

## Was sind die 7 Energiezentren auch „Chackren“ genannt?

Das Wort „Chackra“ 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 Chackra – ähnlich riesigen Autobahnkreuzen.

Von diesen Chackren haben wir insgesamt sieben, jedem einzelnen sind verschiedene Organe und Körperteile sowie psychische Eigenschaften zugeordnet. Wenn die Chackren 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.

### I. Chackra – Basis- oder Wurzelchackra

Dieses Chackra liegt an der Wirbelsäulenbasis zwischen dem Steißbein und den Beckenknochen. Seine Farbe ist rot. Seine Hauptfunktion besteht darin, uns in der physischen Welt zu festigen und uns lebendig zu halten. Es steht mit dem physischen Empfinden in Verbindung. Dementsprechend ist auch die erste Schicht der Aura mit dem Irdischen verknüpft.

Das erste emotionale Zentrum steht in Verbindung mit:

**> Knochen, Gelenke, Blut, Immunsystem und Haut**

### 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 ersten Emotionalen Zentrum in Verbindung stehen

Dr. med Mona Lisa Schulz sagt „Die Gesundheit des ersten emotionalen Zentrums hängt davon ab, wie sie sich in der Welt fühlen. Wenn Ihnen die Unterstützung von Familie und Freunden fehlt, die Sie brauchen, um zu wachsen und sich wohl zu fühlen, werden Sie merken, wie sich diese Unsicherheit in Ihrem Blut, Ihrem Immunsystem, Knochen, Gelenken und Haut manifestiert.

Wenn Sie von einer Beziehung oder Aktivität, der Sie einen beträchtlichen Teil Ihrer Zeit widmen, nicht das bekommen, was Sie brauchen wird Ihr Körper und Ihre Seele Sie bald davon in Kenntnis setzen. Zunächst mögen die Zeichen so „ungefährlich“ sein wie Müdigkeit, Erschöpfung, Hautausschläge oder Gelenkschmerzen.

Leichte Probleme im ersten emotionalen Zentrum können als Frühwarnsystem dienen und Sie wissen lassen, wann Sie vom Weg abgekommen sind. Das Ignorieren der Warnsignale Ihres Körpers kann zu einer Vielzahl von Beschwerden führen:

Chronisches Müdigkeitssyndrom, Weichteilrheumatismus, Osteoarthritis, Rheumatische Arthritis, Epstein-Barr-Virus, Hepatitis (A, B oder C), Peiffersches Drüsenfieber, Borreliose, Allergien, Hautausschlag, Schuppenflechte, Gelenkschmerzen, Erschöpfung und Autoimmunerkrankungen wie Lupus erythematodes.

All diese Beschwerden sind auf ein Ungleichgewicht im ersten emotionalen Zentrum zurück zu führen.