



Großer Selbsttest: Welches Chakra ist blockiert – und welcher Archetyp unterstützt dich?

Finde heraus, welche Energiezentren besondere Aufmerksamkeit benötigen und mit welchen Archetypen du gezielt arbeiten kannst.

Anleitung

Bewerte jede Aussage auf einer Skala von 1 bis 10.

- 1–2 = kaum vorhanden
- 3–4 = leicht ausgeprägt
- 5–6 = mäßig ausgeprägt
- 7–8 = deutlich ausgeprägt
- 9–10 = sehr stark ausgeprägt

Addiere die Punkte für jedes Chakra separat. Je höher die Punktzahl, desto stärker könnte dieses Chakra aktuell aus dem Gleichgewicht sein.

1. Wurzelchakra (Muladhara)

Unterstützende Archetypen: Herrscher, Wächter, Beschützer

1. Ich fühle mich im Leben häufig unsicher oder instabil. _____ / 10
2. Ich habe Angst vor Verlust oder existenziellen Sorgen. _____ / 10
3. Ich tue mich schwer, mich wirklich geerdet zu fühlen. _____ / 10
4. Vertrauen und Sicherheit fallen mir schwer. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 1. Wurzelchakra (Muladhara): _____ / 40

2. Sakralchakra (Svadhithana)

Unterstützende Archetypen: Liebender, Schöpfer

1. Ich unterdrücke oft meine Gefühle oder Bedürfnisse. _____ / 10
2. Ich habe Schwierigkeiten, Freude und Sinnlichkeit zuzulassen. _____ / 10
3. Nähe und Sexualität sind mit Unsicherheit verbunden. _____ / 10
4. Kreativität fließt nicht frei. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 2. Sakralchakra (Svadhithana): _____ / 40

3. Solarplexuschakra (Manipura)

Unterstützende Archetypen: Krieger, Herrscher, Rebell

1. Ich zweifle häufig an meinem Selbstwert. _____ / 10
2. Es fällt mir schwer, klare Grenzen zu setzen. _____ / 10
3. Ich habe Angst vor Konflikten oder Kontrolle. _____ / 10
4. Ich fühle mich oft machtlos. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 3. Solarplexuschakra (Manipura): _____ / 40

4. Herzchakra (Anahata)

Unterstützende Archetypen: Heiler, Liebender

1. Ich habe Schwierigkeiten zu vertrauen. _____ / 10
2. Ich schütze mein Herz aus Angst vor Verletzung. _____ / 10
3. Es fällt mir schwer, Liebe anzunehmen. _____ / 10
4. Ich neige zu Kummer oder emotionalem Rückzug. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 4. Herzchakra (Anahata): _____ / 40

5. Halschakra (Vishuddha)

Unterstützende Archetypen: Seher, Priesterin, Schöpfer

1. Ich spreche meine Wahrheit nicht offen aus. _____ / 10
2. Ich halte Gefühle oder Bedürfnisse zurück. _____ / 10
3. Ich habe Angst, missverstanden zu werden. _____ / 10
4. Es fällt mir schwer, mich klar auszudrücken. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 5. Halschakra (Vishuddha): _____ / 40

6. Stirnchakra (Ajna)

Unterstützende Archetypen: Seher, Visionär, Magier

1. Ich zweifle an meiner Intuition. _____ / 10
2. Es fällt mir schwer, Zusammenhänge zu erkennen. _____ / 10
3. Ich grübele viel und vertraue meiner Wahrnehmung wenig. _____ / 10
4. Meine innere Führung erscheint unklar. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 6. Stirnchakra (Ajna): _____ / 40

7. Kronenchakra (Sahasrara)

Unterstützende Archetypen: Weiser, Magier, Alchemist

1. Ich fühle mich von meinem inneren Sinn abgeschnitten. _____ / 10
2. Ich habe wenig Vertrauen in das Leben. _____ / 10
3. Ich erlebe Orientierungslosigkeit oder Sinnkrisen. _____ / 10
4. Spirituelle Verbundenheit fällt mir schwer. _____ / 10

Gesamtpunktzahl 7. Kronenchakra (Sahasrara): _____ / 40

Auswertung

4–10 Punkte = gut im Gleichgewicht

11–20 Punkte = leichtes Ungleichgewicht

21–30 Punkte = deutliches Ungleichgewicht

31–40 Punkte = stark blockiert oder besonders belastet

Die höchsten Werte zeigen, welche Chakren derzeit die meiste Aufmerksamkeit benötigen. Die genannten Archetypen können dir helfen, genau diese Themen bewusst zu stärken.

Vergleichsübersicht

- 1. Wurzelchakra: _____ / 40
- 2. Sakralchakra: _____ / 40
- 3. Solarplexuschakra: _____ / 40
- 4. Herzchakra: _____ / 40
- 5. Halschakra: _____ / 40
- 6. Stirnchakra: _____ / 40
- 7. Kronenchakra: _____ / 40

Reflexionsfragen

- Welche Chakren zeigen die höchsten Werte?
- Welche Themen wiederholen sich in meinem Leben?
- Welche Archetypen sprechen mich besonders an?
- Welche Qualität möchte ich bewusst stärken?
- Welche konkreten Schritte unterstützen meine innere Balance?

Abschließender Gedanke

Chakren und Archetypen sind keine starren Konzepte. Sie dienen als Orientierung, um deine inneren Muster besser zu verstehen und gezielt mit den Qualitäten zu arbeiten, die bereits in dir angelegt sind.

Seelenmagie – Deine Wegbegleitung

Dein Weg. Deine Wahrheit. Dein Licht.

Wenn du erkennst, welche Energiezentren und Archetypen in dir wirken, beginnt tiefe innere Transformation.




seelenmagie
DEINE WEGBEGLEITUNG

—❤—

Dein Weg. Deine Wahrheit. Dein Licht.
Ich begleite dich.

Tanja Burmester
SPIRITUELLE WEGBEGLEITERIN

Scannen & mehr erfahren 