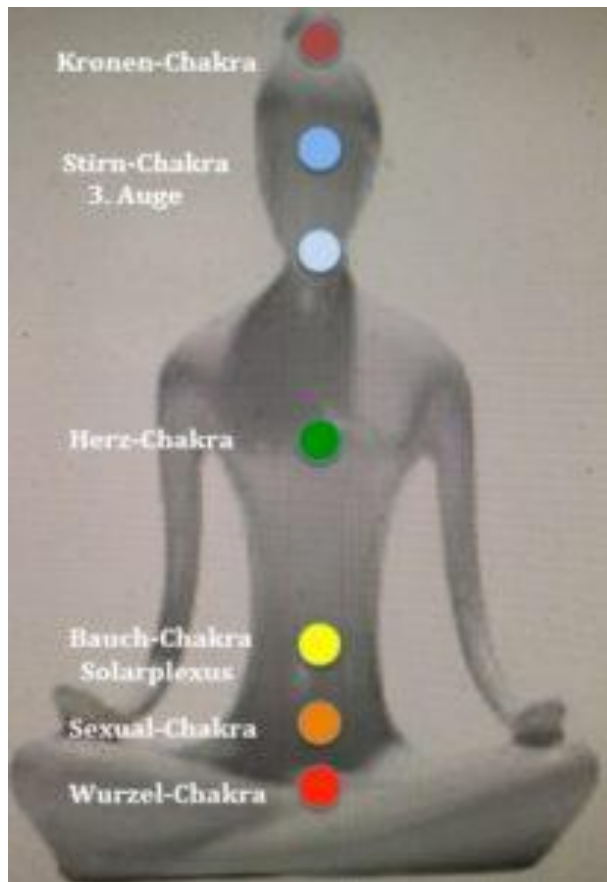




Die Chakren – sieben wundervolle Kraftzentren

Chakren (sing. Chakra) funktionieren wie Pumpen oder Ventile und regulieren den Energiefluss durch unser Energiesystem. Sie reflektiert die von uns getroffenen Entscheidungen. Unser Verhalten ist unsere Antwort auf die Bedingungen, die wir in unserem Leben vorfinden. Ständig öffnen und schliessen sich diese Ventile:

- Wenn wir entscheiden, was wir denken und fühlen
- Durch gewählte Wahrnehmungsfilter, mit denen wir die Welt um uns herum erleben.



Chakren sind direkt mit unserer Aura verbunden. Diese Energiefelder können wir spüren und somit bewusst wahrnehmen. Eine kurze Erläuterung über deren Bedeutung

1. Wurzel Chakra

Dieser Chakra stellt eine direkte Verbindung zur leiblichen Mutter und zur Mutter Erde her. Er widerspiegelt Aspekte wie Sicherheit, Überleben, Vertrauen, die Beziehung zu Geld, Zuhause, Beruf und symbolisiert die Beziehung zur materiellen Welt. Er befähigt uns, geerdet und im hier und jetzt präsent zu sein. Dazu gehört, dass wir uns erlauben genährt zu werden, im Sinne, dass wir unserem inneren Wesen erlauben, Befriedigung zu erfahren.



2. Sexual (oder Oranges) Chakra

Dieses Chakra betrifft die Teile des Bewusstseins, die mit Nahrung und Sexualität zu tun haben. Er kommuniziert mit unserem inneren Wesen, mit dem, was der Körper möchte und braucht und womit er Freude erfährt. Er ist der Quell der Sinnlichkeit, Erotik und Kreativität. Durch seine Triebkraft wird der Wunsch, sich fortzupflanzen, angeregt.

3. Solar Plexus Chakra

Die Aspekte dieses Chakra sind Wahrnehmungen betreffend Macht, Kontrolle, Freiheit und die Leichtigkeit, sich selbst zu sein; die Leichtigkeit des Seins. Es definiert unser Ich-Bewusstsein, wie wir uns selbst sehen und mit welcher Rolle wir uns im Leben identifizieren.

4. Herz Chakra

Eine Umarmung ist eine echte Herz-Chakra-Aktivität. Wenn Menschen sich umarmen, ist der eine sich dessen bewusst, was die andere Person im anderen Körper fühlt und umgekehrt. Grundsätzlich nehmen wir durch dieses Energiefeld das, was wir Liebe nennen, bewusst wahr. Die Beziehung mit einer Person, die uns am Herzen liegt, so zum Beispiel der Partner, Familienmitglieder, die Eltern oder die Kinder.

5. Hals (oder Kehlkopf) Chakra

Dieser Chakra zeigt, wie wir uns ausdrücken und wie wir Informationen verarbeiten. Durch die Kommunikation – in Worten, Bildern, Gesten – zeigen wir, was wir möchten. Das kann auch in Form von Kunst zum Ausdruck kommen, beispielsweise durch ein Bild von einem Maler, einem Tänzer, der tanzt, einem Musiker, der musiziert. Das heisst, dass wir durch diese Energie das nach aussen bringen, was sich in uns befand. Ausdrücken steht auch in Beziehung zu Empfangen: „Frage und du wirst bekommen“.

6. Stirn Chakra (drittes Auge)

Dieses Chakra ist verbunden mit der tiefen, inneren Ebene des Seins, mit dem was wir Geist nennen und was wir als Spiritualität und als spirituelle Perspektive betrachten. Vom Gesichtspunkt des tiefsten Teils unseres Wesens wird es in der westlichen Tradition als das Subbewusstsein oder Unterbewusstsein bezeichnet. Das ist der Ort, wo unsere wahren Motivationen fundiert sind und es ist die Ebene des Bewusstseins, welche unsere Aktionen, das, was wir tatsächlich im Leben tun, leiten.

7. Kronen Chakra

Dieses Chakra repräsentiert die Teile unseres Bewusstseins, die mit der Wahrnehmung von Einheit oder Getrenntheit zu tun haben. So wie das Wurzel Chakra unsere Beziehung zur Mutter Erde und zur leiblichen Mutter darstellt, erleben wir durch die Kronen Chakra Energie, welche Beziehung wir zum Himmel (zu Gott Vater) haben. Nebst diesem spirituellen Aspekt repräsentiert dieses Chakra auch unsere Beziehung zu unserem biologischen Vater.