

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdruckes stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

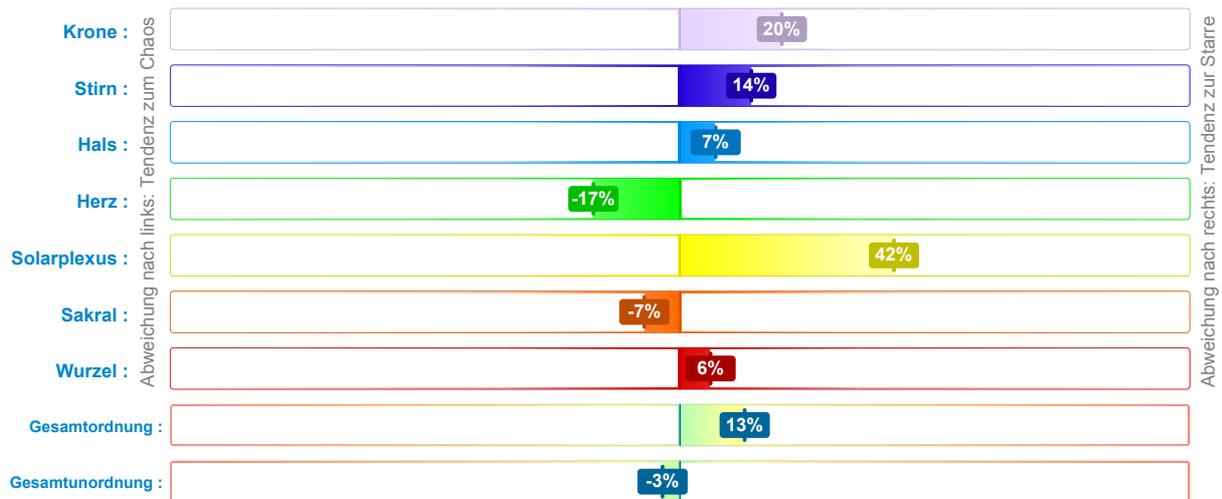
**Aurafotografie vom 26.05.2016, 16:55:51**



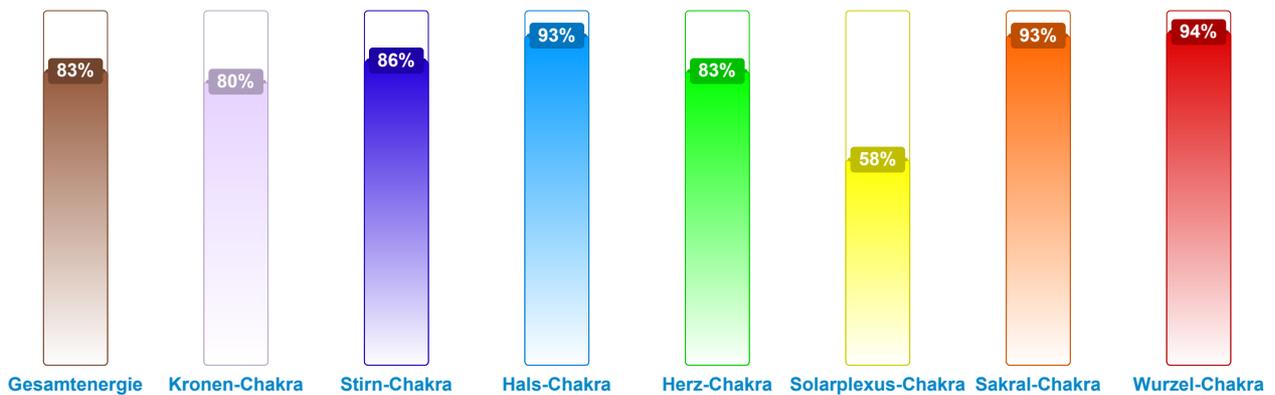
**Tschudi, Markus**  
 Rehweid 8  
 8700 Küsnacht / CH

**UBMT Unternehmensberatung**  
 Markus Tschudi  
 Poststrasse 12  
 8700 Küsnacht  
 044 912 19 15  
 coaching@online-berater.ch

## Chakra-Kohärenz (Zeigt an, wie stark das jeweilige Chakra von der ausgeglichenen goldenen Mitte abweicht)



## Chakra-Energie (Zeigt an, wie "offen" bzw. "optimal" das jeweilige Chakra schwingt)



Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdrucks stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

## 1. Chakra, Wurzel- oder Muladhara-Chakra (Kohärenz 6%, Energie 94%)



Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf Partner, Geld, Zuhause, Beruf, Vertrauen ins Leben, Erdung, Überleben, Sicherheit. Optimierung des Skeletts, der Ausscheidungsorgane, der Nase.

Steht für: Ursprüngliche Lebenskraft; grundlegende Überlebensbedürfnisse des Menschen; körperliche Ebene der Sexualität; Unvertrauen; Verbundenheit mit der Erde; Beziehung zur materiellen Ebene des Lebens; Stabilität und Durchsetzungskraft.

Körper-Zuordnung: feste Bestandteile des Körpers, Knochen, Wirbelsäule, Zähne und Nägel. Beeinflusst Darm, Prostata, Blut und Zellaufbau. Wirksam für die Erdverbundenheit, Impulsgebend für alles sinnlichen Genüsse.

Sinnesfunktion: Geruchssinn

Drüsen: Nebennieren/Milz und vermutlich die Peyerschen Lymphfollikel

Hormone: Adrenalin, Noradrenalin, Aldosteron, Cortison

Affirmation: Mein physischer Körper ist jetzt geheilt. Element der äußeren Geschlechtsorgane und der Nebennieren

Element: Erde

Farbe: Rot

Ton: C

Muladhara bedeutet der Festhalter der Wurzel, wodurch schon auf den Charakter dieses Chakras hingewiesen wird. Es ist der Sitz des Erdelementes und wird durch ein gelbes Quadrat und die Silbe Lam symbolisiert. Es befindet sich am Ende der Wirbelsäule, energetisiert und kräftigt den gesamten Körper und sorgt für unser allgemeines Wohlbefinden. Es beeinflusst das Knochengewebe (Astidhatu), das Muskelgewebe, die in der Nähe befindlichen Organe und auch alle anderen Organe sowie die Nebennierendrüsen, Vitalität, Körpertemperatur, die Wachstumsgeschwindigkeit bei Babies und Kindern und die Qualität des Blutes. Das Erdchakra kontrolliert auch den Geruchssinn, die Nase und den Urogenitaltrakt. Hier liegt das wesentliche Sexualzentrum, denn von hier werden die endokrinen Funktionen der Eierstöcke und der Hoden gesteuert. Eine Fehlfunktion dieses Chakras macht sich eventuell durch geringe Vitalität, Geschlechtskrankheiten, Wachstumsstörungen, Entwicklungsschwierigkeiten oder psychische Störungen bemerkbar und kann unter Umständen Krebs, Knochenkrebs, Leukämie oder Allergien nach sich ziehen. Der Sitz von Apanavata, dem energetischen Faktor für Ejakulation, Geburtswen, Urin und Stuhlgang liegt hier. Muladhara befindet sich auf der Ebene von Annamaya, wo sich auch Kleinkinder befinden. Auf der psychischen Ebene steht es für Selbsterhaltung, Geldverdienen, Erfolgreichsein, Dynamik und für das falsche Ego (Ahankara). Im negativen Sinn für Selbstmordgedanken, viele Ideen aber keine Aktionen und Schlaflosigkeit. Es ist verbunden mit dem Unbewussten, wo die tiefliegenden, primitiven Instinkte und Ängste liegen, deshalb kann es das Tor sowohl zum Himmel als auch zur Hölle sein. Die Kundalini-Kraft befindet sich in Form einer zusammengerollten Schlange an diesem Ort. Sie gilt als die Grundkraft für die Bewusstseinsentfaltung des Göttlichen im Menschen.

Bewusstseinsfunktion: Das erste Chakra verbindet uns mit der Erde und enthält die primäre Lebenskraft, den Überlebenstrieb. In einem harmonischen Zustand erfahren wir durch das Basis-Chakra eine tiefe Verbundenheit mit der Erde und allen Lebewesen. Wir haben tiefes Vertrauen in das Leben, können unsere Spiritualität in den physischen Bereich integrieren und unsere Ziele leicht verwirklichen. Im disharmonischen Zustand lenkt das Basis-Chakra das Denken und Fühlen einseitig auf materiellen Besitz und Sicherheit.

Das Basis-Chakra ist auch zuständig für die körperliche und seelische Widerstandskraft. Störungen von der Energieabgabe und -aufnahme bewirken Erkrankungen im Allgemeinen körperlichen und seelischen Bereich, während Störungen in den übrigen Chakren «nur» lokale Auswirkungen haben. Findet hier ein totaler Verschluss statt, d.h. das Basis-Chakra wird von der Energieaufnahme abgeschnitten, so kommt das ganze Energiekreislaufsystem zum Erliegen. Lässt sich das nicht wieder aktivieren, bricht das menschliche Immunsystem zusammen, weil die kosmische Energie den Körper nicht mehr erreicht. Die anderen Chakren versuchen dann als Ausgleich die Energie aufzunehmen, um den langsamen Zerfall aufzuhalten, jedoch erfolglos. So wie der Magen nicht die Aufgabe der Lunge übernehmen kann, vermag ein Chakra nicht die Aufgabe eines anderen zu übernehmen. Das Versorgungs- und Abwehrsystem gerät außer Kontrolle.

Die Kräfte im Wurzelzentrum, welche in einer von der Entwicklung des Bewusstseins bestimmten Dosierung in die übrigen Chakren einfließen, sind verantwortlich für deren Entfaltung. Die durch das Basis-Chakra aufgenommene Energie steigt hoch zum Scheitel-Chakra (im Idealfall) und ergießt sich in den Ätherkörper, in dessen feinstoffliches Nervensystem. Dieses leitet dann die Energie auch auf diesem Weg über die Nadis wieder dem physischen Körper zu. So ist diese Energie auch Schutz und Nahrung für unsere Nerven.

Auf Über- oder Unterfunktion im Basis-Chakra können Unsicherheit und Labilität, Beinbeschwerden und Krankheiten im Beckenbereich und der unteren Wirbelsäule hinweisen. Störungen in diesem Chakra lassen oft große Lebensangst entstehen. Chronische Krankheiten lassen sich ebenfalls auf Störungen im Basis-Chakra zurückführen und sind oft auch unheilbar, weil ihre Ursachen in der «körperlichen Basis» liegen. Vor Basis-Chakra Übungen ohne Anleitung, bzw. Betreuung wird gewarnt. Alle Entwicklungen im Menschen laufen nach kosmischen Gesetzen ab. Wir können/sollten nichts erzwingen und in die Steuerung der Energien in falscher Weise eingreifen. Der gewaltsame Ausbruch der im Basis-Chakra ruhenden Energien ist einem Dambruch ähnlich, der eine Flut entfesselt, welche alles mit sich in die Tiefe reißt und unter sich begräbt.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdrucks stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

## 2. Chakra, Sakral- oder Svadhistana-Chakra (Kohärenz -7%, Energie 93%)



Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf Sexualität, Gefühle, Emotionen, Körperbewusstsein, Nahrungsaufnahme, Appetit, Elternschaft. Optimierung der Nieren, der Keimdrüsen und der inneren Geschlechtsorgane.

Steht für: Sinnliche Ebene der Sexualität; Erotik; ursprüngliche Gefühle. Innere Verbundenheit mit den befruchtenden und empfangenden Energien in der Natur, schöpferische Kräfte. Loslassen, und mit dem Leben fließen.

Körper-Zuordnung: Der Fluss aller Körpersäfte wird von hier beeinflusst: Blut Lymphe, Schweiß, Verdauungssäfte, Sperma und Urin, sowie die Tränen. Die Eierstöcke, Keimdrüsen und Hoden werden von hier aus hormonell beeinflusst.

Sinnesfunktion: Geschmackssinn

Drüsen: Eierstöcke, Hoden

Hormone: Östrogene, Testosteron, Progesteron

Affirmation: Mein Emotionalkörper ist jetzt geheilt.

Element: Wasser

Farbe: Orange

Ton: D

Dieses Chakra steht im Zusammenhang mit sexueller Energie, nicht nur auf der grobstofflichen Ebene, da es in dem Bereich dieser Organe liegt, sondern auch im emotionalen Bereich. Es steht für das Wasserelement und wird durch einen weißen Halbmond und die Silbe Vam symbolisiert. Es liegt etwa eine Handbreit unterhalb des Nabels und kontrolliert den Geschmackssinn, die Zunge, die endokrinen Funktionen der Nebennieren, die Geschlechtsorgane, die Blase und zu einem gewissen Grad auch die Beine. Apanavayu ist auch hier aktiv und es steht mit dem Fettgewebe (Medhodhatu) in Beziehung.

Im emotionalen Bereich steht es im Zusammenhang mit dem sinnlichen und emotionalen Prinzip der Psyche (Monas), deshalb wird es auch als der Ort beschrieben, an dem alle unsere latenten Samskaras und Eindrücke gespeichert sind. Es stellt somit eine karmische Hürde dar, die überwunden werden muss bei der Höherentwicklung der Kundalinienergie. Unsere Kreativität und unsere Beziehung zu anderen Menschen auf der reinen Ebene sowie die Reflektion unseres Selbst in Beziehung zu unserer Umwelt haben ihren Sitz im Svadhisthana. Mental gestörte Kinder, Kreativität auf einer niederen Ebene, übermäßiger Sexualtrieb oder Impotenz sind Zeichen einer Störung in diesem Bereich.

Bewusstseinsfunktion: Das zweite Chakra ist das Zentrum der emotionalen und sexuellen Energie. In einem ausgeglichenen Zustand hilft es uns, die Liebe des Herzens und die Göttlichkeit der Seele auf menschliche Art und Weise auszudrücken. Das Sakral-Chakra ist dem Wasserelement zugeordnet, aus dem alles biologische Leben hervorgegangen ist und das in der Astrologie dem Krebs/Mond-Prinzip einerseits, und dem Pluto/Skorpion-Prinzip andererseits entspricht. Das Sakral-Chakra ist mit den physischen Fortpflanzungsorganen verknüpft und betrifft gleichermaßen die Kraft des kreativen Denkens. Ständig erschaffen wir durch unsere Gedanken und Gefühle, Hoffnungen und Ängste harmonische oder disharmonische Situationen um uns herum.

Da das zweite Chakra dem Wasserelement zugeordnet ist, geht es hier auch um Reinigung und Läuterung. Es löst auf und schwemmt fort, was erstarrt ist und sich seinem lebendigen Fließen entgegenstellt. Dies äußert sich im körperlichen Bereich durch die entgiftende und ausscheidende Tätigkeit der Nieren und Blase. Auf der seelischen Ebene erleben wir es durch das Loslassen und Fließen lassen der Gefühle, wodurch wir bereit werden, das Leben immer wieder neu und ursprünglich zu erfahren.

Unsere zwischenmenschlichen Beziehungen, insbesondere die zum anderen Geschlecht, werden entscheidend von der Funktion des zweiten Chakras geprägt, wie auch Erotik und sexuelle Vereinigung. Bei fast allen Menschen befindet sich dieses Chakra in einem traumatisierten, disharmonischen Zustand. Gefühle wie Schuld, Ablehnung, jeder in der Kindheit erfahrene Mangel an Liebe, jede Zurückweisung, die zur Schuld und Angst führenden Moralvorstellungen sitzen hier fest. Daraus erfolgt ein emotionales Verhalten, welches auf Vermeidung weiteren Schmerzes ausgerichtet ist.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdrucks stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

### 3. Chakra, Solarplexus oder Manipura-Chakra (Kohärenz 42%, Energie 58%)



Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf Macht, Kontrolle, Freiheit, der eigenen Persönlichkeit und von Verantwortung. Optimierung der Verdauung, der Haut, der Haare, der Nägel, der Muskulatur, der Augen und der Bauchspeicheldrüse.

Steht für: Sitz der Persönlichkeit, bewusste Gestaltung des Lebens. Kraft und Fülle, Einfluss und Macht. Verarbeitung und Transformation der vitalen Antriebe und Wünsche. Integration von Gefühlen und Lebenserfahrungen.

Körper-Zuordnung: Von hier aus werden Magen, Leber, Milz und Galle, das Verdauungssystem und das vegetative Nervensystem mit Energie versorgt.

Sinnesfunktion: Sehvermögen

Drüsen: Bauchspeicheldrüse (Leber)

Hormone: Insulin, Glucagon

Affirmation: Mein Mentalkörper ist jetzt geheilt.

Element: Feuer

Farbe: Gelb

Ton: E

Manipura heißt die Stadt der Juwelen, liegt im Nabelzentrum und wird von einem invertierten Dreieck von leuchtend roter Farbe und der Silber-Rose symbolisiert. Es überwacht das Muskelgewebe (Mamsadhatu), die Sehkraft, die Augen, die Bewegung der Füße und Beine, die Funktion der Pankreas und bestimmter Verdauungsorgane, wie dem Dünndarm und der Leber. Es wird behandelt bei Verstopfungen, Blinddarmentzündungen, verschiedenen anderen Darmläiden, Schwierigkeiten bei der Entbindung und geringer Vitalität. Zusammen mit Swadhisthana befindet es sich auf der Ebene von Pranamayakosha und wird auch als der Speicher von Prana angesehen. Auf der geistigen Ebene steht es in Verbindung mit intellektuellen Fähigkeiten, ist verbunden mit Hitze, Vitalität, Dynamik, Erzeugung und Erhaltung, und es beeinflusst die Fähigkeit des Menschen, Prana aufzunehmen, zu verteilen und zu assimilieren, weil es die Aufnahme durch den Ätherkörper erleichtert.

Bewusstseinsfunktion: Das dritte Chakra trägt unsere innere Kraft, unser Leben zu gestalten in sich. Die Bejahung und sinnvolle Integration der Gefühle und Wünsche, wie auch unserer Lebenserfahrung führt dazu, dass sich das dritte Chakra entspannt und öffnet, wodurch das Licht in uns immer mehr zunimmt. Unsere allgemeine Stimmungslage hängt sehr davon ab, wie viel Licht wir in uns zulassen. Wir fühlen uns innerlich erfüllt, wenn das dritte Chakra geöffnet ist, dagegen ist unsere Stimmung unausgeglichen und düster, wenn es blockiert oder gestört ist. Das dritte Chakra ist der Sitz der Persönlichkeit. Es ist der Ort, wo der Mensch seine persönliche Identifikation findet und sie durch persönliche Kraft, Leistungswillen und Machtstreben, oder auch durch Anpassung an die gesellschaftlichen Normen zu bestätigen sucht.

Man kann es auch das Gefühls-Chakra nennen, da von ihm aus die zwischenmenschlichen Beziehungen, die Sympathien und Antipathien gesteuert werden. Dieses Chakra steht in direkter Verbindung mit dem Astralkörper (Emotionalkörper), welcher Träger unserer Emotionen ist. Die vitalen Antriebe, die Wünsche und Gefühle der unteren Chakren werden hier aufgeschlüsselt, «verdaut» und dabei in eine höhere Energie transformiert, bevor sie zusammen mit den Energien der oberen Chakren für die bewusste Gestaltung unseres Lebens eingesetzt werden.

Eine Verkrampfung/Unterfunktion dieses Chakras ruft im feinstofflichen Bereich eine Art von Atemnot hervor. Diese Unterfunktion kann auf den physischen Körper übergreifen und sich dort als Apathie, Lustlosigkeit und Kraftlosigkeit ausdrücken. Bei Überfunktion reagiert der Mensch mit Aggression und ist überaktiv. Er versucht, das Gefühl von Unzulänglichkeit zu überdecken. Es mangelt an innerer Gelassenheit. Die ständige Ruhelosigkeit kann in ihm Zwänge erzeugen, er ist dann auch oft rechthaberisch und unberechenbar. Der Solar Plexus ist von allen anderen Chakren abhängig, ganz besonders aber vom Sakral-Chakra und den ihm angeschlossenen Organen.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdrucks stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

## 4. Chakra, Herz- oder Anahata-Chakra (Kohärenz -17%, Energie 83%)



Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf bedingungslose Liebe, Geben, Beziehungen, Akzeptanz, Freude. Optimierung der Atmungsorgane, des Herzens, dem Kreislauf, der Thymusdrüse und des Immunsystems.

Steht für: Zentrum der Liebe, Hingabe, Selbstlosigkeit, Heilung. Einfühlung und Mitempfinden. Wahrnehmung der Schönheit und Harmonie in Natur und Kunst.

Körper-Zuordnung: Versorgt Herz und Kreislauf, auch beeinflusst es über die Thymusdrüse das Immunsystem, das zu besseren Abwehrkräften führt.

Sinnesfunktion: Tastsinn

Drüsen: Thymusdrüse

Hormone: Thymosin

Affirmation: Mein Astralkörper ist jetzt geheilt.

Element: Luft

Farbe: Hellgrün

Ton: Fis/ges

Anahata bedeutet der unberührte Ton, denn hier beginnt die verbale und geistige Artikulation. Es steht in Beziehung mit anahata nada dem subtilsten kosmischen Klang, der nur in der höchsten Stufe der Meditation wahrgenommen wird. Es liegt auf der Höhe des Herzens und wird durch einen sechseckigen, rauchfarbigen Stern (Hexagramm) und die Silbe Yam repräsentiert. Das Blutgewebe (Raktadhatu) steht in Beziehung zum Luftchakra, das auch den Tastsinn, Haut, Kreislauf und Thymusdrüse beherrscht. Krankheiten des Herz- und Kreislaufsystems werden hier behandelt.

Im feinstofflichen Bereich besteht ein Zusammenhang mit dem noch befangenen Bewusstsein (Chitta) und es öffnet uns die Tore zu Gefühlen der universalen Liebe. Personen die ihr Anahata entwickelt haben sind generell sehr sensibel anderen Personen gegenüber und ihr Tastsinn ist sehr ausgeprägt. Solche Menschen haben die Fähigkeit andere durch Berührung oder Energieübertragung zu heilen. Viele Menschen, die mysteriöse Heilungen vollbrachten, taten dies durch ihr Anahatachakra. Es ist das Zentrum der göttlichen Liebe und es ist hier, wo sich unsere Emotionen in reine Hingabe zum Höchsten ausdrücken. Doch hier liegt auch Vishnu granthi, die zweite Hürde, die emotionale Anhaftung repräsentiert. Wenn diese Hürde überwunden wird, wird man frei von aller Selbstzentriertheit, Egoismus, emotionaler Anhaftung und erreicht dadurch mentale und emotionale Kontrolle, Ausgeglichenheit und Frieden. Anahata ist verbunden mit Manomayakosha, das die Voraussetzung dafür ist, dass wir unsere Gedanken, Sinne und Aktivitäten kontrollieren lernen können.

Bewusstseinsfunktion: Das Herz-Chakra bildet den Schlüssel zur geistigen Entfaltung. Die Entwicklung des Herz-Chakras bestimmt die allgemeine Lebenseinstellung. Die Fähigkeit zur selbstlosen Liebe ist abhängig von der Schwingung dieses Chakras. Ein gut entwickeltes Herz-Chakra lässt eine warme Ausstrahlung entstehen, welche die Herzen der Mitmenschen öffnet und Vertrauen weckt. Herzlichkeit und Fröhlichkeit sind Gefühlsäußerungen, welche hier ihren Ursprung haben. Die Ausbildung des Herz-Chakras bestimmt die Reinheit und Qualität unserer Gedanken und unserer gefühlsmäßigen Beziehung zu Gott. Menschen mit einem schwach ausgebildeten Herz-Chakra sind oft anderen gegenüber gehemmt. Ihr Händedruck ist kaum spürbar. Mangelnde Sensibilität, Taktlosigkeit und Kontaktarmut zeichnet sie aus. Die Folgeerscheinungen im gesundheitlichen Bereich sind nervöse Herzbeschwerden und Kreislaufstörungen. Das seelische und körperliche Gleichgewicht geht verloren. Bei Störungen des Herz-Chakras kann der gefühlsmäßige Bezug zum Körper (ganz) verloren gehen.

Wenn die Emotionen des 2. und 3. Chakras nicht geklärt sind, wird die intensive Liebe eines offenen Herz-Chakras von Verhaltensmustern durchzogen, welche hier noch verstärkt werden. In einer ausgewogenen Entwicklung dagegen öffnet das Herz-Chakra uns den Zugang zu wahrhaft erfüllender Liebe. Es ist das Zentrum wahrer, bedingungsloser Liebe, einer Liebe, welche nur um ihrer selbst willen da ist, die man nicht haben oder verlieren kann. Das Herz-Chakra wird oft «Tor zur Seele» genannt, denn es ist nicht nur der Sitz unserer tiefsten und lebendigsten Gefühle der Liebe. Wir können über dieses Energiezentrum mit dem universellen Teil unserer Seele, dem göttlichen Funken in uns in Verbindung treten.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdrucks stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

## 5. Chakra, Kommunikations- oder Vishuddha-Chakra (Kohärenz 7%, Energie 93%)

Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf eigene Individualität, Intuition, Kommunikation, Ausdruck durch Sprache, Gedanken und Körper, Annahme kosmischer Fülle. Optimierung der Ohren, des Stoffwechsels, der Schilddrüse, des Halses, des Nackens, der Schultern, der Arme und Hände.

Steht für: Kommunikation, Ausdruck unserer Gedanken und Gefühle, Kreativität. Wahrnehmung der inneren Stimme, Inspiration, Kontakt mit dem innewohnenden Geist. Selbstbestimmung, Unabhängigkeit, Offenheit für feinstoffliche Dimensionen.

Körper-Zuordnung: versorgt die Schilddrüse mit Energie, steuert damit Hunger und Durst. Ohren, Hals-, Nacken- und Kieferbereich, Bronchien und obere Lungen, Speiseröhre und Stimmbänder werden vom Halschakra mit Energie beeinflusst.

Sinnesfunktion: Gehörsinn

Drüsen: Schilddrüse

Hormone: Thyroxin

Affirmation: Mein Ätherkörper ist jetzt geheilt.

Element: Äther

Farbe: Hellblau

Ton: Gis/as

Dieses Chakra gilt als sehr subtil und rein, was auch sein Name Vishuddha ausdrückt. Es liegt in der Mitte des Halses oder der Kehle, energetisiert und kontrolliert die Schilddrüse, die Nebenschilddrüsen, das Lymphsystem und beeinflusst zu einem gewissen Grad das Swadhisthanachakra. Es ist desweiteren mit dem Körpergewebe Plasma (Rasa), den Ohren, dem gesamten Sprachapparat, den Atmungsorganen und den feinen Elementen für den Schall verbunden. Eine Fehlfunktion dieses Chakras macht sich durch Erkrankungen wie etwa Kropfbildung, rauher Hals, Stimmverlust, Asthma oder andere Krankheiten, die mit dem Hals in Verbindung stehen, bemerkbar. Udanavata, derjenige Aspekt von Vata, der für die Kommunikation nach außen verantwortlich ist, sitzt im Vishuddha. Hier finden wir auch die höhere Kreativität. Künstler, Sänger, Tänzer und Schauspieler haben ein ausgeprägtes Vishuddhachakra. In einem gesunden und aktiven Chakra kann Nektar, von dem gesagt wird, dass er vom bindu herunter in dieses Chakra tropft und Vitalität, Gesundheit und Langlebigkeit erzeugt, erfahren werden. Wenn man über das Vishuddha meditiert wird der Geist rein und leer, frei von Gedanken, wie der Äther. Die Fähigkeit, Gift zu neutralisieren, ob von innen oder außen kommend, ist eine Eigenschaft von Vishuddha. So können alle negativen Eindrücke des Lebens aufgenommen und in positive Emotionen umgewandelt werden. Dieses Chakra, das mit dem Vijnanamayakosha verbunden ist, ist verantwortlich für unsere geistige Entwicklung und ist das Zentrum, durch das wir die Schwingungen von anderen Menschen aufnehmen. Wenn Vishuddha gereinigt ist, wird der Gehörsinn sehr scharf, nicht nur durch die Ohren sondern auch durch den Geist. Außerdem heißt es in den Yogatexten, dass dann alle Krankheiten verschwinden und sogar ein alter Mann wieder jung werden kann, was aufgrund des Nektars, der aus dem bindu tropft, der eine konzentrierte Form von Prana ist, stattfindet.

Bewusstseinsfunktion: Das Hals-Chakra ist das Kommunikationszentrum. Die Aktivierung des Hals-Chakras weckt das Verlangen nach Mitteilung, Gedanken über Klang oder Symbole auszudrücken. Die Sprache ist sehr phantasievoll und gleichzeitig sehr klar. Die innere Aufrichtigkeit sich selbst und anderen gegenüber drückt sich auch in einer aufrechten Haltung aus. Wir können aber nur das ausdrücken, was wir in uns finden. So bekommen wir über dieses Chakra zunächst einmal die Möglichkeit zur Selbst-Reflektion, und die Voraussetzung dafür ist ein gewisser innerer Abstand. Hier besitzt man die Gabe, anderen mit dem Herzen und mit innerem Verständnis zuzuhören. Je weiter dieses Zentrum entwickelt ist, umso mehr Wärme kommt in die Stimme. Das Hals-Chakra dient als Brücke zwischen unserem Denken und Fühlen, zwischen Kopf und Herz.

Mit der Entwicklung des Hals-Chakras werden wir uns mehr und mehr unseres Mentalkörpers bewusst und wir können seine Funktion von der Funktion des Emotionalkörpers, des Ätherkörpers und des physischen Körpers trennen. Das bedeutet, dass unsere Gedanken nicht mehr von physischen Empfindungen vereinnahmt werden, wodurch eine objektive Erkenntnis möglich wird. Ein geöffnetes Hals-Chakra ist frei von Ängsten, verleiht Furchtlosigkeit und Vertrauen in die höhere Führung; die Mentalkräfte werden aktiviert (-> Gefahr von geistiger Arroganz). Eine Blockade kann Kommunikationsschwierigkeiten bewirken, eine klare Selbstdarstellung verhindern und die Verbindung zwischen Kopf und Herz ist gestört. Intellektuelle Abkapselung, Beschwerden der Halswirbelsäule und des Schultergürtels sind darauf zurückzuführen.

Die spirituellen Energien können so im wahrsten Sinne des Wortes im Hals stecken bleiben. Dann findet ihre transformierende Kraft nur schwer den Zugang zu den Gefühlen. Die Energien der unteren Chakren geben den oberen nicht die erforderliche Durchsetzungskraft und Stabilität, um die Spiritualität im Leben zu verwirklichen. In der Konsequenz bedeutet dies wieder, das 2. und das 3. Chakra zu klären.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdruckes stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

## 6. Chakra, Drittes-Auge- oder Ajna-Chakra (Kohärenz 14%, Energie 86%)



Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf Yin-Yang-Bewusstsein, geistiges Bewusstsein, für übersinnliche Wahrnehmung und für Visionen. Optimierung des Hormonsystems, der Hypophyse und gesundem Wachstum.

Steht für: Erkenntnisfunktionen, Sitz des Geistes und des Verstandes. Entwicklung außersinnlicher Wahrnehmung, Intuition. Fähigkeit zur Visualisation. Projektion unseres Willens, Manifestation durch Gedankenkraft.

Körper-Zuordnung: Hormoneller Einfluss über die Hypophyse, das Steuerungszentrum aller Drüsentätigkeit im Körper. Das Stirnchakra versorgt das zentrale Nervensystem mit Energie.

Sinnesfunktion: Außersinnliche Wahrnehmung

Drüsen: Hirnanhangsdrüse (Hypophyse)

Hormone: Vasopressin, Pituitrin

Affirmation: Mein Spiritueller Körper ist jetzt geheilt.

Element: Innere Melodie

Farbe: Indigo

Ton: A

Ajna bedeutet Kontrolle und ist das Kommandozentrum oder wird auch manchmal als das Guruchakra bezeichnet, weil von hier aus die anderen Chakren kontrolliert werden. Das dritte Auge ist der Sitz der feinen Essenz Äther und liegt zwischen den Augenbrauen im inneren des Kopfes. Es wird durch einen silberfarbigen Punkt und die Silbe Ksham, die Geduld, Frieden und Stärke bedeutet, repräsentiert.

Das Nervengewebe (Majjadhatu) und die Hypophyse stehen in direkter Beziehung, auch die Augen, die Nase, Gehirn und andere Organe liegen in seinem Einflussbereich. Selbst bei der Diabetestherapie spielt beispielsweise das Ajna eine bedeutende Rolle. In diesem Chakra treffen sich die drei Hauptkräfte, Ida, Pingala und Sushumna und verbinden sich zu einem Strom von Bewusstsein, der zum Sahasrarachakra fließt, durch das wir die Verbindung mit dem Höchsten erreichen.

Bewusstseinsfunktion: Das 3. Auge ist das Zentrum des Christusbewusstsein und der übersinnlichen Wahrnehmung. Bei vollständiger Entwicklung des 3. Auges besitzt der Mensch bewusste Kontrolle über jede Zelle des physischen Körpers.

Ein optimal ausgebildetes Stirnzentrum vermag alle negativen Erfahrungen im Unterbewusstsein aufzulösen. Heute, morgen gibt es nicht mehr, es existiert nur noch der Augenblick. Die Grenzen des rationalen Verstandes sind überschritten. Ein Mensch mit einem geöffneten 3. Auge lebt aus seiner Mitte, löst all seine Probleme im Sinne des Geistigen Gesetzes, in ihm ist vollkommenes Gleichgewicht. Dazu müssen alle anderen fünf Chakren vollkommen geöffnet und tragfähig sein, ansonsten hält ein Mensch diesen «Geistigen Lichtstrahl» physisch gar nicht aus. Das Stirn-Chakra kann sich also nur entfalten, wenn alle Wünsche des Egos in den Hintergrund treten, wenn Emotionen lautlos und ruhig geworden sind, wenn wir in jeder Hinsicht gelassen und neutral sind. In diesem Zustand der inneren Stille nimmt die Strahlkraft der Geistigen Sonne an Intensität zu. Die Grenzen des Verstandes lösen sich auf - wir bekommen Zugang zu tiefem Wissen, kosmischem Bewusstsein.

Im gesundheitlichen Bereich ist das Stirn-Chakra für die Augen zuständig. Ein blockiertes Chakra ruft oft Vergesslichkeit und verworrene Gedanken hervor. Die außersinnlichen Fähigkeiten wie Hellhören, Hellsehen, etc. sind nur möglich, wenn das Herz- und das Stirn-Chakra optimal zusammen funktionieren. Beispielsweise wirken zum Hellsehen das Herz-Chakra und das 3. Auge zusammen, um die aufgenommene feinstoffliche Energie in «Bilder» umzuwandeln.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdruckes stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

## 7. Chakra, Kronen- oder Sahasrara-Chakra (Kohärenz 20%, Energie 80%)

Harmonisiert und heilt Bewusstwerdung und Erfahrungen in Bezug auf die Erkenntnis, ein geistiges Wesen (Seele) in Einheit mit dem universellen Bewusstsein zu sein. Integration des ganzen Seins, Einfühlungsvermögen, Aspekte Vater, Männer, Gottvater, Autoritäten und der Lebensrichtung. Optimierung des Gehirns, des Nervensystems und der Epiphyse.

Steht für: Verschmelzung mit dem universellen Sein, höchste Vollendung, Einheitsbewusstsein

Körper-Zuordnung: Steuert die Entwicklung über die Zirbeldrüse, und es ist verantwortlich für die Körperliche Größe.

Sinnesfunktion: Einfühlung

Drüsen: Zirbeldrüse (Epiphyse)

Hormone: Serotonin, Melatonin

Affirmation: Mein Kausalkörper ist jetzt geheilt.

Element: Inneres Licht

Farbe: Weiss-Violett

Ton: ais/b

Das Scheitelchakra befindet sich am höchsten Punkt des Kopfes und wird mit einem tausendblättrigen Lotus verglichen. Ihm ist die höchste Silbe Om (Aum) zugeordnet und es repräsentiert das reine Bewusstsein, die Verbindung zum Göttlichen. Hier ist es, wo wir die göttlichen Inspirationen durch die Überseele (Paramatma) und die göttliche Kraft zum Heilen erhalten. Das Sahasrarachakra kontrolliert die Funktion der Zirbeldrüse (Epiphyse) und hat eine Verbindung zur höchsten Gewebeform (Sukradhatu). Hier entwickelt sich das Fortpflanzungsgewebe zur feinsten energetischen Form, während es sich schon durch den Aufstieg durch die anderen Chakren verfeinert hat. An diesem Punkt, heißt es, tritt die Seele aus, wenn sie nach dem Ableben in dieser Welt in höhere Dimensionen gelangt.

Bewusstseinsfunktion: Das Scheitel-Chakra ist die Verbindung zum Höheren Selbst, es ist der Zugang zum kosmischen Bewusstsein und zu vollkommener Weisheit. Ist dieses Chakra erweckt, dann ist seine Aufgabe, den feinsten Äther und kosmische Energien aufzunehmen und es sendet selber Energien aus. Diese bezieht das Scheitel-Chakra ausschliesslich aus der Kausalebene und aus dem Göttlichen Bewusstsein. Nach einer solchen Entwicklung ist das persönliche Energiefeld des Menschen mit allen Krauffeldern des Universums verbunden. Die Dualität, die Zeit lösen sich auf -> Erleuchtung.

Sind die unteren Chakren weniger entwickelt, tendiert der Mensch zu einer unausgeglichener Entwicklung und zur Weltflucht: z.B. steht er über den weltlichen und körperlichen Dingen, er schwebt über den Wolken und verliert den Realitätsbezug. Blockaden in diesem Chakra im eigentlichen Sinne gibt es nicht. Es kann nur mehr oder weniger entwickelt sein, weil das Scheitel-Chakra die Quelle und der Ausgangspunkt für die Manifestation aller übrigen Chakra-Energien ist.

Die Erkenntnis, die wir über das Scheitel-Chakra erhalten, geht noch weit über das Wissen hinaus, welches uns über das 3. Auge zuteilwird. Was wir früher intellektuell und später intuitiv erfasst haben, gelangt nun zu einem vollkommenen Verstehen. Wir erleben die verschiedenen Ausdrucksformen der Schöpfung als Plan des Göttlichen Bewusstseins, mit dem wir eins geworden sind.

Hinweis: Der Inhalt dieses Ausdruckes stellt keine medizinische Diagnose dar und die mögliche Wortwahl z.B. "Heilung von..." und "Auflösung von Ursachen..." sind keine Heilversprechen im medizinischen Sinn. Die folgende Optimierung stellt keine medizinische Diagnose oder Therapie dar! Sie kann eine Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

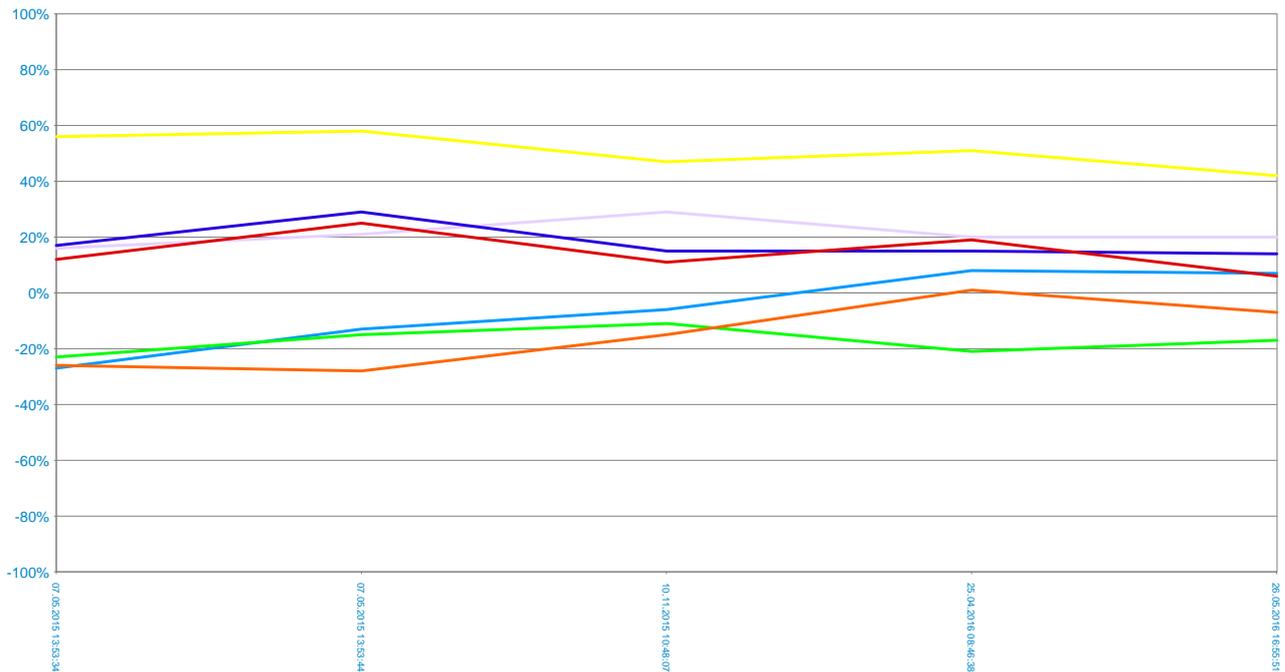
## Verlauf der Aurafotografie vom 07.05.2015 bis 26.05.2016



**Tschudi, Markus**  
 Rehweid 8  
 8700 Küsnacht / CH

UBMT Unternehmensberatung  
 Markus Tschudi  
 Poststrasse 12  
 8700 Küsnacht  
 044 912 19 15  
 coaching@online-berater.ch

### Chakra-Kohärenz



### Chakra-Energie

