



Eine Landkarte der Empfindungen

Nachdem wir in der letzten Ausgabe die Chakras als Zentren mit einem erhöhten Empfindungspotenzial herausgearbeitet haben, geht es nun darum, das Spektrum der Chakras zu betrachten. Jedes Chakra ist ein Tor in eine andere Dimension und führt damit in andere Welten.

■ Text: Martin Schmid*

«**C**hakra» bedeutet Rad. Chakras sind deshalb so benannt, weil sie sich – je nach Betrachtungsweise – wie Räder drehen. Man kann sich das als Energiewirbel vorstellen. Man kann sagen, dass Chakras Energie metabolisieren. Dieser Metabolismus verläuft in zwei Richtungen. Einerseits sind Chakras das feinstoffliche Glied in einer Kette der Subtilisierung, wenn grobstofflich gebundene Energie, sprich Nährstoffe, durch den Verdauungstrakt in den Blutkreislauf und ins Hormonsystem gelangt. Von da an subtilisiert sich die Energie in die Chakras und weiter in die Energiekörper.

Von der anderen Seite her betrachtet, sind sie das erste Glied in einer Verdichtung des Subtilen. Die Energiekörper

per verdichten sich in die Chakras hinein, welche sich schlussendlich in den physischen Körper verdichten. Wir können uns das wie **Schallwellen** vorstellen. Wenn Sie in der Dusche stehen und singen, werden Sie feststellen, dass eine Frequenz lauter klingt als alle anderen. Der Grund dafür ist, dass die Wellenlänge der Frequenz genau zwischen die nackten, parallelen Wände passt und sich so deckungsgleich überlagert. Man spricht dann von einer stehenden Welle. Unser Körper ist, natürlich ganz einfach gesagt, eine solche stehende Welle. Nur überlagert sich hier nicht nur eine Frequenz, sondern viele Frequenzen (und auch Disharmonien, Interferenzen) bilden einen komplexen Körper.

Dimensionen der energetischen Körper

Jedes Chakra ist die Verdichtung eines Energiekörpers und versorgt ihn gleichzeitig mit Energie. Chakras sind Tore, die einen Austausch in beide Richtungen zulassen. Sie sind Tore zwischen Dimensionen. Ich meine damit nicht generell den physischen und den energetischen Aspekt, denn dieser Übergang ist fließend, bzw. die Trennung ist rein konzeptueller Natur und liegt nicht in der Natur selbst. Was ich meine, ist, dass jedes Chakra in andere Welten führt – und das meine ich wörtlich.

Wenn Sie jemals eine «Phantasiereise» gemacht haben, wie das so schön abwertend heisst, haben Sie vielleicht



Weibliche Aspekte sind die Fülle und das Leben selbst.

erfahren, dass es da ganz verschiedene Zugänge und – ja – Welten gibt. Auf der einfachsten Ebene gedeutet bedeutet dies, dass jedes Chakra Zugang zu anderen Qualitäten des Seins und damit des Menschseins bietet. Das werden wir im dritten Teil dieses Dreiteilers genauer betrachten. Doch stellen Sie sich zur Verdeutlichung vor, welche Qualitäten das Becken generieren kann und welche Qualitäten das Herz. Sie sind sehr verschieden, nicht?

Körperwelten

Jeder Körper hat seine ganz eigene Qualität. Die 1., 3., 5. und 7. Körper bieten eine energetische Struktur. Die Körper 2, 4 und 6 sind eher «flüssiger» Natur (2. Körper), «wolkig» (4. Körper) und wie sanfter Wasserdampf (6. Körper). Die Farben des Regenbogens, wie wir sie in den meisten Darstellungen sehen, finden wir in diesen drei Körpern, und hier zeigen sich die Chakras in besagten Farben, jedoch in jeweils anderen Qualitäten, da sich die Qualität immer weiter subtilisiert, je höher wir steigen.

Auf den strukturierten Ebenen finden wir keine Regenbogenfarben, da die Körper eine bestimmte Frequenz binden. Im dritten Körper etwa ist jedes Chakra gelb, da der Körper eine Verdichtung dieses Spektrums ist. Die «flüssigeren» Körper/Welten/Dimensionen dienen durch ihr weiteres Spektrum als Passagen. Das macht Sinn, da Fliesen und Bewegen wichtige Qualitäten dieser Körper sind.

Blütenspektren

In traditionellen Systemen werden die Chakras als Blüten dargestellt. Je höher das Chakra, desto mehr Blütenblätter zählt die Blüte. Diese Darstellung legt nahe, dass die höheren Chakras differenziertere Empfindungspotenziale besitzen. Meine Erfahrung und die meiner Schüler ist nicht so, und auch aus einer westlichen psychologischen

«Unser Körper ist – ganz einfach gesagt – eine stehende Welle.»

Sicht macht dies kaum Sinn. Vor allem aber können Sie es jetzt gleich selber überprüfen. Warum etwa gibt es so viele verschiedene Musik, die uns im Becken anspricht, die uns tanzen lässt? Das Spektrum der Musik ist enorm! Wie kann ein Chakra auf ein grosses Spektrum ansprechen? Indem es in sich vielschichtig ist.

Diese Hierarchie lässt sich mit der traditionellen Abwertung der unteren Chakras erklären, wie wir sie immer wieder finden: Körper, Sexualität und Ego sind zu sublimieren, das heisst, ihre Energie soll den oberen, «spirituellen» Chakras zugeführt werden. Tantrische Traditionen haben erkannt, dass hier etwas nicht stimmen kann. Auch Sexualität kann als spiritueller Weg begangen werden. Es wird auf diesem Weg zwar Energie transsubstanziellisiert, doch das bedeutet nicht, sie ändern Chakras zuzuführen. Was geschieht also bei der Transsubstanziellisierung?

Horizontale und vertikale Dimensionen

Um das zu verstehen, müssen wir uns der Möglichkeit öffnen, dass jedes Chakra dasselbe Empfindungsspektrum besitzt, aber nicht dasselbe Empfindungspotenzial. Stellen Sie sich vor, Sie betrachten ein Gemälde in schummerigem Licht. Sie sehen das Gemälde nur in seinen Umrissen, können aber keine Einzelheiten und Farbtöne wahrnehmen, es ist eher grau in grau. Alle paar Minuten kommt der Hausmeister des Museums und schiebt den Dimmer der Beleuchtung etwas nach oben, das Licht wird heller. Sie sehen das Gemälde klarer und klarer. Die Farben, die Formen, die Beziehungen. Am Ende ist das Licht so hell, dass Sie es fast nicht mehr ansehen können, denn Sie werden schon fast geblendet.

Jeder Vergleich hinkt, aber in unserem ist das Gemälde das Spektrum, das Licht bietet uns das Potenzial. Das Bild an sich bleibt immer dasselbe. Je höher wir in den Chak-

ras steigen (je heller es wird), desto klarer sehen wir das Spektrum, bis es im siebten Chakra zu hell wird und die Klarheit wieder schwindet wie auf einem überbelichteten Foto. Dies macht Sinn, da wir das Wurzelchakra und das Kronenchakra als die zwei «Enden» eines einzigen Chakras betrachten können. Unser Bild zeigt, dass das Chakra-System zwei Dimensionen hat, eine horizontale (das Gemälde) und eine vertikale (das Licht).

Multidimensional wahrnehmen

Stellen Sie sich vor, und ich habe es mit den Chakras auf verschiedenen Körper-Ebenen bereits angedeutet, dass jedes Chakra sich durch alle Körper hindurchzieht. Das bedeutet: Wir haben sieben Chakras und sieben Ebenen. Auf jeder Ebene existiert jedes Chakra, oder anders herum, jedes Chakra hat sieben Ebenen. Dadurch bekommen wir $7 \times 7 = 49$ «Räume»/Tore. Indem wir zum Beispiel verschiedene Musiken erforschen, die uns im Becken, also im zweiten Chakra bewegen, erforschen wir die sieben Ebenen dieses Chakras. Da wir dies empfindend tun, können wir nüchtern feststellen: Wir haben mindestens 49 Empfindungsbereiche. Wir können etwas aus mindestens 49 Perspektiven betrachten/empfinden/erleben. Diese Perspektiven sind nicht als mentale Gymnastik (dadurch würden wir uns auf die sieben Ebenen des dritten Chakra «Manipura» beschränken) zu verstehen, sondern als subtile, aber doch substantielle Bereiche.

Warum nicht bei den sieben Chakras bleiben? Bieten sie nicht genug Futter? Ja und nein. Die Differenzierung drängt sich auf, sobald wir etwas tiefer in die Materie eintauchen. Die 49 Bereiche sind dabei immer noch eine Mindestzahl und können weiter differenziert werden. Doch für den Moment genügen 49.

Das Spektrum des Menschseins

Was nun? Die Vorstellung, dass wir mindestens 49 Bereiche empfinden können, kann uns erschlagen, als mentale Spekulation vorkommen oder aber uns inspirieren. Vor allem, wenn wir bedenken, dass jeder dieser Bereiche eine ganze Welt bedeutet. Das Ebenenmodell kann uns nun viele Aspekte klarmachen. Es kann uns helfen, uns einem ganz neuen Erlebnisspektrum zu öffnen. Es kann uns helfen, Empfindungen, die wir während unserer Yogapraxis erleben, einzuordnen und somit besser zu integrieren. Als Lehrer können wir das System nutzen, um gezielt Dimensionen und die damit einhergehenden Zustände anzu-steuern, statt sie einfach mehr oder weniger zufällig geschehen zu lassen.

Im **therapeutischen Yoga** können wir durch dieses Ansteuern gezielte Heilräume öffnen. Zudem geben wir dem Yogaweg, der traditionell eine Männerdomäne war, die weibliche Gegenseite hinzu und kultivieren diese ganz gezielt.

Die männlich geprägte Vorstellung von Spiritualität ist die der Stille, Leere, Präsenz und Zentriertheit, Integrität.

Weibliche Aspekte hingegen sind die Fülle und das Leben selbst, die Intimität. Mit dieser Landkarte des Empfindens können wir – ob Mann oder Frau – unser Empfinden zur Fülle hin öffnen. Wir erfahren

«Chakras sind Tore, die einen Austausch in beide Richtungen zulassen.»

die schlichte Tatsache, dass wir dadurch nicht «etwas» erforschen, sondern die Fülle unseres menschlichen Potenzials kultivieren, freisetzen und mehr und mehr verkörpern. Und damit das Spektrum des Menschseins in uns und durch uns verwirklichen.

.....
* Martin Schmid praktiziert Bewegung als Weg seit 25 Jahren. Seit 16 Jahren befasst er sich intensiv mit dem Chakra-System. Er ist Autor mehrerer Bücher und lehrt international.