

Die Chakren sind Kraft,- Energie- und Bewusstseinszentren in unserem Körper.

Das Wort „Chakra“ stammt aus dem Sanskrit und bedeutet Lichtrad. Die sieben Chakren sind sich drehende elektromagnetische Felder. Sie wurden und werden von sensiblen Menschen, unabhängig von ihrer Kultur und von der Zeit aus der sie stammen, wahrgenommen. Die Chakren und deren Energiefelder, die auch unsere Aura erzeugen, sind heute wissenschaftlich messbar. Sie durchstrahlen unseren Körper, beeinflussen die Organfunktionen, den Kreislauf, die Hormontätigkeit und vor allem unsere Emotionen und Gedanken. Neurophysiologisch geht man davon aus, dass die Chakren universelle Lebensenergie aufnehmen und über ein Netzwerk, ähnlich den Meridianen, im Körper verteilen.

Funktion der Chakren

Ist die Aktivität der Chakren blockiert, so kann nur wenig Energie von außen aufgenommen werden und es muss auf die begrenzten eigenen Energiereserven zugegriffen werden. Außerdem wird durch Blockaden der eigene innere Energiefluss behindert, wodurch die körperliche und die seelisch-geistige Befindlichkeit beeinträchtigt wird. Die Chakren regeln unser ganzes Alltagsleben. Sie geben uns die Energie, die wir für unsere Arbeit brauchen. Sie lassen uns in Beziehungen offen oder verschlossen sein, und sie sind es, die uns gesund oder krank werden lassen. Ob wir aggressiv oder gelassen, liebevoll oder egoistisch durchs Leben gehen, ob wir Erfolg haben oder uns zu kurz gekommen fühlen, das alles hängt vom Energieniveau unserer Chakren ab. Wenn die Chakren keine Energie mehr aufweisen, dann sind wir gestorben.

Test der eigenen Befindlichkeit

Die Chakra Arbeit zeigt uns die Funktionen und Wirkungsbereiche dieser Hauptenergiezentren auf allen Ebenen: physisch, mental, emotional und spirituell. Im Lebenslust - Seminar macht uns die Chakra-Arbeit zusätzlich die eigene Ausstrahlung auf unsere Umgebung bewusst und befähigt uns auch die Ausstrahlung der anderen Menschen klarer wahrzunehmen.

Für das Erkennen der persönlichen Energieblockaden steht uns jetzt ein neuer **Chakra-Check** zur Verfügung. Am Beginn und Ende des Seminars wird eine Analyse des Zustandes der Chakren mit dem Chakra - Check vorgenommen. Der Chakra - Check ist eine Skala, die eigens entwickelt wurde. Dieser psychologische Test, den die Teilnehmer selbst auswerten können, ergibt nach Beantwortung von einfachen Fragen ein Bild über den derzeitigen Zustand der 7 Chakren des Teilnehmers. Dieser kann sich somit auf jene Chakren konzentrieren, bei denen für ihn ein entsprechendes Aktivierungspotential ersichtlich ist. Im Lebenslust-Seminar wollen wir mit mentalem Training, Flexibilitäts- und Atemübungen, Entspannungstechniken, sowie dynamischen Meditationen unsere Chakren energetisieren, öffnen und unseren Energiepegel anheben, um dadurch mehr

Energie und Lebensfreude
zur Verfügung zu haben.