

# Die Chakren – Energiezentren im Körper

## Spüren Sie Ihre Lebensenergie

Die Chakren – Lehre kommt aus dem Indischen und ist tausende Jahre alt. Der Begriff „Chakra“ steht für Rad und kann übersetzt werden mit „Energiezentrum“ oder „Energiewirbel.“ Diese „Kraftzentren“ sind, wie eine Perlenschnur, entlang der Wirbelsäule angeordnet. Dadurch gelingt es uns Energie in unserem Körper aufzunehmen.

MAG.<sup>A</sup> SABINE GERINGER

### Energieübertragung

Montag Morgen, die Straßen sind verstopft, Sie sind verärgert und der Verkehrsstau schlägt sich auf Ihr Gemüt. Eine

terminüberladene Arbeitswoche liegt noch vor Ihnen, und Sie merken, wie Ihre Kraftreserven schwinden. Plötzlich lächelt Sie eine fremde Person an und augenblicklich verspüren Sie Freude.

Ein anderes Beispiel: Sie sind bestens gelaunt, betreten ein volles Café, die Kellnerin ist gestresst und ein Kunde gibt sich ungehalten. Ihre Zellen haben soeben negative Energie erhalten, und vorbei ist es mit Ihrer Heiterkeit.

### Energetische Verbindung

Chakren, oft auch feinstoffliche „Sinnesorgane“ genannt, sind organisch nicht vorhanden und dennoch existieren sie. Durch sie kann Lebensenergie aufgenommen werden und Energieaustausch in den Zellen und Organen stattfinden. Es gibt

verschiedene Ansichten über die Anzahl der Chakren, doch die meisten Lehren beziehen sich auf die 7 Hauptchakren.

### Energetische Blockaden

Jedes der sieben Hauptchakren kann einem bestimmten Lebensbereich (siehe Bild und Beschreibungen) zugeordnet werden. Damit Sie Vitalität und Wohlbefinden in Ihrem Körper spüren, müssen alle Chakren, wie das Getriebe in einem Uhrwerk, aufeinander abgestimmt sein. Die Aufgabe jedes Chakras liegt darin, bestimmte Abschnitte des Körpers mit Energie zu versorgen. Tritt jedoch in einem Chakra eine Störung auf, kann dies zu Blockaden in unserem Energiehaushalt führen. Ein ausgeglichener Energiefluss im Körper ist die Voraussetzung für Gesundheit.

### Die PranaVita®-Methode

PranaVita® ist eine moderne, den Bedürfnissen der heutigen Zeit angepasste Energieheilmethode, die altes Wissen aus indischen und chinesischen Traditionen mit den neuesten Erkenntnissen der heutigen Wissenschaft vereint.

### Aktivierung des Energieflusses durch PranaVita®

Die PranaVita®-Methode besteht im Wesentlichen aus dem Wahrnehmen von Energiezentren (Chakren) unseres Körpers, um so energetische Blockaden und Energiestaus aufzuspüren und diese wieder zu regenerieren. Geraten diese Energiefelder des Körpers durch Stress, negative Emotionen, Krankheiten und Operationen, Umweltgifte, falsche Ernährung oder andere Faktoren aus dem Gleichgewicht, fühlt man sich antriebslos, erschöpft und ausgebrannt. Durch die Harmonisierung des Energiesystems fließt wieder ungehindert Lebensenergie durch den Körper und aktiviert gleichzeitig die Selbstheilungskräfte und das Immunsystem.

### Entstörung von Operationsnarben – SCL® Methode

Narbenentstörung nach der SCL®-Methode (Scar-Cleaning): Operationsnarben stellen ebenfalls ein sehr hohes Potential an Energieblockaden dar. Durch den Operationseingriff werden Meridiane durchtrennt, die die Energiebahnen unseres Körpers darstellen. Weiters kommt es immer wieder zu starken Verklebungen des Gewebes, Taubheitsgefühlen und zur sogenannten „Wetterfühligkeit.“ Mit der speziell entwickelten manuellen und energetischen SCL®Methode werden Meridianstörungen behoben. Dies führt besonders zum gesteigerten Wohlbefinden. Gleichzeitig erweist es

## Die 7 Chakren im Detail

### 7. KRONEN-CHAKRA

Liegt einige cm über dem Scheitelpunkt des Kopfes. Es steht für die Verbindung nach „oben“, höheres Bewusstsein. Farbe: violett.

### 6. AJNA-CHAKRA

Liegt zwischen den Augenbrauen – „Drittes Auge.“ Hier sitzen Geist, rationales Denken und Intuition. Farbe: indigoblau.

### 5. HALS-CHAKRA

Liegt in der Höhe des Kehlkopfes. Es steht für Kommunikation, Wahrheit und dem Vertrauen der inneren Stimme. Farbe: hellblau.

### 4. HERZ-CHAKRA

Liegt im Herzbereich. Es steht für

bedingungslose Liebe, Güte, Freude und Harmonie. Farbe: grün

### 3. SOLARPLEXUS-CHAKRA

Liegt in der Höhe des Magens. Es steht für Tatendrang und dem Willen zur körperlichen Gesundheit. Farbe: gelb.

### 2. NABEL-CHAKRA

Liegt im Bereich des Bauchnabels. Es steht für Kreativität, Sexualität und Erotik und Dinge „gehen zu lassen.“ Farbe: orange.

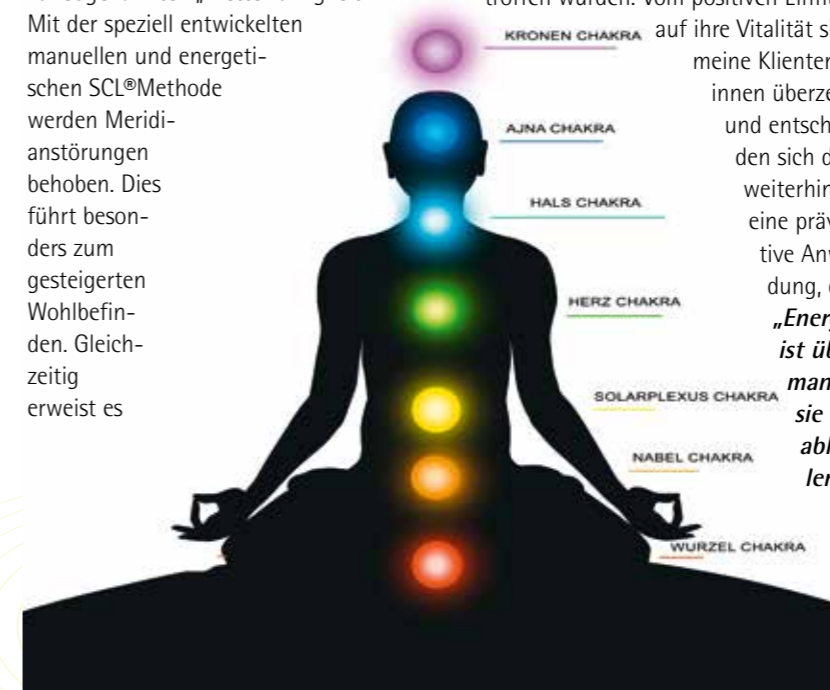
### 1. WURZEL-CHAKRA

Befindet sich auf Höhe des Steißbeins. Es steht für „geerdet sein“, wie Urvertrauen, Lebenskraft und sich sicher und geborgen fühlen. Farbe: rot.

sich auch als sinnvoll, ältere Narben entstören zu lassen.

### Praxis – Erfolge

Meine energetischen Behandlungen führen bereits nach kürzester Zeit zu merklichen Erfolgen. Während der Therapie kann ein leichtes Ziehen oder Kribbeln wahrgenommen werden, vor allem dann, wenn massive Blockaden gelöst werden. Die Klienten/innen fühlen sich nach der Behandlung befreit, leicht und losgelöst. Sie berichten, dass ihre Erwartungen an das anhaltende Wohlbefinden sogar übertroffen wurden. Vom positiven Einfluss auf ihre Vitalität sind meine Klienten/innen überzeugt und entscheiden sich daher weiterhin für eine präventive Anwendung, denn: **„Energie ist überall, man muss sie nur abholen!“** //



MAG. SABINE GERINGER

### Zum Autor:

Mag.<sup>a</sup> Sabine Geringer ist Pädagogin, AHS-Lehrerin, Berufsorientierungskoordinatorin, Expertin im Energiemanagement, Humanenergetikerin, Dipl. PranaVita®-Therapeutin mit Schwerpunkt Narbenentstörung, Vitalcoach und Reikianwenderin

### KONTAKT



**Kraft Punkt**  
ENERGIE & GESUNDHEIT

Mag. Sabine Geringer  
10.-Oktober-Straße 4 // 3. Stock  
Zugang Obere Apotheke  
9500 Villach  
Tel.: 0650 7887123  
E-Mail: office@kraft-punkt.at  
www.kraft-punkt.at