



## 2e chakra – Heiligbeen

De tweede chakra wordt in verband gebracht met emoties en seksualiteit en bevindt zich in de onderbuik. Dit chakra is verbonden met het heilige been. De energie is op voortplanting, seksualiteit, lichamelijk genot en aantrekkingskracht bij relaties gericht. De energie is ook gericht op het kindse en speelse. Het is ook een van de plekken waar men schuldgevoelens en vernederingen wegstopt. Dit is de voornaamste plaats voor de schaduwkant van het Ik.

<b>Andere benamingen:</b>	2e chakra of seksuele centrum
<b>Plaats in het lichaam:</b>	Gebied van het heiligbeen
<b>Klieren:</b>	Geslachtsklieren, eierstokken en testikels
<b>Kleur:</b>	Oranje
<b>Element:</b>	Water
<b>Symbool:</b>	Maansikkel
<b>Zintuig:</b>	Smaak
<b>Samenhang met natuur:</b>	Maanlicht en stromend water
<b>Centrale thema</b>	Seksualiteit, voortplanting, creativiteit en zelfbewustzijn
<b>Lichaam:</b>	Geslachtsklier en geslachtsorganen, heiligbeen, bekkengebied, baarmoeder, nieren, blaas, bloedsomloop en waterhuishouding
<b>Positieve werking:</b>	Lichaamsbewustzijn, vitaliteit, creativiteit, genezende energie, vruchtbaarheid, hartstocht, levensvreugde en vrouwelijke energie
<b>Negatieve werking:</b>	Wellust, alleen op zijn driften afgaan, agressie, dwangmatigheid, vernietigingsdrang, schuldgevoelens, angst om te verliezen en jaloezie
<b>Lichamelijke tekenen van slecht functioneren:</b>	Menstruatieklachten, prostaatklachten, impotentie, frigiditeit, problemen met blaas en/of nieren, ontstekingen aan de urinewegen, bloed- en lymfeziekten
<b>Geestelijke tekenen van slecht functioneren:</b>	Creatieve impasse, krachteloosheid, geen zin in seks, depressieve stemmingen en verslavingsgedrag
<b>Identiteit</b>	Emotionele identiteit, gericht op zelfvoldoening
<b>Affirmatie</b>	Ik ben het waard om te voelen en plezier te hebben en genot te beleven