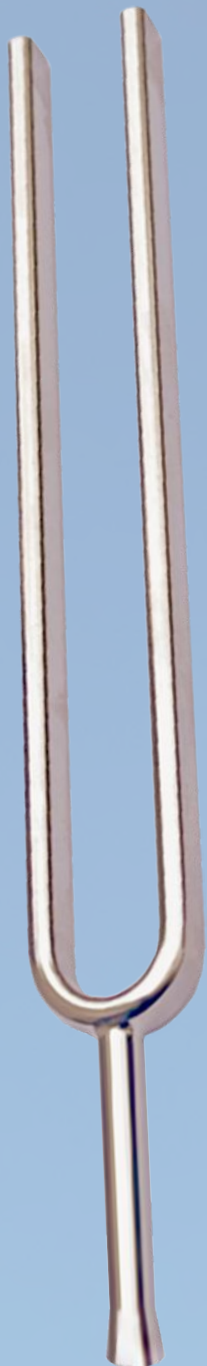
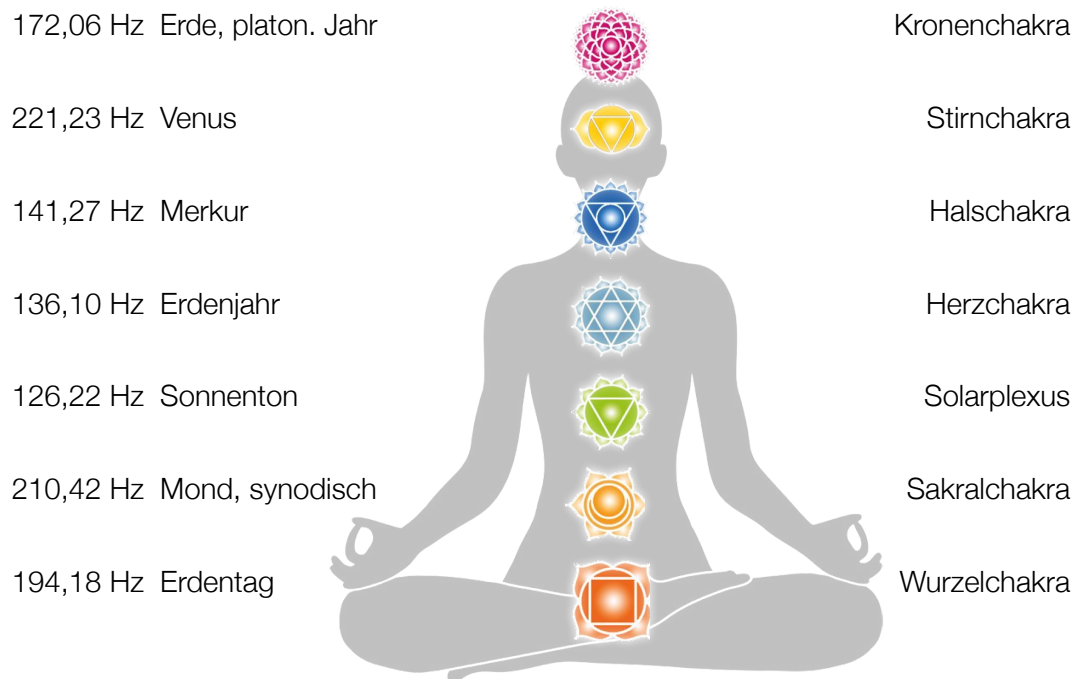


# Chakra Stimmungsgabeln



Sieben kosmische Töne

*„In der Brahmaburg des Leibes ist eine Lotosblüte, das Herz. In ihm ist ein kleiner Raum, aber er ist so groß wie der Weltenraum und enthält alles, was zwischen Himmel und Erde enthalten ist.“*  
Chandogya-Upanishad



**Setze den Stiel der vibrierenden Stimmgabel im Bereich des Chakra auf den Körper und spüre die Vibration.**

## Die Chakren

Chakren sind feinstoffliche Energiezentren entlang der Wirbelsäule. Sie sind in den kosmischen Energiefluss eingebunden und transformieren subtile Lebenskräfte.

Ihren Ursprung hat die Chakrenlehre in den mystischen Traditionen des Hinduismus und Buddhismus.

Chakren werden als Lotusblumen dargestellt – jede mit eigener Schwingung, Symbolik und Qualität.

Die planetaren Frequenzen der Stimmgabeln stimulieren die sieben Hauptchakren und können helfen, Körper, Geist und Seele in Einklang mit der kosmischen Ordnung zu bringen.

## Schwingungen

Schwingungen allüberall: von den Bewegungen der Planeten und Monde über musikalische Rhythmen und Klänge bis hin zu den Farben des Lichts und darüber hinaus.

Schwingung erzeugt Resonanz. Bei Tönen ist das zu hören, wenn ein Resonanzkörper auf die gleiche oder eine doppelte Frequenz gestimmt ist.

In der Musik bildet das Verhältnis 1 : 2 die Oktave. Der Grundton und der Oktavton verschmelzen so vollkommen zu einem Klang, dass beide den selben Tonnamen erhalten.

## Die Kosmische Oktave

Die Kosmische Oktave bezeichnet die wiederholte Verdoppelung von Frequenzen über den hörbaren Bereich hinaus. Dieses Konzept geht auf den Mathematiker und Musikforscher Hans Cousto zurück, der – inspiriert von einer visionären Erfahrung eines planetarischen Klangraums – auf die Idee kam, astronomische Zyklen mithilfe der Oktavformel in hörbare Töne zu übertragen.



## Kosmische Oktavtöne und Chakren

Die Stimmtöne des Chakren-Sets entsprechen höheren Oktavfrequenzen der Zyklen von Erde, Mond, Sonne sowie den inneren Planeten Merkur und Venus. Die Zuordnung zu den Chakren beruht auf langjähriger praktischer Erfahrung. Dazu schreibt Hans Cousto in seinem Büchlein *Die Töne der Kosmischen Oktave*:

*„Für die Erdtöne kann die Zuordnung als gesichert gelten (Tageston = Wurzelchakra, Jahreston = Herzchakra und der Ton des Platonischen Jahres = Scheitelchakra), da diese oft überprüft und verifiziert wurde. Auch die Entsprechung des synodischen Mondtones zum Sexualchakra und die des Sonnentones zum Solar Plexus wird immer häufiger bestätigt und kann als ziemlich gesichert gelten. Im Gegensatz dazu ist jedoch die Analogie der Töne von Merkur und Venus bislang eher als hypothetisch zu betrachten und Bedarf noch weiterer Prüfungen und Bestätigungen, bis diese als gesichert betrachtet werden kann.“*

Das unterste, mittlere und oberste Chakra stehen in Verbindung mit den drei grundlegenden Bewegungen der Erde:

- das Wurzelchakra zum Erdentag
- das Herzchakra zum Erdenjahr
- das Kronenchakra zum Platonischen Jahr

Diese drei Zyklen werden mit der Trinität von Körper, Seele und Geist assoziiert. Doch der Reihe nach:

### Muladhara / Wurzelchakra

**194,18 Hz Erdentag**

Das *Muladhara*-Chakra, auch Erd- oder Basischakra genannt, liegt am unteren Ende der Wirbelsäule, knapp oberhalb des Beckenbodens. *Mula* heißt Wurzel, *Adhara* Fundament. In der Erde verankert schenkt uns dieses Chakra Stabilität sowie innere Kraft. Der Stimmtön der Erdrotation kann helfen, das Gefühl von Verbundenheit zu stärken und die körperliche Lebensenergie neu zu beleben.



### Svadhithana / Sakralchakra 210,42 Hz Mond

Das *Svadhithana*-Chakra (von *Sva*: eigen, *Adhithana*: Stätte), auch Sexualchakra genannt, liegt etwa eine Handbreit unterhalb des Bauchnabels. Es ist das energetische Zentrum für Emotion, Sinnlichkeit und kreative Lebenskraft. Der monatliche Zyklus weiblicher Fruchtbarkeit steht in enger Verbindung mit diesem Chakra. Die Mondfrequenz kann emotionale Tiefe, erotische Ausstrahlung und schöpferische Energie fördern.



### Manipura / Solarplexus

**126,22 Hz Sonne**

*Manipura* bedeutet *leuchtender Juwel*. So wie die Sonne das Leben auf der Erde nährt, bündelt das Solarplexus-Chakra, auch Bauchchakra genannt, unsere innere Kraft und unser „Bauchgefühl“. Es liegt knapp unterhalb des Sonnengeflechtes und gilt als Sitz der Lebensenergie Prana. Der Sonnenton stärkt die innere Strahlkraft, fördert Selbstvertrauen, Klarheit im Handeln und Durchsetzungskraft.



### Anahata / Herzchakra

**136,10 Hz Erdenjahr**

Das Herzchakra bildet die Brücke zwischen den unteren, körperlich orientierten und den oberen, geistig ausgerichteten Energiezentren. Von hier gehen bedingungslose Liebe und mitfühlende Verbundenheit aus. *Anahata* bedeutet „nicht angeschlagener Ton“. Klassische indische Musiker stimmen sich auf diesen inneren Klang ein. Der Erdenjahr-Ton wirkt harmonisierend, stärkt das seelische Gleichgewicht und vertieft meditative Zustände.



### Vishuddha / Halschakra

**141,27 Hz Merkur**

Das *Vishuddha*- (Sanskrit: Rad der Reinheit), Hals- oder Kehlkopfchakra steht für Kommunikation, Selbstausdruck, Verständnis und Wahrhaftigkeit. In der römischen Mythologie überbrachte der Götterbote Merkur den Menschen Sprache und Vernunft. Der Ton des Merkur-Sonnenumlaufs stärkt die innere Stimme und fördert klares Denken, Ausdruckskraft und authentische Präsenz.



### Ajna / Stirnchakra

221,23 Hz Venus

Das *Ajna*-Chakra, auch Drittes Auge genannt, liegt etwas oberhalb der Mitte zwischen den Augenbrauen. Es ist der feinstoffliche Drehpunkt, an dem sich individuelles Bewusstsein und universelle Einsicht begegnen. In ihm bündelt sich eine höhere Form der Liebesenergie. In der griechischen Mythologie verkörpert Venus als Göttin der Harmonie diese Kraft. Der Venuston öffnet das Bewusstsein für Liebe, Klarheit und tiefere Einsicht.



### Sahasrara / Kronenchakra

172,06 Hz Platon. Jahr

*Sahasrara* bedeutet *tausend Speichen*. Das Kronen- oder Scheitelchakra oberhalb des Scheitelpunkts des Kopfes wird als tausendblättriger Lotus dargestellt — ein Symbol für universelles Bewusstsein und das unbegrenzt Non-duale. Der Zyklus des Platonischen Erdjahres liegt jenseits unserer alltäglichen Zeitwahrnehmung; er erschließt sich nur in geistiger Klarheit. In entsprechender Weise fördert der zugehörige Ton Gelassenheit und einen offenen, weiten Geist – still und klar wie ein wolkenlos heiterer Himmel.



Folgende Seiten enthalten Texte aus dem Büchlein  
„Die Töne der Kosmischen Oktave“ von Hans Cousto.

[www.planetare.de/download](http://www.planetare.de/download) >



**Hans Cousto**

### Die Töne der Kosmischen Oktave

#### Einführung

*„Wer das Geheimnis der Töne kennt, kennt das Mysterium des ganzen Weltalls“*  
Hazrat Inayat Kahn

Es gibt kaum eine Kultur, in der nicht vom Weltenklang oder von den Sphärenharmonien berichtet wird. Für die Inder ist der Anfang aller Dinge „Nada“, der Urton. Sie sprechen von „Nada Brahma“, was soviel heißt wie: *Die Welt ist Klang*. Der immerwährende Ton der indischen und tibetischen Kulturkreise ist das „OM“. Die Silbe „OM“ ist das heiligste Mantra überhaupt und ist Symbol der Urschwingung des Daseins. [...]

Hermann Hesse erhielt für sein Buch „Das Glasperlenspiel“ im Jahre 1946 den Nobelpreis für Literatur. Die Grundsätze des Glasperlenspiels sind:

*„Das Gesetz der Oktave ist jener Grundsatz, an welchem die Mathematik und die Musik gleichen Anteil haben, es ist jene Formel, mit welcher es möglich ist, astronomische und musikalische Formeln zu verbinden, Astronomie, Mathematik und die Musik, ja auch die Farben auf einen gemeinsamen Nenner zu bringen.“*

Durch das Oktavgesetz ist es möglich, das ganze Sonnensystem in den hörbaren Bereich zu transponieren, wobei die Anzahl der Oktaven den „Maßstab“ angibt, genau wie man eine Landschaft in einem Maßstab auf einer Landkarte darstellen kann und sich so ein Bild von der abgebildeten Gegend machen kann. Die in dieser Broschüre besprochenen „Urtöne“ sind akustische Hochpotenzen unserer natürlichen kosmischen Umgebung und die Beschäftigung mit ihnen bringt uns wieder in den Einklang mit dem Lauf der Dinge, oder, wie die Chinesen sagen, in Einklang mit dem „Tao“ (dem Weg, dem Lauf der Dinge).



Wegen der universellen Bedeutung dieser Stimmtöne sind diese auch in den verschiedensten Bereichen anwendbar. So ist es möglich, eine kosmisch genau eingestimmte Meditationsmusik zu kreieren, die in ihrer Wirkung viel intensiver ist, als eine beliebig gestimmte Musik. [.....]

Ein weiteres Gebiet der Anwendung ist die Tonpunktur (Phonophorese = Tonakupunktur). Hierbei werden die Stimmgabeln auf die einzelnen Akupunkturpunkte gehalten und die Schwingung strömt dann durch die gegebenen Meridiane.

Bei der Beschreibung der Töne der Erde, des Mondes, der Sonne, sowie bei Merkur und Venus wird auch eine Zuordnung zu einem Chakra angegeben. [.....]

Diese Broschüre ist als kurze Gebrauchsanleitung für die planetarischen Stimmgabeln gedacht. Die Beschreibungen haben natürlich auch ihre Gültigkeit für den Gebrauch kosmisch gestimmter Klang- und Musikinstrumente, wie auch für den Einsatz planetarisch gestimmter Musik in Meditation und Therapie. [.....]

## Basis-Chakra

### Der mittlere Sonnentag

Ton: 194,18 Hz  
Tempo: 91,0 bpm (beats per minute)  
Farbe: Orange-Rot  
Chakra: Muladhar (Damm, Perineum)  
Wirkung: dynamisierend, vitalisierend, Energie aufbauend, stärkend  
(medizinisch: tonisierend)



Der Ton G mit 194,18 Hz (sprich „Hertz“ - nach dem Physiker) ist die 24. Oktave des Erdentages. Was das bedeutet, kann man sich etwa folgendermaßen vorstellen: Die Stimmgabel schwingt in einer 194-stel Sekunde hin und her. Verdoppelt man nun 24 mal die Zeit dieser Schwingungsperiode, dann würde eine um 24 Oktaven tiefer gestimmte Stimmgabel genau einen Tag brauchen, um einmal hin und her zu schwingen. [.....]

Die Oktave ist das grundlegende musikalische Intervall in der allgemeinen Harmonielehre. In jeder Tonart werden die Tonstufenfolge, wie auch die Namen der einzelnen Töne, von Oktave zu Oktave wiederholt. Von allen Intervallen ist die Oktave dasjenige, welches bei gleichem Energieniveau die stärkste Resonanz auslöst.

Diese besondere Eigenschaft der Oktave war der Anlass, das Gesetz der Oktave nicht nur auf den Bereich der hörbaren Schwingungen anzuwenden, sondern auf alle periodischen Phänomene, wie zum Beispiel die Erdrotation oder die Planetenumläufe. Der Ton G mit 194,18 Hz ist somit auch nach klassischer musikalischer Definition der Tageston. [.....]

Wir verdanken es dem englischen Trompeter John Shore, dass wir heute bestimmte Frequenzen jederzeit griffbereit bei uns haben können. John Shore spielte im Orchester von Friedrich Händel und war einer von 24 Musikern im Orchester von Queen Anne. Er spielte die Solotrompete bei der Krönung von Georg I im Jahre 1714 und war viele Jahre lang Mitglied der königlichen Kapelle. Er erfand im Jahre 1711 die Stimmgabel. Mit einer Stimmgabel kann man nicht nur Musikinstrumente auf einen Ton einstimmen, sondern auch gleich sich selbst.

Dazu muss man die Stimmgabel mit zwei oder drei Fingern fest am Griff halten, die Gabelarme am Knie oder an der anderen Hand kräftig anschlagen und zum Vibrieren bringen.

Die schwingende Stimmgabel kann man dann mit dem Stiel (Griff) auf einen beliebigen Punkt auf dem Körper halten. Man suche sich dafür vorzugsweise klassische Akupunkturpunkte aus, denn so wird die Schwingung dann gleich durch den ganzen Energiemeridian hindurchgetragen. Verwendet man dafür eine Stimmgabel von der Frequenz des Tagestones G mit 194,18 Hz, dann hat das eine belebende und vitalisierende Wirkung. Man kann so dem Körper Energie zuführen.

Ein besonders wirksamer Punkt (dem untersten Chakra entsprechend) ist das Steißbein. Der unterste Punkt der Wirbelsäule ist auch der Ausgangspunkt der Kundalini, der Schlangenkraft, die alle Chakren durchströmt.

Eine Aktivierung dieses Punktes mit dem Tageston gibt der Kundalini Kraft und erweckt in ihr das Feuer. Der ganze Körper wird so von der vitalisierenden Energie durchflutet und man fühlt sich dann wacher und lebendiger, stärker und energievoller. Eine solche Anwendung ist vor allem morgens nach dem Aufwachen empfohlen.

Eine Kombination von Tonpunktur, wie oben beschrieben, mit einer Farbtherapie, vervielfacht die Wirkung der Anwendung. Zum Ton G gehört oktavanalog die Farbe Orange-Rot mit einer Wellenlänge von etwa 700 Nanometer.

Eine Musik, die auf diesen Ton eingestimmt ist, hat einen dynamisierenden Charakter, wirkt belebend und aktivierend. Sie ist somit für dynamische Meditationen geeignet, besonders für Gruppenmeditationen, bei denen Tanz und Körperausdruck im Mittelpunkt stehen. Für Männer ist auch eine Anwendung vor dem Sexualakt sehr geeignet, da dieser Ton nicht nur die allgemeine Energie steigert, sondern auch besonders auf die Energiespannkraft wirkt. [.....]

## Sakral-Chakra

### Der synodische Mondton

Ton: Gis 210,42 Hz  
Tempo: 98,6 bpm  
Farbe: Orange  
Chakra: Svadisthan (3. Steißbeinwirbel)  
Wirkung: Stimuliert die sexuelle Energie, fördert die erotische Kommunikation  
(medizinisch: bei Frauen geeignet zur Regulierung von Periodenstörungen,  
allgemein bei Störungen im Drüsen- und Lymphsystem)



Das Wort „Synode“ heißt Zusammenkommen. Der synodische Monat ist die mittlere Periode von einem Neumond bis zum nächsten Neumond. Bei Neumond stehen Sonne und Mond in Konjunktion (in der gleichen Himmelsrichtung). Vom synodischen Monat ist unser Kalendermonat abgeleitet. In der 29. Oktave schwingt der Mondton mit 210,42 Hz, dies ist ein Gis, die entsprechende Farbe ist ein Orange mit einer Wellenlänge von ca. 650 Nanometern.

Frauen wissen weit besser als Männer, wie stark die Sexualrhythmen mit dem Mond verwandt sind. Alle Monate wieder kommt die Monatsblutung. Doch nicht nur der Mensch, sondern viele Spezies auf unserer Erde haben ein vom Mond gesteuertes Sexualleben. Mond und Sexualität sind eng miteinander verwandt. Bei Vollmond, wenn Sonne und Mond einander gegenüberstehen (Opposition), sind die Menschen kommunikativer und lebhafter als bei Neumond. Darum werden auch in vielen Kulturen große Feste an Vollmonddaten gefeiert. Das Passahfest der Juden, das Holifest und Guru Purnima bei den Indern, all diese Feste werden stets bei Vollmond gefeiert. [.....]

Der Mondton ist sehr gut geeignet für eine Meditationsmusik bei Anlässen wie Vollmondritualen oder auch einfach für eine Vollmondpartymusik. Dieser Ton fördert die allgemeine und insbesondere die sexuelle Kommunikationsfreudigkeit.

In der Therapie wird der Mondton vor allem bei Störungen im Drüsen- und Lymphsystem angewandt wie auch bei Menstruationsstörungen. Es gibt eine Vielzahl von Punkten, die mit dem Mondton behandelt werden können, deren Aufzählung den Rahmen dieser kleinen Informationsbroschüre jedoch sprengen würde. Auf alle Fälle ist der dritte Steißbeinwirbel (Punkt 2 des Du-Mai-Meridians) sehr geeignet, da er auch dem 2. Chakra, dem Svadisthan-Chakra entspricht.

Es soll an dieser Stelle jedoch mit aller Deutlichkeit gesagt sein, dass eine Stimmgabelpunktur zwar eine therapieunterstützende Maßnahme ist, jedoch niemals den Besuch eines Arztes ersetzt. Bei gesundheitlichen Beschwerden ist darum in jedem Fall ärztlicher Rat anempfohlen und man soll nicht des Glaubens sein, dass man alle Störungen mit Stimmgabeln beheben könnte! Eine Tonpunktur unterstützt oft ärztliche Maßnahmen und hilft einem wieder schneller gesund zu werden, da durch die Tonpunktur die Körperenergie wieder besser in Fluss kommt. [.....]

## Solarplexus-Chakra

### Der Sonnenton

Ton:	H/C 126,22 Hz
Tempo:	118,3 bpm
Farbe:	Grün
Chakra:	Manipura (Solarplexus, Sonnengeflecht)
Wirkung:	Fördert das Gefühl für die eigene Mitte, für das Magische und Transzendente. (medizinisch: Noch nicht erforscht)



Die Sonne ist die Mitte unseres Sonnensystems. Darum wird der Sonnenton auch der körperlichen Mitte zugeordnet. Der Sonnenton ist Ausdruck eines Grenzwertes, ähnlich wie der absolute Temperaturnullpunkt in der Physik des Daseins einen Grenzwert darstellt. Er ist der einzige Ton, bei dem nicht eine vorhandene astronomische Periode hochoktaviert wird. [...]

Ein gedachter Planet, der den Sonnenmittelpunkt im Abstand der Gravitationslänge mit annähernder Lichtgeschwindigkeit umkreisen würde, täte dies in der Sekunde gut 32 000 mal. Ein gedachter Planet, der den Sonnenmittelpunkt im Abstand der Gravitationslänge mit annähernder Lichtgeschwindigkeit umkreisen würde, täte dies in der Sekunde gut 32 000 mal. Die 8. Unteroktave hat dann die Frequenz von 126,22 Hz.

Die entsprechende Farbe ist ein Grün bis Gelbgrün mit einer Wellenlänge von 540 Nanometern. Der Sonnenton ist der „Ton des zwanzigsten Jahrhunderts“. Er repräsentiert nicht, wie alle anderen in dieser Broschüre vorgestellten Töne, die klassische Physik, sondern die moderne Quantenphysik und die Relativitätstheorie.

Der Sonnenton ist die Grenze zwischen dem Yin und dem Yang, zwischen Diesseits und Jenseits. Er entspringt einer höheren Dimension und steht darum auch für das Magische und das Transzendente, denn er entzieht sich dem rational Beobachtbaren. [...]

*„Meditationen mit diesem Ton führen in Bereiche jenseits der Erkenntnis von Gut und Böse, jenseits von Scham und Schuld, jenseits von Raum und Zeit, jenseits von Wissen und Weisheit, jenseits von Tun und Nichttun, jenseits von Sein und Nichtsein. Meditationen mit diesem Ton führen einen in Bereiche, wo das Wesen keinen Namen hat, wo das All-Eine und das All-Viele sich nicht mehr unterscheiden und in ihrem Ursprung zusammenkommen und man selbst zu diesem Ursprung wird.“ (Die Oktave, S.120)*

## Herz-Chakra

### Der Jahreston

Ton:	Cis 136,10 Hz
Tempo:	63,8 bpm
Farbe:	Blau-Grün (Türkis)
Chakra:	Anahata (Herzchakra, 5. Rückenwirbel)
Wirkung:	Entspannend, beruhigend, lockernd, ausgleichend, entkrampfend (medizinisch: sedierend)



Der Jahreston Cis mit 136,10 Hz ist die 32. Oktave des Erdenjahres. Die dementsprechende Farbe (74. Oktave des Jahres) ist ein Türkis mit einer Wellenlänge von ca. 500 Nanometern. Grundlage dieses Tones ist der Umlauf der Erde um die Sonne. Durch diese astronomische Gegebenheit kommt es auf der Erde zum Jahreslauf der Jahreszeiten Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Dies ist der zweite kosmische Rhythmus unseres Planeten. So wie der Tagesrhythmus primär auf den Körper wirkt, so wirkt der Wechsel der Jahreszeiten vor allem auf das „Gemüt“, die Sphäre des Herzens.

In Indien ist dieser Ton der Grundton der Sitar- und Tamburamusik und wird „Sadja“ genannt, was soviel heißt wie: „Vater der Anderen“. Auch die heilige Silbe „OM“ wird auf diesen Ton eingestimmt, wie auch zumeist die religiöse Tempelmusik.

Viele Glocken und andere Instrumente erklingen in diesem Ton. Wen wundert es da noch, dass die Hindus soviel von der Seele und der Seelenwanderung sprechen, wenn man weiß, dass sie ihre Musik auf den Ton der Seele eingestimmt haben. Grundlagen zum indischen Stimmungssystem sind sehr detailliert im Buch „Die Kosmische Oktave — Der Weg zum universellen Einklang“ dargestellt.

Die alten Inder sind meditativ auf diesen Ton gekommen, er wurde ihnen durch ein „sich dem Kosmos öffnen“ gegeben, intuitiv und kontemplativ. Unsreiner hat diesen Ton mathematisch-physikalisch hergeleitet. Die wirklich genaue Übereinstimmung der Ergebnisse (bei vielen überprüften Glocken und Instrumenten zeigte sich, dass die Abweichungen sehr oft weit unter einem Hertz lagen) beweisen einmal mehr, dass wir als Mikrokosmos in Resonanz zum Makrokosmos sind. Diese alte Behauptung aus den hermetischen Wissenschaften lässt sich heutzutage sehr präzise naturwissenschaftlich beweisen.

Das Geheimnis der enormen Wirkung der indischen Meditationsmusik liegt ganz einfach in der Tatsache, dass diese eben genau auf den Lauf der Dinge, das „Tao“ eingestimmt ist. Das ist in diesem Fall der Lauf der Erde um die Sonne. So sind nicht nur die Instrumente, sondern auch Musiker und Zuhörer nach der „Alapa“ — dem musikalischen Einstimm-Vor-Spiel auf diesen immerwährenden Ton, das Sadja, eingestimmt. Alle Beteiligten sind im Einklang mit dem Kosmos, der seinen Widerhall in den Menschen findet.

Dieses „Sadja“, auch kurz „Sa“ genannt, ist nach  
vergehende Ton und wird, wie schon erwähnt,



indischer Überlieferung der immerwährende nie  
durch die Silbe „OM“ zum Ausdruck gebracht.

Das „OM“ entspricht dem „Amen“ in den  
anderes als „so ist es“. Jeder kann das für sich

christlichen Kirchen. Amen bedeutet ja nichts  
selbst einfach nachprüfen, indem er original  
indische Meditationsmusik hört, oder besser noch auf diesen Ton meditiert, diesen Ton summt oder singt und  
auf sich wirken lässt, und schon spürt man die Kraft, die diesem Ton innewohnt.

Wenn man es nicht gewohnt ist zu singen, kann man sich einfach eine schwingende Stimmgabel mit 136,10 Hz (Jahreston) auf das Brustbein halten, am besten in Höhe der Brustwarzen oder ein paar Fingerbreit tiefer. Dies sind die Punkte 17 und 16 des vorderen psychischen Meridians, des sogenannten Ren-Mai-Meridians. Diese Punkte liegen auch auf der Höhe des Herzchakras, des Anahata-Chakras. [.....]

Nur wer selbst auf diesen Ton meditiert hat, kann erahnen, wie stark die entspannende Wirkung dieser Schwingung ist und welche Ruhe in die Seele einkehrt, wenn man sich regelmäßig auf dieses „OM“ einstimmt.

In der Medizin wird dieser Ton vor allem zum Sedieren gebraucht. Immer, wenn man ver- oder überspannt ist oder sogar Krämpfe hat, dann ist dieser Ton angezeigt. Auch hat er sich bestens gegen habituelle Kopfschmerzen bewährt. Besonders angenehm ist da die Tonpunktur ca. zwei Fingerbreit links und rechts von der Wirbelsäule auf der Höhe zwischen dem ersten und zweiten Halswirbel. [.....]

Der Jahreston ist die beste Schwingung für alltagsgestresste Menschen, um Energieblockaden aufzulösen, die Energie wieder in einen gesunden Fluss zu bringen und den Weg zum innerem Seelenfrieden wieder zu ebnen.

## Hals-Chakra

### Merkur

Ton: Cis/D 141,27 Hz  
Tempo: 66,2 bpm  
Farbe: Blau  
Chakra: Vishudda (Kehlkopf/Halswirbel)  
Wirkung: Fördert das Sprachzentrum und das kommunikativ-intellektuelle Prinzip



Der Merkur ist der sonnennächste Planet, seine Umlaufzeit beträgt etwa 88 Tage. Sein Ton schwingt in der 30. Oktave mit 141,27 Hz. Dieser Ton ist ein hohes Cis oder tiefes D. Die entsprechende Farbe ist ein Blau mit einer Wellenlänge von ca. 480 Nanometern.

Von den Planeten kann man eigentlich nur die beiden inneren Planeten (zwischen Sonne und Erde) einem Chakra zuordnen. Merkur, der nach der astrologischen und hermetischen Tradition als Morgenstern dem Sternzeichen Zwillinge, als Abendstern der Jungfrau zugeordnet wird, steht für Kommunikation und Schlaueit. Darum wird er dem Kehlkopfchakra zugeordnet, denn dort entspringen all unsere schlaue Sprüche.

Die Planetentöne sind heliozentrische Töne und haben darum für die Entstehung des Lebens auf der Erde eine weitaus geringere Bedeutung als die Schwingungen unseres eigenen Planeten und die des Mondes.



## Stirn-Chakra

### Venus

Ton: A 221,23 Hz  
Tempo: 103,7 bpm  
Farbe: Gelb-Orange  
Chakra: Ajna (Drittes Auge)  
Wirkung: Fördert die höhere Liebesenergie und das Harmoniebestreben.



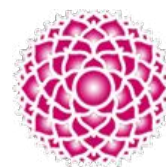
Die Venus ist der zweite innere Planet in unserem Sonnensystem und hat eine Umlaufzeit von etwa 225 Tagen. In der 32. Oktave schwingt der Venuston mit 221,23 Hz, was dem Ton A entspricht. Die zugehörige Farbe sehen wir mit einer Wellenlänge von ca. 615 Nanometern als helles Gelb-Orange. Die Venus wird als Morgenstern nach der Tradition dem Sternzeichen Stier zugeordnet, als Abendstern dem Zeichen Waage.

Eine Stimmgabel mit dem Venuston auf das Dritte Auge gehalten, lässt die Liebesenergie (nichtzielgerichtete Energie) intensiv fließen und bringt einen so in innere Harmonie. Schon der bekannte Arzt Paracelsus weist auf die Wirkung der Venus hin, wenn er meint, dass zu wenige die Augen zum gestirnten Himmel erheben, „... aus dem ein ununterbrochener Strom der Erleuchtung fließt, die die Menschheit zu neuen Wissenschaften und Künsten führt. Die Musik kommt zum Beispiel vom Planeten Venus. Wenn sich alle Musiker dem Einfluss ihres Lichtes öffneten, würden sie eine schönere, himmlischere Musik schaffen als die bisherige Musik“.

## Kronen-Chakra

### Der Ton des Platonischen Jahres

Ton: F 172,06 Hz  
Tempo: 80,6 bpm  
Farbe: Violett  
Chakra: Sahasrar (zentraler Punkt am Scheitel des Kopfes)  
Wirkung: Fördert das Heitere und Klare im Geiste, fördert die kosmische Einheit auf höchster Ebene und wirkt geistig verklärend (medizinisch: antidepressiv).



Dieser Ton ist die 48. Oktave der Erdachsenpräzession, einer Kreiselbewegung der Erdachse. Durch diese ist die Wanderung des Frühlingspunktes bedingt, der den Lauf der großen Zeitalter anzeigt. Da der Frühlingspunkt derzeit in das Sternbild Wassermann wandert, sagt man, das „Wassermannzeitalter“ beginnt (Musical Hair). Der Ton ist ein F mit 172,06 Hz und die entsprechende Farbe ist ein Violett mit der Wellenlänge von ca. 400 Nanometern.

Das F ist der Ton des Geistes. Der Ton F war im alten China der Grundton der Musik. Die Art und Weise, in der die Chinesen den Geist hervorhoben, steht sicherlich in direktem Zusammenhang mit der Wahl ihres Kammertones F, dem sie immer eine große Bedeutung beigemessen haben. In keinem Land war die Musik so bedeutend für das Geistesleben wie im alten China.

Eine kurze Passage aus dem Buch der Sitten des Li Gi mag das hier, an dieser Stelle, veranschaulichen:

*„So muss man die Laute untersuchen,  
um die Töne zu verstehen;  
man muss die Töne untersuchen,  
um die Musik zu verstehen,  
man muss die Musik untersuchen,  
um die Gebote zu verstehen,  
So wird der Weg zur Ordnung vollkommen.  
Wer die Musik versteht,  
erreicht dadurch die Geheimnisse der Sitte.  
Wer die Musik und die Sitte beide erlebt hat,  
besitzt Leben.  
Leben zeigt sich im Erleben.“*

## Literaturhinweise

Die Bedeutung und Arbeit mit den Chakren ist vielschichtig und kann in dieser Broschüre nur angedeutet werden. Für alle, die sich vertieft und praxisorientiert mit den fernöstlichen Traditionen der Mystik, der Chakrenlehre und mit der Theorie der Planetentöne befassen möchten, sei folgende Literatur zur Unterstützung empfohlen:

**Grundlagen tibetischer Mystik** von Lama Anagarika Govinda

ISBN 978-3-89427-469-6

**Kundalini Tantra** von Swami Sayananda Sarasvati

ISBN 978-93-84753-34-4

**Die Oktave - Das Urgesetz der Harmonie** von Hans Cousto

[www.planetware.de/download](http://www.planetware.de/download)

*“Ein Ding ist ein Ding, und nicht das,  
was über das Ding gesagt wird“*

(aus dem Film 'Birdman').

## Praxis und Theorie

Vieles, was wir heute über Chakren oder Tonfrequenzen hören, basiert auf überliefertem Wissen. Warum wird das Solarplexus-Chakra mit zehn und das Herzchakra mit zwölf Blütenblättern symbolisiert? Fördert der Merkur-Ton tatsächlich das Sprachzentrum? Solche Zuordnungen stammen oft aus der intuitiven Einsicht früherer Meister – wertvoll, aber nicht unantastbar. Wer sich ausschließlich auf alte Lehren verlässt, ohne selbst zu beobachten oder zu forschen, entfernt sich vom Wesentlichen. Wirkliches Verständnis entsteht nicht durch bloßes Wiederholen von Lehrmeinungen, sondern durch eigene Praxis, in der sich Echtheit zeigt und individuelle Erkenntnis wachsen kann.

## Chakren Stimmgabeln

Stimmgabeln zur Stimulierung der Chakren sind in diversen Ausführungen erhältlich.

Informationen zu den Tonfrequenzen unter [www.planetware.de](http://www.planetware.de)

