

## 4eme chakra – Coeur – Vert – Air – Toucher - YAM

---

**Chakra de l'Amour inconditionnel** envers soi-même et les autres,

Associé à Glande endocrine: Le Thymus, glande située à la base du cou qui régit le système immunitaire en produisant les globules blancs lymphocytes de type T

**Localisation:** Centre de la poitrine

**Porte d'entrer et de sortie** de toutes les énergies du corps d'en haut et d'en bas. De là, l'intérêt à garder cette porte ouverte pour que les énergies puissent circuler librement.

Il règle la croissance, gère: thymus, rythme cardiaque, circulation sanguine et lymphatique, partie intérieure des poumons, système immunitaire

Il gouverne **sensibilité, générosité, joie, pardon, tendresse, acceptation de soi et des autres, paix intérieure, intuition, guérison, beauté et sentiments**. Les difficultés, déséquilibres, blocages, le bien-être ou le mal-être vont donc être en relation avec ces éléments.

☯ Lorsque l'énergie est équilibrée (**chakra ouvert**) ou qu'il y a rééquilibrage ou harmonisation, la personne ressent les effets suivants :

◇, laisse sortir et entrer l'amour sous toutes ses formes : l'amour compassion, l'amour universel, l'amour fraternel, maternel, paternel, prise de conscience et développement de l'amour inconditionnel et total envers soi-même et envers les autres,

◇, compatissant, exprime sa gratitude, amical, calme, ressent la paix, ressentiment disparaît.

◇ processus de sécrétions améliorés, relaxation des organes et la détoxification du corps, se sent protégé et irradie de la chaleur, de la satisfaction et du ravissement, toutes les énergies peuvent circuler librement.

Λ Les déséquilibres, difficultés, troubles psychiques ou physiques suivants peuvent se produire lorsque l'énergie est déficiente (**chakra sous actif ou trop fermé**) ou excessive (**chakra sur actif ou trop ouvert**) : problèmes affectifs, ne trouve pas la paix, fermé à son intuition

Sur le **plan physique** on souffre de dysfonctionnements dans les parties physiques du corps gérées par ce chakra, en voici une liste non exhaustive

◇ problèmes liés à la circulation sanguine et au cœur, hypertension, tachycardie, douleur au niveau du thorax, altération du rythme cardiaque, infarctus, inflammations des articulations, kystes

◇ problèmes pulmonaires et de la partie supérieure du dos, difficultés respiratoires, bronchites, toux, allergies, asthme

Sur le **plan psychique** : problèmes émotionnels suivants, liste non exhaustive:

◇ avarice, gaspillage, arrogance, mépris, avidité, jalousie, sarcasme, cruauté, absence d'affectivité, égoïsme, ne pardonne pas.

◇ peur de l'inconnu, de l'autre sexe, difficulté à établir le contact, besoin de s'isoler, repli sur soi, solitude, tristesse, ne s'aime pas, angoisse, paranoïa, nuits peuplées de cauchemars

◇, fuite de la sexualité, absence d'affectivité, de chaleur humaine,

◇ sentiment de supériorité dû à un amour de soi exclusif, narcissique et égocentrique.

◇ vie sentimentale tourmentée, amitiés et relations problématiques,

◇ humeur changeante, jamais content, mauvaise humeur, ingrat, vit plus la sensiblerie que la sensibilité, manque de générosité ou générosité excessive dans le but d'obtenir quelque chose en retour, gaspillage