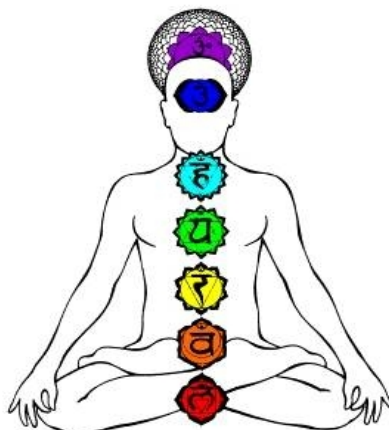


Les HE ont une action sur les chakras. Les chakras, du sanscrit "roue", correspondent aux centres énergétiques qui animent chaque être vivant. Ils sont reliés aux organes et permettent la circulation de l'énergie vitale dans le corps. Il existe une multitude de centres ou points d'énergie dans le corps humain mais on note essentiellement 7 chakras principaux. Ils sont situés (de bas en haut) : vers le pubis pour le racine, au niveau du ventre pour le sacré, le plexus, le coeur, la gorge, le 3e oeil entre les yeux, le coronal au sommet du crâne.



Voici un tableau récapitulatif des huiles essentielles favorisant la réharmonisation des chakras. Les HE en gras sont les plus actives pour la zone concernée.

chakras	propriétés du chakra	Huiles essentielles correspondantes
racine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ancrage à la terre</li> <li>• relié au corps physique</li> <li>• sécurité et courage, stabilité</li> <li>• peur</li> <li>• éléments de survie (manger, dormir...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HE basilic</li> <li>• HE cannelle</li> <li>• <b>HE menthe</b></li> <li>• HE nard</li> <li>• HE poivre noir</li> <li>• HE vétiver</li> </ul>
sacré	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sexualité</li> <li>• organes génitaux, vessie, reins</li> <li>• émotions, enfance, passé, famille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HE cannelle</li> <li>• <b>HE bois de rose</b></li> <li>• HE géranium</li> <li>• <b>HE ylang-ylang</b></li> </ul>
plexus solaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>• confiance en soi</li> <li>• relié au mental</li> <li>• digestion</li> <li>• estomac, rate, pancréas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HE citron</li> <li>• HE genévrier</li> <li>• HE litsée</li> <li>• <b>HE orange</b></li> </ul>
coeur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• relié aux bronches, poumons,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>HE néroli</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>thymus, coeur</li> <li>• tristesse, joie, amour</li> <li>• amour de soi</li> <li>• harmonie dans sa vie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HE palmarosa</li> <li>• He patchouli</li> <li>• <b>HE rose</b></li> </ul>
gorge	<ul style="list-style-type: none"> <li>• poumons, ouïe, gorge, thyroïde</li> <li>• communication</li> <li>• croyances, éducation</li> <li>• ouverture au cosmos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HE cèdre</li> <li>• <b>HE eucalyptus</b></li> <li>• HE romarin</li> <li>• HE sapin</li> </ul>
3e oeil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sinus, yeux, cervelet, nez</li> <li>• perceptions extra- sensorielles, intuition</li> <li>• chemin de vie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HE bois de santal</li> <li>• <b>HE sauge</b></li> <li>• HE lavande</li> </ul>
coronal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cerveau</li> <li>• ouverture à notre réalité spirituelle, à l'Amour inconditionnel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>HE lavande</b></li> <li>• <b>HE rose</b></li> </ul>

Vous pouvez mettre une goutte (une seule!) d'HE sur un coton et le placer sur le chakra concerné. laissez 10 minutes puis retirer. Il est préférable d'associer ce type de réharmonisation avec une méditation sur le souffle au niveau du chakra concerné.