


## CHAKRA

Mit **Chakra** (Sanskrit, wörtlich: Rad, Diskus, Kreis) werden im tantrischen Hinduismus, im Yoga, in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und in einigen esoterischen Lehren die postulierten subtilen Energiezentren zwischen dem Körper und dem subtilen Körper (vgl. Astralleib) des Menschen bezeichnet. Diese werden durch subtile Energiekanäle verbunden. Alte indische und tibetische Texte sprechen von 72.000 bis 350.000 Energiekanälen im Körper.

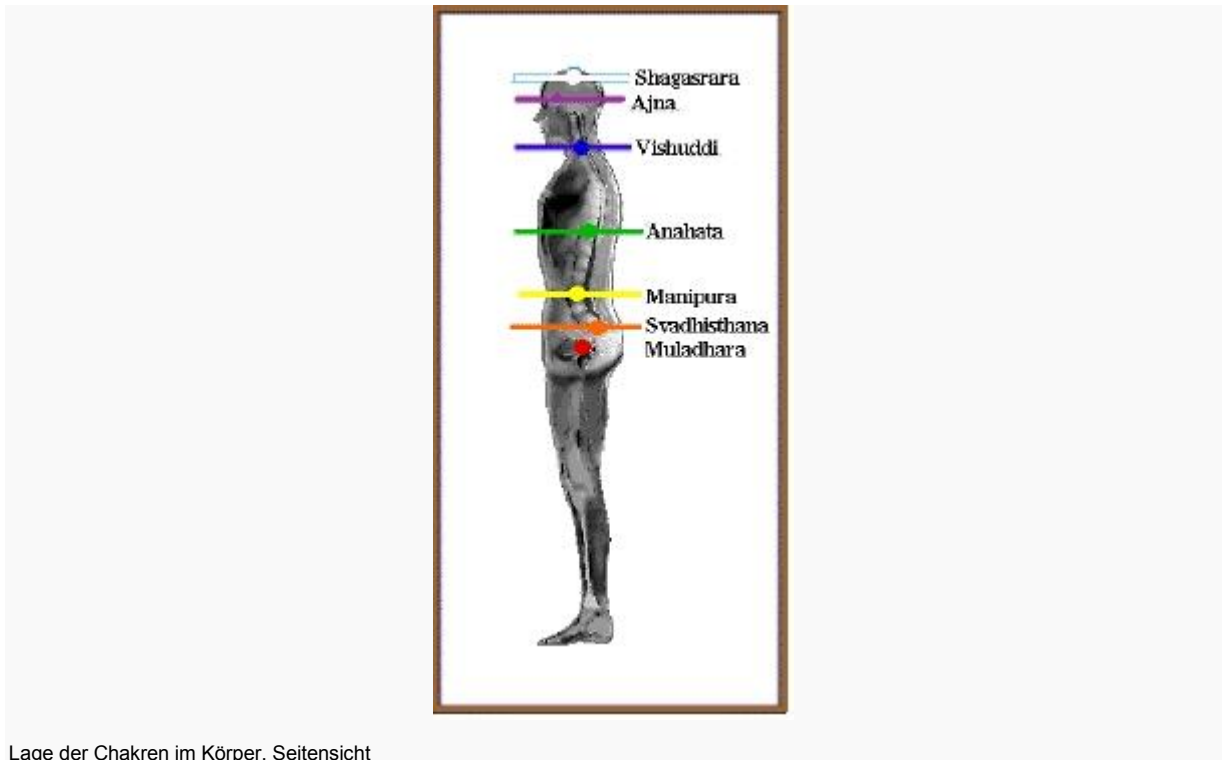
Es gibt insgesamt 28 Chakren. Je nach Sichtweise werden sieben oder sogar acht der Chakren als Hauptenergiezentren des Menschen angesehen und befinden sich nach der Chakrenlehre entlang der Wirbelsäule bzw. in der senkrechten Mittelachse des Körpers. Diese werden durch den angenommenen Energiekanal (als Sushumna bezeichnet) verbunden, durch den auch die Kundalini-Kraft aufsteigt.

### Die Hauptchakren in der Übersicht

#### Namen und Symbole

Farbe	Symbol	Sanskrit	Deutsch	Element	Symbol	Gottheit	Mantra
7.		Sahasrāra (Tausendfache)	Kronen- oder Scheitelchakra	(Universum) <sup>1</sup>	Tausendblättriger Lotos	Paramashiva	OM oder Pranava
6.		Ājñā (Wahrnehmende)	Stirnchakra oder Drittes Auge	Geist (Manas) <sup>2</sup>	96-blättriger Lotos (zweimal 48 Blätter)	Sambhu	KSHAM
5.		Viśuddha (Reinigende)	Hals- oder Kehlkakra	Äther (Akasha)	16-blättriger Lotos	Sadashiva	HAM
4.		Anāhata (Unbeschädigte)	Herzchakra	Wind (Vayu)	Zwölfblättriger Lotos	Isha	YAM
3.		Manipūra (Leuchtendes Juwel)	Nabel- oder Solarplexuschakra	Feuer (Agni)	Zehnblättriger Lotos	Rudra	RAM
2.		Svādhīsthāna (Süße, Liebliche)	Sakral- oder Sexualchakra	Wasser (Apas)	Sechsbältriger Lotos	Vishnu	VAM
1.		Mūlādhāra (Wurzelstütze)	Wurzel- oder Basischakra	Erde (Prithivi)	Vierblättriger Lotos	Brahma	LAM

## Qualitäten



Lage der Chakren im Körper, Seitensicht

Den Chakren werden unterschiedliche universelle Qualitäten des menschlichen Lebens zugeordnet. Aus diesen Qualitäten lassen sich wiederum subjektiv positive und negative Ausdrucksformen ableiten.

Farbe	Qualität
7.	Spiritualität, Bewusstheit, universelles Bewusstsein, höchste Erkenntnis
6.	Wahrnehmung, Intuition, Erkenntnis, Willenskraft
5.	Ausdruck, Kommunikation, Inspiration, Offenheit
4.	Beziehung, Liebe, Mitgefühl, Herzenswärme, Heilung
3.	Wille, Macht, Persönlichkeit, Weisheit, Verarbeitung (Erlebnisse, Gefühle)
2.	Sexualität, Gefühle, Kreativität, Begeisterungsfähigkeit, Erotik
1.	Überleben, Instinkte, Urvertrauen, Stabilität, Durchsetzungsfähigkeit