

## **chakra de la gorge**

Dans le système de 7 centres énergétiques, le chakra de la gorge est notre chemin de vérité. La vérité qui est dite, celle aussi qu'on oublie volontairement pour faire l'autruche. Les petits compromis de tous les jours : dire oui quand on a envie de dire non, omettre une information pour ne pas provoquer de conflit ... S'oublier dans une relation... tout cela finit par bloquer le 5ème chakra.

Le chakra de la gorge est lié à la glande thyroïde. Comme elle, il régule toute les vibrations énergétiques de l'être.

Pour ouvrir ce chakra, la bienveillance est indispensable, il faut aussi apprendre à mieux connaître son fonctionnement, sur le plan physique et mental

Le chakra de la gorge porte bien son nom, car il se situe au niveau de la gorge et des vertèbres cervicales, au plus près de la colonne vertébrale

Son nom hindou Vishuddha, signifie « pur ». Il est considéré comme le centre de la communication, de la vérité personnelle, du chemin de vie. Il indique aussi que l'ensemble du corps doit être purifié avant de pouvoir équilibrer ce chakra tout seul. Si vous souhaitez démarrer votre mieux être par le chakra de la gorge, il faut absolument travailler en douceur .

### **Les symptômes d'un chakra de la gorge bloqué**

Avoir un chat dans la gorge, ou la gorge serrée, une douleur qui n'est pas explicable par la médecine traditionnelle, ou bien des angines à répétition, les cervicales qui grincent. Bref, un chakra de la gorge bloqué, ça craque, ça serre, ça fait mal. Quand les signes du déséquilibre s'installent dans le corps, il devient urgent de s'occuper de ses énergies !

Le 5ème chakra peut aussi provoquer des dysfonctionnements moins évidents, moins physiques. Travailler le chakra de la gorge demande aussi de nous pencher sur nos vérités intérieures. Un traumatisme trop difficile à aborder, des violences verbales difficiles à accepter, une situation passée qui nous attache et qui nous fait ressentir de la honte ou de la culpabilité.

Tous ces symptômes évoquent un déséquilibre du chakra bleu.

### **Les causes d'un chakra de la gorge fermé**

Renoncer à parler pour éviter un conflit, préférer se taire, faire l'autruche, s'oublier, se conformer à l'avis majoritaire pour avoir la paix ou s'intégrer socialement...

Si ces comportements sont répétitifs, cette incapacité à exprimer sa voix, à faire valoir son opinion, le chakra de la gorge se trouve enrayé, et chaque écart vient davantage bloquer le système. Ce cercle vicieux a deux conséquences. D'abord l'éloignement de ce que nous pensons, quitte à se perdre parfois, ou à s'en vouloir. On se perd de vue, on oublie qui nous sommes vraiment. La deuxième conséquence concerne les interactions sociales. L'énergie que nous dégagons quand nous ne sommes pas en accord avec ce que nous disons est palpable.

Selon la grandeur de l'écart entre ce que nous pensons et le langage corporel par exemple, cela peut même créer un sentiment de malaise avec les autres.

### **Libérer le chakra de la gorge permet de retrouver sa juste place**

L'extinction de voix est la plus flagrante des preuves concernant un chakra de la gorge bloqué. Quand plus aucun son ne sort, ou alors un filet d'air, la symbolique est forte. Nous ne parvenons pas, malgré nos efforts, à nous faire entendre. Quelque chose est en travers et bloque le son. Cela peut-être un virus, bien sûr... Mais des extinctions de voix à répétition qui laissent la médecine désarmée peuvent aussi indiquer qu'il est temps de se redresser, de parler, de se remettre droit dans ses bottes, et de faire valoir son opinion. Temps de regarder ce qui est, sans se voiler la face (ou la voix).