

# Chakras und psychologische Chakrathherapie

Die Chakras steuern den feinstofflichen Energiefluss, der dafür verantwortlich ist, dass wir sowohl unser geistig-psychisches, als auch unser körperliches Potenzial optimal nutzen können.

Wenn sich Chakras durch innere oder äussere Einflüsse verschliessen, kann ich mein Potenzial nur ungenügend nutzen: Ich kann nicht zeigen, was in mir steckt. Chakras verschliessen sich bei negativem, selbstdestruktivem Denken, bei Situationen die jemand als bedrohlich oder unangenehm erlebt.

Chakras gehen auf und versorgen Geist und Körper mit Energie, wenn es jemandem gut geht, wenn er oder sie sich wohl und angenommen fühlt oder aufbauende Situationen erlebt. Hier kann jemand sein Potenzial entfalten.

## Chakras werden auch "Padmas" genannt

Die Analogie zur Lotosblüte (padma): Wenn es dunkel wird, schliesst sie sich und zieht sich zurück, wenn es hell wird entfaltet sie sich.

## Beispiele für ungenügende Potenzialnutzung

- Leistungsverlust unter Druck
- Im Sport: "Trainingsweltmeister"
- Motivationsmangel
- Funktionieren nach dem Lustprinzip
- Entscheidungsunfähigkeit
- Konzentrationsstörungen

## Chakrathherapie

Mittels Chakrathherapie können wir den Energiefluss im Körper harmonisieren und gezielt schwache Chakras stärken. Zudem lernen die Klientinnen und Klienten, ihre Chakras ohne fremde Hilfe zu aktivieren, in die Harmonie zu kommen und Chakras mit einer schwachen Konstitution zu stärken.

Die Chakrathherapie wirkt unter anderem bei folgenden körperlichen und geistig-psychischen Problemen:

- Mangelndes Selbstwertgefühl
- Mangelndes Selbstvertrauen
- Ganz allgemein bei Blockaden
- Redehemmungen
- Ängste
- Innere und äussere Unruhe
- Unregelmässige Verdauung
- Schlafstörungen
- Stoffwechselstörungen
- Schmerzen ohne erkennbare Ursachen

Mit Chakrathherapie können wir den Energiefluss harmonisieren, anregen und stabilisieren.

Psychologische Chakrathherapie umfasst psychologische Gespräche, eine Chakradiagnose, die Chakraaktivierung und die Qualitätskontrolle.

Inhalt und Text mit freundlicher Unterstützung von Jean-Pierre Crittin zur Verfügung gestellt.