### **Aura & Chakra healing**

Healing: Met de aura/ chakra healing wordt je aura schoongemaakt en gevitaliseerd. Ook worden je chakra’s uitgebalanceerd en energetische blokkades worden weggehaald.  Je zal je hierdoor beter in balans gaan voelen, meer bij jezelf kunnen blijven en beter in je kracht kunnen staan. Je energieniveau gaat weer omhoog en je hoofd en lijf komen tot rust. Ook wordt het zelf genezend vermogen van het lichaam geactiveerd, waardoor je beter in staat bent je aura en chakra’s in balans te houden.

Tijdens de healing stel ik mij bij ieder chakra open voor  informatie waar jij zit in jouw proces en wat jij nodig hebt om weer een stap verder te kunnen op jouw levenspad. Op deze manier word je bewust van jou ontwikkeling en waar je aan mag werken.

### **Chakra analyse en healing:**

​Bij een chakra analyse worden alle chakra’s en het gehele energieveld van het lichaam nagekeken en behandeld. Chakra’s zijn energiecentra, knooppunten in het menselijk energieveld. Bij een gezond lichaam behoren ze goed te functioneren. Spanningen en andere externe factoren kunnen ertoe leiden dat ze verplaatsen, zich sluiten of juist teveel open staan, van kleur veranderen of beschadigen. Wanneer de chakra’s langere tijd uit balans zijn, kunnen  er ook  lichamelijke klachten ontstaan. Bij deze behandeling worden alle chakra’s weer hersteld en in balans gebracht waardoor de levensenergie weer goed gaat stromen en klachten afnemen.

​

#### **De aura**

De aura is het uitstralingsveld van de mens, een natuurlijk energieveld dat zich in meerdere lagen om je heen bevindt. De aura bestaat uit zeven lagen, die ieder hun herkomst hebben in het menselijk lichaam. Elke laag heeft zijn eigen functie.  De aura weergeeft onze lichamelijke, emotionele, geestelijke en spirituele toestand en is continu in beweging. Als je lekker in je vel zit heb je een groot uitgestrekt aura, waarin de energie soepel door de diverse lagen van buiten naar binnen stroomt en vice versa.

Als je mentale of fysieke conditie niet goed is, is mogelijk je aura vervuild geraakt. Er kunnen ook gaten in je aura zitten of hij kan gescheurd zijn, waardoor de energie letterlijk van je wegvloeit. Een verzwakte aura maakt je dus kwetsbaar voor invloeden van buitenaf. Vermoeidheid en een verminderde weerstand kunnen hier een gevolg van zijn.

#### De chakra’s

​In het binnenste van je lichaam en in het energieveld draaien 7 energiecentra rond (de hoofdchakra’s). Ze bewegen als draaikolken en hebben elk hun eigen unieke en belangrijke functie op de werking van het lichaam, de geest en onze emoties. Je kunt chakra’s zien als communicatiemiddel tussen energie en het fysieke lichaam. Ze kunnen energie opnemen of weg laten stromen.

Wanneer een chakra minder goed functioneert, verstoort dat in eerste instantie alleen het gebied waar de betreffende chakra mee in verbinding staat. Wanneer daar niets aan gedaan wordt, dan zal ook het chakra ernaast verstoord raken. Als de energiestroom van een chakra geblokkeerd of verstoord raakt, zal zich dit vroeg of laat gaan uiten. Dit kan door lichamelijke klachten als buikpijn, hoofdpijn, (lage-) rugpijn of maagpijn. Maar ook onze gevoelens kunnen erdoor veranderd worden. Zo kan het je verhinderen om een gevoel van rust en harmonie te ervaren in je leven.

##### **Chakra uitleg**

##### 1e chakra (wortelchakra):

Staat voor: veiligheid, overleven, vertrouwen, aarden, vitaliteit

Emotie: angst

Actie: ik ben, ik heb

Het wortelchakra bevindt zich onderaan je ruggengraat, bij je stuitje. Als het wortelchakra in balans is voel je je gegrond, veilig en stabiel. Je bent aanwezig in het hier en nu. Is het wortelchakra uit balans dan zul je je niet verbonden voelen met jezelf en andere om je heen. Je maakt je dan vaak druk over van alles. Wanneer het wortelchakra uit balans is kun je ook lichamelijke klachten hebben, zoals eetstoornissen, vermoeidheid, hoofdpijn, koude handen/ voeten, spijsverteringsklachten of een slecht immuunsysteem.

##### 2e chakra (navelchakra):

Staat voor: seksualiteit, gevoelens, emoties, levensvreugde

Emotie: schuldgevoel

Actie: ik voel

Net onder de navel bevind zich de navelchakra. Als dit chakra in balans is ben/ voel je je creatief, toegewijd en voel je je seksueel goed en energiek. Is dit chakra niet in balans, dan ben je emotioneel en/of seksueel onderdrukt, niet creatief en houdt je emoties vast.
Fysieke klachten die zich kunnen uiten zijn lage rug pijn, niet goed werkende nieren, artritis, astma, overmatig zweten, verslaving, menstruatie problemen of prostaat problemen.

##### 3e chakra (zonnevlecht):

Staat voor: ego, macht, controle, wilskracht, identiteit, moed

Emotie: schaamte

Actie: ik kan, ik wil

Tussen de ribbenkast en boven de navel bevind zich de zonnevlecht (Plexus Solaris). Bij een goed gebalanceerd chakra heb je liefde voor jezelf, ben je assertief, zeker van jezelf en kun je richting geven aan je wil. Vanuit dit chakra begint een mens te stralen (vandaar de naam zonnevlecht). Is het chakra niet in balans dan ben je angstig, bevooroordeeld, onzeker en materialistisch ingesteld. Fysieke klachten kunnen zijn: chronische vermoeidheid, gewichtsproblemen, huidaandoeningen en diabetes.

##### 4e chakra (hartchakra):

Staat voor: onvoorwaardelijke liefde, compassie, eigenliefde

Emotie: angst

Actie: ik bemin en word bemind

In het midden van de borst, ligt het hartchakra. Wanneer dit chakra in balans is, voel je liefde, heb je inlevingsvermogen en kun je makkelijk vergeven. Als dit chakra uit balans is, kun je gevoelens ervaren van boosheid, haat, angst en jaloezie, ben je voorwaardelijk in liefde en heb je een sterk ontwikkeld egoïsme. Fysieke klachten van een hartchakra die uit balans is zijn: astma, hartkwalen, longkwalen, hoge bloeddruk, artritis, allergieën en stijve spieren bovenin de rug.

##### 5e chakra (keelchakra):

Staat voor: werkelijke zelfexpressie, communicatie

Emotie: leugens

Actie: ik spreek en word gehoord

In het midden van de keel ligt het keelchakra. Een goed gebalanceerd keelchakra zorgt ervoor dat je communicatief vaardig bent en je dus goed weet te uiten. Ware zelfexpressie, niet alleen van mens tot mens maar ook van binnen in het lichaam. Is het keelchakra uit balans dan heb je moeite om je te uiten, angst om te spreken, of je praat juist teveel en kan niet luisteren. Fysieke klachten kunnen zijn: Problemen met je schildklier, nek problemen (stijve nek e.d.) of oor of tand problemen, stotteren, keelklachten, hoofdpijn.

##### 6e chakra (voorhoofdchakra, derde oog):

Staat voor: intuïtie, helder waarnemen, overzicht

Emotie: illusie

Actie: ik zie

Je voorhoofdchakra (derde oog chakra) bevindt zich ter hoogte van het voorhoofd, iets boven de ogen. Bij een goed gebalanceerd voorhoofdchakra ben je gefocust, helder, heb je een sterke intuïtie en goede inzichten. Heb je een voorhoofdchakra wat uit balans is, dan kun je emotioneel onstabiel zijn, doelloos leven, niet gefocust zijn. Fysieke klachten kunnen zijn: hormoon systeem wat uit balans is, hoofdpijnen, depressie, duizeligheid, migraine, vermoeidheid, verslavingen, gehoorproblemen en nachtmerries.

##### 7e chakra (kruinchakra):

Staat voor: kosmisch bewustzijn, wijsheid

Emotie: verwarring

Actie: ik weet, ik geloof

Het kruinchakra ligt bovenop en in het midden van je hoofd. Heb je een gebalanceerd kruinchakra dan voel je je in het nu, je ontvangt energie vanuit de bron en je voelt je verbonden. Als het kruinchakra niet in balans is kun je je depressief voelen, geen geloof hebben, spiritueel afgesloten of juist verslaafd zijn,  Fysieke klachten van een kruinchakra dat niet in balans is kunnen zijn: depressief, fibromyalgie en niet gevoelig voor invloeden van de hogere sferen, verstoord lymfesysteem, overgewicht, verslavingen en angststoornissen.