

## Das 12-Chakra-System: Kannst du es fühlen?

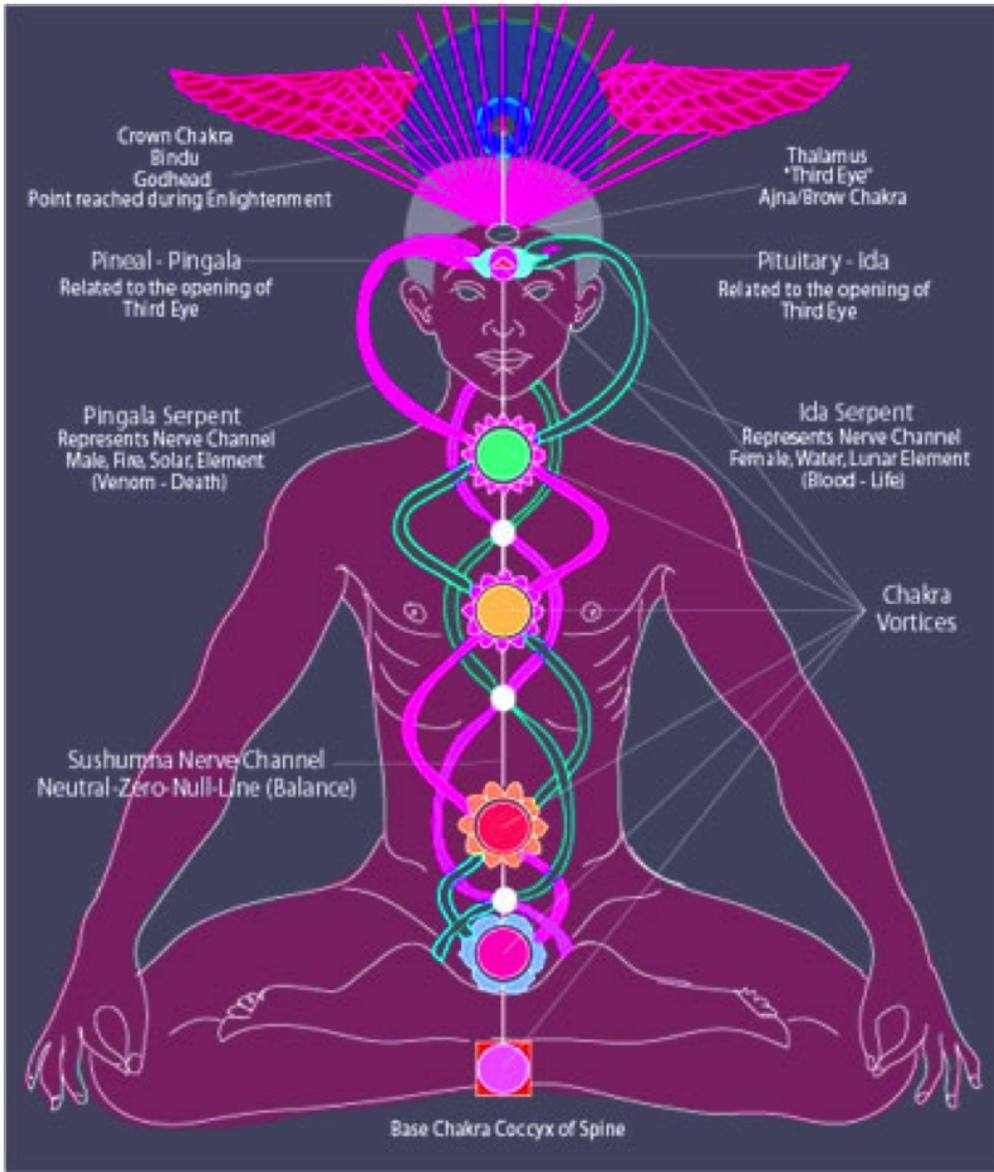
Von Lauren auf [fractalenlightenment.com](http://fractalenlightenment.com); übersetzt von Taygeta

*Dank der lichtvollen Arbeit von [spiritscape](http://spiritscape) können wir diesen Beitrag auch als [Video](#) anbieten!*

Die meisten von uns kennen das Chakrasystem, das einen direkten Bezug hat zu unserer Wirbelsäule, und einige haben es sogar gelegentlich erforscht. Traditionell spricht man von sieben Chakren, welche sind: das Wurzel-, Sakral-, Solarplexus-, Herz-, Hals-, Drittes Auge- und Kronenchakra. Als ich kürzlich meine Chakren reinigte, habe ich festgestellt, dass sich meine Aufmerksamkeit zu neue Zentren hingezogen fühlte, die mehr Achtsamkeit erfordern als die anderen. Neugierig geworden begann ich mich zu erkundigen und entdeckte, dass es ein weiteres, neues System gibt, das mit den anderen Zentren in Zusammenhang steht.



Abgesehen von diesen zusätzlichen Zentren gibt es, wie du vielleicht schon bemerkt hast, ein paar weitere Änderungen. Wenn man beginnt in die 4. und 5. Dimension überzugehen, beginnen die unteren drei Chakren zu verschmelzen und das Kehlkopf- und das Herzchakra werden eins.



Wenn die Seele beginnt

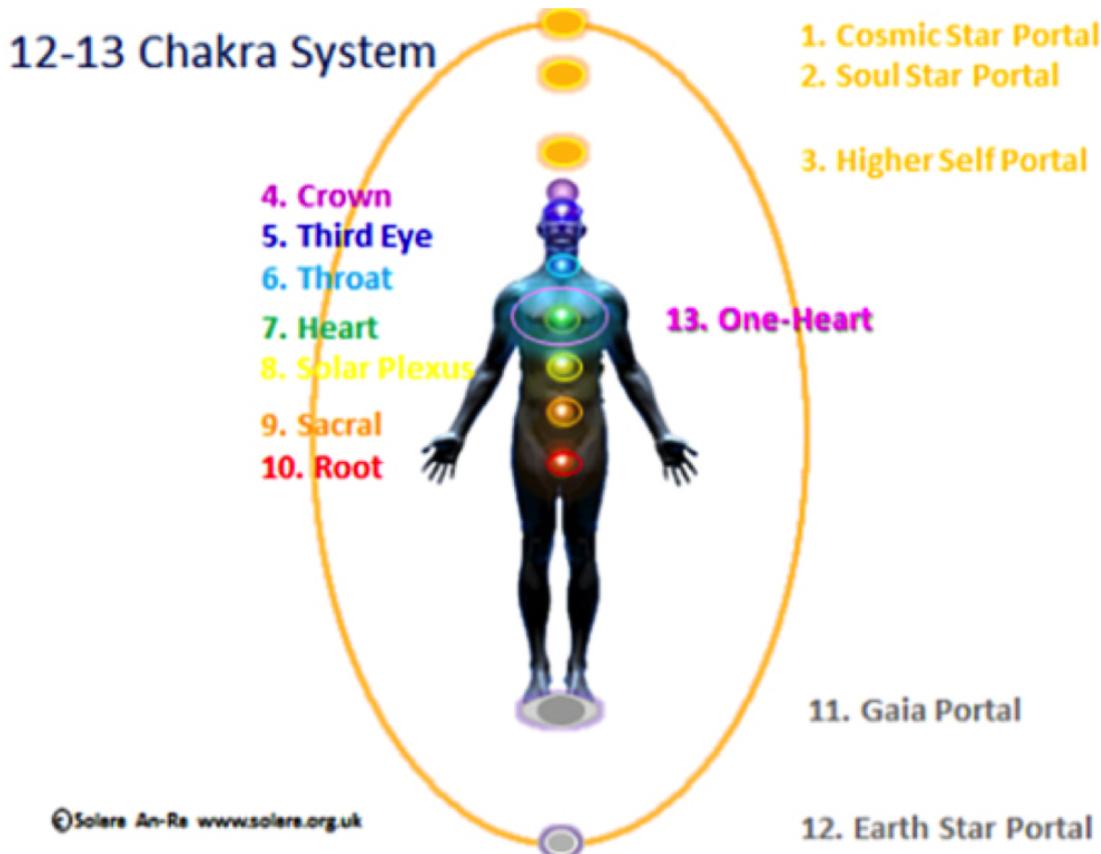
die Dualität zu transzendieren, welche speziell durch das Sakralchakra repräsentiert wird, nimmt die Anhaftung an die materielle Welt ab und es verschmelzen daher diese unteren Zentren miteinander. Tiefliegende Ängste werden aus dem Wurzelchakra freigesetzt und kommen zusammen mit der Konzentration auf Sex und Geschlecht aus dem Sakralchakra und dem Ego-Ungleichgewicht und Projektionen aus dem Solarplexuschakra. Die Verschmelzung der Hals- und Herz-Chakren ist besonders spürbar, wenn man seinen Lebenszweck gefunden haben und zu einer Verkörperung des Selbstaussdrucks geworden ist; dein ganzes Leben wird dein Kunstausdruck und du kannst deinen Kopf darauf ausrichten, dass jedes Wort, das du sprichst, Konsequenzen hat. Du wirst dir bewusst, dass du mit den Worten, die du sprichst, buchstäblich deine Realität zum Ausdruck bringst, ob du zu dir selbst und mit anderen sprichst.

**Hier sind die anderen Chakren im 12-Chakra-System:**

## **Der Erd-Stern**

Das Erd-Stern-Chakra ist unsere direkte Wurzel hinunter in die Erde. Es ist das, was uns mit der Erde verbindet und uns erlaubt, in dieser Realität zu handeln. Es ist auch unsere direkte Verbindung mit dem Mutterprinzip, und wenn es umwölkt oder nicht ganz offen ist, kann es die Mutterwunde nähren, eine Ablehnung des göttlichen Weiblichen.

Unsere Trennung von diesem Chakra – als Spezies – die eine Folge der Konsumentenhaltung in unserem modernen Leben ist, verzehrt die Ressourcen der Erde. Seit Äonen haben wir wie ein Parasit nur genommen ohne etwas zurückzugeben, und ohne unsere Mutter zu respektieren.



Wir können das umdrehen (wieder in die richtige Richtung bringen), indem wir auf einer persönlichen Ebene zurückgeben. Verbinde dich mit diesem Chakra, indem du liebevoll in die Erde atmest, bis du es findest. Tue das in drei langen tiefen Atemzügen und frag dann, wie du der Erde dienen kannst. Reinige die anderen Chakren, und wenn du die Krone erreichst, lass die Energie durch deinen Körper in den Erdstern fließen, und gib Gaia Energie und Schutz durch das Vaterprinzip. Du wirst zu einem Leiter, zu einer Säule aus weißem oder blauem Licht.

Versuche dies den ganzen Tag hindurch immer wieder zu tun. Es wird dich erden und dir unbegrenzte Energie und friedliche Gedanken geben. Bilde nun eine zweite Säule – eine, die Informationen und Energie von Gaia an die Sterne sendet. Indem du diese beiden Energieströme, einer von der Erde hinauf und einer zu ihr herunter kommend, in eine Balance bringst, hilfst du beim Anheben des globalen Bewusstseins und hilfst dem Planeten beim Aufstieg.

## Das Gaia Portal

Das Gaia-Portal ist der Ort, an dem wir die Erde berühren. Anders als die Wurzel ausserhalb unseres Körpers, die uns den Halt gibt, ist es der Ort, wo wir eine direkte Verbindung mit Gaia haben – nämlich über unsere Füße. Probleme mit den Füßen können unser ganzes Wesen beeinflussen, also ist es wichtig, sich um sie zu kümmern.

Gehe in die Reflexzonen-Massage oder eine gewöhnliche Fussmassage oder kümmere dich

sonst regelmässig um deine Füsse, um ihnen deine Liebe zu zeigen.

Gehe so viel wie möglich barfuss, und wenn du Probleme mit schwachen Knöcheln oder der Fussstellung hast, gehe auf Sand. Spüre, wie die Energie der Erde sich durch deine Füsse nach oben bewegt, und wenn du zum Herz-Chakra meditierst, sende Liebe zu deinen Beinen und Füßen und jenen Bereich, wo sie die Erde berühren. Bewegungspraktiken wie Tanz und Qi Gong sind ebenfalls hervorragende Möglichkeiten, diese Verbindung neu auszugleichen.

## **Das Eine-Herz-Chakra**

Das Eine-Herz-Chakra ist das Chakra, das wir wahrscheinlich während der Meditation öffnen und uns dabei mit ihm verbinden. Das Herz-Chakra befindet sich dort, wo sich unser Herz befindet; und das Eine-Herz zentralisiert ist; direkt aus der Wirbelsäule entspringend. Es empfiehlt sich, getrennt sich mit beiden zu verbinden; sowohl dein "echtes" Herz ehrend, wo irgendwelche Blockaden oder festsitzende Emotionen wohnen könnten, aber auch das Eine-Herz, das uns mit der kollektiven Liebe verbindet und all den Wunden, die wir alle haben.

Wenn wir Wärme um die Lunge und um die Schultern zirkulieren lassen, dann beginnen dein Herz- und Hals-Chakra zu verschmelzen, und es wird alle Trauer, die in der Lunge und im Metall-Element des Körpers festsitzen könnte, erwärmt.

Die Schultern sind auch der Ort, wo wir Verantwortung und Lasten tragen. Damit sind diese Gebiete direkt verbunden mit unseren Herzen und mit der Art, wie wir mit unserem Hals-Chakra reden. Wenn wir erlauben, dass die Energie frei zwischen diesen Zentren fließt und diesen ganzen Bereich des Körpers erforschen, werden alte Muster freigesetzt und wir richten uns auf die höherdimensionalen Frequenzen aus.

## **Das Portal des Höheren Selbst**

Das Höhere Selbst-Portal liegt, nicht unähnlich zum Gaia-Portal, nicht im physischen Raum, in dem das Kronen-Chakra wohnt, sondern im Raum einige Zentimeter über dem Kopf. In der Meditation über das Kronen-Chakra hast du dich vielleicht schon in diesem oberen Bereich bewegt, und je mehr du experimentierst, desto mehr wirst du subtile Unterschiede in den Räumen über deinem Kopf bemerken. Das Höhere Selbst-Portal ist ein Portal in die 4. Dimension, wo wir anfangen, direkt mit unserem Höheren Selbst zu kommunizieren und die Kluft zwischen unserem bewussten Teil und dem, zu was wir wirklich fähig sind, zu überbrücken. Mit dem Verweilen im Höheren Selbst-Portal lohnt sich zu experimentieren, da wir Einblick in unsere wahre Macht und die Kontrolle, die wir eigentlich in unserem Leben haben, bekommen können. Indem wir zum Höhere Selbst-Portal Zugriff haben, können wir uns mit unserem göttlichen Potenzial verbinden.

## **Seelen-Stern**

Ich habe die verschiedenen Variationen der oberen Chakren hier nicht miteinbezogen, da es dort ziemlich kompliziert werden kann. Aber im Allgemeinen ist der Seelen-Stern unsere direkte Verbindung mit dem Vaterprinzip. Der Seelen-Stern erlaubt uns, die Vaterwunde zu heilen und kosmischen Schutz zu genießen. Meditieren über den Seelen-Stern kann auch helfen, uns mit unseren vergangenen Leben zu verbinden, Karma aus vergangenen Leben zu heilen und

Klarheit zu bringen in unsere Seelen-Muster. Denn man nimmt an, dass die wahre Natur des Geistes himmlisch ist, und das Meditieren über dieses Chakra wird uns bei allen schwierigen Problemen, die wir haben, hilfreich sein.



Senden wir Probleme, die wir nicht lösen können, hinauf in diesen Bereich, kann das uns helfen, Antworten zu finden. Und indem wir uns dorthin bewegen, um unsere wahren Wünsche zu manifestieren, können sich in unserem Leben wundersame Veränderungen ergeben. Im Allgemeinen "schickt man Raketen" mit Intentionen in die oberen Chakren, bis sie deine inhärente Göttlichkeit erreichen. Dies wird die Manifestation beschleunigen, und das erklärt auch, warum es so viele patriarchalische Religionen gibt, in denen das Gebet die Methode der Verehrung ist.

Der Seelen-Stern in Verbindung mit unserem "Absichtspunkt" – dort wo das Herz- und das Hals-Chakra zusammenkommen – ergibt die Manifestationen in unseren Leben. Wenn du nicht das Leben lebst, das du gerne möchtest, dann versuche diese Bereiche zu erforschen und Fragen zu stellen, während du deinen Fokus dort behältst. Den ganzen Tag über, wenn du dich daran erinnerst, reinige deinen Absichts-Punkt, und bewege dich zu deinem Seelen-Stern, wenn du in tiefer Meditation bist. Wie mit dem Erd-Stern wird auch dies dein Gefühl der Zugehörigkeit erhöhen – ein entsprechender Mangel ist der Grund für so viel Depressionen in der Welt – und dies wird dir erlauben, dich auf deine Absichten zu konzentrieren und dich neu auszurichten auf den Zweck deiner gegenwärtigen Inkarnation.

Es gibt einige Differenzierungen in den oberen Chakren, indem zum Beispiel die Anordnung Seelen-Stern-Chakra, Spirituelles Chakra, Universelles Chakra, Galaktisches Chakra und Göttliches Tor-Chakra vorgeschlagen wurde. Aber ich denke, das Beste ist, für sich selbst zu experimentieren. Einige Quellen geben an, dass es im ganzen System insgesamt 22 Chakren gebe ...

In deiner eigenen persönlichen Praxis kannst du das durchaus auch anders wahrnehmen, denn es kann Unterschiede geben von Individuum zu Individuum. Für diejenigen, die ein Trauma

erlebt haben und in den oberen Chakren verloren gegangen sind, weil sie nicht genügend geerdet waren, kann es hilfreich sein, sich mehr auf die unteren Chakren zu konzentrieren, vor allem auf das Erd-Stern-Chakra und das Gaia Portal, um das Gefühl der Zugehörigkeit zu erhöhen und die Energieniveaus neu auszugleichen.

Wenn du in einem Sackgasse-Job-Zyklus steckst und dein Potenzial in anspruchsvolleren Karrieren erkunden möchtest, kannst du dich auf das Höhere Selbst-Portal und das Seelen-Stern-Chakra konzentrieren, um dich wieder mit deinem Potenzial und Göttlichen Selbst zu verbinden.

Was auch immer der beste Weg für dich ist, erfahre es durch ausprobieren.