

Ons energiesysteem.

Wij hebben behalve een fysiek lichaam ook een fijnstoffelijk energiesysteem. Onderdelen van dit energiesysteem zijn 7 hoofdchakra's en ons aura. Deze begrippen komen je vast bekend voor.

Chakra betekent letterlijk: wielvormige draaikolk. Dat houdt in: beweging, aantrekkingskracht en uitwisseling.

Een chakra is net als een bloem: het kan open of dicht zijn, bloeien of verwelken.



Via deze chakra's staan wij als mens in verbinding met verschillende bewustzijnniveau's en onze fysieke lichaam.

De chakra's zijn onderling verbonden en zijn op elkaar van invloed. Als een chakra niet goed functioneert heeft dat invloed op het chakra erboven en op het chakra eronder.

Omdat alles met elkaar verbonden is hebben onze emoties bijvoorbeeld invloed op ons lichaam. Hierdoor wordt ons gedrag bepaald.

Een voorbeeld:

Je hebt angst voor een bepaalde situatie en uit je bezorgdheid. Hierdoor krijg je in je lichaam als reacties zoals: een raar gevoel in je buik, je ademt stukt of gaat veel sneller, je hartslag gaat omhoog, en je wordt onzeker. Andere mensen kunnen hier negatief op reageren. Je angst zal hierdoor niet afnemen maar eerder sterker worden. Deze angst hoeft echter niet reëel te zijn, maar kan ook stammen uit je kindertijd. Deze angst is echter in je chakra verankerd, waardoor je nog steeds zo reageert.

Een ander voorbeeld:

Je hebt in je kindertijd geleerd dat je aandacht en waardering krijgt als je iets doet voor een ander. Door deze waardering voel je je blij. Als je dit blijft doen maar daarbij voorbij gaat aan je eigen verlangens/behoefte, zal dit een negatieve uitwerking hebben op je energiesysteem. Je wordt uit balans gebracht als je iets doet voor een ander, maar daar GEEN waardering voor krijgt. Je zult steeds meer doen om die waardering van een ander WEL te krijgen. Uiteindelijk kan dit een bijv. burn out veroorzaken.

Door te werken aan de balans in je energiesysteem kun je jezelf bevrijden van deze angsten, patronen, gewoontes.

