

Chakra's

Een chakra kun je voorstellen als een draaikolk van energie. Die energie stroomt in je lichaam, door je lichaam en tot meters buiten je lichaam. Deze energie kan via een chakra je lichaam uit of je lichaam ingaan. Een chakra kan verstopt raken of geblokkeerd. Chakra's zijn verbonden met het centrale zenuwstelsel en zorgen voor de juiste hoeveelheid energie, die je organen en ander weefsels nodig hebben om goed te functioneren.

Wanneer ergens door omstandigheden meer energie nodig is, wordt dit "gehaald" uit het chakra die daar het dichtst in de buurt aanwezig is en voldoende functioneert en energie heeft. Daarna is het lichaam weer in balans.

Elke chakra kenmerkt een aspect van ons bewustzijn. Zij zijn de verbindende schakel tussen de samenwerking van het lichaam en de geest.

Het lichaam bestaat uit onderstaande chakra's:



Meridianen

Meridianen zijn energiebanen in en rond ons lichaam, waardoor de levensenergie circuleert. Deze energiebanen voeden alle lichaamsfuncties en organen en ondersteunen de balans in het hele lichaam. De organen zijn de longen, de dikke darm, de maag, de milt, het hart, de dunne darm, de blaas, de nieren, de kringloopmeridiaan, drievoudige verwarmers, de galblaas en de lever.

Elke meridiaan beïnvloedt een ander lichaamsorgaan. Naast de lichamelijke functie heeft iedere meridiaan daarnaast ook een specifieke psychologische functie.

Wanneer de energiestroom stagneert door bijvoorbeeld een emotionele blokkade, geeft dat onderbreking in de stromen van de energie aan het weefsel, organen, spieren, zenuwen en veroorzaakt dat emotionele en fysieke problemen.

Chakra's en Meridianen hebben aandacht, zorg, voeding en rust nodig

Als je geen tijd hebt voor je chakra's en meridianen zal je lichaam en geest reageren met klachten zoals;

- spanningen
- vermoeidheid en minder energie
- stijfheid
- onrust in hoofd en je lichaam
- slechter slapen en slechter doorslapen
- krachtverlies
- psychosomatische klachten.

DE MERIDIANEN

