








CHAKRAS	POSITIF-EQUILIBRE	DESEQUILIBRE	PIERRE CORRESPONDANTE	ALIMENTATION
 <p>RACINE C'est la force de survie Le lien avec la Terre-Mère</p> <p>Rouge-Noir</p>	Sécurité, bien-être, permet de combattre, donne la force de s'imposer. Circulation sanguine, jambes.	Déconnexion de la réalité, grande fatigue, stress lié à la survie, stress financier, professionnels, logement.	Jaspe rouge, Obsidienne, Hématite, Tourmaline noir, Œil de faucon et taureau, onyx	Tomate, fraise, betterave, pomme rouge, grenade, framboise et protéine.
 <p>SACRE Lié aux reins, vessie, intestins, ovaires</p> <p>Orange</p>	Créativité physique, artistique, sexuelle. Passion et sensibilité.	Faible libido, blocage créatif, problème de reproduction, problème lombaire.	Cornaline, pierre du soleil, œil de tigre	Mandarine, mangue, carotte, courge, citrouille, graine, igname, noix et huile.
 <p>PLEXUS SOLAIRE Lié aux voies digestives, rate, estomac, foie, pancréas</p> <p>Jaune</p>	Vous devenez fort, sain et capable de réaliser des choses qui vous tiennent à cœur. Reflète le sens du soi, le pouvoir personnel et l'estime de soi.	Humeur changeante, jugement de soi et crainte du rejet, n'accepte pas son apparence physique. Abus de pouvoir, autoritarisme, perfectionnisme.	Citrine, Œil de tigre	Banane, maïs sur l'épi, ananas, poivron jaune, lentille, courge jaune, graine comme l'avoine.
 <p>CŒUR Lié au cœur et poumons</p> <p>Vert-Rose</p>	Amour gratitude, joie, compassion et connectivité. Vous sentez l'amour dans tous les aspects de la vie.	<i>Sous-actif</i> : colère, joie, amer <i>Hyperactif</i> : trop généreux, accepte/tolère trop de chose, difficulté à mettre des limites.	Quartz rose, aventurine, fluorite, rhodonite	Brocoli, le chou, la bette, légumes verts.
 <p>GORGE Lié à la glande thyroïde, les oreilles, la gorge</p> <p>Bleu clair</p>	Capacité de parlé de vos convictions et d'exprimer vos sentiments oralement	Difficulté avec les autres dans toutes les formes de communication. Difficulté à arrêter la communication ou à écouter les autres	Turquoise, Apatite bleue, Labradorite	Les bleuets, les figues, tous les fruits.
 <p>3EME ŒIL Lié au cerveau, le nez, les yeux, le système nerveux</p> <p>Bleu foncé, bleu indigo</p>	Intuition, capacité à voir la vérité. Equilibre intérieur, connaissance de soi	<i>Sous actif</i> : difficulté à regarder vers l'intérieur, difficulté à réfléchir sur soi-même. <i>Hyper actif</i> : Etourdi et rêveur	Sodalite, Lapis lazuli	Prune, raisin, aubergine, chou violet, thé et boisson naturelle
 <p>CORONAL Lié au guidage intérieur, connexion à la source</p> <p>Violet, Blanc</p>	Vous serez en mesure de vivre pleinement le moment présent, comprendre les vérités universelles, faire confiance à votre soi intérieur	Manque de confiance, difficulté à méditer. Pas d'harmonie dans le quotidien, possibilité de dépression importante, ressent une sorte d'absurdité face à la vie.	Améthyste, Cristal de roche	Champignon, ail, gingembre, oignon, litchi, noix de coco, fruits tropicaux. Jeûne, nature et soleil