



SEMAINE DES

*chafras*





# LES SEPT *chakras*

SAHASRARA  
Chakra couronne

AJNA  
Chakra du troisième oeil

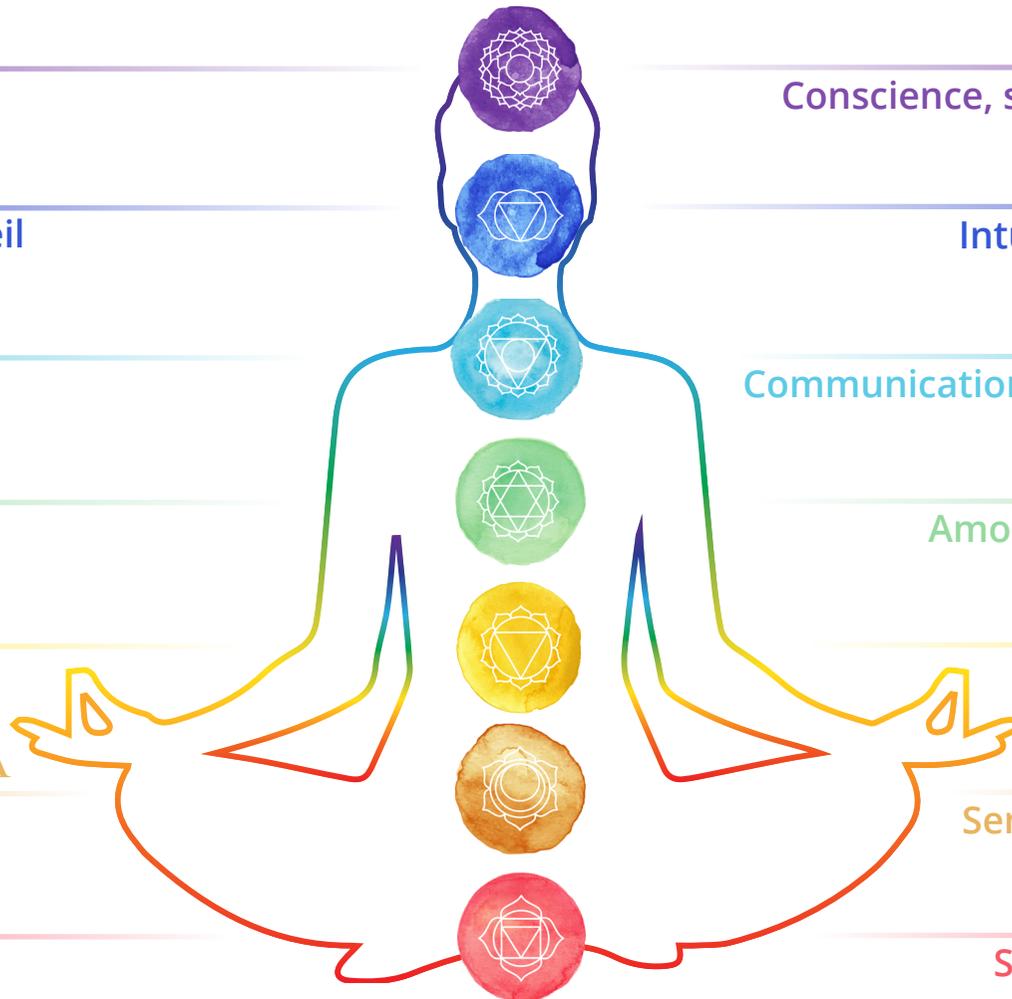
VISHUDDHA  
Chakra gorge

ANAHATA  
Chakra du coeur

MANIPURA  
Chakra plexus solaire

SVADHISHTHANA  
Chakra sacré

MULADHARA  
Chakra racine



JE COMPRENDS  
Conscience, spiritualité, connaissance

JE VOIS  
Intuition, lucidité, confiance

JE PARLE  
Communication, expression, inspiration

J'AIME  
Amour, compassion, sincérité

JE FAIS  
Force, personnalité

JE RESSENS  
Sensualité, sexualité, plaisir

JE SUIS  
Stabilité, énergie, sécurité

Cliquez sur le chakra qui vous intéresse pour en savoir plus.



## BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *racine*

- ◆ Peu d'ancrage
- ◆ Impression de manque de sécurité physique et matérielle
  - ◆ Peur du manque d'argent
  - ◆ Peur de la mort
  - ◆ Lien au corps difficile
- ◆ Peu de stabilité dans votre vie, changements permanents
- ◆ Sentiment d'être déconnecté du monde qui vous entoure
  - ◆ Problèmes alimentaires
- ◆ Sentiment de lourdeur, paresse au contraire déconnexion du corps
  - ◆ Difficulté à passer à l'action (être toujours dans sa tête)



## BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *sacré*

- ◆ Manque de créativité et d'idées, d'inspiration
- ◆ Manque de joie et d'amusement dans votre vie
- ◆ Difficulté à vous accorder du plaisir dans la vie
  - ◆ Sexualité bloquée, compliquée
- ◆ Honte, sentiment d'humiliation, de ne pas mériter ou culpabilité
  - ◆ Impression que vos besoins ne sont pas importants (contrairement à ceux des autres)
  - ◆ Jalousie, impression de ne pas être assez bien



# BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *plexus solaire*

- ◆ Manque de motivation et de volonté dans la vie
  - ◆ Manque de confiance en vous
  - ◆ Impression de gêner, de prendre trop de place
- ◆ Comportement d'excuse, victime, extrême modestie
- ◆ Sentiment d'impuissance (vous croyez peu en vous)
  - ◆ Manque d'ambition et de rêves
- ◆ Vous vous fatiguez vite et ne terminez pas ce que vous commencez
  - ◆ Gestion des émotions difficile (colère, frustration, rancœur)



## BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *coeur*

- ◆ Manque d'amour pour soi et difficulté à en ressentir pour les autres
  - ◆ Difficulté à recevoir de la Vie (amour, gentillesse, cadeaux, compliments, opportunités, etc)
    - ◆ Déséquilibre dans le don de soi (trop ou pas assez)
- ◆ Difficulté à aimer et à créer une relation amoureuse profonde et satisfaisante (vous tombez tout de suite amoureux ou vous avez peur de vous engager)
  - ◆ Besoin des autres pour s'estimer et reconnaître sa valeur
- ◆ Peur de laisser les autres entrer dans votre monde et percevoir votre vulnérabilité, votre humanité



# BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *gorge*

- ◆ Difficulté d'expression et de communication, à trouver les mots
  - ◆ Peur de parler en public ou devant des inconnus
    - ◆ Manque d'écoute des autres
- ◆ Tendance à exagérer, à modifier la réalité ou à ne pas exprimer votre vérité intérieure
- ◆ Volonté de dominer la conversation ou de vous effacer totalement
  - ◆ Vous regrettez parfois ce que vous venez de dire
- ◆ Vous ne pensez pas être assez écouté ou compris dans votre vie



# BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *troisième oeil*

- ◆ Peu d'intuition et de ressenti
- ◆ Besoin de garanties concrètes et mentales car manque de confiance
  - ◆ Manque d'imagination et difficulté à visualiser
  - ◆ Pas de « vision » pour son avenir, son évolution, son SOI
    - ◆ Mauvaise mémoire
    - ◆ Trop intellectuel, logique, rationnel, sérieux
    - ◆ Perfectionnisme
- ◆ Difficulté à voir les choses sous un autre angle, à changer de point de vue



# BLOCAGES LIÉS AU CHAKRA *coronal*

- ◆ Manque de connexion spirituelle, peu de foi (ou croyance excessive sans discernement)
  - ◆ Très terre-à-terre et rationnel
- ◆ Croyances basées sur ce qu'on voit et perçoit avec les 5 sens
  - ◆ Difficulté à s'émerveiller du monde
    - ◆ Difficulté à lâcher-prise des pensées, à méditer
    - ◆ Peu de relations avec ses guides, avec le Divin
  - ◆ Difficulté à conscientiser ses programmes subconscients
- ◆ Trop de matérialisme ou au contraire rejet total de la matière



SEMAINE DES  
*chakras*

[www.jennablossoms.com/semaine-des-chakras](http://www.jennablossoms.com/semaine-des-chakras)



*Jenna*  
BLOSSOMS