

## Wurzelchakra

Die zentralen Themen des Wurzelchakras sind: Urvertrauen, materielle Sicherheit, Stabilität, das Gefühl von Zugehörigkeit, Erdung, angekommen sein und in sich ruhen können. Damit einher gehen Durchhaltevermögen und Durchsetzungskraft. Ein gesundes Wurzelchakra ist für die Entfaltung der Lebensenergie zuständig. Lebenswille, Lebenskraft, die Selbsterhaltung, Ausdauer und Rhythmus sind die Ausdrucksformen von diesem Chakra.

Ist Geld eine Energie, die für Sie immer zur Verfügung steht?

Ist das Zuhause der Ort der Geborgenheit und Sicherheit?

Ist der Beruf der Ausdruck der Berufung, eine Tätigkeit, die nährt und glücklich macht?

Haben Sie Vertrauen zum Leben? Wissen Sie, dass das Leben Sie trägt?

Wenn Sie eine oder mehrere Fragen mit "Nein" beantwortet haben, ist das Wurzelchakra blockiert.

Körperliche Hinweise auf ein gestörtes Wurzelchakra sind: zB Darmerkrankungen, Verstopfung, Ischiasprobleme, Kreuzschmerzen und Blutdruckschwankungen. Seelisch zeigt sich ein gestörtes Wurzelchakra in Ängsten, Depressionen, Kraftlosigkeit und Mangel an Vertrauen.