



Stimmanalyse®

das Sonnengeflecht

Der Nabel entspricht unserem Ruhepol. In der Chakrenlehre wird dem Nabelchakra (Manipura) große Bedeutung beigemessen, es wird auch Solarplexus bzw. Sonnengeflecht genannt. Obwohl es Nabelchakra heißt, wird es dem Bereich etwas oberhalb des Nabels zugeordnet, es soll zwischen dem zwölften Brust- und dem ersten Lendenwirbel liegen. Physisch werden dem Nabelchakra die Verdauungsorgane, Bauchspeicheldrüse, Leber, Milz, Galle und das vegetative Nervensystem zugeordnet. Der Name Sonnengeflecht kommt daher, weil sich am Nabelchakra viele Nervenbahnen treffen, die wie ein Geflecht wirken. Außerdem wird das Nabelchakra als Gefühlszentrum und Sitz der Persönlichkeit bezeichnet, von dort sollen unser Selbstvertrauen und unsere Zufriedenheit herkommen. Auch die allgemeine Vitalität steht im engen Zusammenhang mit den Nadis. Viele asiatische Kampfsportarten weisen darauf hin, dass die Kraft vom Bauch (Nabel) kommt. Umgekehrt kennt man das flaue Gefühl in der Magen- und Bauchgegend (Nabel), wenn man einen Schwächeanfall hat. Starke Emotionen lösen ebenfalls Reaktionen in diesem Bereich aus, egal ob positiv oder negativ, denken Sie an: Schmetterlinge im Bauch, Wut im Bauch, ein flaues Gefühl im Magen, Bauchentscheidung, Magenkrämpfe, Angst im Bauch, Sodbrennen, Verdauungsstörungen, Gastritis, Magengeschwür usw.

NadaBrahma betrachtet den physischen Nabel als Zentrum und Ruhepol. Nach alter Überlieferung gehen vom Nabel aus 72.000 Energiebahnen (Nadis) in jeden Bereich des Körpers. Wenn man sich den runden Nabel als Zentrum und die daraus hervorströmenden Energiebahnen strahlenförmig vorstellt, liegt der Begriff Sonnengeflecht sehr nahe. Die Energiebahnen regulieren den Energiehaushalt im ganzen Körper. Ist ein Mensch in seiner Mitte, so stellt sich ein ruhiges und harmonisches Gefühl am Nabel ein und der Körper wird über die Nadis mit harmonischer Schwingungsenergie versorgt, die in jede Zelle vordringt.

Wird ein Mensch aus seiner Mitte gerissen, so stellen sich Unruhe und Disharmonie am Nabel ein. Die Nadis tragen diese disharmonische Schwingungsenergie in den ganzen Körper und in jede Zelle weiter. Die Folgen davon kennen wir als Energiemangel, Stress, schlechte Laune,