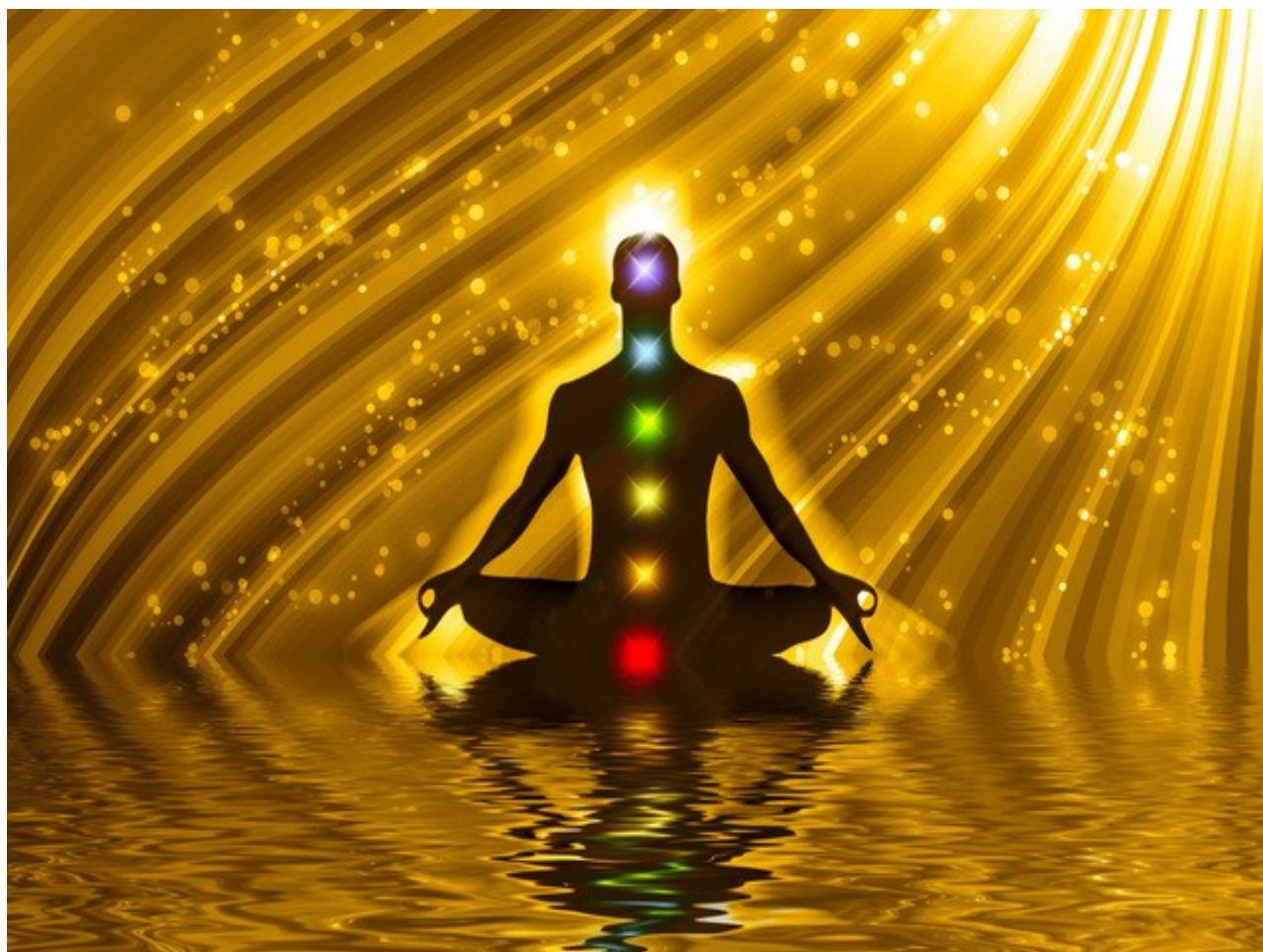
\*\*\*

## I) Qu'est-ce qu'un "chakra"

Les "chakras", terme qui signifie en sanscrit "roue de lumière tournoyante" sont des organes d'énergie subtile qui gèrent le flux d'énergie lié à chaque aspect de notre vie, ils ont donc des taux vibratoires différents apparentés à une couleur particulière. Chacun d'eux recueille, interprète et renvoie de l'énergie qui correspond à son niveau vibratoire. Mais comme ils agissent à une fréquence plus élevée par rapport aux organes traditionnels (coeur, foie, rein etc...) ils ne sont pas visibles à l'oeil nu.

D'après la philosophie hindoue, les principaux chakras sont au nombre de sept et sont situés sur une ligne verticale partant de la base de la colonne vertébrale jusqu'au sommet de la tête créant ainsi un trait d'union entre la Terre, l'homme et le Ciel et inversement le Ciel, l'homme et la Terre.

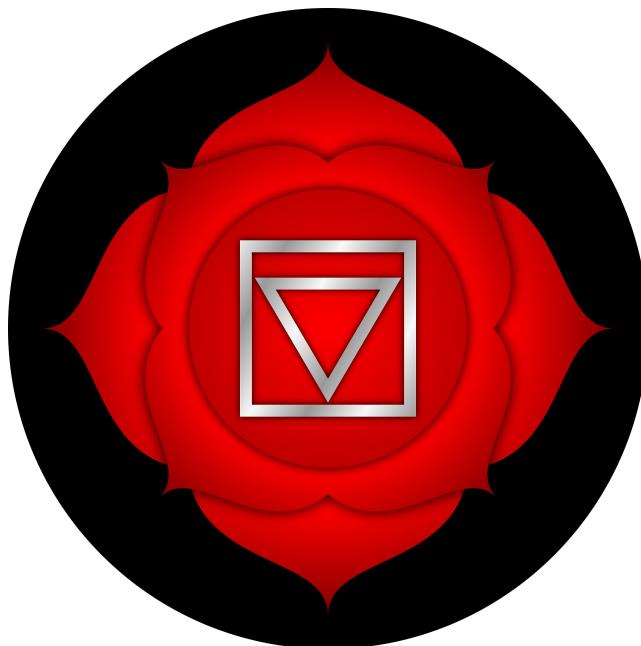
Bien que nous naissions tous avec un ensemble de chakras parfaitement intacts, des blessures peuvent causer de gros déséquilibres à réharmoniser pour retrouver une stabilité dans les principaux domaines de notre vie.



## II) Les sept chakras

### 1) Le premier chakra

*Muladhara*



Nom sanscrit : "Muladhara" qui signifie "base de soutien", aussi appelé "**chakra racine**"

Concept : sécurité matérielle et physique

Emplacement : à la base de la colonne vertébrale entre l'anus et les parties génitales

Couleur associée : rouge

Mission : survie

Don : la manifestation

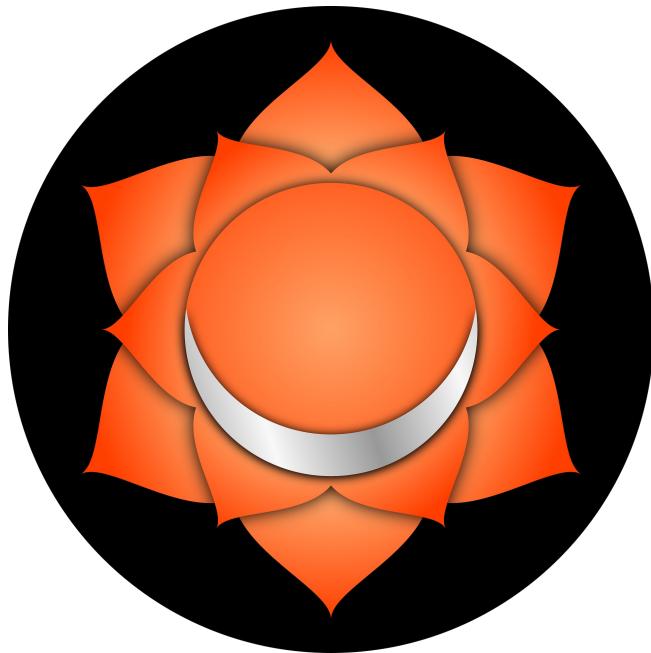
Signes astrologiques associés : Bélier et Taureau

Note de musique associée : DO

Polarité : YANG

## 2) Le deuxième chakra

*Svadhisthana*



Nom sanscrit : "Svadhisthana" qui signifie "résidence du moi", aussi appelé "**chakra sacré**"

Concept : créativité

Emplacement : partie inférieure de l'abdomen entre le nombril et les parties génitales

Couleur associée : orange

Mission : plaisirs

Don : la joie

Signes astrologiques associés : Taureau et Gémeaux

Note de musique associée : RE

Polarité : YANG

### **3) Le troisième chakra**

*Manipura*



Nom sanscrit : "Manipura" qui signifie "cité des joyaux", aussi appelé "**chakra solaire**"

Concept : unicité

Emplacement : entre le nombril et la base du sternum

Couleur associée : jaune

Mission : succès et responsabilité

Don : la confiance

Signes astrologiques associés : Cancer et Lion

Note de musique associée : MI

Polarité : YANG

## 4) Le quatrième chakra

*Anahata*



Nom sanscrit : "Anahata" qui signifie "lotus du coeur", aussi appelé "**chakra du cœur**"

Concept : relations et santé

Emplacement : au centre de la poitrine, au niveau du cœur

Couleur associée : vert

Mission : la guérison

Don : le pardon

Signes astrologiques associés : Vierge et Balance

Note de musique associée : FA

Polarité : YIN et YANG

## **5) Le cinquième chakra**

*Vishuddha*



Nom sanscrit : "Vishuddha" qui signifie "lotus de la gorge", aussi appelé "**chakra de la gorge**"

Concept : communication

Emplacement : gorge

Couleur associée : bleu

Mission : expression et enseignement

Don : l'intégrité

Signes astrologiques associés : Scorpion et Sagittaire

Note de musique associée : SOL

Polarité : YIN

## **6) Le sixième chakra**

Ajña



Nom sanscrit : "Ajna" qui signifie "commandement", aussi appelé "**chakra du 3ème œil**"

Concept : intuition

Emplacement : au-dessus et entre les sourcils

Couleur associée : indigo

Mission : discernement, stratégie

Don : la vision

Signes astrologiques associés : Capricorne et Verseau

Note de musique associée : LA

Polarité : YIN

## 7) Le septième chakra

*Sahasrara*



Nom sanscrit : "Sahasrara" qui signifie "résidence sans limites", aussi appelé "**chakra couronne**"

Concept : spiritualité

Emplacement : au sommet de la tête

Couleur associée : violet (ou blanc ou or)

Mission : connexion divine

Don : l'altruisme

Signe astrologique associé : Poissons

Note de musique associée : SI

Polarité : YIN

### III) Chakra équilibré ou déséquilibré ?

Un chakra déséquilibré est le signe d'une croyance limitante ou d'une blessure émotionnelle non conscientisée et non guérie qui nous empêche de vivre à notre plein potentiel. Malheureusement nous subissons tous des traumas et des idées négatives hérités de notre enfance ou de notre famille. Un dysfonctionnement important dans un secteur de notre vie reflète ce que nous avons à guérir.

#### Le premier chakra

 Équilibré : sentiment de sécurité, santé physique, abondance, ancrage dans la matière, passions

 Déséquilibré : colère, culpabilité, impatience, on ne se donne pas le droit d'exister, anxiété, peur de lâcher-prise, précarité

#### Le deuxième chakra

 Équilibré : joie, créativité, amusements, ouverture, sensualité, pureté, innocence

 Déséquilibré : sexualité bloquée ou au contraire débridée, tristesse, rigidité, dépendances affectives ou autres (alcool, tabac, drogue...)

#### Le troisième chakra

 Équilibré : confiance, pouvoir personnel, succès, rayonnement, générosité, bienveillance, réussite

 Déséquilibré : manque de confiance en soi, se paralyser ou paralyser les autres, auto-sabotage

#### Le quatrième chakra

 Équilibré : amour des autres, compassion, relations saines, pardon, santé

 Déséquilibré : solitude, relations chaotiques, chagrin, indignité, aigreur, rancune, maladie

## Le cinquième chakra



Equilibré : expression de la vérité, sagesse, intégrité, autorité, communication



Déséquilibré : frustrations, timidité ou au contraire bavardage excessif, mensonges

## Le sixième chakra



Equilibré : lucidité, clairvoyance, concentration, bonne image de soi, réalisme, intelligence



Déséquilibré : peu d'intuition, aveuglements, indécisions, illusions

## Le septième chakra



Equilibré : connexion au divin, à sa mission de vie, destin unique, amour de Dieu



Déséquilibré : spiritualité bloquée, fanatisme

## IV) Comment rééquilibrer nos chakras

Il existe divers techniques et exercices aidant à rééquilibrer un chakra que ce soit au travers de la méditation, du yoga, d'une alimentation saine, de la visualisation positive, de la guérison par les pierres etc....

Bien sûr en parallèle de ces exercices, il y aura un profond travail intérieur à faire sur soi, pour décortiquer nos mécanismes négatifs jusqu'au noyau ayant causé ces déséquilibres en nous puis nous reprogrammer positivement en essayant de donner la juste place à chacun des secteurs de notre vie et en y trouvant notre juste place !

Pour ceux qui souhaitent effectuer une harmonisation des sept chakras, je vous conseille de commencer par le premier ou le dernier (suivant votre situation\*) et de les traiter un par un suivant la technique de votre choix.

\* Pour les personnes qui se sentent plus à l'aise avec le côté matériel de la vie (travail, argent, réalisations...) mais plus éloignées de l'aspect spirituel, je vous conseille de commencer le soin par le chakra du bas (rouge) en remontant jusqu'au dernier (violet), l'idée étant de monter de la Terre au Ciel pour s'élever.

Au contraire pour les personnes qui se sentent plus à l'aise avec le côté spirituel de la vie (spiritualité, art, philosophie...) mais plus éloignées de l'aspect matériel, je vous conseille de commencer le soin par le chakra du haut (violet) en descendant jusqu'au dernier (rouge), l'idée étant de descendre du Ciel sur la Terre pour s'incarner.

*Source utilisée : Le Manuel Pratique du Corps Subtil de Cyndi Dale*

**Avril 2021**

**Marianne VOLPELIER**

**[www.5essence.sitew.in](http://www.5essence.sitew.in)**

**5essence.inspirations@gmail.com**