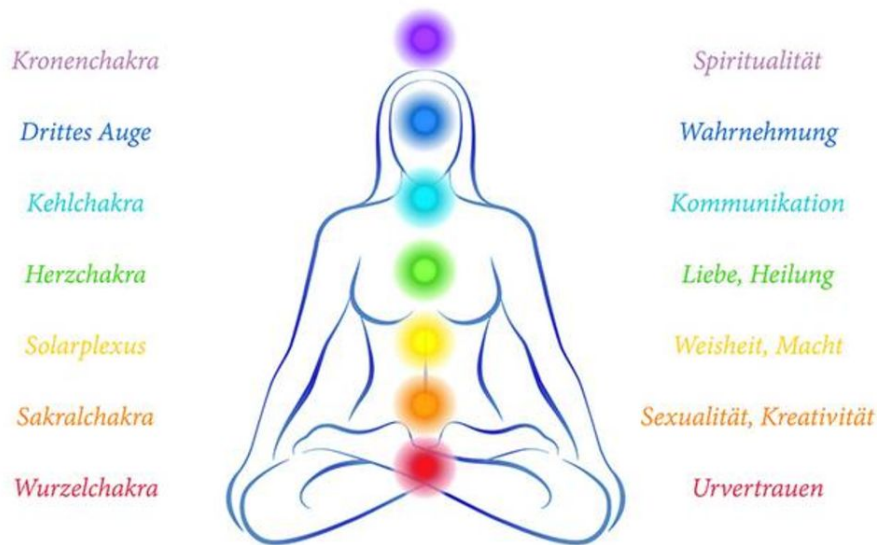


# Die 7 Hauptchakren



## 1. WURZELCHAKRA / BASISCHAKRA (MULADHARA CHAKRA)

Ort: am unteren Ende der Wirbelsäule, dem Beckenboden

Farbe: Rot

Vitalität, Lebenskraft, Überleben, Sicherheit, Körperlichkeit, im Leben stehen und Erdung, Instinkte, Beziehung zur materiellen Ebene des Lebens (Geld, Macht, Karriere etc.), Stabilität und innere Stärke, Bodenhaftung, Aktivität - Passivität, Selbstvertrauen

Als unterstes Chakra ist das Wurzelchakra die Quelle der Lebensenergie, das uns erdet und uns Stabilität verleiht.

## 2. SAKRALCHAKRA / NABELCHAKRA (SVADISTHANA CHAKRA)

Ort: etwa drei Fingerbreit unter dem Bauchnabel

Farbe: Orange

Körperbewusstsein, Erfahren der Welt, Lebendigkeit, Verlangen/Begehren, Lebensfreude, Emotionen, Sinnlichkeit, Lust, Sexualität, Kreativität und schöpferische Kraft, Selbstsicherheit

Das Sakralchakra erlaubt uns, unsere Kreativität und Lebenslust auszuleben. Außerdem gilt es als Zentrum der weiblichen Energie.

## 3. SOLARPLEXUS-CHAKRA (MANIPURA CHAKRA)

Ort: oberhalb des Bauchnabels, auf dem sogenannten "Sonnengeflecht"

Farbe: Gelb

Durchsetzungs- und Willenskraft, Selbstwert

Macht, Kraft und Freiheit, Beurteilung und Abgrenzung.

Gedankenformen, Sitz unserer Persönlichkeit, Identitäten, persönliche Macht, Bauchgefühl/ unterbewusste Intuition, Verantwortung, Grenzsetzung, Tatkraft, Ausgeglichenheit

Stress und innere Anspannung machen sich am ehesten hier bemerkbar.

#### **4. HERZCHAKRA (ANAHATA CHAKRA)**

Ort: auf Höhe des Herzens in der Brust

Farbe: Grün

Liebe, Vertrauen, Hingabe, Schmerz, Trauer, Vergebung und Karma, Heilung, Beziehung, Mitgefühl, Sensitivität, Herzensfreude, Feingefühl, Selbstliebe

Unser Herzchakra gibt uns unsere sanften Wesenszüge – es verleiht uns die Fähigkeit, zu lieben, Geborgenheit zu schenken und anzunehmen und anderen gegenüber mitfühlend zu sein. Ist es nicht im Gleichgewicht, kann das zu Einsamkeitsgefühlen, Traurigkeit oder gar einer depressiven Verstimmung führen.

#### **5. HALSCHAKRA (VISHUDDA CHAKRA)**

Ort: Halsbereich

Farbe: Hellblau bis Türkis

Selbst-Ausdruck, Wahrheit, Kommunikation, Integrität, Authentizität, Musikverständnis, Aggression - Depression

Mit dem Halschakra nehmen wir Klänge und Worte wahr und verarbeiten jegliche Kommunikation. Störungen verstärken Hemmungen und Schüchternheit sowie Verärgerung.

#### **6. STIRNCHAKRA (AJNA CHAKRA)**

Ort: als "drittes Auge" zwischen den Augenbrauen

Farbe: Dunkelblau

Weisheit, Fantasie, Erkennen eigener Ziele,

Seele, Geist, Intuition, innere Führung, göttliche Inspiration, Präsenz, Klarheit, Medialität/Hellsicht, Vorstellungskraft, Selbsterkenntnis

Das Stirnchakra hilft uns dabei, unsere eigenen Wünsche und Ziele besser zu verstehen, was uns wiederum ermöglicht, achtsamer und bewusster mit uns selbst umzugehen. Ist es blockiert, kann sich das durch Überheblichkeit, übermäßigen Ehrgeiz und Eitelkeit bemerkbar machen.

#### **7. KRONENCHAKRA / SCHEITELCHAKRA/ LOTUSCHAKRA (SAHASRARA-CHAKRA)**

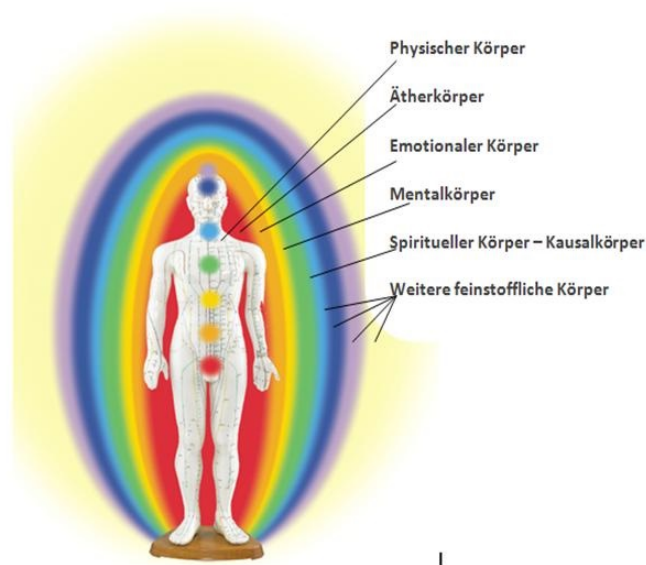
Ort: am höchsten Punkt des Hinterkopfes

Farbe: Violett

Glauben und Spiritualität, Verbindung des Menschlichen mit dem Göttlichen, Einheitsbewusstsein, Erleuchtung, göttliche Liebe, göttliche Führung

Die Spiritualität, die mit dem Kronenchakra verbunden wird, verleiht tiefen inneren Frieden und kann bei Störungen für Größenwahn sorgen.

# Die feinstofflichen Körper



## 1. ASTRALKÖRPER / ÄTHERKÖRPER

Der Astralkörper ragt etwa 2-5 cm über den physischen Körper hinaus und ist dessen energetisches Abbild.

Energien, die auf den Astralkörper einwirken, können direkte Reaktionen im Körper hervorrufen. Zum Beispiel sind Schmerzinformationen hier abgelegt.

## 2. EMOTIONALKÖRPER

Der Emotionalkörper beinhaltet die energetischen Informationen von Emotionen, sowohl aktuell empfundenen als auch alten, nicht verarbeiteten. Auch der emotionale Teil von Gewohnheiten ist hier abgelegt.

Energien, die auf diesen Körper einwirken, können unmittelbare emotionale Reaktionen hervorrufen.

## 3. MENTALKÖRPER

Im Mentalkörper finden sich Glaubenssätze, Beurteilungen, Ansichten, aber auch der mentale Aspekt von Gewohnheiten.

Energien, die auf diesen Körper einwirken, können die Beurteilung unseres Erlebens beeinflussen.

## 4. KAUSALKÖRPER

Im Kausalkörper sind alle Ursache- und Wirkungsinformationen unserer Erfahrungen enthalten. Auch Informationen zum Seelenplan finden sich hier.