

# Chakras

## 7.) Kronenchakra (oberhalb des Kopfes)

+ Innerer Frieden, Verbindung mit Allem, höchste Weisheit, höchste Glückseligkeit, Allwissen, Demut, Intuition, Inspiration, Spiritualität  
- Blockade des 6. Zentrums, Materialismus, Blockade der Spiritualität  
Mantra: OM, Edelstein: Diamant, Mineral: Fluor, Empfindung:, Drüse: Epiphyse - Zirbeldrüse

## 6.) Stirnchakra (auf Höhe der Stirn)

+ Intuition, 3.Auge, verbunden mit dem Göttlichen, Sinn und Ziel des Lebens, Klarheit, Wissen, Weisheit, Zirbeldrüse, Geduld, Toleranz, Vertrauen in sich Selbst und in die Anderen, Liebe, Einfühlungsvermögen  
- Hass, Neid, Gleichgültigkeit, Ungeduld, Intoleranz, Ängste  
Mantra: OM, Edelstein: Opal, Mineral: Chlor  
Umfasst: Nase, Augen, Augenbrauen, Gehirn, Kopfhaut, Drüse: Hirnanhangdrüse (Hypophyse)

## 5.) Halschakra (auf Höhe des Halses)

+ Ausdruck der Göttlichkeit, Angst, Träume, Astralreisen, Schilddrüse, entgiften, Eintritt der Seele, Respekt sich und Anderen gegenüber, Traum Charisma, Gebete, Meditation, Ausdruck des Seins, Ausdruck unserer Taten und anderen Menschen gegenüber,  
- Ungesagtes, sich nicht auszudrücken, negatives Selbstbildnis, der Klatsch, Respektlosigkeit, Ungerechtigkeit,  
Subchakra: Bindu-Chakra für körperliche und geistige Gesundheit, Vitalität und Jugend, "Amrit" ("Nektar der Unsterblichkeit")  
Mantra: HAM, Edelstein: Bergkristall, Mineral: Silizium  
Umfasst: Halswirbelsäule, Kehlkopf, Mandeln, Rachenraum, Mund, Speichel, Haare, Ohrmuscheln, Drüse: Schilddrüse

## 4.) Herzchakra (auf Höhe des Brustkorbes)

+ Hingabe, Mitgefühl, Liebe, nicht werten, Verbundenheit, Göttlichkeit,  
- Egoismus, Fehlende Offenheit, Selbstsucht, Egozentrik, Verantwortung an sich zu reisen, welche nicht unsere ist  
Mantra: YAM, Edelstein: Saphir, Mineral: Kalium, Empfindung: Durst  
Umfasst: Herz, Lunge, Brust, Rippen, Haut, Schweiß, Brustwirbelsäule, obere Gliedmaßen, Drüse: Thymus

### 3.) Solarplexus (auf Höhe des Sonnengeflechts)

+ Klarheit, Weisheit, Selbstsicherheit, Wohlbefinden, Glaubenssätze, Nehmen-Geben, Ausgleich, fließen  
verdrängte Emotionen, Schock, Identifikation, inneres Kind, Mut, Motivation, geordnet sein, organisieren können, verwalten können, Bewusstsein  
von wahren Werten, YANG

- Entmutigung, fehlende Motivation, Unordentlichkeit, Unorganisiertheit, Komplexe

Mantra: RAM, Edelstein: Rubin, Mineral: Schwefel, Empfindung: Hunger

Umfasst: Magen, Leber, Gallenblase, Milz, Pankreas, Nieren, Nebennieren, untere Brustwirbel, Nerven, Drüse: Bauchspeicheldrüse

### 2.) Sakralchakra, Nabelchakra (unterhalb des Bauchnabels)

+ Ausscheiden, Unterbewusstsein, Kreativität, Künstlerisches, Tatkraft, Wille, Umsetzung, Neuentstehung, Loslassen, Entscheidung, Zweifel,  
Lebensfreude, Optimismus, gutes Gespür, Aufrichtigkeit, YIN

- Traurigkeit, Weinen, Pessimismus, Stress, Kontraktion, Depression

Mantra: YAM, Edelstein: Beryll, Mineral: Natrium, Empfindung: Müdigkeit,

Umfasst: Dickdarm, Dünndarm, Spitzer der Blase, Wirbelsäule, unterer Bereich der Nieren, Fleisch allgemein, Hormone, Drüse: Nebennieren

### 1.) Wurzelchakra (direkt über dem Schambein)

+ Körper, Materie, unbewusst, verborgene Fähigkeiten, Ausgang für spirituelle Entwicklung, Leidenschaft, Verlangen, Maßlosigkeit, Bestimmung,  
Kampfbereitschaft, Aktion, Weiterkommen, Sexualität, Entscheidungskraft, in der Realität der Dinge sein

- Machtergreifung und Perversionen, Autorität, Gewalt, Aggressivität, Choleriker, Wut, Untätigkeit, Schwierigkeit zu existieren bzw. inkarniert zu sein

Mantra: LAM, Edelstein: Onyx, Mineral: Kalzium, Empfindung: Faulheit,

Umfasst: Beine, Becken, interne/externe Genitalien, After, Unterseite der Blase, Kreuzbein, Steißbein, Blut, Knochen allgemein, Drüse: Keimdrüsen

