

Farbmeditation

Workshop während der Ausstellung Bilder als Welten

Zur Wirkungsweise dieser Meditation:

Die Regenbogenfarben sind seit Jahrtausenden in der asiatischen Heillehre bestimmten Gefühlen, Emotionen, Charaktereigenschaften, d.h. Chakren zugeordnet. Der Zustand der Chakren soll auf die zugehörigen Organe ebenso wie auf Gemüt, Psyche und Charakter wirken

Die Visualisierung oder die Wahrnehmung der entsprechenden Farbe mit allen Sinnen - fühlen, schmecken, riechen, hören - harmonisiert den jeweiligen Körperbereich und somit auch die zugeordneten Bereiche des Körpers und der Psyche.

Durch die Farbmeditation konzentrieren wir unser Bewusstsein auf einzelne Farbqualitäten und ihre inneren Zusammenhänge. Rudolf Steiner hat dazu viele Anregungen in seinen Vorträgen über Das Wesen der Farben gegeben.

Ziel der Farbmeditation ist es, durch das Erleben der Farben zu einem imaginativen Erleben der verschiedenen Bereiche unseres Innenlebens vorzudringen. Das ahnte schon Goethe in der von ihm beschriebenen Urphänomene der Chromatik und beschrieb in seiner Farbenlehre auch die allegorischen, symbolischen und mystischen Elemente der Farbe.

Workshop in der Altstadt Halle Zug am Samstag und Sonntag den 26. und den 27. August 10 Uhr und 16:00 Uhr

Über die einzelnen Chakren

Chakra (Sanskrit चक्र)	Assoziation	Eigenschaften
7 Kronenchakra <i>Sahasrara</i>	Diamant, Sonnenlicht, leuchtender Sprühregen	Spiritualität, Verbindung mit göttlicher Energie, Meditation
6 Stirnchakra <i>Ajnya</i>	Amethyst, Veilchen	Eingebung, Fühlen, Intuition, Bewusstsein, Wahrnehmung, Sinneseindrücke
5 Kehlchakra <i>Vishuddha</i>	Lapislazuli, Aquamarin, Himmelblau, Kornblumen	Fantasie, Kommunikation, Kreativität, Vergeben
4 Herzchakra <i>Anahata</i>	Smaragd, Frühling, junge Triebe, frisches Gras	Liebe, Interaktion mit Anderen, Beziehungen
3 Solarplexus <i>Manipura</i>	Sonnenblumen, Löwenzahn	Verantwortung für sich selbst, (Eigenliebe) Willenskraft, Intellekt
2 Sakralchakra <i>Svadhithana</i>	Karneol, Bernstein, Mango, Orangen, Ringelblumen	Gesundheit, Vitalität, Emotionen, Lebenskraft, Sexualität auf emotionaler Ebene
1 Wurzelschakra <i>Muladhara</i>	Rubin, Erdbeeren, Mohn,	Erdung (wie man im und zum Leben steht), physische Gesundheit, Sexualität auf physischer Ebene

Chakren existieren auch in anderen Kulturen. Das bekannteste ist das hinduistische System der Chakren. Weltweit gibt es jedoch vergleichbare Theorien.

Der kubanische Autor und Anthropologe Alberto Villoldo etwa hat das Chakra-System der Inka erforscht. Dieses besteht aus neun Chakren, von denen jedoch sieben in Lage und zugeschriebenen Attributen den bekanntesten hinduistischen Chakren entsprechen.

In der tibetanischen Bön-Religion sind ebenfalls den Chakren entsprechende Energie-Zentren bekannt - allerdings nur fünf an der Zahl.

Weitere Chakren-ähnliche Systeme gibt es im antiken Ägypten, im Kabbala in Griechenland, in Afrika (Zulu), den Hopi und den Tsalgi (Cherokee) bekannt.