

Chakra-Aktivierung mittels Klang

Alles ist Klang - und Klang ist Energie! Durch einfaches Singen bestimmter Vokale lassen sich unsere Chakren aktivieren und der nötige Energiefluss für unser Wohlbefinden in Gang setzen.

Hierzu werden einfach die entsprechenden Vokale (Selbstlaute) gesungen. Der Ton wird im Mundraum gebildet und nicht im Kehlkopf, wie sonst üblich, wodurch guturale Laute entstehen, die oberton- und somit energiereich sind.

Die Zahlen sind ebenfalls den entsprechenden Chakren zugeordnet - es soll von Vorteil sein, die Vokale entsprechend der Zahl zu wiederholen.

Vokal	Zahl	Chakra
O	9	Solarplexus / Magenchakra
A	3	Herzchakra
I	3	Willenschakra (3. Auge)
E	6	Milzchakra
U	5	Wurzelchakra

Wie bekannt, stellt die Zahl fünf den ganzen Menschen dar. In der folgenden Figur ist der Menschen in Form eines Fünfecks dargestellt. Die Schnittpunkte der Linien entsprechen den Chakren - die dazugehörigen Vokale sind eingezeichnet.

Beginnend vom Scheitelchakra weist der Pfeil den Weg der Energie, wie sie durch die Chakren fließt und somit die Reihenfolge der Chakra-Aktivierung.

