

## Die sieben Chakren – ihre Lebensthemen und Erfahrungsebenen



### Kronenchakra (Sahasrara)

Farbschwingung: violett

Lebensthema: Universelles Bewusstsein

Erfahrungsebene: physischer Vater, Gottesbewusstsein, Autorität, Führungs- und Intuitionsquelle ...



### Stirnchakra (Ajna)

Farbschwingung: indigoblau

Lebensthema: Erkenntnis

Erfahrungsebene: Bewusstheit der eigenen Individualität, geistiges Bewusstsein, Rollen im Leben, Spiritualität, Klarheit...



### Halschakra (Vishuddha)

Farbschwingung: hellblau

Lebensthema: Kommunikation

Erfahrungsebene: Ausdruck, Kommunikation, Vermitteln, Annahme, auf die Intuition hören, Manifestation (Wünsche)...



### Herzchakra (Anahata)

Farbschwingung: grün

Lebensthema: Liebe

Erfahrungsebene: bedingungslose Liebe, bedingungsloses Geben, Akzeptanz, Beziehungen, Nähe, Öffnung, Hingabe...



### Solarplexuschakra (Manipura)

Farbschwingung: goldgelb

Lebensthema: Persönlichkeit

Erfahrungsebene: Selbstbewusstsein, Kraft, Freiheit, Macht, Abgrenzung, Intellekt, Kontrolle, Beurteilung ...



### Sexualchakra (Svadishtana)

Farbschwingung: orange

Lebensthema: Sexualität, Kreativität

Erfahrungsebene: Sexualität, Geschmack, Gefühle, Nahrung, Partnerschaft, Elternschaft, Körperbewusstsein, Bedürfnisse ...



### Wurzelchakra (Muladhara)

Farbschwingung: kräftiges rot

Lebensthema: Urvertrauen

Erfahrungsebene: physische Mutter, Stabilität, Geborgenheit, Geld, Zuhause, Beruf, Wille zum Leben ...

**TIER SHIATSU SCHULE**

Nachdiplomstudium