

Huiles essentielles et chakras

La plupart des civilisations anciennes pensaient que les minéraux, les animaux et les végétaux possédaient une âme, qu'ils étaient des êtres vivants à part entière. Tous les chamanes, guérisseurs, sorciers, prêtres et sages estimaient déjà à cette époque que tout ce qui étaient vivants et qui donc avaient une âme émettaient un champ vibratoire, une aura et qu'ils pouvaient grâce à ce champ vibratoire guérir aussi bien physiquement, psychiquement et spirituellement. Tous les médecins de l'époque avaient une relation très étroite avec les plantes et leur vibration. Ils faisaient appel à l'âme de ces plantes pour aider les gens à retrouver leur équilibre. Ils communiquaient avec la nature et savaient que tout était lié dans l'Univers. Ils étaient en perpétuelle quête d'une harmonie entre le ciel et la terre.

Depuis l'Antiquité les huiles essentielles sont utilisées pour soigner physiquement mais aussi pour leur taux vibratoire très élevé. Les huiles essentielles agissent sur un niveau très subtil et possède une force de guérison holistique.

Harmoniser nos chakras et nos corps subtils avec l'aromathérapie énergétique

Les chakras sont des carrefours énergétiques qui règlent les différentes fonctions de notre corps et les nourrissent.

On distingue de 7 à 9 chakras principaux. Ils sont alignés le long de la colonne vertébrale, chacun d'eux possède des fonctions bien spécifiques, ils sont complémentaires entre eux, le blocage de l'un d'entre eux entraîne souvent une dysharmonie énergétique. Bien ouverts ils permettent au corps de rayonner et d'avoir un bon taux vibratoire, fermés la force vitale est bloquée et l'on se sent souvent mal.

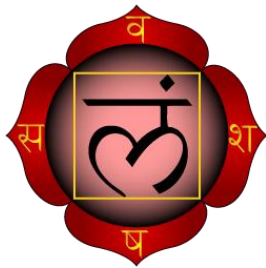
Les corps subtils correspondent à de couches auriques enveloppant notre corps physique. Nous en avons plusieurs couches. L'ensemble de ces corps subtils composent notre aura.

Le corps éthérique est le plus grossier, il est relativement palpable. Il sert de pont entre notre corps physique et les autres corps subtils. Le corps astral est celui où sont accumulées toutes nos émotions et notre vécu. Le corps mental est lui très influencé par notre état présent, par les émotions du moment. Le corps causal détiendrait quant à lui

le secret de notre plan de vie, de nos mémoires akashiques. Enfin le corps spirituel reste identique, c'est le corps dans lequel se cache notre Esprit, notre moi divin.

L'aromathérapie énergétique va surtout s'intéresser aux chakras, mais qui auront quant à eux forcément une répercussion sur notre aura.

Les sept principaux chakras et leurs huiles essentielles



Le premier chakra Muladhara est le chakra racine, il se localise entre l'anus et les organes génitaux. Il est relié à la couleur rouge, à l'élément terre, c'est le chakra de la vie physique celui de l'ancrage et de la connexion à la terre. C'est aussi notre force vitale, nos origines et nos racines.

Pour réharmoniser Muladhara chakra on peut faire appelle à des huiles comme l'angélique, le vétiver, le nard de l'Himalaya qui sont toutes des huiles issues de racines. Mais aussi l'huile essentielle de carotte qui est une plante de terre et le basilic sacré (ou appelé Tulsi par les Indiens) qui renforce le mental et augmente la persévérance et la volonté de réussir. En massage sur la plante des pieds ces huiles aident à capter les énergies telluriques et donc à permettre un bon ancrage.



Le second chakra Svadhistana est situé sous l'ombilic. Il est relié à la couleur orange, à l'élément eau, c'est le chakra de la créativité, de la fécondité, l'expression de nos émotions. Pour réharmoniser Svadhistana chakra, il faut faire appel à des huiles comme l'ylang-ylang, le bois de santal, de jasmin, la ciste ladanifère, l'essence de bergamote et d'orange qui aident à l'acceptation de ses émotions, à lâcher prise des choses du passé. Elles aident à entrer en contact avec sa joie intérieure et elles amènent la sérénité. On les utilise en massage au niveau du chakra avec un peu d'huile végétale, prendre le temps de bien choisir son huile essentielle en fonction de son affinité olfactive.



Le troisième chakra Manipura est situé au niveau du plexus solaire, il est relié à la couleur jaune, à l'élément feu, c'est le chakra de l'intellect, du mental, de la sagesse. Il représente l'estime de soi et le respect de la personne dans sa globalité. Pour réharmoniser Manipura on utilise des huiles comme le gingembre, le géranium rosat, le myrte citronné, la litsée citronnée qui vont permettre de développer l'amour et de respect de soi, la compassion, l'ouverture spirituelle. Quelques gouttes en massage sur le plexus solaire ou simplement en olfaction elles ont la capacité d'ouvrir ce chakra.



Le quatrième chakra est Anahata, il est situé au milieu de la poitrine au niveau du cœur, il est relié à la couleur verte et à l'élément air. Il symbolise l'amour inconditionnel, l'harmonie, la tendresse, le lâcher-prise. Pour réharmoniser Anahata il est intéressant d'aller chercher des huiles issues des sapins comme la pruche et l'épinette qui aident vraiment à l'ouverture du cœur. La rose de Damas dissout les blocages émotionnels et amène le respect et l'amour pour soi-même, l'eucalyptus citronné détend profondément, la camomille romaine aide à surmonter la peur de l'abandon. Quelques gouttes en massage au niveau du chakra, ou en olfaction quelques gouttes dans la paume de la main.



Le cinquième chakra est Vishuddhi, on le situe dans le creux du cou, il est couramment appelé le chakra gorge. Il est relié à la couleur bleu clair et à l'élément éther. Il symbolise la parole, la communication, l'expression. Pour réharmoniser Vishuddhi, l'huile essentielle d'élémi permet d'exprimer des émotions et des sentiments non-dits, elle débloque toute la région des cervicales. L'eucalyptus radié purifie

Vishuddhi et favorise la prise de parole et l'expression en générale. Le laurier noble amène la confiance et la lumière en soi, il aide à se surpasser. La sauge sclarée libère Vishuddhi des émotions négatives et en permet l'expression sereine. Les huiles sont à appliquer plutôt dans le cou afin de ne pas perturber la thyroïde toujours de façon régulière.

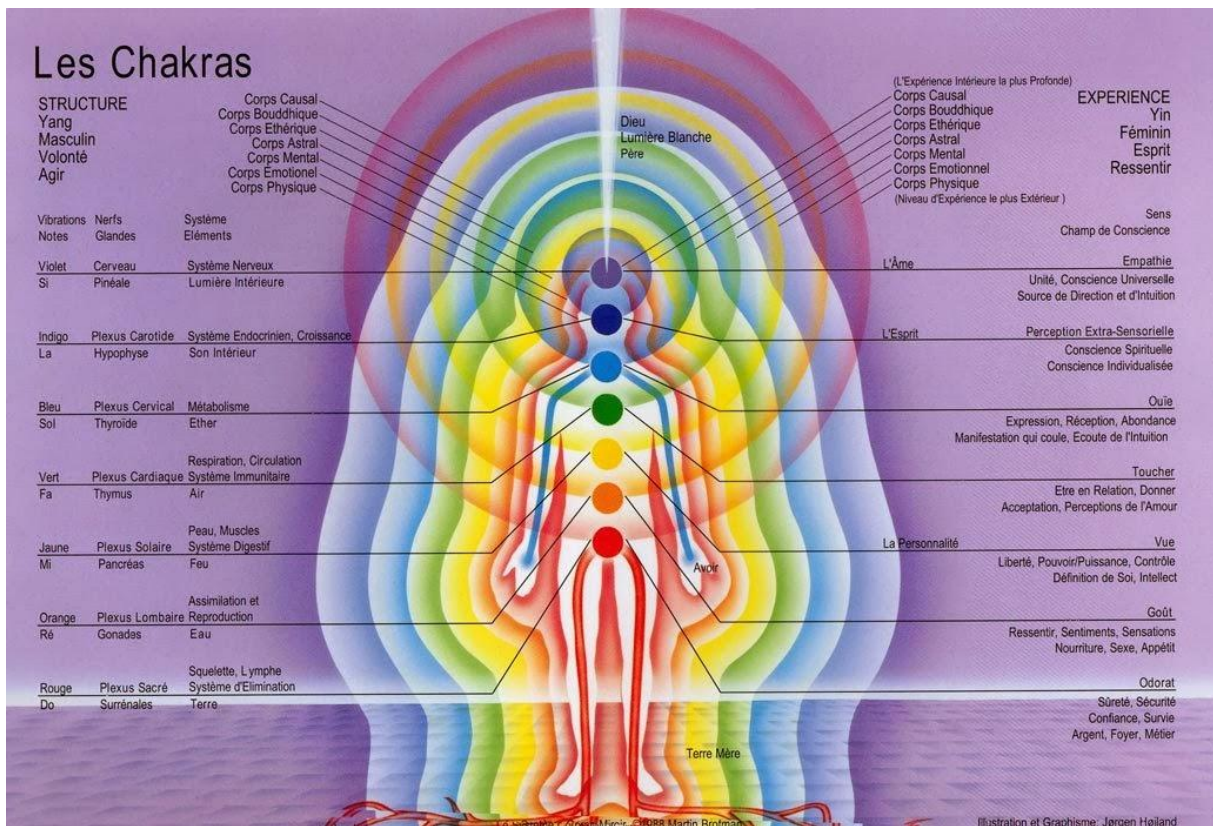


Le sixième chakra est appelé Ajna, c'est le chakra du 3^{ème} œil, il est situé entre les deux sourcils, il est de couleur indigo, il n'est pas relié à un élément particulier mais symbolise la lumière. Il incarne l'esprit, l'inspiration, l'intuition, la clairvoyance. Les huiles essentielles qui ouvrent Ajna sont l'hélichryse italienne qui nous relie à notre subconscient mais aussi au chakra racine faisant ainsi le lien entre la terre et le ciel. La lavande vraie nettoie Ajna des peurs au niveau énergétique, elle apaise le mental et permet d'y « voir plus clair ». Le romarin à verbénone active le 3^{ème} œil, la clarté spirituelle, la force intérieure et renforce l'aura. Le bois de rose ouvre Ajna tout en douceur et relie à ses intuitions profondes. L'acore vrai amène une vigilance, une présence à soi-même, aide à induire l'état méditatif. Pour ce 6^{ème} chakra il s'agit de poser une toute petite goutte d'huile essentielle au niveau du 3^{ème} œil ou à l'arrière de la tête.



Le septième chakra Sahasrara, le lotus aux mille pétales, il est situé au sommet du crâne et sa couleur est le violet. Il symbolise l'âme, la connexion au divin, le dévouement inconditionnel, l'unicité. Pour ce dernier chakra nous retrouvons des huiles essentielles déjà connues dans la Bible, l'encens permet d'établir un lien avec un niveau supérieur, la myrrhe accueille l'énergie universelle et reconforte, le nard de l'Himalaya connecte les énergies ciel et terre puisqu'elle s'utilise sur le 1^{er} et 7^{ème} chakra, se sont vraiment des huiles sacrées qui ouvrent Sahasrara, les lavandes d'une manière générale, lavande vraie, aspic et lavandin ont cette capacité de dissoudre les vieux schémas mentaux et de cicatriser les blessures énergétiques. Le cèdre de l'Atlas aide à

se redresser, à se connecter à l'énergie du ciel, elle favorise un retour à la sérénité et la spiritualité. Une goutte sur le sommet du crane aide à l'ouverture de Sahasrara.



En conclusion, bien au-delà des effets thérapeutiques, les huiles essentielles ont cette capacité à solliciter le niveau psychique. Se sont de précieuses alliées qui nous poussent à aller au plus profond de nous même et à entrer en contact avec soi. En travaillant en synchronisation avec les chakras il est vraiment possible d'aller défaire des nœuds psycho-émotionnels, d'apaiser les souffrances et les blessures et retrouver son âme profonde.

« Nul ne peut avoir de lien avec son prochain, s'il ne l'a d'abord avec lui-même » C.G. JUNG