

# NOTES SUR LES CHAKRAS

Les *Sept Toccatas sur les chakras* forment une œuvre intime, initialement composée par Germain Desbonnet pour lui-même en 1997, dans l'objectif d'explorer la relation sons-couleurs-chakras (*chakras* : mot sanscrit désignant les centres d'énergie correspondant à certaines zones anatomiques et organes).

Très harmonieuses, ces pièces sont aptes à faire le bonheur des amoureux du piano, tout comme la joie des pianistes, pour lesquels la partition a été éditée.

Elles peuvent également servir en musicothérapie du fait de la très grande répétition de la note choisie en fonction de la répercussion recherchée, ainsi qu'à la méditation silencieuse ou chantée.

Dans ce dernier cas, il est possible, à titre d'exemple, de chanter la syllabe sacrée « OM » sur la note choisie ou tout autre mantra. Divers instruments ou clochettes peuvent aussi donner la note à tout moment.

Ci-dessous pour information, tableau classique des correspondances sons-couleurs-chakras-secteurs anatomiques :

Note	Couleur	Chakra	Emplacement	Zones ou organes
SI	Violet	Sahasrara	Sommet de la tête	Zone supérieure du crâne, cerveau, œil droit. Glande pinéale.
LA	Bleu indigo	Ajna	Entre les sourcils	Oreilles, nez, œil gauche, base du crâne, système nerveux. Hypophyse.
SOL	Turquoise	Vishuddha	Zone laryngée	Cou, voix, poumons et poitrine, bouche. Thyroïde et glandes parathyroïdes.
FA	Vert	Anahata	Zone cardiaque	Cœur, poitrine, circulation, poumons, bras, mains. Thymus.
MI	Jaune	Manipura	Zone stomacale. Plexus solaire.	Estomac, foie, diaphragme, vésicule biliaire. Rate et glandes pancréatiques.
RÉ	Orangé	Swadhisthana	Entre le nombril et l'aîne.	Abdomen, bassin, organes sexuels, système nerveux, rachis inférieur. Glandes surrénales et sexuelles.
DO	Rouge	Muladhara	Sacrum. Racine de la colonne vertébrale.	Jambes, pieds, organes génitaux, anus, base du rachis, reins. Force vitale du corps.

Dans la version avec chant, pour les méditations, voici quelques exemples de mantras sur l'une des sept notes choisies.

- 1  *Om* symbole de Dieu  
Om \_\_\_\_\_ Om \_\_\_\_\_ etc.
- 2  *Om vénère Shiva*  
Om na - mah si - va - ya etc.
- 3  *Tu es le Seigneur*  
Hay bha - ga van Hay bha - ga - van etc.
- 4  *Salut maître*  
Jai Gu - ru Jai Gu - ru Jai Gu - ru Jai etc.
- 5  *Nom du divin*  
Ha - re kris - na Ha - re kris - na Ha - re ra - ma Ha - re ra - ma
- 6  *Ha - ri Om. etc.*
- 7  *Je vais vers Bouddha pour trouver la lumière*  
Na - mo A - mi - ta - bha etc.
- 8  *Salut au joyau présent dans le lotus*  
Om Ma - ni pad - me hum