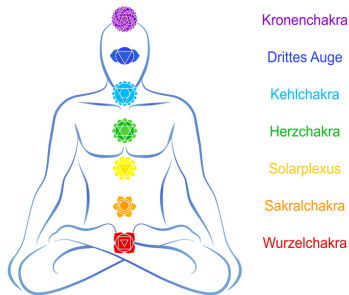




## 2. Chakra



Im zweiten Energiezentrum des Menschen ist „der Sicherungskasten“ zum Thema **Beziehungen und Kreativität**, das Sakralchakra. Es befindet sich zwischen Schambeinknochen und Bauchnabel. Die Sexualorgane, die Blase, der Dickdarm, der Blinddarm, der untere Wirbelsäulenbereich und das Becken werden von diesem Chakra mit Energie versorgt. Körperliche Fehlfunktionen, die aus einem Energiemanko auf dieser Ebene entspringen können, sind chronische Kreuzschmerzen, gynäkologische

und sexuelle Probleme, Blasenerkrankungen, Ischiassyndrom und Hüftarthrose.

Dieses Energiezentrum „erwacht“ im Alter zwischen sieben und 14 Jahren zur vollen Kraft. Das Kind löst sich vom Elternhaus und geht neue Freundschaften und Beziehungen ausserhalb der Familie ein. Deshalb sind in diesen Jahren alle Erlebnisse dem Thema **Beziehung und Partnerschaft** gewidmet. Das Kind entfernt sich vom „Stammesgehorsam“ der Familienautorität und entdeckt sich selber und die Welt. Es entwickelt eine eigene Moral und persönliches Verantwortungsbewusstsein. Durch diese ersten Interaktionen eröffnet sich der Prozess der Individuation, wir formen Beziehungen und erforschen unsere Entscheidungsfreiheit. Carolyn Myss<sup>1</sup>, Mediale Medizinerin, beschreibt es so: *„Dieses Chakra bringt unser Bedürfnis nach Beziehungen zu anderen Menschen zum Klingen sowie unser Bedürfnis, die Dynamik unserer physischen Umgebung in gewisser Masse zu kontrollieren. Alle Bindungen, mit denen wir die Kontrolle über unser äusseres Leben aufrechterhalten (wie Autorität, andere Menschen oder Geld) sind durch dieses Chakra mit unserem Energiefeld verbunden. Die Krankheiten, die aus diesem Zentrum stammen, werden von der Furcht aktiviert, die Kontrolle zu verlieren.“*

Folgende Fragen beziehen sich auf das 2. Chakra:

- Wie ist meine Beziehung zu mir selber? Liebevoll, manchmal vernachlässigend oder kontrollierend, um meinem Wunschbild von mir näher zu kommen?
- Finde ich mich kreativ und verfolge ich meine Ideen bis zur Realisation?
- Sehe ich mich als sexuelles Wesen? Fühle ich mich wohl in meiner Sexualität?
- Halte ich mein Wort? Ist mir ein bestimmter Ehrenkodex wichtig?
- Bin ich ein kontrollierender Mensch? Wie erlebe ich Machtspiele in Beziehungen?
- Übt Geld Autorität über mich aus? Gehe ich für finanzielle Sicherheit Kompromisse ein, die mein Selbst verletzen? Lasse ich mich für Geld prostituieren?
- Welche Ziele will ich unbedingt für mich selber erreichen? Was steht einer aktiven Verfolgung dieser Ziele im Weg?

„**Ehret einander**“ ist das spirituelle Thema im 2. Chakra. Durch die Freundschaften, die wir schliessen und wieder lösen, erleben wir Differenzierung und Akzeptanz – für sich und den Nächsten. In der Auseinandersetzung mit dem „Du“ kommt es zur Bewusstwerdung vom „Ich“.

<sup>1</sup> Chakren: Die sieben Zentren von Kraft und Heilung, Knaur