

5eme chakra – Gorge

Couleur Bleu

Localisation: Base de la gorge

Le 5^e chakra, chakra de la communication et de l'expression de soi,

Associé à Glande endocrine: **Glande thyroïde** située au niveau du cou, secrète des hormones, indispensables à la santé.

Il alimente en énergie la thyroïde et parathyroïde, le système respiratoire (les bronches), l'œsophage, les cordes vocales, le cou, la nuque, la mâchoire, la peau. les bras et les mains.

Il est en lien avec le dialogue fluide et claire, l'expression personnelle, la créativité, la compréhension, la confiance en soi,

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

- La communication devient douce et constructive, expressivité,
- relations pures et détachement

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 de communication ou difficultés à s'exprimer pleinement,
- pas créateur, pas suffisamment individualisé et
- se laisse influencer par les gens ou a peur du changement

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

- douleurs du cou et de la nuque, des épaules, des oreilles, de la gorge, des dents, de l'œsophage, de la thyroïde
- affections des bronches, problèmes pondéraux et digestifs, amaigrissement ou prise de poids

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

- apathie, manque d'énergie, nervosité, timidité,
- n'exprime pas librement ses émotions, pensées, besoins ou sensations, ce qui amène des troubles de la parole : bafouillages, bégaiements, difficultés de langage, mutisme, discours souvent décousu voire incohérent
- introversión, timidité, manque de confiance en soi, d'assurance, manifestations de peur, boule dans la gorge,
- peu sûr de soi, peur des autres, de soi, peur de mal faire, de bien faire.