

## 11. Schritt: Tempel der Erleuchtung

# 3.) Informationen zum kosmischen Urwissen

## Hauptthema: Aura- und Chakrenlehre

### Themen im Einzelnen

- Der Lichtkörper – unsere Aura
- Die Schichten unserer Aura sind vielfältig
- Der Ätherkörper
- Der Emotionalkörper
- Der Mentalkörper
- Der Astralkörper
- Der spirituelle Körper
- Die Chakren sind Energiewirbel.
- Jedes Chakra steht für einen bestimmten Lebensbereich
- Das erste Chakra – Basis- oder auch Wurzelchakra
- Das zweite Chakra - Sakral- oder auch Harachakra
- Das dritte Chakra - Solarplexus oder auch Sonnengeflecht
- Das vierte Chakra - Herzchakra
- Das fünfte Chakra - Kehl- oder Halschakra
- Das sechste Chakra - Stirnchakra 3. Auge
- Das siebte Chakra - Kronen- oder auch Scheitelchakra
- Es gibt fünf weitere Chakren
- Meditation zur Reinigung und Öffnung der Chakren

### Der Lichtkörper – unsere Aura

Wir alle besitzen eine individuelle Aura, die unseren physischen Körper durchdringt und umgibt. Die Aura können wir auch als Energiekörper oder Lichtkörper bezeichnen. Der größte Teil unserer Aura ist feinstofflich und gehört, wie auch unser materieller Körper, der materiellen Ebene an. Die Aura unterscheidet sich von Mensch zu Mensch durch Inhalte, Farben, Form und Struktur. Das Aussehen jeder Aura wird durch die Seelenstruktur eines Menschen bestimmt. Jede Aura besteht aus unterschiedlichen Schichten und hat verschiedene Chakren. Die Aura-Schicht des Menschen beinhaltet sieben Hauptchakren und weitere Nebenchakren, z. B. an den Händen und Füßen.

**Die Aura existiert auf den feinstofflichen Bereichen** und entzieht sich daher meistens unseren Blicken. Menschen die sehr bewusst, klar und sich im feinstofflichen Bereich aufhalten sowie Tiere und kleine Kinder haben Zugang zu den unterschiedlichen Aura-Schichten. Es ist im Prinzip nicht so schwer, die Aura zu sehen. Jeder trägt diese Fähigkeit in

sich und kann sich mit der feinstofflichen Ebene verbinden und hat somit auch Zugang zu der Aura.

### **Die Schichten unserer Aura sind vielfältig**

Die Schichten der menschlichen Aura sind vielfältig. Diese Schichten werden auch Körper genannt, von denen es insgesamt fünf verschiedene gibt:

- **Ätherkörper**
- **Emotionalkörper**
- **Mentalkörper**
- **Astralkörper**
- **spirituelle Körper.**

Die Aura unterteilt sich in unterschiedliche Schichten, welche einander wiederum durchdringen. So durchdringt die erste Aura-Schicht den Körper und wird von allen höheren Aura-Schichten ebenfalls durchdrungen. Die zweite Aura-Schicht durchdringt die erste Schicht und diese wird von den höheren Schichten durchdrungen. Dies lässt sich auf jede einzelne Aura-Schicht übertragen.

Dies bedeutet, dass jede Aura-Schicht eine weitere Ausdehnung und höhere Schwingungsfrequenz als die vorherige hat und von einer feinstofflicheren Beschaffenheit ist. Die einzelnen Schichten werden nach Dichte, Form, Farbe und Funktion unterschieden.

Manche Menschen können die Aura-Schichten wahrnehmen. Die Fähigkeit, die Aura und ihre Schichten wahrzunehmen, hängt davon ab, wie feinstofflich wir wahrnehmen können und wie bewusst wir sind. Auch Übung und ein spezielles Training gehören dazu. Je feiner und bewusster wir sind, desto höher ist die Schicht, die wir wahrnehmen können.

### **Der Ätherkörper**

Der ätherische Körper hat die gleiche Struktur wie der physische Körper und gibt Form und Halt. Ohne dieses ätherische Kraftfeld kann der physische Körper nicht existieren. Bei Menschen, denen ein Körperteil entfernt wurde, ist dieses noch im ätherischen Körper vorhanden. Der Phantomschmerz resultiert somit aus dem fehlenden grobmateriellen Gegenstück zum ätherischen Körper.

Eine Pflanze die sich noch im Wachstumsstadium befindet, hat in ihrem ätherischen Bereich schon das Muster für den physischen Körper gebildet. Der sichtbare Körper der Pflanze wächst in die unsichtbare Struktur, dem Ätherkörper, hinein. Aus dieser Begebenheit lässt sich auch der Phantomschmerz erklären.

Der ätherische Körper durchdringt wie alle anderen Schichten den physischen Körper und dehnt sich ca. 1 bis 5 Zentimeter über diesen hinaus. Seine Farbe ist blau oder grau. Die Farbe ist abhängig vom Gemütszustand der jeweiligen Person.

### **Der Emotionalkörper**

Diese Körperschicht ist der nächstfeinere Körper. Dieser repräsentiert und spiegelt all unsere Gefühle wieder. Er streckt sich 3 bis 8 Zentimeter über unseren physischen Körper hinaus. Der Emotionalkörper ist, wie es sein Name schon sagt, Träger unserer Gefühle, unserer Emotionen und unserer Charaktereigenschaften.

**In unserem Emotionalkörper zeigt sich jedes Gefühl und jede Gemütsbewegung.** Unsere Gefühle werden über unseren Emotionalkörper in unsere Aura getragen, wo sie sich direkt in Farben und Formen widerspiegeln. Die emotionale Komponente unserer Aura ist ständig in Bewegung und es entsteht hierbei ein nicht zu beschreibendes, ständig wechselndes Spiel von Farben, die in allen Variationen innerhalb des Emotionalkörpers schimmern. Es zeigen sich dort neben dunklen Wolkengebilden, welche aus den Gefühlen der Angst, Wut, Bedrückung usw. entstehen, auch wundervoll klare, fast transparent schillernde Farben der Freude, Liebe und Hingabe.

Da der Emotionalkörper schon ein Teil unserer „Seele“ ist, existieren seine Strukturen über die verschiedenen Inkarnationen hinweg weiter. Bei jeder Wiederverkörperung unserer Seele bringt diese auch alle unerlösten emotionalen Strukturen mit, die wiederum einen Teil unseres Weges hin zur Erkenntnis sind. So bestimmen Strukturen des Emotionalkörpers über Leben hinweg unsere Umstände.

## **Der Mentalkörper**

Dieser Körper steht mit unseren gedanklichen Prozessen in Beziehung. Der Mentalkörper ist Träger unserer Gedanken und Ideen. Aber auch Träger der rationalen und intuitiven Erkenntnisse, die uns zuteil werden. Je klarer und lebendiger wir in unseren Gedanken sind, je tiefer wir uns auf unsere geistigen Erkenntnisse einlassen und diese ausleben, desto klarer und intensiver strahlt unser Mentalkörper.

**Der Mentalkörper ist sehr stark strukturiert.** Wenn das Gefühl und der Verstand miteinander harmonisieren, laufen die Energie des emotionalen Körpers an diesen Strukturen entlang. All unsere Gedanken und Ideen sind in seiner Struktur enthalten. Er hat eine Ausdehnung von ca. 8 bis 20 Zentimeter über den physischen Körper. All unsere Gedanken und Ideen sind in seiner Struktur enthalten.

Auch der Mentalkörper strahlt Farben aus. Die Gedanken bestimmen unsere Gefühle. So wie wir denken, fühlen und empfinden wir auch. Die Gedankenstruktur in unserem Körper stellt sich in jeder Farbe dar und zwar analog zu unserem emotionalen Körper. Je emotionaler ein Gedanke ist (z. B. Freude), desto mehr Kraft gewinnt er. Je stärker dieser Gedanke wird, umso mehr strebt er danach, dass er sich im Leben manifestiert. Genauer gesagt: Glauben wir fest an etwas, so werden alle Kräfte gebündelt, die jene Situation oder Zustand, die wir uns ersehnen oder die wir befürchten, in das Leben ziehen. **Hier finden wir die Macht unserer Gedanken, im Positiven und Negativen wieder.**

## **Der Astralkörper**

Auf der nächsten Ebene befindet sich der Astralkörper. Dieser Körper besitzt von allen uns umgebenden Körpern die höchste energetische Schwingung. **Hierüber kommunizieren wir mit der Lichtebeine, der geistigen Welt, unserem Höheren Selbst und unserer Seele.**

Die Energie zeigt sich auf dieser Ebene in Regenbogenfarben. **Der Astralkörper zeigt auch die Beziehungen zu anderen Menschen.** Wer sein Bewusstsein auf diese Ebene anheben kann, sieht energetische Verbindungen und auch Interaktionen zwischen einzelnen Personen. Jeder von uns kann und hat auch sicherlich schon diese Verbindungen gespürt. Auf der Ebene des Astralkörpers können sie jedoch auch gesehen werden.

Auf der Astralebene sind die Einstellung und die Gefühle anderer Personen zu erkennen und zu sehen. Dies erklärt auch, warum wir manche Menschen auf Anhieb sympathisch finden und andere Personen uns überhaupt nicht liegen. Oft liegt der Grund darin, dass die unbekannte Person ein Verhalten zeigt, welches ein Teil unseres eigenen Schattens ist. Dieser Schatteninhalt wird dann auf den anderen projiziert. Versuchen wir uns von dieser Projektion freizumachen, so ist die energetische Verbindung zu dieser Person neutral. Falls nicht, so äußert sich unser Verhalten i. d. R. durch Ablehnung und einer aggressiven energetischen Verbindung. Hier besteht die Aufgabe nicht zu projizieren, sondern bei sich zu bleiben und zu schauen, was die Ablehnung mit einem selbst zu tun hat. Ohne Projektionen bleiben unsere Verbindungen farblich klar, strahlen und sind lichtvoll.

Auf der astralen Ebene treffen sich auch die materielle und die immaterielle Welt. Hier besteht eine Art Transformationspunkt. **Es ist eine Brücke zwischen der materiellen und immateriellen Welt.** Alle Energien und Informationen von den unteren Ebenen bzw. Schichten müssen den astralen Bereich passieren, um in die immaterielle Welt zu gelangen. Für den umgekehrten Fall gilt das auch. Damit gewinnt die astrale Ebene an fundamentaler Bedeutung. Eine klare Kommunikation mit dem "höherem Selbst" und der Lichtebene ist nur möglich, wenn auf den astralen Ebenen die Projektionen zurückgenommen werden.

### **Der spirituelle Körper**

Der spirituelle Körper (Kausalkörper) wird auch als Speicher bezeichnet. Das gesamte Potential, welches wir uns in vergangenen Leben erarbeitet haben, ist in diesem Körper enthalten. Der spirituelle Körper befindet sich auf der nächst höheren Ebene. **Er verbindet uns direkt mit dem Leben der Umwelt, der Natur und der göttlichen Schöpfung** und wirkt auch, wie die Ozonschicht um unsere Erde, als Schutzschild gegen Strahlen, Krankheiten und schwarze Magie. Der mentale Aspekt der Geistesebene erstreckt sich etwa 75-105 cm nach außen.

Wenn wir unser Bewusstsein auf diese Ebene heben, wissen wir, dass wir eins mit dem Schöpfer sind. Der Umriss der siebten Schicht bildet die Eiform der ganzen Aura. Sie umschließt und schützt alles, was in ihr enthalten ist. Die Ausdehnung des spirituellen Körpers beträgt zwischen einem Meter und bei reifen und bewussten Menschen bis hin zu mehreren Kilometern. Er dehnt sich dabei Ei bis Kugelförmig um uns herum aus. Je höher die eigene spirituelle Entwicklung ist, desto weniger filtert er aus den Informationen des Seins und der Umwelt heraus. Mit ihm treten wir in die spirituelle unbewusste Kommunikation mit Allem was ist.

**Der spirituelle Körper ist die stärkste Aura-Schicht.** Sie kann mit einer stehenden Lichtwelle von sehr komplexer Form verglichen werden, die mit einer sehr hohen Frequenz schwingt. Der äußere Rand dieser Schale ist sehr fest und reguliert den Energiefluss von der gesamten Aura in den umgebenden Raum. Die Schale verhindert, dass Energie verloren geht und dass ungesunde Energien von außen eindringen.

Der spirituelle Körper unterteilt sich in drei Ebenen. Diese sind der ätherische, der emotionale und der mentale Aspekt auf der immateriellen Ebene. Auf den materiellen Ebenen finden wir diese Bereiche auch. Sie werden über die Astralebene gespiegelt. Wir sehen hier ebenfalls die Transformationsfunktion der Astralebene. Sie ist der Schnittpunkt von innen und außen bzw. von Immateriellem und Materiellem. Die Astralebene spiegelt in der stofflichen Ebene die immateriellen Aspekte der Seele.

## **Die Chakren sind Energiewirbel**

Diese Energiewirbel haben die Aufgabe, Energien von außen aufzunehmen und dem menschlichen Energiesystem zuzuführen. Beim Menschen zieht sich eine Energielinie entlang der Wirbelsäule. Sie verteilt die von den Chakren zugeführte Energie im Organismus. Entlang der Wirbelsäule sind die Chakren miteinander verbunden. Jedes Chakra versorgt einen bestimmten Bereich des Körpers mit Energie. Über Kanäle werden diese Verbindungslinien hergestellt. Je nach Entwicklungs- und Bewusstseinszustand sind diese Kanäle unterschiedlich ausgebildet.

Von der Beschaffenheit dieser Kanäle hängt es ab, wie viel Lebensenergie in unseren Körper fließen kann. Je mehr Energie in uns fließt, umso wohler und lebendiger fühlen wir uns. Diese Kanäle können jedoch durch traumatische Ereignisse oder andere Situationen blockiert werden. Die Folge ist, dass bestimmte Bereiche unseres Energiesystems an einer Unterversorgung leiden.

Wenn ein Chakra nicht einwandfrei arbeitet, weil es sich nicht richtig dreht, da es verstopft ist, kommt es zu Störungen im natürlichen Energiefluss. Diese Störungen äußern sich als ein Problem, unangenehmes Gefühl, psychische Störungen bis hin zur Erkrankung. Diese Situation macht uns darauf aufmerksam, dass wir mit einem bestimmten Lebensbereich nicht im Fluss sind und es mit einer Blockade oder einem Problem zu tun haben.

## **Jedes Chakra steht für einen bestimmten Lebensbereich**

Jedes der sieben Hauptchakren steht für einen bestimmten Lebensbereich. Nur wenn alle Chakren einwandfrei und gut arbeiten, fühlen wir uns fit, gesund und wohl. Hierbei ist es wichtig, dass die Chakren in einem harmonischen Schwingungsverhältnis zueinander stehen. Das beinhaltet eine gleich weite Öffnung aller Chakren. Ist dies nicht der Fall, können Unter- bzw. Überfunktionen auftreten, die wir als unangenehm und störend empfinden.

## **Die Aura und die Chakren spiegeln unseren bewussten und unbewussten Zustand wider.**

Das Gute daran ist, dass wir von zwei Seiten auf unsere Aura und unsere Chakren positive Veränderungen vornehmen können. So können wir über unser bewusstes Verhalten und auch über entsprechende Energiearbeit auf den Zustand unserer Aura und Chakren Einfluss nehmen.

**Unsere Aura spiegelt immer unseren Seelenzustand wider.** So, wie wir fühlen, denken und handeln, so sieht auch unsere Aura aus. Da der Mensch ständig lernt, verändert sich stetig sein Muster, seine Gedanken und somit auch seine Aura. Erweitern wir unser Bewusstsein und verändern wir unsere Gedanken, so wirkt sich das auch auf unsere Aura aus.

Da die Aura unser Selbst widerspiegelt und ein Energiekörper ist, strahlt sie Energie aus und zieht Energien an oder stößt sie ab. Dies bedeutet, dass wir genau die Situationen oder Menschen in unserem Leben anziehen, welche unserer Ausstrahlung entsprechen. **Die Menschen und Situationen die wir energetisch anziehen, sind das Produkt unserer Gedanken und unserer bisherigen Glaubenssätze.** Wir erschaffen uns sozusagen unsere eigene Welt, denn auch hier gilt das Gesetz der Anziehung: Gleiches zieht Gleiches an.

Wir haben jedoch die Möglichkeit jederzeit unsere Strukturen mit Energie- und Chakrenarbeit sowie mit einer inneren Arbeit am Selbst zu verändern.

## **Das erste Chakra – Basis- oder auch Wurzelchakra**

**Farbe:** Klares Rot

**Sitz:** zwischen Anus und Genitalien

**Zugeordnetes Element:** Erde

**Das erste Chakra** ist unser Fundament, unsere Basis und hat mit unseren Sinnesempfindungen sowie mit unserem körperlichen Wohlbefinden und unserer Gesundheit zu tun.

**Lernaufgabe:** Im Einklang mit den natürlichen Gesetzen zu leben. Das bedeutet, eine neue Form der Sinneswahrnehmung zu erlernen, um sich von den weltlichen Süchten zu befreien. Die Ur-Sicherheit in sich finden und stärken. Das beinhaltet das Ur-Vertrauen, sowie eine Beziehung zur Erde und zur materiellen Welt herzustellen sowie innere Stabilität und Durchsetzungskraft. Im Wurzelchakra befindet sich auch die Kundalini-Energie. Kundalini wird eine Energie genannt, die vom unteren Ende der Wirbelsäule, aus dem Wurzelchakra, hoch zum Kopf aufsteigt. Die Kundalini wird auch die Schlangenkraft genannt, da sie in dreieinhalb Windungen beim Wurzelchakra ruht und sich nach oben windet wie eine Schlange, wenn sie geweckt wird. Wenn die Kundalini aufsteigt, wird dies als Erleuchtung bezeichnet.

**Wenn das Chakra blockiert ist,** fehlt es an Antriebskraft. Das heißt, es fällt einem schwer morgens aufzustehen. Tagsüber ist alles mehr lau und am Abend geht es früh wieder ins Bett zurück. Das Bedürfnis nach Schlaf und Erholung ist im Vordergrund. Da die Energie nicht fließt, ist der gesamte Körper energetisch unterversorgt. Auf psychischer Ebene führt dies zu einer angepassten, mehr konturlosen Persönlichkeit, die schnell zu beeindrucken ist und wenig Ecken und Kanten zu bieten hat. Diese Symptome vergehen, wenn das Wurzelchakra (wieder) belebt wird und die rohe Erdenergie ungehindert in den gesamten Energiehaushalt fließen kann.

**Körperliche Zuordnung:** Wirbelsäule, Knochengerüst, Zähne, Nägel, Anus, Rektum, Dickdarm, Mastdarm, Enddarm, Prostata, Blut, Zellaufbau, Nebennieren, Blutdruckprobleme, Blutarmut, Verstopfung, Ischias.

**Psychische Ebene:** fehlende Struktur, Existenzängste, übersteigter Pazifismus, Triebhaftigkeit, übersteigerte Kampfbereitschaft.

**Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im ersten Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Rubin, Hämatit, Granat, rote Koralle, rotbrauner Achat
- **Aroma-Öle**
  - Nelke, Rosmarin, Zypresse, Zeder

## **Das zweite Chakra - Sakral- oder auch Harachakra**

**Farbe:** Orange

**Sitz:** oberhalb der Genitalien, am oberen Teil des Kreuzbeins

**Zugeordnetes Element:** Wasser

**Wenn zweite Chakra ausgewogen ist**, verleiht es ein Gefühl von Selbstbewusstsein und Kreativität. Die Sehnsucht nach Vereinigung der Gegensätze ist die treibende Kraft dieses Chakras, die auf der unteren Ebene in der Sexualität ihren Ausdruck findet.

**Lernaufgabe:** Annahme der Sexualität, Lebensfreude, Erfüllung, Selbstannahme und Selbstliebe. Eine gute Beziehung zu sich selbst herstellen. Selbstbewusstsein, Beziehungsfähigkeit, Optimismus, Heiterkeit, ursprüngliche Gefühle erkennen und zulassen, mit dem Leben fließen. Das beinhaltet: Sinnlichkeit, Erotik, Kreativität, Staunen und Begeisterung zulassen. Nehmen und Geben lernen und ins Gleichgewicht bringen.

**Wenn das Chakra blockiert ist**, so ist generell auch der Fluss des Gebens und Nehmens gestört. Das kann sich auf verschiedenste Weise äußern:

Ein blockiertes Sexualchakra kann auf Frigidität und Impotenz bedeuten. Auch Sexsüchte können Zeichen eines gestörten Sexualchakras sein.

Körperlich zeigt sich eine Störung in diesem Chakra häufig als Übergewicht. Diese Menschen fühlen sich innerlich unsicher und horten alles und haben Schwierigkeiten etwas loszulassen. Im anderen Extrem haben wir es mit der Ablehnung und nichts nehmen können zu tun, was sich körperlich über Magersucht oder einer Diätensucht äußert. Emotional sind dabei Menschen betroffen, die Probleme haben, Ihre eigenen Gefühle zuzulassen oder mit den Gefühlen von anderen Menschen umzugehen. Zwischenmenschlich wirkt die Störung in Form von Vereinsamung und Isolation. Oder als Mensch, der gerne kokettiert, ohne sich wirklich einzulassen.

Diese Stockung des Flusses kann abgebaut werden, in dem die Blockaden des Sexualchakra, langsam (!) aber stetig abgebaut und in Fluss gebracht werden.

**Körperliche Zuordnung:** Gebärmutter, Eierstöcke, Nieren, Fortpflanzungsorgane, Blase, Beckenraum, Lymphe, Verdauungssäfte, alle Flüssigkeiten (z. B. Blut), Keimdrüsen, Eierstöcke, Hoden, Prostata, Menstruationsbeschwerden, Prostataerkrankungen, Impotenz, Frigidität, Nierenprobleme, Harnwegsinfektionen.

**Psychische Ebene:** Eifersucht, Verlustängste, fehlende Lebenslust, Angst vor Nähe, Höhenangst, Flugangst, abgelehnte Sexualität.

**Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im zweiten Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Karneol, Mondstein, Goldtopas, Hyazinth
- **Aroma-Öle**
  - Sandelholz, Myrrhe

## **Das dritte Chakra - Solarplexus oder auch Sonnengeflecht**

**Farbe:** Gelb bis Goldgelb

**Sitz:** zwei Fingerbreit oberhalb des Nabels

**Zugeordnetes Element:** Feuer

**Das dritte Chakra** ist für den gesamten Organismus von großer Bedeutung, da in ihm viel Lebensenergie gespeichert wird. Seine Energie versorgt neben Magen, Dünndarm und Leber auch die Milz und die Gallenblase.

Neben den erwähnten Organen reguliert das 3.Chakra den Verdauungsprozess sowie das vegetative Nervensystem.

**Lernaufgabe:** Innere emotionale Festigkeit und Stabilität sowie intensive Gefühle aller Art. Ebenso gehört das Grenzen setzen dazu sowie Körperliches und Seelisches verdauen. Gefühle und alle Emotionen zulassen, wie Freude, Lachen, Weinen, Wut usw.

Im 3. Chakra ist der Sitz unserer Willenskraft. Um ein gesundes 3. Chakra zu haben ist es notwendig, Frieden zu schließen mit Macht, Hass und allen negativen Emotionen. Erst dann ruhen wir in unserer eigenen Mitte und sind zentriert. Die Lernaufgabe besteht ebenfalls darin, Rationales zu verstehen und Klarheit in Zusammenarbeit mit unserer Intuition zu haben. Instinktiv wissen was zu tun ist, klar, hellwach energievoll und tatkräftig sein. Dienen und Demut gehören ebenfalls in dieses Chakra.

**Wenn das Chakra blockiert ist,** äußert sich die Blockade einerseits in Kraftlosigkeit. Oder als verzerrter Machtwille, der vor Manipulation, Täuschung und Intrigen nicht zurückschreckt. Die aggressionslose Variante ist in Wirklichkeit nicht frei von Ärger oder Wut. Diese Gefühle werden lediglich abgeschnitten und nach Innen gerichtet. Die Folge können nicht nur gesundheitliche Probleme sein, sondern auch zwischenmenschliche Spannungen, die sich in plötzlichen Wutausbrüchen äußern können. Weiterhin ist es wahrscheinlich, dass ein Mensch mit diesem blockierten Chakra die selbsterschaffenen Aggressionen auf sein Umfeld projiziert, und daraus Gefühle von Angst und Zweifeln bis hin zur Paranoia ableitet. Der verzerrte Machtwille ist voll und ganz auf seine eigenen egoistischen Ziele fixiert. Was er nicht bekommt, wird massiv eingeklagt. Ob als tyrannischer Mensch oder als schwarzmagischer Energiebeschwörer. Diese Menschen stellen ihr eigenes Interesse und ihre Bedürfnisse vor den der anderen.

#### **Körperliche Zuordnung:**

Unterer Rücken, vegetatives Nervensystem, Verdauungssystem, Magen, Leber, Milz, Bauchhöhle, Gallenblase, Dünndarm, Bauchspeicheldrüse, Lebererkrankungen, Galle, Milz, Rückenbeschwerden im Lendenwirbelbereich.

#### **Psychische Ebene:**

Unentschlossenheit, Gefühl des Versagens, Angst vor Ausnutzung, mangelnde Selbstachtung, Wut, Machtmissbrauch, Eifersucht, überzogenes Wettbewerbsdenken, Rücksichtslosigkeit, Aggressivität.

**Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im dritten Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Tigerauge, Bernstein, Edelpas, gelber Jaspis
- **Aroma-Öle**
  - Lavendel, Rosmarin, Bergamotte, Kamille, Zitrone, Anis

### **Das vierte Chakra - Herzchakra**

**Farbe:** : Grün

**Sitz:** in Höhe des Herzens in der Mitte der Brust

**Zugeordnetes Element:** Luft

**Das vierte Chakra** bestimmt die allgemeine menschliche Lebenseinstellung. Die Kräfte und Energien, welche aus dem Herzchakra nach außen strömen, bilden das Verbindungsglied zu



unseren Mitmenschen. So überwindet ein starkes Herzchakra unsere egoistischen Interessen und wir überschreiten damit die Begrenzungen, welche aus purem Egoismus heraus entstehen.

**Lernaufgabe:** Allumfassende Liebe, Christusliebe und Selbstlosigkeit –ohne Selbstaufgabeleben. Mitfühlen und Verständnis haben, ohne emotionale Beteiligung oder Betroffenheit. Wir lernen die Welt so zu akzeptieren, wie sie ist. Das beinhaltet auch das Lernen aus Fehlern und Schwächen und sich annehmen und zu lieben, mit allen Schwächen und Stärken. Das bedeutet auch, die Dinge klar zu sehen und nicht durch eine rosa oder dunkel gefärbte Brille anzuschauen.

**Wenn das Chakra blockiert ist,** zeigt sich die Blockade über Lieblosigkeit, Unsensibilität und "Coolness". Menschen mit blockiertem Herzen machen Sex - aber keine Liebe. Die fehlende, gehemmte oder blockierte Liebe führt häufig zu Suchtverhalten. Sei es in Form von Geld, Erfolg oder Alkohol, Koks, Haschisch und anderen Drogen. Ein Mensch der sich anderen oder sich selbst gegenüber herzlos verhält, fühlt die innerliche Leere. Das führt zur Kompensation, denn es besteht der innere Zwang diese Leere in anderer Form wieder zu füllen. Doch keine "Ersatzdroge" kann den Verlust des Herzens ausgleichen. Erst die Erfüllung der tatsächlichen Sehnsucht nach Wärme und Liebe führt zur Heilung.

Ebenso kann eine Blockade innerhalb des Herzchakras, eine lieblose, verbitterte Haltung erzeugen. Hieraus entsteht das Gefühl, von allen anderen getrennt und isoliert zu sein. Große Kontaktschwierigkeiten und Einsamkeit sind häufige Folgen hiervon. Dies führt nicht selten zu Verbitterung gegenüber dem Leben an sich.

**Körperliche Zuordnung:**

Herz, unterer Lungenbereich, oberer Rücken, Brustkorb, Brusthöhle, Haut, Thymusdrüse, Herzbeschwerden, Lungenkrankheiten, Erkältungen, Blutkreislaufsystem, Haut, Hände.

**Psychische Ebene:**

Härte, Verbitterung, Schwarz-Weiß Denken, Intoleranz, Überheblichkeit, Eigenliebe, Fanatismus.

**Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im vierten Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Kunzit, Smaragd, grüne Jade, Rosenquarz, rosaroter Turmalin
- **Aroma-Öle**
  - Rosenöl, Jasmin, Estragon

**Das fünfte Chakra - Kehl- oder Halschakra**

**Farbe:** Hellblau

**Sitz:** zwischen der Halsgrube und dem Kehlkopf

**Zugeordnetes Element:** Äther

**Das fünfte Chakra** ist die Verbindung von Innen zur Außenwelt. Es ist u.a. zuständig für: Selbstaussdruck, die Kommunikation, zwischenmenschliche Beziehungen und Partnerschaften und Kreativität. Für unsere Beziehungen heißt das, zu lernen über unsere Kommunikation Harmonie in unsere Umwelt zu bringen

**Lernaufgabe:** Kommunikation, kreativer Selbstausdruck, Offenheit, Unabhängigkeit, Inspiration sowie der Zugang zu feineren Ebenen des Seins sowie für die feinstofflichen Dimensionen. Über das 5.Chakra lernen wir die Selbstbestimmung und finden die eigene Wahrheit in Übereinstimmung mit dem göttlichen Willen. Wir realisieren die gesprochenen Worte, indem wir danach handeln.

**Wenn das Chakra blockiert ist,** ist der Fluss innerhalb der Kommunikation ebenfalls gestört. Das heißt, die Menschen, deren Hals-Chakra blockiert ist, sind nicht in der Lage, sich verständlich zu machen ihre Ideen, Meinungen und Vorstellungen auszudrücken und so den verbalen Austausch mit anderen zu pflegen. Diese Hemmung äußert sich in Unkonzentriertheit, Scheu, Sprachblockaden und auch der Unfähigkeit, dem anderen zuhören zu können.

**Körperliche Zuordnung:**

Hals, Kiefer, Nacken, Ohren, Stimme, Bronchien, Luft- und Speiseröhre, Arme, Schultern  
Schilddrüse, Nebenschilddrüse, Kinnbacken  
Halsschmerzen, Infektionen, Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich,  
Stimmprobleme, Stottern, Ohrenprobleme, Schilddrüsenfehlfunktion.

**Psychische Ebene:**

Selbstablehnung, Kind bleiben, Selbstablehnung Dominanz, Starrhalsigkeit, Manipulation von anderen, Überbetonung des Intellekts.

**Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im fünften Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Aquamarin, Chalcedon, Türkis, Lapislazuli, Topas
- **Aroma-Öle**
  - Salbei, Eukalyptus, Pfefferminze, Kampfer

**Das sechste Chakra - Stirnchakra 3. Auge**

**Farbe:** Indigoblau

**Sitz:** - ein Fingerbreit über der Nasenwurzel in der Mitte der Stirn

**Zugeordnetes Element:** -

**Das sechste Chakra** regelt die höheren mentalen Aktivitäten. Dazu gehören das rationale Denken, die Intuition sowie das Erinnerungsvermögen. Die Entwicklung dieses Chakras steigert die Kräfte der Visualisierung. So ist das dritte das Verbindungsglied, über das wir unsere übersinnlichen Wahrnehmungen wie Hellsehen oder Gedankenlesen erst ermöglichen können.

**Lernaufgabe:** Meisterschaft über das Selbst erlangen. Sich öffnen für das geistige Wissen und das Urwissen aktivieren. Die kosmischen Zusammenhänge verstehen. Das beinhaltet auch eine klare Intuition, das Hellsehen sowie das Erspüren und Verstehen des eigenen Weges. Dazu gehören die spirituelle Wachheit und tiefe Erkenntnisse sowie das Leben der eigenen Fähigkeiten, übersinnliche Wahrnehmungen, das Sehen der Aura und anderer Energiefelder sowie die Urweisheit.

Übergeordnet geht es bei diesem Chakra um das Verstehen und Zusammenbringen von analytischem und synthetischem Denken und um die allumfassende göttliche Liebe sowie um die eigenen Erfahrungen von Spiritualität.

**Wenn das Chakra blockiert ist,** beherrschen häufig Alpträume, Stress, Ängste und Sorgen die emotionalen und gedanklichen Bereiche. Es mangelt an langfristigen Perspektiven und die Planung fällt schwer oder vorausschauend zu sehen. Hinzu kommen Konzentrationsschwäche und ein unreflektiertes Denken, das sich nicht nur in Ideenlosigkeit sondern auch wechselhaften, launischen und widersprüchlichen Gedankenumschwüngen äußert, die nicht miteinander harmonisiert werden können.

#### **Körperliche Zuordnung:**

Gehirn, Augen, Gesicht, Ohren, Nase, Nebenhöhlen, zentrales Nervensystem, Hirnanhangdrüse, Kopfschmerzen, Migräne, Konzentrationsstörungen, Alpträume, Sehstörungen.

#### **Psychische Ebene:**

Konzentrationsstörungen, Angst vor Kritik, Verneinung der Realität, Vergesslichkeit, Selbstverherrlichung, Verantwortungslosigkeit.

#### **Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im sechsten Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Lapislazuli - fördert die Intuition und nach Innenschau
  - Indigoblauer Saphir - öffnet den Geist für kosmisches Wissen und ewige Wahrheit
  - Sodalith - klärt den Verstand und befähigt zu tiefen Gedanken
- **Aroma-Öle**
  - Minze - löst Blockaden und fördert die Konzentration
  - Jasmin - verfeinert die Wahrnehmung

### **Das siebte Chakra - Kronen- oder auch Scheitelchakra**

**Farbe:** Violett, auch Gold und Weiß

**Sitz:** am Scheitelpunkt des Kopfes bzw. am höchsten Punkt, oben in der Mitte des Kopfes

**Zugeordnetes Element:** -

**Das siebte Chakra** stellt die Verbindung zu unserem höheren Selbst dar. Es sensibilisiert die Gefühle und unsere medialen und spirituellen Fähigkeiten sowie werden verstärkt. Das Kronenchakra verbindet uns mit der "geistigen Welt", in der u.a. unsere Seele zu Hause ist. Über das Kronenchakra nehmen wir Kontakt nach "oben" auf und empfangen Inspirationen, Intuitionen und spirituelle Energie.

**Lernaufgabe:** Verbindung mit dem göttlichen ICH BIN herstellen. Das beinhaltet ebenfalls eine Verbindung mit der kosmischen Liebe sowie kosmische Einheitserfahrungen und tiefe Heilungsprozesse. Über die göttliche Verbindung wird unsere Intuition massiv gestärkt. Wir erleben dadurch die Glückseligkeit, allumfassendes Urwissen sowie Urvertrauen und sind wieder eins mit allem, was existiert. Über das siebte Chakra verstehen wir intuitiv alle universalen Zusammenhänge und haben Zugang zu unseren göttlichen Plan. Dadurch, dass wir das was wir auf der Erde gelernt haben, annehmen und integrieren, findet die höchste Transformation statt.

**Wenn das Chakra blockiert ist,** äußert sich dies häufig in einer Orientierungslosigkeit. Die Person lebt ihr Leben, ist auch emotional, materiell und intellektuell erfolgreich, dennoch trotzdem fehlt es dem eigenen Leben an Bedeutung, Sinn und Ausrichtung. Die geistige Leere geht einher mit Gefühlen der Angst, der Entwurzelung und einer innerlichen Einsamkeit, die sich häufig in den Mittvierzigern oder später zunächst schleichend, später umso deutlicher bemerkbar macht. Sinnkrisen, die Frage, warum das alles gemacht wird, sind die konsequente Folge dieses Mangels, der geheilt werden kann, wenn sich die Person mit ihrem spirituellen Zentrum verbinden kann.

**Wichtiger Hinweis für das 7. Chakra:**

Falls das 7. Chakra noch geschlossen ist, darf es nicht vorzeitig geöffnet werden. Diese Öffnung geschieht von alleine, denn sie hängt von unserer Bewusstheit und Reife ab. Durch vermehrten Drogenmissbrauch und bei sehr starkem Alkoholkonsum kann es automatisch zu einer zu frühen Öffnung oder auch gewaltsamen Öffnung kommen. Die Folgen von einer zu frühen Öffnung sind: Wirrheit, verzerrte Eingaben, irreführende Visionen. Entfremdung, Abgehobenheit, nicht auf der Erde anwesend, abgedriftet sein, Todessehnsucht, Isolation, Misstrauen dem Intuitiven gegenüber, gespaltene Persönlichkeit, Übernahme von Fremdenergie.

**Körperliche Zuordnung:**

Großhirnrinde, Gehirn, Zirbeldrüse

Erschöpfung, Kopfschmerzen, Migräne, Lähmungen, Geisteskrankheiten

**Psychische Ebene:**

geistige Erschöpfung, mangelndes Urvertrauen, Angst das Leben zu genießen

Realitätsflucht, Desinteresse, Ich-Auflösung

**Möglichkeiten zur Aktivierung und Stärkung, sowie zur Blockaden-Lösung im siebten Chakra sind:**

- **Edelsteine**
  - Amethyst, Bergkristall, Diamant
- **Aroma-Öle**
  - Weihrauch, Rosenholz, Lotus

**Es gibt fünf weitere Chakren**

Das waren die sieben Hauptchakren. Es gibt noch weitere 5 Chakren, die jedoch meistens weniger Beachtung finden. Das liegt sicherlich daran, dass sie sich erst nach Erreichung einer bestimmten Entwicklungsstufe und Bewusstheit öffnen und dann wichtig werden.

Aufgrund der stetig ansteigenden Energien ist es genauso wichtig, die weiteren fünf Chakren kurz mit einzubeziehen.

Wie auch bei dem 7.Chakra ist unbedingt darauf zu achten, NICHT mit den folgenden fünf zu üben oder sie gar gewaltsam zu öffnen. Sie öffnen sich von ganz alleine. Wie gesagt, hängt dies mit dem Grad unserer Reife und Bewusstheit zusammen.

## 8. Chakra

**Farbe:** Magenta

**Sitz:** Das 8. Chakra befindet sich einige Zentimeter bis einen halben Meter über dem Kopf.

**Funktion:** Es steht mit den unsichtbaren Reichen außerhalb unseres Körpers in Verbindung. Es ist unsere Verbindung zur Seele und verbindet uns multidimensional. Über das Chakra haben wir einen besseren Zugang zu höheren Bewusstseinszuständen. Hierüber fließt die Heilenergie und wir können das Chakra ebenfalls zum Visualisieren nutzen. Dankbarkeit und Glückseligkeit gehören ebenfalls zu diesem Chakra.

## 9. Chakra

**Farbe:** Silber

**Sitz:** Das 9. Chakra liegt außerhalb der Erdatmosphäre. Es ist etwa so weit entfernt wie der Mond.

**Funktion:** Das 9. Chakra hilft uns dabei, unser Ego zu verfeinern bzw. es zur Seite zu stellen. Es verbindet uns als Wächter und Verwalter der Erde. Über dieses Chakra können wir Astralreisen vornehmen, ebenfalls sind hier die Fähigkeiten angelegt, wie: Telepathie, Teleportation, Manifestation, das Materialisieren und Dematerialisieren.

## 10. Chakra

**Farbe:** Gold

**Sitz:** Das 10. Chakra reicht in unser Sonnensystem hinein und bietet uns Zugang zu allem, was dort ist.

**Funktion:** Die Verbindung unseres irdischen und universellen Bewusstsein. Wir lernen für alles, was wir aussenden, auch auf der universellen Ebene die volle Verantwortung zu übernehmen. Das Chakra entspricht auch der Meisterung des Sonnenlevels, d.h. unser Wesen auf der Erde strahlen zu lassen. Über dieses Chakra können wir verschiedene Zeitebenen betreten und als Zeitreisende im Universum bewegen.

## 11. Chakra

**Farbe:** Kupfer

**Sitz:** Das 11. Chakra befindet sich in der Galaxie, außerhalb unseres Sonnensystems.

**Funktion:** Es ist kosmische Einheit. Wir können uns innerhalb der Galaxie bewegen. Auf der Erde erlaubt es uns die materielle Ebene zu verändern. In diesem Chakra können wir unsere Erinnerungen in anderen Dimensionen, an Existenzen auf anderen Planeten wachrufen. Wir können die Energien aller Planeten der Galaxie für unsere Entwicklung nutzen.

## 12. Chakra

**Farbe:** Platin

**Sitz:** Das 12. Chakra reicht über unsere Galaxie hinaus und ermöglicht uns den Zugriff auf den Rest des Universums, so wie es unsere Vorstellungskraft zulässt.

**Funktion:** Hier ist der Ort, wo wir selber Schöpfer sind und eigene Universen mittels der Gedankenkraft erschaffen können. Es ist unsere Verbindung zum universellen Logos und erlaube uns Veränderung von Galaxien und Raumquadranten. Hier im 12. Chakra ist das Bewusstsein aller Erzengel und der himmlischen Hierarchien angesiedelt.

## **Meditation: Öffnungsübung der Chakren**

Mit der folgenden Übung können wir erkennen, wie der allgemeine Zustand der einzelnen Hauptchakren ist. Ganz wichtig ist, NICHT das 7. Chakra zu öffnen, falls es noch geschlossen ist. Es ist das einzige Chakra, was sich von alleine öffnet. Ein vorzeitiges Öffnen kann zu gefährlichen Störungen führen.

Lege oder setze dich bequem hin und schließe deine Augen. Atme mehrmals tief ein und aus. Lasse dabei beim Ausatmen alles los, was dich belastet und leere dein Bewusstsein. Stell dir vor, dass du beim Einatmen Leichtigkeit und Freude in deinen Körper hinein atmest...

Nun verbinde dich mit Mutter Erde und lasse von deinem Körper Wurzeln tief in die Erde hinab gleiten. **Richte dabei deine Aufmerksamkeit auf dein Wurzelchakra...**

Stell dir vor, dass in deinem ersten Chakra eine Blume wächst. Schau dir die Blume an und nimm alle Einzelheiten der Blume wahr. Ist es eine Blume mit einer oder mehreren Blüten... Nimm die Blüte in allen Einzelheiten wahr und schaue sie dir. Welche Farbe hat sie und wie ist ihre Beschaffenheit, wie riecht sie....

Sofern sich die Blüte geschlossen zeigt, bitte dein Höheres Selbst darum, dass sie sanft geöffnet wird und sich langsam entfaltet. Achte dabei, wie es sich anfühlt, wenn sich dein erstes Chakra öffnet...

Nun stell dir vor, dass sich die Blüte wieder schließt und nimm wahr, wie sich das anfühlt...

Wiederhole diese Übung mehrmals und achte dabei jedes Mal darauf wie du dich fühlst, wenn das Chakra offen oder wenn es geschlossen ist...

**Nun gehe mit deinem Bewusstsein zu deinem zweiten Chakra, deinem Herachakra...**

Stell dir vor, dass in deinem zweiten Chakra eine Blume wächst. Schau dir die Blume an und nimm alle Einzelheiten der Blume wahr. Ist es eine Blume mit einer oder mehreren Blüten... Nimm die Blüte in allen Einzelheiten wahr und schaue sie dir. Welche Farbe hat sie und wie ist ihre Beschaffenheit, wie riecht sie....

Sofern sich die Blüte geschlossen zeigt, bitte dein Höheres Selbst darum, dass sie sanft geöffnet wird und sich langsam entfaltet. Achte dabei, wie es sich anfühlt, wenn sich dein zweites Chakra öffnet...

Nun stell dir vor, dass sich die Blüte wieder schließt und nimm wahr, wie fühlt sich das anfühlt...

Wiederhole diese Übung mehrmals und achte dabei jedes Mal darauf wie du dich fühlst, wenn das Chakra offen oder wenn es geschlossen ist...

Nun löse dich von deinem Herachakra und **richte deine Aufmerksamkeit auf deinen Solarplexus...**

Stell dir auch hier wieder vor, dass in deinem Solarplexus eine Blume wächst. Schau dir die Blume an und nimm alle Einzelheiten der Blume wahr. Ist es eine Blume mit einer oder mehreren Blüten, wie sieht die Blüte aus, welche Farbe hat sie und wie ist ihr Geruch...

Sofern die Blüte geschlossen ist, bitte dein Höheres Selbst darum, dass sie sich nun langsam öffnet und entfaltet. Achte dabei, wie es sich anfühlt, wenn sich dein drittes Chakra öffnet... Nun stell dir vor, dass sich die Blüte wieder schließt und nimm wahr, wie sich das anfühlt...

Wiederhole diese Übung mehrmals und achte dabei jedes Mal darauf wie du dich fühlst, wenn das Chakra offen oder wenn es geschlossen ist...

**Nun lenke deine Aufmerksamkeit in dein Herzchakra** und schau dir auch hier wieder an, welche Blume in deinem Herzen wächst....

Schau dir die Blume an und nimm alle Einzelheiten der Blume wahr. Ist es eine Blume mit einer oder mehreren Blüten, wie sieht die Blüte aus, welche Farbe hat sie und wie ist ihr Geruch...

Sofern die Blüte geschlossen ist, bitte dein Höheres Selbst darum, dass sie sich nun langsam öffnet und entfaltet. Achte dabei, wie es sich anfühlt, wenn sich dein viertes Chakra öffnet... Nun stell dir vor, dass sich die Blüte wieder schließt und nimm wahr, wie sich das anfühlt...

Wiederhole diese Übung mehrmals und achte dabei jedes Mal darauf wie du dich fühlst, wenn das Chakra offen oder wenn es geschlossen ist...

Löse dich nun von deinem Herzchakra und **gehe mit deinem Bewusstsein zu deinem Kehlkopfchakra...**

Auch hier wächst eine Blume, die du dir näher anschaust und alle Einzelheiten wahrnimmst. Ist es eine Blume mit einer oder mehreren Blüten...

Nimm die Blüte in allen Einzelheiten wahr und schaue sie dir. Welche Farbe hat sie und wie ist ihre Beschaffenheit, wie riecht sie....

Sofern sich die Blüte geschlossen zeigt, bitte dein Höheres Selbst darum, dass sie sanft geöffnet wird und sich langsam entfaltet. Achte dabei, wie es sich anfühlt, wenn sich dein fünftes Chakra öffnet...

Nun stell dir vor, dass sich die Blüte wieder schließt und nimm wahr, wie sich das anfühlt...

Wiederhole diese Übung mehrmals und achte dabei jedes Mal darauf wie du dich fühlst, wenn das Chakra offen oder wenn es geschlossen ist...

**Nun richte deine Aufmerksamkeit zu deinem dritten Auge....**

Ist es eine Blume mit einer oder mehreren Blüten...

Nimm die Blüte in allen Einzelheiten wahr und schaue sie dir. Welche Farbe hat sie und wie ist ihre Beschaffenheit, wie riecht sie....

Sofern sich die Blüte geschlossen zeigt, bitte dein Höheres Selbst darum, dass sie sanft geöffnet wird und sich langsam entfaltet. Achte dabei, wie es sich anfühlt, wenn sich dein sechstes Chakra öffnet...

Nun stell dir vor, dass sich die Blüte wieder schließt und nimm wahr, wie sich das anfühlt...

Wiederhole diese Übung mehrmals und achte dabei jedes Mal darauf wie du dich fühlst, wenn das Chakra offen oder wenn es geschlossen ist...

**Nun richte deine Aufmerksamkeit zu deinem Scheitelchakra auch Kronenchakra genannt.**

Welche Blume erkennst du hier, nehme auch hier wieder alle Einzelheiten der Blume wahr ... achte auf die Farbe, die Beschaffenheit und den Geruch der Blüte...

Falls die Blüte geschlossen ist, so belasse sie bitte in diesem Zustand. Sie wird sich sobald die Zeit dazu reif ist von allein öffnen und schließen. Stell dir vor, dass dein Höheres Selbst dein Scheitelchakra sanft mit einem Lichtstab berührt. Über diesen Lichtstab fließt goldenes Licht in deine Körper. Dieses Licht wird dir helfen, dich für die Lichtebene mehr und mehr zu öffnen...

Nimm jetzt wahr, wie sich dein Scheitelchakra anfühlt. Frage, ob deine Blume eine Botschaft für dich hat...

**Jetzt richte deine Aufmerksamkeit in dein achttes Chakra**, es liegt einige Zentimeter bis ca. einem halben Meter über deinem Kopf.

Im achten Chakra bist du Eins mit dem Geist der Menschheit auf Erden. Eins mit ihrer aller Ankunft und Absicht. Eins mit allen Visionen, eins mit der Vollkommenheit und der wahren göttlichen Fülle. Du spürst, dass du auf dieser Ebene immer klarer und bewusster wirst und das ist ein angenehmes und sehr leichtes Gefühl. Du spürst eine enorme Dankbarkeit und Glückseligkeit in dir...

**Nun konzentrierst du dich auf dein neuntes Chakra.** Es befindet sich außerhalb der Erdatmosphäre. Es ist etwa so weit entfernt wie der Mond. Hier befindet sich deine energetische Verbindung zu anderen Planeten.

Dein Ego ist hier kaum noch zu wahrzunehmen, denn du bist hier ein Wächter von Mutter Erde. Du erhältst hier Zugang zu deiner Wandlung, ebenso zu der Wandlung von Mutter Erde. Du erkennst, was dich und auch Mutter Erde aus dem Gleichgewicht gebracht hat und kannst hier wandeln. Lasse dein 9.Chakra leuchten schicke von hier aus Licht in deinen physischen Körper, direkt in deinen Solarplexus. Alles was dich aus dem Gleichgewicht bracht hat, wird nun wieder ausbalanciert. Schicke ebenfalls eine Portion licht aus dem neunten Chakra zu Mutter Erde und hülle den Planeten einmal rund herum in Licht ein.

**Richte deine Aufmerksamkeit jetzt in den 10. Chakra.** Es ist der Raum deines Solaren Selbstes. Das 10. Chakra reicht in unser Sonnensystem hinein und bietet dir Zugang zu allem, was dort ist. Du bist hier eins mit der Sonne. Du bist selbst die Sonne, das Licht für Mutter Erde.

In diesem Raum verbindet sich unser irdisches Bewusstsein mit dem universellen. Du kannst in diesem Raum Zugang zu der Lichtebene, zu allen aufgestiegenen Meister und Engel. Aus dieser Ebene erhalten wir die kosmischen Licht-Botschaften.

Atme tief ein und nimm die unendlichen, leuchtenden und strahlenden Lichtströme in dir wahr und genieße diesen Lichtzustand.

Jetzt geht die Reise noch weiter. **Konzentriere dich hierzu auf das 11. Chakra.** Es befindet sich in der Galaxie, außerhalb unseres Sonnensystems. Unendliche Weite, unendliches Licht, unendliche Ausdehnung umgeben dich hier. Hier findest du dein galaktisches Erbe. Es handelt sich um die Saat aus der dein Körper und deine Gedanken geformt sind, also jene Essenz, aus der deine Seele gemacht ist. Hier kannst du deine Erinnerungen in anderen Dimensionen, an Existenzen auf anderen Planeten wachrufen. Du hast hier auch Zugang zu dem göttlichen Plan, denn es ist das Reich der galaktischen Meister und Kinder, die die



Schöpferpläne in ihren Räumen zum Ausdruck bringen. Nehme die galaktischen Energien wahr und genieße...

**Jetzt konzentriere dich auf dein 12. Chakra.** Es reicht über unsere Galaxie hinaus und ermöglicht uns den Zugriff auf den Rest des Universums. Es ist der Raum der göttlichen Quelle und der Einheit. Hier im 12. Chakra ist das Bewusstsein aller Erzengel und der himmlischen Hierarchien angesiedelt. Hier bist du Eins mit allem was war, was ist und was jemals sein wird. Du bist hier im göttliche ICH BIN, denn hier bist du, wer du immer warst, wer du bist und immer sein wirst.

Verweile hier und spüre, wie es ist, wenn du dich wieder mit der Quelle des Seins verbindest. Du bist hier in deinem kosmischen Zuhause, dass du nie losgelassen hast, dein göttlicher Anteil war hier immer anwesend.

Verweile noch einige Zeit in deinem göttlichen Zuhause und nimm auch die grenzenlose Liebe wahr. Nehme dir ein Samenkorn der göttlichen Liebe mit und pflanze es in dein Herz, deines physischen Körpers.

Kehre nun mit deinem Bewusstsein wieder zurück und spüre deinen Körper. Nehme deinen physischen Körper wahr und spüre, wie die Energie durch deinen Körper strömt.

Jetzt stell dir vor, dass vom Himmel eine Lichtfontaine auf deinen Körper hinab fällt. Sie hüllt deinen Körper ein und das Licht fließt in jede Zelle deines Körpers. Lasse das Licht nochmals in all deine sieben irdischen Chakren fließen. Sobald du das gemacht hast, bedanke dich bei der göttlichen Ebene für diese wundervolle Erfahrung. Bedanke dich auch bei deinen Chakren. Vergesse deinen Körper nicht und bedanke dich bei ihm für seine vollkommene Funktion.

Völlig erfrischt und hellwach kehrst du dann wieder zurück. Fühlst deinen Körper und dich sitzen oder liegen. Recke und strecke dich und sei im Hier und Jetzt.

Autorin:

Sylvia Reifegerste

Die Große Online Licht-Schulung - Mein NEUES ICH in 12 Schritten

Web: [www.UNITED-SPIRIT-CENTER.com](http://www.UNITED-SPIRIT-CENTER.com)

E-Mail: [info@united-spirit-center.com](mailto:info@united-spirit-center.com)

-----

**Hiermit endet der 11. Schritt der Online-Licht-Schulung**