

# De Chakra's: Betekenis van de Chakra's met bijbehorende kleuren

Chakra's zijn de energiecentra van het lichaam waardoor de levenskracht stroomt. De chakra kleuren zijn achtereenvolgens rood, oranje, geel, groen, lichtblauw, indigo en violet. De chakra's liggen in het energieveld, de aura. Dit verwijst naar de energie in en rondom alle levende vormen. Het woord chakra komt uit het oude Sanskriet en betekent letterlijk 'wiel van licht'. Elke chakra correspondeert met veel verschillende kwaliteiten en substanties. Zo resonanceert elke chakra met een kleur en een klank en er is verwantschap te zien met specifieke kristallen, edelstenen en zelfs planten en geuren.

Deze energiecentra bevatten verschillende niveaus van bewustzijn, activiteit en energetische lading. De lagere chakra's vallen in de categorie magnetische energie, terwijl de bovenste van nature elektrisch zijn. De drie laagste energiecentra, die zich onder het middenrif bevinden, staan bekend als de vrouwelijke chakra's omdat ze voornamelijk ontvangen. Ze nemen energie op uit de aarde en de directe omgeving en verbinden ons met Moeder Aarde

en de gebeurtenissen en eigenschappen die ons koppelen aan familie, clan, stam en gemeenschap. De vier bovenste energiecentra staan bekend als de mannelijke chakra's. Ze zijn primair bezig met het afgeven van energie in de vorm van liefde, communicatie, gezonde houdingen en innerlijke reflectie. Ze verbinden ons met de bron en worden actief zodra we spiritueel worden en tot liefde in staat zijn.

## De chakra's als sleutel tot gezondheid

De zeven chakra's vormen samen de sleutel tot lichamelijke gezondheid, emotionele stabiliteit en geestelijke helderheid. Ze zijn de verbindingsstukken tussen het materiële lichaam, het astrale lichaam en het gebied van oorzaak en gevolg. Je kunt ze voorstellen als draaiende wielen van energie en ze fungeren als geleiders: ze halen vitale energie uit de aarde, laten die door de lichamelijke laag circuleren en laten haar vrij als hoger bewustzijn. Met andere woorden: vitaliteit wordt omgezet in bewustzijn, spiritualiteit en een dieper begrip van het universum.

Kosmische energie beweegt zich van het Kroonchakra naar beneden en manifesteert zich als rechtvaardige actie, creativiteit en gezondheid. Hoe meer vrijheid, liefde en schoonheid, hoe breder ons energieveld wordt. Naarmate we ons verder ontwikkelen, worden we gezonder, waarbij we meer energie krijgen voor genezing, creativiteit en vreugde.



# CHAKRAS



## De zeven chakra kleuren

De chakra kleuren zijn als volgt:

- 1e chakra kleur: rood
- 2e chakra kleur: oranje
- 3e chakra kleur: geel
- 4e chakra kleur: groen
- 5e chakra kleur: lichtblauw
- 6e chakra kleur: donkerblauw
- 7e chakra kleur: violet

Het proces van opener komen te staan voor grotere energievelden voltrekt zich als we volledig in het heden staan. Onze chakra's zijn daarbij erg belangrijk, want hun toestand is essentieel voor onze gedachten, gevoelens en ook voor alle ballast uit ons verleden. Ze vormen de ladder der liefde die ons van het laagste en meest basale aspect van het leven, onze overlevingsdrang, naar de hoogste sferen van bewustzijn, genezing en geluk brengen.

## Chakra's als magazijn van gevoelens en gedachten

Onze chakra's zijn het magazijn van gedachten en gevoelens over het leven en onze houdingen ten opzichte daarvan. Als we strenge ideeën over het leven hebben en ons bestaan beperken, zal ons energieveld ook klein en beperkt zijn. Zonder de nodige vitale energie raken we lichamelijk en psychologisch uit evenwicht. De chakra's streven ernaar mensen de kracht te geven om de beste keuzes te maken op het gebied van gezondheid, verbondenheid en liefde. Ze leren ons ook dat we meer zijn dan het omhulsel van ons lichaam: we zijn een compleet energiesysteem dat alle niveaus van het zijn verenigt in een energetische totaliteit.

Wat we denken en voelen beïnvloedt elke cel in ons lichaam. Het vernauwt ons energieveld of breidt het uit en stimuleert onze vitaliteit en de hoeveelheid veerkracht die we tot onze beschikking hebben. Als we ons leven onder controle willen hebben, is kennis van de werking van dit systeem essentieel. Het geeft ons de leiding over onze energie en helpt ons onze gedachten en emoties te ervaren.

## Levenskracht

Onze chakra kleuren vormen dus een goed georganiseerd systeem dat de levenskracht zuinig, soepel en op koers houdt. Als er iets gebeurt waardoor de levensenergiestroom vertraagd wordt, verminderen de chakra's hun activiteit en vertraagt of stagneert de energie zelfs. Als deze situatie tijdelijk is, herneemt de energie zijn natuurlijke stroom. Als de situatie langer duurt, moeten de chakra kleuren gestimuleerd worden om weer actief te worden. Dit kun je bijvoorbeeld doen met behulp van chakra-meditaties, visualisatie oefeningen, reiki behandelingen, chakra massage, voetreflexzone-massage, voedingstherapie, bekrachtigingen / affirmaties, acupunctuur, kleurenhealing of healing van de chakra's met edelstenen.

Onze chakra's maken deel uit van ons hele wezen. Onze gezondheid en ons welzijn zijn dus afhankelijk van actieve chakra's. In de cursus chakra energie massage van Anand Opleidingen gaan we uitgebreid in op het behandelen van de chakra's.



Anand Opleidingen

Noordervaldeurstraat 13 | 1508 EL Zaandam | T. 06-16982902  
T. 0757 112 133 | info@anand.nl | www.anand.nl