

# Chakrenlehrtafel 01

## Wurzelchakra

Muladhara - Chakra

**Lage:** zw. Anus und Genital

**Öffnung:** nach unten offen

**Farbe:** rot

**Sinn:** Riechen

**Stein:** Rubin, Hämatit, Moosachat

**Element:** Erde

**Körperliche Zuordnung:** alles Feste, Wirbelsäule, Knochen, Nägel, Zähne, Blut, Darmtrakt, Menstruation, Geburt

**Thema:** Verbindung mit der Erde, Stabilität, Durchsetzungskraft, Lebensenergie, Vertrauen

**Drehrichtung:** F: Geg-UZS M: Im-UZS



## Bauchchakra

Svadhistana - Chakra

**Lage:** 2 QF oberhalb des Nabels  
Hara ist 2 QF unterhalb des Nabels

**Öffnung:** nach vorne offen

**Farbe:** orange

**Sinn:** Schmecken

**Stein:** Orangencalcit, Carneol, Mondst.

**Element:** Wasser

**Körperliche Zuordnung:** Beckenraum, Sexualorgane, Blut, Lymphe, Verdauungssäfte, Blase, Niere

**Thema:** Staunen & Begeisterung, Sinnlichkeit, Erotik, Kreativität, das Leben fließen lassen

**Drehrichtung:** F: Im-UZS M: Geg-UZS



## Solar Plexus-Chakra

Manipura - Chakra

**Lage:** vor dem Magen

**Öffnung:** nach vorne offen

**Farbe:** gelb

**Sinn:** Sehen

**Stein:** Gold, Pyrit, Bernstein

**Element:** Luft

**Körperliche Zuordnung:** Magen, unterer Rücken, Bauchhöhle, Milz, vegetatives Nervensystem, Galle, Leber

**Thema:** Entfaltung der Persönlichkeit, Verarbeitung von Gefühlen, Einfluss, Macht, Kraft

**Drehrichtung:** F: Geg-UZS M: Im-UZS



## Herzchakra

Anahata - Chakra

**Lage:** Mitte des Brustbeins

**Öffnung:** nach vorne offen

**Farbe:** grün, rosa, gold

**Sinn:** Tasten

**Stein:** Smaragd, Rosenquarz, Jade

**Element:** Luft

**Körperliche Zuordnung:** Herz, Blut, oberer Rücken, Brustkorb, untere Lunge, Blutkreislauf, Hände, Haut

**Thema:** Liebe, Heilung, Hingabe, Teilen, Selbstlosigkeit, Entfaltung der Herzqualitäten

**Drehrichtung:** F: Im-UZS M: Geg-UZS



## Halschakra

Vishudda - Chakra

**Lage:** zw. Halsgrube und Kehlkopf

**Öffnung:** nach vorne offen

**Farbe:** hellblau

**Sinn:** Hören

**Stein:** Chalcedon, Larimar, bl. Calcit

**Element:** Äther

**Körperliche Zuordnung:** Kehlkopf, Stimme, Nacken, Lunge, Bronchien, Speiseröhre, Kiefer, Kinnbacken, teilw. Zähne, obere Atemwege (+6.Ch.)

**Thema:** Offenheit, Inspiration, Unabhängigkeit, Kommunikation, kreativer Selbstaussdruck

**Drehrichtung:** F: Geg-UZS M: Im-UZS



## Stirnchakra

Ajna - Chakra

**Lage:** 1QF oberhalb der Nasenwurzel, hinter der Stirn

**Öffnung:** nach vorne offen

**Farbe:** indigoblau

**Sinn:** alle Sinne (auch "übersinnliche")

**Stein:** Lapislazuli, Saphir, Sodalith

**Element:** ---

**Körperliche Zuordnung:** Kleinhirn, Nase, Ohren, Auge, Stirn, Gesicht, Nebenhöhlen, Teile d. Nervensystems

**Thema:** Intuition, Willensprojektion, Manifestation, Geisteskraft, Erkenntnis, Entwicklung der inneren Sinne

**Drehrichtung:** F: Im-UZS M: Geg-UZS



## Kronenchakra

Sahasrana - Chakra

**Lage:** Mitte der Schädeldecke

**Öffnung:** nach oben offen

**Farbe:** violett, weiß, gold

**Sinn:** ---

**Stein:** Amethyst, Sugilith, Bergkristall

**Element:** ---

**Körperliche Zuordnung:** Großhirn, Schädeldecke

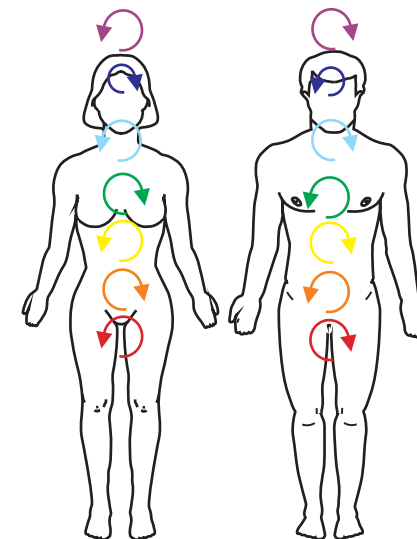
**Thema:** Vollendung, höchste Erkenntnis, universelles Bewusstsein, vereint sein mit der göttlichen Ebene

**Drehrichtung:** F: Geg-UZS M: Im-UZS



Drehrichtung der Chakren bei

Frau & Mann



**Solid Sol Academy**  
Solid Sol Handelsgesellschaft mbH  
Schillingsdorferstraße 25, 8010 Graz / Kainbach  
AUSTRIA [www.rostock-essenzen.com](http://www.rostock-essenzen.com)