

## 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.

### VI. Chakra – Stirnchakra

Das sechste Chakra betrifft unsere mentalen und vernunftbegabten Fähigkeiten sowie unser psychologisches Vermögen, unsere Überzeugungen und Einstellungen einzuschätzen. Das Chakra des Verstands schwingt mit den Energien unserer Psyche, unseren bewußten und unbewußten psychologischen Kräften. In der spirituellen Literatur des Ostens wird das sechste Chakra auch als „Drittes Auge“ bezeichnet, als spiritueller Mittelpunkt, in dem die Interaktion zwischen Verstand und Psyche zu intuitiver Einsicht und Weisheit führen kann.

> Gehirn, neurologisches System, Zentralnervensystem, Hypophyse und Zirbeldrüse, Augen, Ohren und Nase

### 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 sechsten emotionalen Zentrum in Verbindung stehen

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

Das sechste emotionale Zentrum ist das Zentrum von Gehirn, Augen und Ohren. Die Gesundheit in diesem Bereich hängt davon ab, wie gut Sie in der Lage sind, Informationen aus allen Ebenen aufzunehmen - sowohl der irdischen als auch der mystischen - und diese Information in Ihrem Leben anzuwenden. Sie hängt davon ab, wie flexibel Ihre Denkweise ist und ob Sie fähig sind, andere Perspektiven zu akzeptieren und eventuell daraus zu lernen. Um Gesundheit in Ihrem sechsten emotionalen Zentrum zu schaffen, müssen Sie die Fähigkeit haben, sich den Veränderungen des Lebens anzupassen. In manchen Situationen werden Sie auf Ihrem Standpunkt beharren, sozusagen eine Sache durchziehen, und in anderen eine forschende und freie Denkweise wählen. Diese Balance erlaubt es Ihnen zu wachsen, mit den Veränderungen des Lebens zu fließen und sich auf das zu fokussieren, was vor Ihnen liegt. Sie sollten sich nicht verzweifeln an Gewohnheiten und Denkweisen festhalten, die der Vergangenheit angehören und sich wünschen, Sie könnten die Zeit zurückdrehen.

Die gesundheitlichen Probleme im Zusammenhang mit dem sechsten emotionalen Zentrum reichen von Erkrankungen des Gehirns, der Augen und Ohren zu umfassenderen Bereichen bezüglich Lernen und entwicklungsbedingten Problemen. So wie bei den anderen emotionalen Zentren gilt auch hier, dass die Erkrankung eines Körperbereiches, auf den wir uns jeweils fokussieren, oft von bestimmten Gedanken- und Verhaltensmustern verursacht wird. Wenn wir jedoch die übergeordneten Themen diskutieren, sind die Gedanken und Verhaltensweisen nicht als Ursache zu betrachten; sie sind lediglich ein Faktor, der bestimmte Tendenzen verschlimmert, wie zum Beispiel „ADHS“ (oder das was wir darunter verstehen) oder Legasthenie. Bei Menschen, die unter gesundheitlichen Problemen im sechsten emotionalen Zentrum leiden, ist die Art und Weise, wie sie die Welt sehen und von ihr lernen können, aus dem Gleichgewicht geraten. Manche sind fest in der irdischen Ebene verankert, ohne Verbindung zum übergeordneten Universum. Andere wiederum stehen ausschließlich mit dem mystischen Bereich in Verbindung und haben nicht einen Fuß auf dem Boden. Eine Balance zu finden ist sehr wichtig!