

### 1. Chakra - Wurzelchakra

**Name:** Muladhar

**Farbe:** Rot

**Element:** Erde

**Sinn:** Riechen

**Thema:** Überlebensfähigkeit, Sexualität als Arterhaltung, Struktur.

**Körper:** Alles Feste: Wirbelsäule, Knochen, Zähne und Nägel, Anus, Rektum, Dickdarm, Mastdarm, Enddarm, Prostata, Blut, Zellaufbau.

**Drüsen:** Nebennieren

**Lage:** Öffnet sich zwischen Anus und Genitalien nach unten.



### 2. Chakra - Sexualchakra

**Name:** Swadhistana

**Farbe:** Orange

**Element:** Wasser

**Sinn:** Schmecken

**Thema:** Beziehungsfähigkeit, Lustvolle Sexualität, Lebensfreude.

**Körper:** Beckenraum, Fortpflanzungsorgane, Nieren, Blase; alles Flüssige wie Blut, Lymphe, Verdauungssäfte, Sperma.

**Drüsen:** Keimdrüsen, Eierstöcke, Prostata, Hoden

**Lage:** In Höhe des Schambeins.



### 3. Chakra - Solarplexus

**Name:** Manipura

**Farbe:** Gelb und Goldgelb

**Element:** Feuer

**Sinn:** Sehen

**Thema:** Abgrenzungsfähigkeit, Individualität, Macht, Integration.

**Körper:** Unterer Rücken, Bauchhöhle, Verdauungssystem, Magen, Leber, Milz, Gallenblase; vegetatives Nervensystem.

**Drüsen:** Bauchspeicheldrüse

**Lage:** Mitte zwischen Bauchnabel und Sternum.



### 4. Chakra - Herzchakra

**Name:** Anahata

**Farbe:** Grün, auch Rosa und Gold

**Element:** Luft

**Sinn:** Tasten

**Thema:** Liebesfähigkeit, Akzeptanz, Mitgefühl, Hingabe.

**Körper:** Herz, oberer Rückenbereich mit Brustkorb und Brusthöhle, unterer Lungenbereich, Blut und Blutkreislaufsystem, Haut.

**Drüsen:** Thymusdrüse

**Lage:** Mitte der Brust, in Höhe der Achselhöhlen.



### 5. Chakra - Kehlichakra

**Name:** Vishuddha

**Farbe:** Hellblau

**Element:** Äther

**Sinn:** Hören

**Thema:** Ausdrucksfähigkeit, Selbsta Ausdruck, Kreativität, Lebensgestaltung.

**Körper:** Hals- / Nacken- / Kieferbereich, Ohren, Kehlkopf, Stimme, Luftröhre, Bronchien, oberer Lungenbereich, Speiseröhre, Arme.

**Drüsen:** Schilddrüse

**Lage:** Hals.



### 6. Chakra - Stirnchakra (Drittes Auge)

**Name:** Ajna

**Farbe:** Violett

**Sinn:** Alle Sinne, auch feinstoffliche Wahrnehmung

**Thema:** Erkenntnisfähigkeit, Harmonie, alle Teile von Körper, Geist und Seele, Lebensplan.

**Körper:** Gesicht, Augen, Ohren, Nase, Nebenhöhlen, Kleinhirn, Zentralnervensystem

**Drüsen:** Hirnanhangdrüse, (Hypophyse)

**Lage:** Mitte der Stirn.



### 7. Chakra - Kronenchakra

**Name:** Sahasrar

**Farbe:** Alle Farben, Regenbogenfarben, auch Weiß und Farblos

**Thema:** Reines Sein, Alles in Allem, Ganzheit.

**Körper:** Großhirn.

**Drüsen:** Zirbeldrüse

**Lage:** Über dem Kopf.

