

Die Chakren, unsere feinstofflichen Energiezentren

Unser physischer Körper wird von einem viel größeren "Körper" unserem Energiefeld oder **der Aura**, umschlossen. Auf der körperlich-feinstofflichen Ebene gibt es 7 größere „Energiewirbel“ die als die 7 Hauptchakren bezeichnet werden. Sie wirken wie Transformatoren, indem sie aus dem uns umgebenden Feld Energie und Informationen aufnehmen und damit den Körper bis in die Zellebene versorgen.

Über die Chakren nehmen wir also einerseits feinstoffliche Energien und Informationen in uns auf und senden aber auch eigene Energien und Absichten in die Welt. Man kann die Chakren als „Anatomie der Seele“ ansehen.

Aus der Sicht der Quantenphysik bestehen wir alle aus Energie, wir sind also sozusagen ein feines „Orchester“ aus verschiedenen Energiefrequenzen (Schwingungen). So hat z.B. jedes Organ seine eigene messbare Frequenz aber auch jede Emotion und jeder Gedanke.

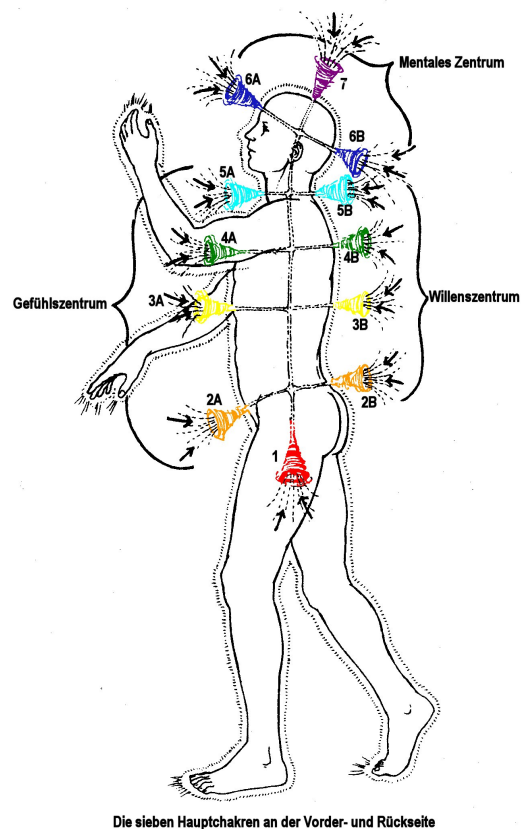
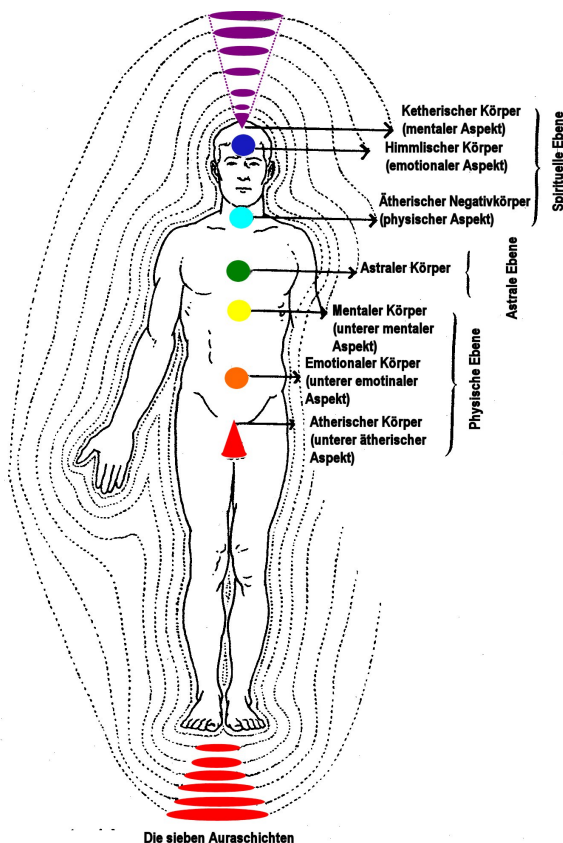
Mit den Frequenzen die wir – bewusst oder unbewusst - in uns tragen gehen wir in Resonanz mit unserer Umgebung und „schwingen sozusagen mit“.

Der Mensch ist also quantenverbunden mit allem: Gedanken, Gefühlen, anderen Menschen, allen Lebewesen sowie dem gesamten Universum.

Auch jedes Chakra hat eine eigene Frequenz und seinen bestimmten Aufgabenbereich, der körperliche Funktionen umfasst aber auch Einfluss auf Seele und Geist hat. Damit haben unsere Chakren eine energetische Beziehung zu bestimmten Lebensthematiken und damit verbundenen Emotionen und Glaubenssätzen.

Die Arbeit mit den Chakren ist eine Reise in unser Inneres, wir lernen uns selber besser kennen, entdecken verborgene Potenziale und steigern den Energiefluß im Körper.

Wenn die Chakren frei und in Harmonie miteinander schwingen, dann fließt die Energie ohne Blockaden entlang dem Hauptkanal an der Wirbelsäule durch den Körper und wir fühlen uns gesund und in jeder Beziehung „vom Leben genährt“ ☺



Ätherkörper * Astral- oder Emotionalkörper * Mentalkörper * Kausalkörper

Jeder dieser vier feinstofflichen Körper besitzt seine eigene Schwingungsfrequenz. Der Ätherkörper, der dem physischen Körper am nächsten ist, besitzt die niedrigste Frequenz. Die Astral- und Mentalkörper schwingen in jeweils höheren Frequenzen, und die höchste Schwingungsfrequenz finden wir im Kausalkörper repräsentiert. Diese Energiekörper durchdringen einander.

Der Ätherkörper

Dieser Energiekörper besitzt ungefähr die gleiche Gestalt und Ausdehnung wie unser physischer Körper. Deswegen wird er auch Ätherisches Doppel oder auch Innerer physischer Körper genannt. Er ist der Träger der Gestaltungskräfte für unseren physischen Körper, ebenso wie der vitalen und schöpferischen Lebenskraft und aller unserer physischen Empfindungen.

Der Ätherleib zieht die Lebensenergien über das Solar-Plexus-Chakra aus der Sonne sowie über das Basis-Chakra aus der Erde an. Wenn unser Körper mit Energie zufriedengestellt ist, wird die überschüssige Energie über die Chakren und über die Poren nach außen abgestrahlt und bildet unsere Aura, die wie eine Art Schutzmantel Krankheitskeime und Schadstoffe daran hindert, in uns einzudringen.

Durch negative Gedanken und Emotionen sowie durch ungesunde Lebensweise können Schwachstellen in der Aura entstehen. Bevor sich Krankheiten in unserem Körper manifestieren, zeichnen sie sich schon in der ätherischen Aura ab.

Der Astralkörper (Emotionalleib)

Dieser Energiekörper ist der Träger unserer Gefühle, Emotionen und Charaktereigenschaften. In etwa nimmt er den gleichen Raum ein wie unser physischer Körper. Er erscheint wie eine wolkenartige Substanz, die sich ungeordnet in alle Richtungen bewegt. Je höher wir in unserer Entwicklung fortgeschritten sind, desto heller und klarer erscheint unser Astralkörper. Als Aurasichtige können wir dann einen klargeschnittenen Umriß, der in der Form dem physischen Körper angepaßt erscheint, erkennen. Die Aura des Astralkörpers umstrahlt den Leib in einer ovalen Form und kann sich bis zu mehreren Metern um den Menschen herum ausdehnen.

Jede unserer Gemütsbewegungen wird über den Astralkörper in seine Aura hinaus ausgestrahlt. Hauptsächlich geschieht dies über die Chakren.

Im Astralkörper sind ebenso alle unsere ungelösten, bewußten und unbewußten Ängste und Agressionen, Trauer, mangelndes Selbstvertrauen usw. gespeichert.

Über die Aura des Astralkörpers schwingen wir unbewußte Botschaften an die Außenwelt aus. Hier verwirklicht sich das Resonanzprinzip.

Der Mentalkörper

Dieser Energiekörper trägt unsere Gedanken, Ideen und rationalen wie intuitiven Erkenntnisse. Seine Schwingung ist höher als die des Ätherkörpers und des Astralkörpers. Seine Struktur ist weniger dicht und eiförmig.

Wenn wir unseren rationalen Verstand einsetzen, werden von unserem physischen Körper und unseren Sinnen Informationen aufgenommen, über den Ätherleib auf den Astralleib übertragen, dort in Gefühle umgewandelt und dann an den Mentalleib weitergegeben, der seinerseits mit der Bildung von Gedanken darauf reagiert. Weil nun unser Astralkörper mit

seinen unerlösten emotionalen Strukturen darauf antwortet, werden dort die Informationen häufig verzerrt und unser Denken getrübt. So entstehen unsere Glaubenssätze. Daher kann der rationale Verstand so gut wie nie unparteiisch und objektiv sein. Den Zugang zur höheren Oktave unseres Mentalkörpers finden wir in einer Verbindung des Stirn-Chakras mit dem Kronen-Chakra.

Der Kausalkörper

Dieser Energiekörper wird auch Spiritueller Körper genannt und hat von allen Energieleibern die höchste Schwingungsfrequenz. Wenn wir auf spiritueller Ebene noch sehr unbewußt sind, hat er mit seiner Aura nur eine Ausdehnung von etwa einen Meter. Bei einem vollkommen erleuchteten Menschen kann dessen kausale Aura bis zu mehreren Kilometern weit strahlen (Meister-Aura).

Über diesen Energiekörper ist es möglich, die Quelle und das Ziel unseres Daseins zu erkennen und den eigentlichen Sinn unseres Lebens zu verstehen. Öffnen wir uns für seine Schwingungen, gewinnt unser Leben gewinnt eine völlig neue Qualität. In all unseren Handlungen werden wir von unserem Höheren Selbst getragen werden, und durch unser Leben können wir die Kraft und die allumfassende Liebe ausdrücken, also im wahrsten Sinne des Wortes „**unser Licht strahlen lassen**“!

1) Wurzelchakra

Das Wurzelchakra ist die **Basisanlage** und bestimmt, wieviel Energie die anderen Chakren bekommen!

Je höher die Entwicklung des Menschen, also je weniger Blockaden da sind, desto stärker fließt diese Energie nach oben. Farbe: Rot

Lage: Zwischen Anus und Genitalien, mit dem Steißbein verbunden, öffnet sich nach unten.
Bezug: Physische Mutter

Thema/ Lernaufgabe: **Urvertrauen**, Ursprüngliche Lebensenergie, Lebenswille, Beziehung zur Erde und zur materiellen Welt, Sicherheit, Geld, Heim, Beruf, Körper ⇒ *körperlicher Wille zum Sein*.

Resonanzalter: Fötus, Baby

→ Bei unbewußten Spannungen in diesem Chakra kommt es zu Existenzängsten, Angst vor äußeren Gefahren.

Harmonisch geöffnet: Liebe zu Bewegung und Rhythmus, genießen des Irdischen und Körperlichen.

Unverhältnismäßig stark geöffnet: Materialismus, zu großer Einsatz von Kraft, Grobheit, Tendenz sich abzusichern und abzugrenzen.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Mangel an Lebenskraft, Mangel an Realismus Abgehoben sein, „nicht ganz da“. Wenig Lebensenergie. Schwaches Wurzelchakra führt zu Blutarmut.

Körperliche Zuordnungen: Alles Feste, Wirbelsäule, Knochen, Zähne, Nase, Nasennebenhöhlen, Nägel, beide Beine, Anus, Rektum, Dickdarm, Mastdarm, Enddarm, Harnröhre, Blase, Prostata, äußere Geschlechtsorgane, Lymphe, Milz, Blut, Zellaufbau.

Drüsen: Nebennieren Hormone: Adrenalin, Noradrenalin

Sinnesfunktion: Riechen

2) Sakralchakra

Zentrum der emotionalen und sexuellen Energie.

Hier liegen all die Dinge, **zu denen wir keinen Zugang mehr haben**: Tiefste Ängste, tiefste Verletzungen

Lage: 2-4 Fingerbreit unter dem Nabel. Hinten am oberen Teil des Kreuzbeins, vorne etwa an der Schamhaargrenze, öffnet sich nach vorne und hinten.

Das einzige Chakra, das wirklich *ganz persönlich angeordnet ist*. Es kann individuell mehr an der Oberfläche, mehr innen, höher oder tiefer unter dem Bauchnabel liegen. Farbe: Orange

Bezug: Emotionen, Gefühle, Empfindungen

Thema/ Lernaufgabe: Ursprüngliche Gefühle, mit dem Leben fließen, Sinnlichkeit, Erotik, Kreativität, physische Schöpfung, genießen und unterscheiden, Staunen und Begeisterung.

→ Unbewußte Spannungen führen zu Angst vor Nähe und Hingabe, Sexualität, Sinnlichkeit.
Resonanzalter: Kleinkind (2-8 Jahre)

Harmonisch geöffnet: Sich selbst als Frau oder Mann genießen, sich frei auf den anderen zubewegen.

Unverhältnismäßig stark geöffnet: Sexualität als isolierte Spannung, Anhänglichkeit, entzündliche Prozesse.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Freudlosigkeit, Verkniffenheit in der Motorik und Stimme, überkritisch, degenerative Prozesse.

Körperliche Zuordnungen: Beckenraum, Fortpflanzungsorgane, Nieren (stehen symbolisch für Partnerschaft), Blase, alles Flüssige wie Blut, Lymphe, Verdauungssäfte, Sperma

Drüsen: Keimdrüsen, Eierstöcke, Prostata, Hoden Hormone: Östrogen, Testosteron

Sinnesfunktion: Schmecken

3) Solarplexuschakra

Sitz des *Ego* .

Der Solarplexus ist das erste Chakra, wo wir in Kontakt nach *außen* gehen (Begegnung). Im Solarplexus geht es eher um Alltagsängste, sie sind bewußter als die tiefen Themen des 2. Chakras.

Lage: 2 Fingerbreit oberhalb des Nabels, öffnet sich nach vorne und hinten.

Bezug: Ich-Gefühl, Identität, Persönlichkeit, Selbstkontrolle, Willenskraft, Ziele verwirklichen, Mitgefühl

Thema/ Lernaufgabe: Entfaltung der Persönlichkeit, ein „Ich“ werden, Verarbeitung von Gefühlen und Erlebnissen, Einfluß und Macht (im Sinne von „ich bestimme mein Leben selbst“), Weisheit, die aus Erfahrung wächst.

Resonanzalter: 5-12 Jahre

→ Unbewußte Spannungen erleben wir als Gefühle der Unterlegenheit, oder wir müssen unsere Überlegenheit demonstrieren und wollen dominieren. Wir sind aggressiv oder ängstlich, dies wird z.B. als ein Zusammenziehen empfunden, oder man hat das Gefühl von einem „Stein im Magen“.

Harmonisch geöffnet: Instinktiv wissen, was zu tun ist. Klar, wach, energievoll und tatkräftig.

Unverhältnismäßig stark geöffnet: Reaktiv, grübeln über Vergangenheit, sich sorgen um morgen, Lust- und Unlustgefühle.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Unsicherheit, kein Daseinsrecht, zu nachgiebig, Spielball der Umgebung, „ich bin nicht gut genug“.

Körperliche Zuordnungen: Unterer Rücken, Bauchhöhle, Verdauungssystem, Magen, Leber, Milz, Gallenblase (→ Gallensteine), vegetatives Nervensystem (→ Bsp.: Allergien - wie reagiere ich auf etwas von außen?).

Drüsen: Bauchspeicheldrüse, (Leber) Hormone: Insulin, (Galle)

Sinnesfunktion: Sehen

Farbe: Gelb bis goldgelb

4) Herzchakra

Ein offenes Herzchakra hat die Qualität von „Seinszustand“: Mitgefühl, Nächstenliebe, dienende Haltung ohne Ansprüche, Bedingungslosigkeit, frei von Eifersucht und Besitzanspruch.

Im Herz haben wir die Polarität überwunden, das Herz ist das Bindeglied zwischen oben und unten und *die geistigen Chakren kommen erst dann zum Tragen, wenn sie im Zusammenschluß mit dem Herzen ihr Potential umsetzen können..* Das Herzchakra **braucht als Fundament die unteren Chakren!**

Lage: In der Mitte der Brust (Brustbein), öffnet sich nach vorne und hinten

Thema/ Lernaufgabe: Selbstlosigkeit *unter Beibehaltung der Identität*, Entfaltung der Herzensqualitäten, Liebe, mitempfinden, miteinander teilen, mit dem Herzen dabeisein, Selbstlosigkeit, Hingabe, Heilung.

Resonanzalter: 12-16 Jahre

→ Unbewußte Spannungen führen zu Angst vor Enttäuschung, Angst vor Geben und Nehmen, man kann sich nur schwer in andere einfühlen.

Harmonisch geöffnet: Liebe, läßt frei. Integration.

Unverhältnismäßig stark geöffnet: (Helfersyndrom)

Macht mittels Gruppenzwang, Unterdrücken der eigenen Bedürfnisse, Erwartung von Belohnung für „Liebe“.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Egoistische Interessen. Besonders-sein-wollen, keine Integration, Kälte und Teilnahmslosigkeit anderen gegenüber.

Körperliche Zuordnungen: oberer Rücken, Herz, Brustkorb und Brusthöhle, unterer Lungenbereich, Blut, Blutkreislaufsystem, Haut, Hände

Drüsen: Thymusdrüse

Sinnesfunktion: Tasten

Farbe: Grün,

5. Halschakra / Kehlchakra

Zugang in die *schöpferische Energie*, umfassendes, tiefes Verständnis für die zeitlose Wahrheit des Lebens. Öffnung für unsere andere Dimension

Durch das Aussprechen (=Manifestation) über das Halschakra kann sich die Energie ausgleichen, die Ladung wird aus dem Emotionalkörper genommen und Ängste können losgelassen werden.

Lage: Zwischen Halsgrube und Kehlkopf, vorne am Hals, öffnet sich nach vorne und hinten.

Thema/ Lernaufgabe: Kommunikation, kreativer Selbstausdruck, Offenheit, Weite, Unabhängigkeit, Inspiration

Resonanzalter: 16-21 Jahre

→ Unbewußte Spannungen können sich in der Angst, sich auszudrücken (Stimme, Worte) äußern, es kann eine Angst vor offener und ehrlicher Kommunikation bestehen.

Unausgesprochenes zeigt sich dann oft als „**Frosch im Hals**“.

Harmonisch geöffnet: Originalität, Unterscheidungsvermögen, Kreativität, Treffsicherheit (die richtigen Worte finden und verstehen).

Unverhältnismäßig stark geöffnet: Geltungsdrang, Sich-Übernehmen, aufdringlich, verspricht das Blaue vom Himmel, Intellektualität.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Gefühle der Hilflosigkeit, Abhängigkeit, Unzulänglichkeit, machtlos, „sprachlos“

Körperliche Zuordnungen: Lunge, Bronchien, Speiseröhre, Sprechapparat (Stimme), Kehle, Nacken, Schultern, Mund, Kiefer, Kinnbacken, Ausdruck der Hände und Arme, Ohren

Drüsen: Schilddrüse, Nebenschilddrüse, (Stoffwechsel) Hormone: Thyroxin (Trijodthyroxin)

Sinnesfunktion: Hören

Farbe: Hellblau

6) Stirnchakra / 3. Auge

Die Qualitäten eines geöffneten Stirnchakras (außersinnliche Wahrnehmung) können nur erfahren werden, *wenn das Herzchakra entwickelt und beteiligt ist, also mit dem 3. Auge zusammenarbeitet.*

Lage: Einen fingerbreit über der Nasenwurzel, in der Mitte der Stirn. Öffnet sich nach vorne und hinten.

Thema/ Lernaufgabe: Erkenntnisfunktion, Intuition, unmittelbares Sehen, Entwicklung der inneren Sinne. Geisteskraft, Willensprojektion, Manifestation. Erkennen des Lebensplans, Verstehen kosmischer Zusammenhänge, Religiosität im Sinne von *religio = Rückverbindung mit dem höheren Sein, dem Ursprung, wo wir herkommen.*

Resonanzalter: 21-28 Jahre

→ Unbewußte Spannungen führen dazu, daß wir uns nicht auf unsere innere Stimme verlassen, sondern bewerten und beurteilen.

Harmonisch geöffnet: Klar sehend, läßt sich nicht mehr in die Dualität verstricken (Verwicklung), Beruf ist Berufung.

Unverhältnismäßig stark geöffnet: Fieberhafte mentale Aktivität, stolz, betrachtet das Leben als Schachspiel. Kopflastigkeit, intellektuelle Überheblichkeit.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Selbständiges Denken ist unterentwickelt, Orientierung an Vorbildern, übermäßig bescheiden.

Körperliche Zuordnungen: Kleinhirn, Ohren, Nase, Nasennebenhöhlen, Augen, z.T. Nervensystem, Stirn, Gesicht, linke Gehirnhälfte

Drüsen: Hirnanhangsdrüse (Hypophyse) Hormone: Vasopressin (Adiuretin), Pitiuretin

Sinnesfunktion: Alle Sinne, auch in Form der übersinnlichen Wahrnehmung

Farbe: Indigoblau

7) Scheitelchakra / Kronenchakra

Hier geschieht die Verbindung zum Höheren Selbst.

⇒ Feinstoffliche Energie wird hier aufgenommen und *manifestiert sich in den anderen Chakren* (ebenso wie die Energien aus der Erde, die wir über das Wurzelchakra aufnehmen).

Von der Entwicklung des Scheitelchakras hängt es also auch ab, wie sich diese Energie in den übrigen Chakren auswirkt.

Lage: In der Mitte, oben auf dem Kopf, öffnet sich nach oben.

Thema/ Lernaufgabe: Einheit, universelles Bewußtsein, Vollendung, höchste Erkenntnis, Vereinigung mit dem All-Seienden.

Resonanzalter: ---

→Bei Spannungen in diesem Chakra empfinden wir Gefühle wie Sinnlosigkeit und Ziellosigkeit.

Harmonisch geöffnet: Ruhiges Vertrauen, Bewußtsein des Behütetwerdens, Wille im Dienste des „einen Willens“.

Unverhältnismäßig stark geöffnet: Vermeidung der Schattenseiten, Abgehobenheit, Weigerung, zu inkarnieren.

Unverhältnismäßig stark geschlossen: Vermeidung der Lichtwelt, Isolation, Mißtrauen dem Intuitiven gegenüber.

Körperliche Zuordnungen: rechte Gehirnhälfte, Schädeldecke, zentrales Nervensystem,

Drüsen: Zirbeldrüse (Epiphyse) Hormone: Serotonin Sinnesfunktion: Den Sinnen übergeordnete direkte Anbindung an das universelle Wissen (Akasha)

Farbe: Violett