

**5e chakra**

Le 5e chakra est le centre de la communication, de l’expression de soi, de la créativité. C’est par lui que l’on entend sa voix intérieure car il est relié au sens de l’audition et à l’élément éther, ou Akasha.

Lorsqu’il est éveillé et purifié, il favorise la télépathie et la canalisation de l’information. Vishuddha est la porte conduisant vers des niveaux supérieurs de conscience. On pourrait regarder ce chakra comme une « bouche énergétique ».

Il est intimement lié à notre expression personnelle. Non seulement notre expression orale, dépendante de la respiration, mais tout simplement l’expression de notre Moi, de notre personnalité profonde. Plus nous sommes épanouis, exploitant à fond tous nos potentiels, plus ce chakra rayonne.

Travailler sur lui signifie que nous allons évoluer dans le monde avec assurance et sérénité. Point n’est alors nécessaire de s’imposer par une force illusoire. A travers ce chakra, nous abordons le phénomène d’extériorisation de notre univers intérieur. Si celui-ci est harmonieux, fondu à la Création, alors serons-nous perçus tels que nous sommes, forts, paisibles, riches et lumineux.

|  |
| --- |
| **Caractéristiques** |
| Nom Sanskrit : | *Vishuddha* |  |
| Signification : | Purification |
| Nom usuel : | **Chakra de la gorge** |
| Emplacement : | • AV : dans le creux de la gorge• AR : cervicales C4-C5 |
| Fonctions : | • Communication avec les autres (parler et écouter)• Communication intuitive (flashs intuitifs)• Créativité, création par le verbe• Expression de Soi• Expression des pensées• Expression des émotions• Intégrité, purification |
| Liens : | • Lié aux expériences de la vie de 28 à 35 ans• Très lié au 2e chakra |
| Corps/Aura : | • Boudhique |
| [Glandes](https://energie-sante.net/systeme-endocrinien/) : | • Thyroïde et parathyroïdes |
| Hormones : | • Thyroxine |
| Organes : | • Bouche et ce qu’elle contient :– dents (chakras 1 et 5)– gencives– mâchoires (ATM)• Ganglions• Nuque• Oreilles moyennes• Système respiratoire• Trachée et sa prolongation concernant l’air• Vertèbres cervicales et épaule (hors os) |
| Sens : | • Ouïe |
| Actions : | • Lorsque ce chakra qui était fermé commence à s’ouvrir, se produisent des vagues de conscient et de subconscient (rêves), ainsi que des explosions de créativité, des envies de changement.• Cette ouverture peut être obtenue par le chant, le théâtre… |
| Force : | • Conscience des blocages |
| Forme énergie : | • Vibration |
| Énergiecréatrice : | • Le développement de ce chakra favorise la clairaudience |
| Énergiemanifestée : | • Une bonne communication ne consiste pas seulement à pouvoir échanger des sentiments avec les autres.• C’est aussi être capable d’interagir avec différentes parties conscientes et inconscientes de soi-même. |
| Influencespsychologiques : | • Quand le 5e chakra est submergé par des émotions et des sentiments, nous n’avons que peu de chance d’avoir accès à soi-même…– « Ravaler ses émotions »,– « Ne pas pouvoir exprimer ses peurs »,– « Sentiment d’être isolé » …– Cela amène à des dysfonctionnements à la gorge, à la thyroïde… |
| Huiles essentielles : | • Eucalyptus (*pour tout le monde*)• Lavande (*pour tout le monde – calmante, apaisante*)• Myrrhe (*pour tout le monde*)• Pruche (*pour tout le monde*)• Romarin (*pour tout le monde*) |
| Maux : | • Accidents cardiaques• Asthme• Douleurs au cou, à la nuque, aux épaules• Hypertrophie ganglionnaire• Laryngite• Maux de tête• Scoliose cervicale• Sinus• Troubles de la thyroïde• Trouble du langage (bafouillage, bégaiement, manque d’assurance, nervosité, timidité, tendance aux mensonges, voix cassée…)• Vertèbres cervicales (hors os) |
| Peurs : | • Peur de perdre la survie matérielle• Peur de l’abandon |
| Aspect spirituel : | • Les leçons spirituelles qui peuvent être tirées du 5e chakra nous enseignent que les actes motivés par la volonté individuelle et guidés spirituellement sont ceux qui produisent les meilleurs résultats.• Accepter d’être orienté par le Divin peut aussi avoir un effet bénéfique sur nos pensées et sur nos attitudes. |
| Aliments :………… | Fruits |  |
| Couleur : | Bleu clair |
| Droit : | De s’exprimer et d’être entendu |
| Élément : | Ether |
| Mantra : | Ham |
| Métal : | Mercure |
| Minéraux : | • Aigue-marine• Célestine• Tourmaline |
| Mot-clé : | Je communique |
| Note : | SOL |
| Planète : | Mercure |

**À retenir**

**Chakra de la gorge équilibré :**
Centré, combatif, bon orateur, éventuellement musicien ou peintre inspiré, attirance pour la méditation et la sagesse spirituelle.

**Chakra de la gorge faible ou bloqué :**
Timidité, bafouillages, bégaiements, difficultés de langage. Nervosité, mots qui se bousculent, discours décousu voire incohérent, sans fil conducteur. Voix cassée, aigrelette ou inaudible. Manque d’expressions du visage, peu de mouvements du corps et des mains pendant une conversation. Manque d’assurance, doute sur ses propres capacités de persuasion, manque de naturel, de sincérité, tendance aux mensonges répétés.

**Chakra de la gorge surdéveloppé :**
Arrogance, autosatisfaction, caractère dogmatique, discours exagérés… Tendance au bavardage ininterrompu, logorrhée. Comportements monomaniaques, manque de capacités d’écoute. Volonté de toujours avoir raison, mauvaise foi. Tendances hypocondriaques. Mouvements excessifs des bras, des mains et mimiques théâtrales lors de conversations même banales. Tendance à passionner les débats à l’excès. Tendance à la mythomanie et à la mégalomanie.

Source : https://energie-sante.net/les-chakras