

CHAKRENREINIGUNG

DIE SIEBEN HAUPTCHAKREN

Diese Energiezentren finden sich entlang der Wirbelsäule, immer etwa eine Handbreit auseinander.

Wurzelchakra	liegt im Beckenboden und steht für Urvertrauen, Lebenskraft
Sakralchakra	liegt im Bauch und steht für Emotionen, Kreativität, Sexualität
Solarplexuschakra	steht für Gedanken, Glaubensmuster, Intellekt, Unterbewusstsein
Herzchakra	steht für Liebe, Hingabe, Mitgefühl, Heilung
Hals- oder Kehlchakra	steht für Kommunikation, Individualität
Stirnchakra	steht für die Wahrnehmung und den Ausdruck der Seele
Scheitel- oder Kronenchakra	steht für die Verbindung zu den göttlichen Energien, für Seele und Körper

Will man wissen, wie es um das jeweilige Chakra steht, ob die Energie frei fließen kann oder eine Blockade vorliegt, kann über die Beantwortung verschiedener Fragen eine Diagnose für jedes einzelne der sieben Chakren erstellt werden.

Das lässt sich natürlich nicht mal ebenso erlernen, sondern bedarf der Ausbildung und Erfahrung. Mit den auf diese Weise gewonnenen Erkenntnissen lässt sich entscheiden, welche Form der Reinigung vonnöten ist oder ob es mehr noch einer Aktivierung, Öffnung oder Heilung bedarf.

Helfen können verschiedene Dinge. Bewegung, beispielsweise durch Yoga, oder Meditation, eine Aromatherapie oder wohltuende Farben.

Am Ende geht es darum, in sich selbst zur Ruhe und Kraft zu finden, Blockaden zu lösen, innerlich wie auch äußerlich wieder in Bewegung zu kommen, das Gefühl der Selbstwirksamkeit zurückzugewinnen und sich Raum zu verschaffen. Und es geht darum, dem eigenen Körper zuzuhören.

MEHR INFORMATIONEN ZU DEN CHAKREN, IHREN WIRKUNGEN UND BEDEUTUNGEN GIBT ES Z.B. HIER:

[7 Chakren | Chakren.net](https://www.chakren.net)

[Chakra – Bedeutung und Wirkung | PranaHaus](#)