

Was sind die 7 Energiezentren auch „Chakren“ genannt?

Das Wort „Chakra“ stammt aus dem Sanskrit und bedeutet „Rad“.

Man kann sie sich als Energiewirbel vorstellen, die sich in ständig kreisender Bewegung befinden. Nach alter asiatischer Lehre durchzieht ein Netz aus unsichtbaren Energiebahnen unseren Körper. Wo viele dieser Wege aufeinander treffen, liegt ein Chakra – ähnlich riesigen Autobahnkreuzen.

Von diesen Chakren haben wir insgesamt sieben, jedem einzelnen sind verschiedene Organe und Körperteile sowie psychische Eigenschaften zugeordnet. Wenn die Chakren frei sind kann die Energie ungehindert fließen, Körper und Seele sind gesund und wir fühlen uns wohl. Kommt es allerdings zum Energiestau, löst dies Beschwerden aus.

IV. Chakra – Herz -Chakra - grünes Licht

Das vierte Chakra ist das zentrale Kraftwerk des menschlichen Energiesystems und sitzt mitten im Brustraum. Als mittleres Zentrum vermittelt es zwischen Körper und Geist und bestimmt deren Gesundheit und Stärke. Seine Energie ist von Natur aus emotional und hilft uns bei unserer emotionalen Entwicklung. Deises Chakra verkörpert die spirituelle Lektion, die uns lehrt, wie man aus Liebe und Mitgefühl heraus handelt und erkennt, daß die mächtigste Energie, die wir besitzen, die Liebe ist.

> Herz + Blutkreislauf, Lungen, Schultern + Arme, Rippen/Brüste, Zwerchfell, Thymusdrüse

Intuition des Körpers

Der menschliche Körper ist erstaunlich und arbeitet wie eine Maschine aber der Körper braucht auch entsprechende Pflege. Es gibt sicher sehr viele Gründe warum der Körper abbaut oder krank wird (Umwelt, Ernährung, Genetik etc.). Doch wie Louise L. Hay in ihrer Arbeit herausgefunden hat – und in ihrem Buch „Gesundheit für Körper und Seele“ dargelegt hat – wird jede Erkrankung im Leben von emotionalen Faktoren beeinflusst. Und Jahrzehnte, nachdem Louise L. Hay ihre Schlussfolgerungen präsentierte, wurden mittlerweile auch wissenschaftliche Studien veröffentlicht, die ihre Sichtweise bestätigen.

Probleme, Krankheiten, Themen die mit dem vierten Emotionalen Zentrum in Verbindung stehen

Dr. med Mona Lisa Schulz sagt über das vierte emotionale Zentrum:

Das vierte emotionale Zentrum hat damit zu tun, Ihre Bedürfnisse und die Bedürfnisse von Menschen, mit denen Sie eine Beziehung haben, ins Gleichgewicht zu bringen. Wenn Sie dazu nicht in der Lage sind, wird Ihr Körper es Ihnen mit gesundheitlichen Problemen signalisieren, die mit Ihrem Herzen, Brüsten oder Lunge zu tun haben: hohe Cholesterinwerte, erhöhter Blutdruck, Herzinfarkt, Zysten, Brustdrüsenentzündung oder sogar Brustkrebs, Lungenentzündung, Asthma, Husten oder Atemnot. Das Geheimnis für Gesundheit in Ihrem vierten emotionalen Zentrum besteht darin zu lernen, wie Sie Ihre eigenen Bedürfnisse und Emotionen ausdrücken und gleichzeitig die Bedürfnisse und Emotionen anderer berücksichtigen können. Das Ganze ist eine Sache von Geben und Nehmen. Wie immer, hängt alles davon ab, welches Verhalten oder negative Denkmuster das Ungleichgewicht beim Umgang mit Emotionen in einer Beziehung verursacht. Menschen, die nicht in Kontakt sind mit ihren Emotionen, neigen zu Herzproblemen. Menschen, die von ihren Emotionen überwältigt sind, leiden oft unter Erkrankungen der Lunge. Und Menschen, die nur die positive Seite ihrer Emotionen zum Ausdruck bringen, entwickeln Probleme mit den Brüsten. Im Großen und Ganzen kann man jedoch sagen, dass die negativen Gedanken und Verhaltensweisen, die mit dem vierten emotionalen Zentrum assoziiert sind, in der Regel auf Angst, Gereiztheit, Depression und Inagfristigen emotionalen Problemen basieren.

Widerstand und die Weigerung, das zu sehen, was vor Ihnen liegt, wird mit Arteriosklerose in Verbindung gebracht. Bei dieser Erkrankung verengen und verhärten sich die Arterien. Sich jegliche Freude zu versagen und aus dem Herzen zu drücken, nur um Geld oder Ansehen in der Welt zu erfahren, wird mit Herzinfarkten assoziiert.