

# Chakren - Übersicht

(nach Renée Bonanomi)

Die Chakren sind unsere Energiezentren, welche sich an verschiedenen Stellen unseres Körpers befinden. In der Tabelle unten sind die sieben Hauptenergiezentren beschrieben. Das Thema beschreibt, zu welchem Lebensbereich das Chakra gehört, die Lebensphase und Details, wann und wie man sich mit dem Thema befasst.

Drehung: Dreht sich ein Chakra im Uhrzeigersinn, so befindet es sich in einer Phase des Sendens, im Gegenuhrzeigersinn in einer des Empfangens.

Thema	Name / Farbe Männliche bzw. Wissensebene Weibliche bzw. Gefühlsebene	Lebensphase	Details
Gottes Liebe und Weisheit	Kronenchakra  Farbe: Lila, Violett, Weiss  Männlich	Was ist das Göttliche	Ort: Oben auf dem Kopf Aktivierungsvokal: "i"  Leben des Göttlichen Prinzips
	Drittes Auge  Farbe: Blau  Weiblich		Ort: Vorne zwischen Stirn und Augenbrauen Aktivierungsvokal: "i"  Erfahren und Erkennen des Göttlichen Prinzips
"Selbst-Ich"	Halschakra  Farbe: Türkis  Männlich	Mitte	Ort: Beim Hals Aktivierungsvokal: "e"  Ich gehorche meinem Gesetz und Prinzip
	Herzchakra  Farbe: Grün  Weiblich		Ort: Auf Herzhöhe Aktivierungsvokal: "a"  "Ich"-Liebe, "Ich"-Gefühl
	Solarplexus  Farbe: Gelb  Männlich		Fragen zum "Du"
"Du-Begegnung"	Sakralchakra  Farbe: Orange  Weiblich	und  Fragen zur Erde	Ort: Zwischen Nabel und Schambein Aktivierungsvokal: "o" (geschlossen)  Leben, ohne sich selbst kennen zu müssen, lernen im Spiegel
	Wurzelchakra  Farbe: Rot  Weiblich und Männlich		Ort: Unten am Steissbein Aktivierungsvokal: "u"  Leben, ohne sich selbst kennen zu müssen, lernen im Spiegel