

## Deine zehn Körper

Die meisten Menschen glauben, dass sie lediglich aus einem physischen Körper bestehen und identifizieren sich nur mit materiellen Dingen. Einige beziehen vielleicht noch ihren Geist als eine unabhängige Ebene mit ein. In der yogischen Lehre besteht der Mensch aus zehn Körpern:

dem physischen Körper, drei geistig-mentalenen Körpern und sechs Energie-Körpern. Das Wissen um diese Körper ist wichtig, um ein erfolgreiches Leben führen zu können.

### **Der 1. Körper ist die Seele**

Die Seele ist der unendliche und unteilbare Kern des Menschen, der ihn mit dem universellen verbindet.

### **Der 2. Körper ist der negative Geist**

Der negative Geist zeigt die Gefahren und Nachteile einer Situation auf. Er warnt den Menschen und versucht ihn zu schützen. Er reagiert als erstes. Etwas abzulehnen ist eine notwendige Fähigkeit und hat eine reinigende und energetisierende Funktionen. Nur wenn es zuviel wird, ist es schädlich.

### **Der 3. Körper ist der positive Geist**

Dieser Geist zählt die Vorteile einer Situation auf. Er ist wichtig bei Depressionen oder in scheinbar aussichtslosen Lagen. Sein Wirken stabilisiert den Menschen, kann aber auch Illusionen und Leichtgläubigkeit hervorrufen.

### **Der 4. Körper ist der neutrale Geist**

Der neutrale Geist guckt sich an, was der negative und positive Geist zu sagen haben und entscheidet dann aus einer neutralen Perspektive heraus. Mit einer starken Neutralität können die Dinge durchschaut werden. Das hat viel mit Mitgefühl und Liebe zu tun. Das bedeutet auch, sich selber nicht über oder unter andere Menschen zu stellen.

### **Der 5. Körper ist der physische Körper**

### **Der 6. Körper ist die Bogenlinie**

Die Bogenlinie ist ein Spiegel der inneren Werte und Glaubenssätze, aber auch der eigenen Grenzen. Sie verändert sich bei Krankheiten und wird schwach wenn das Immunsystem angegriffen ist.

### **Der 7. Körper ist die Aura**

Die Aura ist die Erweiterung des elektromagnetischen Feldes des Körpers. Sie hängt mit dem Nervensystem zusammen: Starke Nerven = starke Aura = starke Ausstrahlung. Die Aura dient als Schutz vor negativen Eindrücken und zur Kommunikation. Sie kann Informationen Aufspüren, Abwehren und auch speichern. Mit einer Biofeedback- Kamera kann die Aura fotografiert werden.

### **Der 8. Körper ist der Energie- oder Pranakörper**

Prana ist vitale Energie, die der Mensch durch Einatmung, Nahrung, Berührung, Licht und alle weiteren Eindrücke der Sinnesorgane aufnehmen kann. Apana ist reinigende Energie, die unser Körpersystem durch Ausatmung, Stuhlgang, Urin, Schweiß, Ausschläge, Tränen, Schleim und allen Formen von Kommunikation wieder verläßt. Mit einem starken Energiekörper ist die eigene Heilenergie stark.

### **Der 9. Körper ist der Subtilkörper**

Der Subtilkörper ist die tiefere Identität des Menschen. Wenn die tiefere Identität verwirklicht wird, hat der Mensch sein Leben gemeistert. Im Schlaf oder in tiefer Meditation kann der Subtilkörper den physischen Körper verlassen.

### **Der 10. Körper ist der Ausstrahlungskörper**

Dieser Körper hängt wie die Aura direkt mit dem Nervensystem zusammen. Er symbolisiert Ausstrahlung, Kraft und Klarheit.

Wenn die Körper nicht in Verbindung sind, neigt der Mensch dazu, starr und unveränderbar zu sein.

Die Körper hängen energetisch in Paaren zusammen:

1. und 9: Basis der Menschlichen Existenz,
2. und 8 Lebensenergie
3. und 7. Struktur des Lebens
4. und 6 Erkenntnis und Bewusstsein
- 5 und 10. Selbstverwirklichung.