



Guide



Chakra 3ème Oeil



Chakra 3ème Oeil

Le chakra du troisième œil, appelé Ajna en sanskrit, est le sixième chakra principal dans la tradition énergétique indienne.

Situé entre les sourcils, au centre du front, il est souvent représenté par la couleur indigo.

Ce chakra est le siège de l'intuition, de la clarté mentale et de la vision intérieure.





Symbolique du chakra du troisième œil :

Le chakra du troisième œil est comme une fenêtre sur votre monde intérieur et extérieur. Il symbolise la capacité à voir au-delà des apparences, à percevoir les vérités profondes et à cultiver une sagesse qui va au-delà du mental rationnel. Il est lié à l'intuition, à l'imagination, et à la connexion spirituelle.

Votre Ajna vous invite à ouvrir les yeux de l'âme pour comprendre le sens plus vaste de la vie et développer une vision claire de votre chemin.

Ses énergies et son rôle :

Le chakra du troisième œil est étroitement lié à :

- L'élément Lumière, qui symbolise la clarté, l'illumination et la perception.
- L'intuition : Cette capacité à sentir ce qui est vrai au-delà de ce qui est visible.
- La sagesse intérieure : La guidance qui émerge lorsque nous écoutons notre voix intérieure.
- La vision créative : La capacité à imaginer, à planifier, et à créer une vie alignée avec nos aspirations.

Quand le chakra du troisième œil est déséquilibré :

Un déséquilibre dans le chakra du troisième œil peut se manifester de plusieurs façons :

- **En excès** : Cela peut conduire à une surcharge mentale, à des pensées confuses, ou à une obsession pour le spirituel au détriment du concret.
- **En déficit** : Cela peut se traduire par un manque de clarté, des difficultés à faire confiance à son intuition, ou une vision limitée de soi et de sa vie.



Comment harmoniser le chakra du troisième œil ?

Prendre soin de votre chakra du troisième œil, c'est nourrir votre capacité à voir avec lucidité et à vous connecter à votre guidance intérieure.

Voici quelques moyens bienveillants d'y parvenir :

Pratiquez l'introspection : Prenez le temps de méditer ou de journaliser vos pensées pour clarifier votre esprit.

Connectez-vous à votre intuition : Apprenez à faire confiance à vos ressentis et à écouter vos instincts profonds.

Visualisation et lumière : Imaginez une lumière indigo brillante dans votre front, s'épanouissant comme une étoile lumineuse.

Stimulez votre esprit créatif : Pratiquez des activités qui font appel à votre imagination, comme dessiner, écrire ou rêver éveillé.

Alimentation bénéfique : Les aliments de couleur foncée comme les baies, les aubergines ou le raisin noir symboliquement nourrissent ce chakra.

Affirmations positives : Répétez des phrases comme "*Je vois avec clarté et sagesse*", "*Mon intuition me guide*", "*Je suis en harmonie avec mon esprit intérieur*".

Message bienveillant :

Prendre soin de votre chakra du troisième œil, c'est cultiver un espace intérieur où règnent la lucidité, la paix et la sagesse. Vous avez déjà en vous toutes les réponses dont vous avez besoin ; ce chakra vous aide à les voir et à leur faire confiance. Laissez votre intuition vous guider avec douceur, en illuminant votre chemin avec clarté et vision. Osez regarder au-delà des limites et percevoir toute la richesse de votre vie et de votre être. Vous méritez cette connexion profonde avec votre sagesse intérieure et le vaste champ des possibilités.



Le choix de la fragrance Lavande pour une bougie dédiée au chakra du troisième œil est parfait, grâce à son parfum apaisant et spirituel, en résonance avec les énergies d'intuition et de clarté mentale de ce chakra.

- **Calme et clarté** : La lavande, avec son arôme apaisant, aide à calmer l'esprit et favorise la concentration, indispensable pour accéder à une vision intérieure claire.
- **Connexion spirituelle** : Son parfum subtil et équilibré facilite les pratiques méditatives et ouvre la porte à l'intuition et à la sagesse profonde.
- **Harmonie et équilibre mental** : La lavande aide à apaiser les pensées dispersées, créant un espace propice à la réflexion et à la guidance intérieure.

Allumer une bougie à la lavande encourage un état de sérénité, stimule l'intuition et favorise une connexion profonde avec votre vision intérieure et spirituelle.

L'améthyste, avec sa teinte violette éclatante et apaisante, est une pierre précieuse intimement liée au chakra du troisième œil (Ajna). Connue pour ses propriétés spirituelles et intuitives, elle soutient l'éveil de la clairvoyance, de la sagesse et de la conscience intérieure.

L'améthyste, avec son énergie douce et spirituelle, ouvre et équilibre ce chakra, favorisant la vision intérieure et l'accès à des dimensions supérieures de la conscience.



Bienfaits de l'améthyste :

1.Éveil de l'intuition :

L'améthyste aide à affiner la perception intuitive et à développer des capacités telles que la clairvoyance et l'introspection profonde.

2. Clarté mentale :

Elle calme le mental et dissipe les pensées confuses, favorisant une concentration accrue et une vision claire des situations.

3. Connexion spirituelle :

Pierre de spiritualité, l'améthyste facilite les pratiques méditatives et la connexion avec des énergies supérieures, offrant une guidance divine.

4. Apaisement des émotions :

Elle aide à libérer les peurs, le stress et les tensions, créant un espace intérieur propice à la paix et à la sérénité.

5. Harmonie et sagesse :

L'améthyste favorise l'équilibre entre le mental et le spirituel, apportant une compréhension éclairée et une sagesse profonde.



Comment utiliser l'améthyste pour le chakra du troisième œil ?

- **Méditation** : Placez l'améthyste sur votre troisième œil ou tenez-la dans vos mains pour renforcer la clarté mentale et la perception intuitive.
- **Sur soi** : Dans votre poche ou en bijou (collier, bracelet...) pour maintenir une connexion constante avec son énergie spirituelle.
- **Dans l'espace de vie** : Placez l'améthyste dans un espace calme pour créer une atmosphère apaisante et propice à la réflexion.

L'améthyste est une pierre de sagesse et de sérénité qui vous guide vers une compréhension plus profonde de vous-même et de l'univers. En travaillant avec cette pierre, vous activez et harmonisez votre chakra du troisième œil, vous ouvrant à des visions claires et à une intuition enrichissante. Laissez son énergie spirituelle vous envelopper et illuminer votre chemin intérieur.

Comment récupérer votre pierre précieuse intégrée dans votre bougie ?

1. Allumez votre bougie et laissez-la brûler doucement jusqu'à ce que la pierre précieuse intégrée soit visible. Cela peut prendre plusieurs utilisations, en fonction de la profondeur à laquelle la pierre est placée. Prenez votre temps, c'est une expérience à savourer.
2. Une fois que la pierre est partiellement ou entièrement dégagée, éteignez délicatement la bougie et attendez que la cire autour de la pierre refroidisse légèrement, mais reste malléable.



3. À l'aide d'une cuillère, retirez délicatement la pierre de la cire. Soyez attentif pour ne pas endommager la pierre ou la bougie.

4. Retirez les résidus de cire autour de la pierre avec du papier essuie-tout.

5. Purifiez votre pierre précieuse avant de l'utiliser pour profiter pleinement des bienfaits énergétiques de votre pierre, il est important de la nettoyer sur le plan énergétique. Voici comment procéder :

- Allumez un bâton de sauge ou de Palo Santo et laissez la fumée s'élever doucement.
- Passez votre pierre dans la fumée pendant quelques instants, en posant l'intention de libérer les énergies accumulées.
- Une fois purifiée, votre pierre est prête à être utilisée dans vos méditations ou rituels.

Vous pouvez répéter cette purification régulièrement, notamment après une période d'utilisation intense ou lorsque vous ressentez que votre pierre a besoin d'être rééquilibrée.

6. Votre pierre est maintenant prête à être utilisée !

Portez-la avec vous, utilisez-la lors de vos méditations ou placez-la dans un endroit spécial de votre maison pour profiter de son énergie.



Prolongez votre expérience avec une méditation guidée spéciale :

Pour aller encore plus loin dans l'harmonisation de votre chakra, découvrez une méditation guidée créée spécialement pour vous. Elle vous accompagnera dans l'activation et l'équilibre de votre énergie, en parfaite synergie avec votre bougie Fl'âme.

Accédez à votre méditation en cliquant ici ou en scannant le QR Code :

[Méditation](#)
[Chakra 3ème Oeil](#)



Prenez un moment pour vous, installez-vous confortablement, allumez votre bougie, et laissez-vous guider vers un alignement profond et apaisant.

Merci de m'avoir choisis pour illuminer votre chemin intérieur.

Marie de Fl'âme Candle

[Fl'âme candle](#)