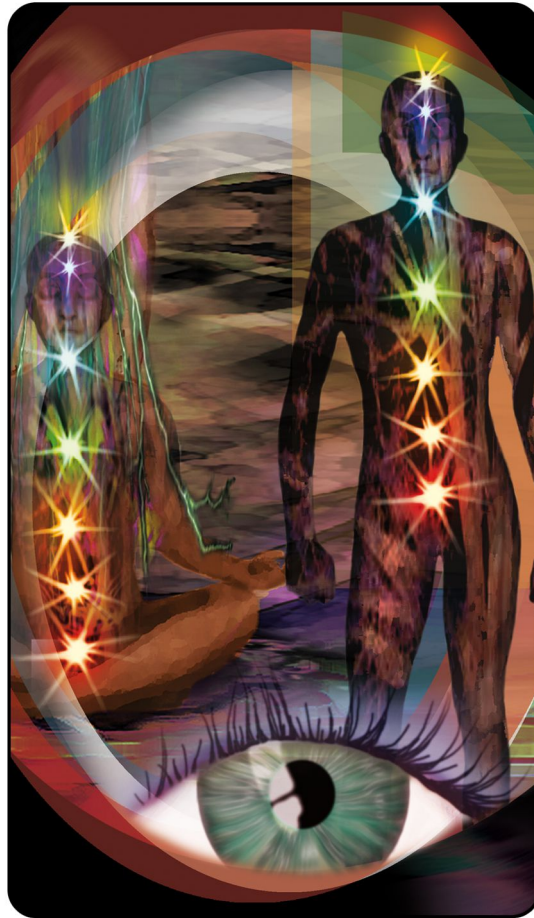


Présentation des sept chakras

Formation de base en Décodage Intuitif et Soins Psychoénergétiques- Niveau 1



Sylvain Bélanger

Centre International des thérapies intuitives

www.therapies-intuitives.com

www.ecouteimaginaire.com

sbelanger@ecouteimaginaire.com

contact@developpement-conscience.com

France : 0172813367

Suisse : + 41 (22) 548 19 37

Canada : 5148424190

Présentation théorique des zones associées aux chakras

Le mot chakra est un mot sanskrit provenant de l'Inde qui signifie «roue de lumière». Il apparaît pour la première fois dans les «Upanishad», anciens écrits védiques. On retrouve dans le «Gorakshastakan» écrit par le pundit Goraknath autour du dixième siècle, une description de la couleur et de la forme de chaque chakra. Les écrits répertorient habituellement sept chakras : le chakra Sahasrara, lotus aux mille pétales qui est situé au sommet de la tête, le chakra Ajna situé au niveau du front, le chakra Visudha au niveau de la gorge, le chakra Anahata, au niveau du coeur ou du thymus, le chakra Manipura au niveau du plexus solaire, le chakra Swadhistana, un petit peu au-dessus du nombril et finalement le chakra Mooladhara qui se trouve entre l'anus et le sexe.

Les chakras auraient pour rôle de recevoir les énergies cosmiques et de les redistribuer dans l'organisme tout entier. Leur développement serait nécessaire pour parvenir à l'illumination spirituelle ou à s'unir à Dieu. Le Kundalini yoga vise, par des postures et des techniques de respiration précises, à développer les chakras. Ce yoga enseigne que les chakras doivent être activés avec beaucoup d'attention puisqu'un chakra peut s'activer trop ou pas assez, ce qui peut provoquer des problèmes psychologiques et physiques.

On retrouve dans des manuscrits égyptiens, grecs, chinois, indiens et nord-américains des écrits parlant des chakras mais ils sont souvent présentés en des termes appartenant à la culture de l'époque.

Je vous propose une présentation sommaire de chacune des zones.

Les zones inférieures-expression de la personnalité

Le développement de ces zones est nécessaire pour que la personnalité se développe adéquatement. La zone coccygienne vous permettra d'appivoiser vos instincts. La zone sacrée nécessite que vous soyez en mesure de développer une identité de soi grâce auquel vous pourrez assumer vos besoins affectifs. La zone solaire vous demande de répondre à vos besoins d'affirmation vers le monde extérieur. La zone thoracique vous permet de développer de l'amour pour vous-même amenant ainsi une reconnaissance de vous-même.

1) La zone coccygienne

La zone coccygienne se situe dans la région la plus basse de la colonne vertébrale et elle apporte de l'énergie de nature sexuelle aux organes génitaux pour que la reproduction de la race puisse se poursuivre. La couleur qui lui est attribué est le rouge. Le sens qui est contrôlé par cette zone est le touché. La volonté de vivre instinctivement de l'être humain est distribuée dans tout l'organisme par le biais de cette zone. Toute émotion reposant sur des besoins vitaux est sous sa dépendance. A travers cette zone est mise en marche une recherche d'harmonie dans le monde physique. Le mental perçoit alors un besoin essentiel en relation avec la survie (nourriture, argent, habitation et autres considérations pratiques). Toute action se produira sous cette pulsion. Le premier objectif de l'individu fortement teinté par cette zone sera d'obtenir la sécurité en répondant à ses besoins.

Le développement de la zone coccygienne permet de transmuter la volonté de vivre instinctive vers une volonté spirituelle.

La zone coccygienne régit les capsules surrénales, la colonne vertébrale, le colon, la structure osseuse.

2) La zone sacrée

La zone sacrée se situe dans la région lombaire à la racine des parties génitales. Selon la tradition ésotérique, la couleur qui lui est attribué est l'orange et le sens que contrôle cette

zone est le goût. La fonction de la zone sacrée est de principalement distribuer l'énergie vitale dans l'organisme ainsi qu'aux différents organes d'assimilation.

Le développement de la zone sacrée rend l'individu sensible aux atmosphères. Il a de plus une imagination très fertile qui peut se développer de façon créative et concrète s'il parvient à conserver un contact avec la réalité.

L'individu qui ne maîtrise pas l'énergie de cette zone se projette vers l'autre pour devenir en quelque sorte l'autre. Cette recherche d'identité ne permet pas à l'individu de définir une solide identité, ni de répondre aux besoins affectifs qui se forment en soi.

Les traumatismes affectifs vécus lors de l'enfance sont à l'origine de cette projection vers l'autre. L'individu n'est pas désireux d'exprimer ses besoins affectifs convaincus qu'il ne sera pas bien reçu. C'est ainsi qu'il reproduit le type de relation qu'il a vécu lors de l'enfance avec les femmes (reproduction du rapport avec la mère) ou avec les hommes (reproduction des rapports avec le père). L'énergie sexuelle est alors utilisée afin de posséder l'autre en le séduisant, en l'envoûtant, en s'adaptant à ses besoins, etc.

Lorsque l'individu se réapproprie le droit d'affirmer ses besoins, il cesse de reproduire constamment les schèmes de son enfance. La maturité de l'adulte peut alors s'affirmer puisque l'on assume notre individualité ainsi que nos désirs. En cessant de projeter son moi sur un désir d'aimer et d'être aimé, l'individu commence à permettre le transfert d'énergie par lequel la créativité peut s'exprimer de la zone sacrée à la zone cervicale.

Le but visé par la zone sacrée est de permettre à la personnalité de suffisamment se faire confiance pour qu'elle puisse exprimer du pouvoir et de l'individualité dans sa vie.

La zone sacrée régit les gonades, le système reproducteur masculin et féminin dans sa totalité, les reins et l'intestin grêle.

3) La zone solaire

La zone solaire se localise à quelques centimètres derrière l'épine dorsale, à l'endroit où se rejoignent les dorsales et les lombaires. Selon la tradition ésotérique la couleur qui lui est attribué est le jaune et cette zone contrôle la vie végétative, soit les systèmes nerveux sympathique et parasympathique chez l'homme. Il capte et enregistre les émotions instinctivement sans que notre cerveau soit conscient de ceux-ci.

Le plexus solaire gère en fait tous les gestes et actions que nous faisons spontanément sans vraiment comprendre pourquoi nous agissons ainsi. Le plexus solaire est un centre nerveux important qui enregistre les différentes émotions que nous avons vécues tout au long de la journée. Ces émotions activent des événements du passé que notre cerveau ne peut conscientiser puisque nous avons créé un blocage pour ne pas les contacter. Par exemple, une personne peut recevoir des messages d'anxiété et de colère et refuser de les exprimer puisqu'on lui a appris à ne pas exprimer ce genre d'émotions. L'inhibition que cela entraîne produit un comportement où l'individu refuse d'exprimer ce qu'il ressent. Ce type de comportement ne peut qu'entraîner des désordres énergétiques plus ou moins importants. Pendant la nuit, il est cependant possible de conscientiser ces mémoires par le rêve. Il est également possible de mieux comprendre notre dynamique inconsciente en développant la l'Écoute imaginaire.

Un déséquilibre du plexus solaire peut provoquer des déséquilibres énergétiques entraînant des malaises au niveau de l'estomac, du pancréas, de la vésicule biliaire. De plus, les désirs inassouvis peuvent jouer pour beaucoup dans la façon de nous alimenter (ex. deux cas extrêmes : la boulimie et l'anorexie). Des émotions de haine causées par un complexe d'infériorité ou de supériorité peuvent également créer des problèmes d'ordre physique tels que de l'acidité stomacale et des ulcères.

Il est à noter également que le plexus solaire est malheureusement perçu par certaines écoles spirituelles comme étant la zone de conscience par lequel l'être humain est gouverné par des instincts tels la passion, le désir, la frustration et les inhibitions, etc. Beaucoup de gens ayant une démarche spirituelle vont alors essayer de détruire cette partie d'eux-mêmes pour s'ouvrir à une partie plus pure. Il faut absolument retenir ici que cette région de notre corps est d'une importance majeure puisqu'elle permet de développer une conscience réelle de nous même. La conscience réelle permet d'apprivoiser la partie plus sombre de notre être afin de nous libérer de la notion du bien et du mal.

Zones régies par la zone solaire : pancréas, foie, estomac, vésicule biliaire, système nerveux.

4) La zone thoracique

La zone thoracique se situe entre les omoplates légèrement à gauche de l'épine dorsale. La couleur qui lui est attribué est le vert. Il régle dans le corps physique les réseaux vasculaires, artériel et veineux ainsi que les poumons.

Cette zone lorsqu'elle est peu développée amène dans la personnalité une volonté de justifier les désirs émotifs provenant du plexus solaire par le biais de la rationalisation et de la justification.

L'expression de ce manque de développement découle d'un désaccord entre la zone cérébrale et la zone thoracique. Il repose sur une inacceptation des émotions, ce qui explique l'attachement aux désirs se trouvant dans le plexus solaire. Cet attachement crée entre autres une tendance à faire de la projection en rejetant ce qui nous dérange en le reprochant aux autres. En fait, la zone thoracique ayant un désaccord avec la zone cérébrale construit une justification mentale reposant sur les désirs inassouvis se trouvant originellement dans la zone solaire. L'individu ne peut vivre autre chose que le schème limité dont la personnalité dispose. Le cœur pardonnant de façon spontanée, alors que la raison réagit avec orgueil, critique, intolérance, amenant ainsi une impulsion contraire à celle du cœur.

Une reconnaissance de soi permettra d'accueillir nos besoins et de les assouvir. Il en résulte un accord entre la zone cérébrale et la zone thoracique qui progressivement permettra le développement de l'énergie d'amour vers soi et les autres.

Lorsque le cœur se développe progressivement, il s'ensuit une reconnaissance de soi produisant un élargissement de la conscience permettant à la personnalité d'accueillir avec dévouement, amour et sympathie les autres.

L'éveil de la zone thoracique qui s'en suit amène chez l'individu un désir de s'insérer dans un groupe.

Lorsque le développement de la zone se produit trop brusquement, cela peut entraîner des problèmes cardiaques tels que douleur, palpitations, arythmie, infarctus, etc.

Un déséquilibre peut également provoquer des problèmes dans le système immunitaire qui peuvent être reliés à une incapacité de comprendre l'amour. Dans ce cas, on peut établir un rapport avec les microbes qui nous affectent et la façon d'exprimer notre amour aux autres. Il se peut en effet que notre façon d'exprimer l'amour se produise sans que l'on porte de l'amour vers soi entraînant un déséquilibre dans notre système immunitaire. Par exemple, la maladie du SIDA est très souvent associée à une incapacité de s'aimer par laquelle la volonté de vivre n'est plus suffisamment active pour permettre au système immunitaire de défendre l'organisme des microbes.

Zones régies par la zone thoracique : thymus (cœur), système circulatoire, poumons, sang, nerf vague.

Exercice : Écoute Imaginaire et équilibre des zones par son rayonnement

L'être humain développe son identité à mesure qu'il se sent capable d'apprivoiser la qualité énergétique qui est relié à la zone.

Le développement de l'identité nécessite que l'on soit capable de :

Se sécuriser afin de répondre à ses besoins ;
Définir ce que l'on veut par rapport à ce que les autres veulent ;
Développer son pouvoir afin d'influencer son entourage ;
Développer un amour de soi et des autres afin de reconnaître ce que l'on peut apporter socialement ;
Développer sa créativité afin de communiquer de façon personnelle ce pourquoi on est sur terre ;
Développer une communication entre les deux hémisphères pour appréhender la réalité de façon intuitive et rationnelle ;
Développer sa relation avec le transpersonnel afin de reconnaître la sagesse dont la vie fait preuve.

Les zones de consciences supérieures

Ces zones nécessitent un développement des zones inférieures pour qu'une activité harmonieuse puisse se produire en elles.

1- La zone cervicale

La zone cervicale se localise à la base de la gorge, à l'arrière du cou. La couleur qui est attribuée à cette zone est le bleu. Par sa hauteur, il s'étend jusqu'à la moelle allongée, englobe la glande carotide pour ensuite descendre en direction des omoplates. Cette zone correspond au langage interne et externe par lequel on peut rendre concret ce que l'on est intérieurement. En effet, quand on verbalise, ceci indique que nous sommes en état de maîtrise vis-à-vis de ce que nous vivons intérieurement. Lorsque nous exprimons notre intériorité, c'est comme si nous lui donnions une forme grâce à laquelle nous pouvons prendre une distance pour mieux en saisir la portée. Par contre, lorsque l'on ne s'exprime pas, on refuse de réaliser ce que nous sommes.

L'intellect opère à travers les zones cervicale et cérébrale. Une intellectualisation peut se produire lorsque l'individu ne communique pas suffisamment les désirs et émotions qui l'habitent. Ce qui peut entraîner une confusion dans la pensée puisqu'elle n'est pas verbalisée suffisamment. Les attitudes négatives telles que la critique, la haine, la tendance à juger les autres, se manifestent par les échanges qu'effectuent la zone cervicale et la zone solaire. Dans ce cas l'individu n'accepte pas ses émotions, ce qui provoque une accumulation des émotions activant constamment la parole à exprimer de façon amère les émotions concernées.

La zone cervicale est en relation avec la zone sacrée (énergie sexuelle). Tant que l'énergie sexuelle de la zone sacrée n'est pas maîtrisée, la capacité créatrice de la zone cervicale n'est pas efficace. Lorsque l'énergie sexuelle de la zone sacrée est maîtrisée, celle-ci devient utilisable par la zone cervicale comme puissance spirituelle et créatrice. La zone cervicale développe une conscience créatrice par laquelle l'homme peut exprimer sa vérité par le biais de la parole et de l'action.

Zones régies par la zone cervicale : glande thyroïde, appareil vocal, système bronchique, appareil respiratoire, canal alimentaire.

2- La zone cérébrale

La zone cérébrale se situe à la racine du nez, entre les deux yeux. La couleur qui lui est attribuée est le violet. L'individu qui ne développe pas sa zone cérébrale va chercher à plaire en dissimulant ce qu'il est réellement. Le phénomène des modes est un bel exemple des gens qui préfèrent se reconnaître dans un stéréotype plutôt que d'être eux-mêmes. La volonté est définie ici par un désir d'être comme tout le monde ou du moins comme le regroupement à laquelle on s'est identifié. Dans aucun cas, l'individu est en mesure de se reconnaître puisqu'il

est animé par une volonté qui désire assouvir des besoins et non pas développer sa réelle individualité.

Le développement de la zone cérébrale se créera d'abord par un accord qu'il effectuera avec la zone thoracique. Ceci permet que la raison (zone cérébrale) et les sentiments (zone thoracique) soit dans un état d'harmonie. Il en découle une reconnaissance de soi grâce à laquelle l'individualité devient possible.

La reconnaissance de l'individualité amène le développement d'une pensée puissante dans la zone cérébrale indiquant qu'une conscientisation de l'intuition est entrain de se produire. Le développement intuitif permet d'apprivoiser l'énergie mentale qui a le pouvoir de créer et de concrétiser dans le plan physique. Il est alors possible de diriger l'énergie là où il est nécessaire en suivant la loi qui dit: L'énergie suit la pensée.

Zones régies par la zone cérébrale : corps pituitaire, partie inférieure du cerveau, oeil gauche, oreille, nez, système nerveux.

3- La zone de la glande pinéale

La zone de la glande pinéale se situe au-dessus du crâne et la couleur qu'on lui attribue est l'indigo. Cette zone est en relation avec l'énergie de volonté transpersonnelle qui se manifeste dans l'univers (l'énergie expansive). Pour qu'un individu développe une conscience de cette zone, il lui est nécessaire de reconnaître l'énergie transpersonnelle qui l'anime. Ceci nécessite qu'il développe une connaissance de lui-même où il va progressivement se désidentifier de sa personnalité afin de permettre à son réel JE SUIS de se manifester. Il pourra ainsi cerner la véritable essence de son être, là où se situe la conscience spirituelle (JE SUIS). Toute réponse associée à une identification de la personnalité (ex. : je suis triste) ne permet pas au contact de se produire. Lorsque l'individu se détache de la personnalité, il peut observer ses pensées, émotions, etc.. sans s'identifier à chacune d'elle.

Il en découle une sensation de vide qui est attribuable à l'expansion de la conscience. Ceci indique que l'individu développe une conscience qui permet d'harmoniser notre personnalité aux besoins de la volonté transpersonnelle.

Les déséquilibres de cette zone peuvent entraîner des problèmes au niveau du système nerveux volontaire (abcès, tumeur au cerveau, cancer, folie).

Zones régies par la zone de la glande pinéale : glande pinéale (cerveau), partie supérieure du cerveau, oeil droit.

Rappel des correspondances Zones-corps physique

1) ZONE DE LA GLANDE PINÉALE

Glande pinéale (cerveau), partie supérieure du cerveau.

2) ZONE CÉRÉBRALE

Corps pituitaire, partie inférieure du cerveau, yeux, oreille, nez, front visage, sinus, une partie du système nerveux.

3) ZONE CERVICALE

Glande thyroïde, appareil vocal (voix), système bronchique, appareil respiratoire, canal alimentaire, cou, nuque, mâchoire.

4) ZONE THORACIQUE

Thymus, cœur, cage thoracique, système circulatoire, sang, poumons, nerf vague.

5) ZONE SOLAIRE

Pancréas, foie, estomac, vésicule biliaire, système nerveux.

6) ZONE SACRÉE

Gonades, ovaire, système reproducteur, masculin et féminin, dans sa totalité, reins, vessie, sang, lymphes, sucs gastriques, spermatozoïdes, bassins, intestin grêle

7) ZONE COCCYGIENNE

Capsules surrénales, tout ce qui est dur (tissus conjonctifs), colonne vertébrale, os, dents, ongles, jambes, anus, rectum, gros intestin, structure cellulaire, etc.

<i>Zone</i>	<i>Glande endocrine associée</i>	<i>Organes associés</i>	<i>Relations physiologiques</i>	<i>Relations psychologiques</i>
coccygienne	Surrénales	colon, vessie	reproduction, élimination	sécurité
sacrée	Gonades	reins, intestin grêle, utérus, prostate	assimilation	identité
solaire	Pancréas	foie, vésicule biliaire, rate, estomac, diaphragme	digestion	affirmation
thoracique	Thymus	poumons, coeur	circulation, immunité	reconnaissance de soi
cervicale	Thyroïde	bulbe rachidien, parathyroïdes, amygdales, pharynx, larynx, cordes vocales	ajustement métabolique	expression, créativité
crânienne	Hypophyse	hémisphères, hypothalamus, cervelet, la vue, l'ouïe	intégration, adaptation	équilibre entre la raison et l'intuition
glande pinéale	Pinéale		rythmes circadiens	sentiment d'appartenance à l'univers

Grille d'évaluation énergétique des zones