



## **Chakren - Was ist das?**

Sichtlich erfreut über ein volles Haus eröffnete Harald Welzel nach der Sommerpause die Vortragsreihe des Freundeskreises Naturheilkunde. Dr. med. Christiane Schuhmacher stellte die seit jeher in allen Kulturen bekannten Chakren vor. Jene nicht sichtbaren, nur spürbaren Energiezentren, die es dem Menschen ermöglichen, sein gesamtes Energiepotential zu erkennen und beispielsweise über Meditation eine Reise in das wunderbare eigene Selbst anzutreten.

Die Chakren sind Teil des komplexen feinstofflichen Energiesystems des Menschen. Sie nehmen unter kreisenden Bewegungen kontinuierlich Energien aus dem Kosmos auf, transformieren und leiten sie über unzählige Energiekanäle an den physisch festen Körper weiter, bzw. geben dessen Energien ab. So findet ein ständiger Austausch der Energien des Menschen mit denen des Äthers statt.

Die sieben Hauptchakren liegen mit ihrer Öffnung nach vorne vor der Wirbelsäule. Sie werden vom Steißbein ausgehend von unten nach oben bis zum Scheitel durchgezählt. Jedes Chakra hat seine ihm eigene Schwingungsfrequenz, wobei die des ersten Chakras am langsamsten ist und sich von Chakra zu Chakra steigert. Die Chakren stehen über Kanäle auf die verschiedenste Art untereinander in Verbindung. Energie fließt ständig unter ihnen hin und her, und alle Chakren beeinflussen sich gegenseitig. Ziel ist ein möglichst guter Energiefluss ohne Blockaden.

Jedes Chakra hat Verbindungen zu Organen und versorgt diese auch energetisch. Störungen können daher Auslöser für bestimmte Erkrankungen sein. Die Chakren sind folgendermaßen vor der Wirbelsäule angeordnet: Das Wurzel- oder Basischakra am Steißbein, das Sakralchakra unter dem Nabel, oberhalb davon das Bauchchakra (auch Solarplexus genannt), das Herzchakra in Brustmitte, das Halschakra am Kehlkopf, das Stirnchakra, bekannt als „Drittes Auge“, in der Stirnmitte, sowie das Kronenchakra am Scheitel.

So eingestimmt und sensibilisiert konnte sich jeder Zuhörer den 28 Fragen des so genannten Chakren-Tests stellen. Die durchnummerierten Fragen sind den sieben Chakren zugeordnet und geben in der Auswertung Aufschluss über den mehr oder weniger gefüllten Zustand der Chakren. Danach folgte eine Kurzvorstellung der einzelnen Chakren mit Erläuterung der dem jeweiligen Chakra zugeordneten Eigenschaft, Farbe, einem auszusprechenden Laut, Verbindungen zu den Organen und damit möglichen Erkrankungen bzw. Heilungsmöglichkeiten.

Der Mensch kann durch Meditationsübungen bewussten Einfluss auf die Chakren nehmen. Zur Heilung von einhergehenden Erkrankungen können Öle (Duftlampe), Pflanzen (Tee, Einreibung), Bachblüten (Tropfenform) sowie Heilsteine (am Körper, im Wasser) hilfreich sein.

Am Ende des Vortrags war Motivation genug vorhanden, die Aufmerksamkeit auf die Chakren zu richten, und doch ab und zu mit Bewusstseinsübungen die Lebensenergie zum Fließen zu bringen.