

# Chakren-Steine auf einem Holzbrett

## Material:

- ein schönes Holzbrett, mindestens 50 cm lang
- 7 etwa gleichgroße Steine, die übereinander alle auf dem Brett Platz haben
- Acrylfarben in
  - Schwarz
  - Weiß
  - Rot
  - Orange
  - Gelb
  - Grün
  - Türkis
  - Blau
  - Violett
- Dotting Tools, Pinsel und Zirkel
- Wasser und Fetzen zum Abwischen
- Klarlack
- Acryllack oder Holzlack zum Grundieren vom Holzbrett
- Montagekleber



Das Punktmalen auf Steinen kann auch sehr gut für größere Projekte eingesetzt werden. Die Idee für die Bretter mit den Symbolen und Farben der 7 Hauptchakren habe ich von pinterest.

Zuerst muss man vorbereiten: die 7 Steine werden in eurer Wahlfarbe grundiert (auf schwarz kommen die Farben später besser zur Geltung, aber ich habe auch schon ein Brett mit weißen Steinen gemacht), auf beiden Seiten, am Besten mit zwei Anstrichen. Das Holzbrett auf der Seite, auf der ihr die Steine anbringen wollt, unbedingt lackieren, sonst hält der Kleber nachher nicht.

Wenn alles getrocknet ist, legt euch eure Dotting Tools und Farben zurecht. Dann zeichnet ihr auf jedem Stein mit dem Zirkel einen Kreis, der Durchmesser war bei mir meistens 5 oder 6cm. Die Symbole (die die Mantrien repräsentieren) zu den einzelnen Chakren kann man leicht im Internet finden. Auf der nächsten Seite habe ich eine kurze Übersicht gegeben, was die einzelnen Chakren bedeuten und wo sie sitzen. Diese Symbole habe ich dann einfach mit Bleistift gezeichnet und dann entweder ausgemalt (wie im zweiten Bild), oder frei gelassen, wie im ersten Bild.

Schön ist es, den mittleren Kreis mit einer Kontrastfarbe (am Besten weiß) ein wenig abzuheben. Die Punkte sind dabei gleichmäßig und gleich groß gesetzt. Beim weiter nach Außen gehen kann man dann total kreativ sein. Im ersten Bild, also der ersten, einfachsten Version, habe ich einfach die Grundfar-

be in immer größeren Punkten bis ganz nach außen an die Seiten der Steine gezogen. In der zweiten Version rechts habe ich mit weiß eine hellere Version der Grundfarbe gemischt und dann wie bei Sonnenstrahlen abwechselnd hellere und dunklere Strahlen gesetzt, deren Punkte nach außen hin immer kleiner werden. Das nennt man „Walking“ (in der Dotting-Fachsprache, sozuagen) und heißt, dass ihr euer Tool in die Farbe taucht und dann einen Anfangspunkt setzt, der die volle Größe hat, wenn man dann aber ohne wieder in die Farbe einzutauchen weiter dotted, werden die Punkte in schöner Gleichmäßigkeit kleiner.

Lasst die Steine dann sorgfältig trocknen, bevor ihr sie mit Klarlack überzieht—auch wieder auf allen Seiten, damit nirgends Wasser dazukommen kann. Positioniert die Steine dann vor dem Festkleben unbedingt dort, wo ihr sie nachher haben wollt. Das Schlimmste, was passieren kann, ist, dass man alles gleich festklebt und dann einen Fehler bemerkt!

Mit Montagekleber halten die Steine auf dem lackierten Holzbrett sehr gut und sind dann auch für ein Aufstellen im Außenbereich geeignet. Wenn ihr das Holzbrett nicht hängt, sondern irgendwo stehen habt, empfiehlt es sich, alles zu lackieren.

Diese Vorlage ist Teil des Adventskalenders 2021, einem gemeinsamen Projekt vieler Perlenbastler. Wir wünschen viel Spaß beim Nachfädeln und einen besinnlichen Advent

© 2021, Tigermaus  
Kostenlos zu finden auf [perlentiere-forum.de](http://perlentiere-forum.de)  
Diese Vorlage ist nur für private, nicht kommerzielle Zwecke freigegeben

# Chakren-Steine auf einem Holzbrett

Die Bedeutung der einzelnen Chakren:

1. ganz unten: Wurzelchakra (Muladhara), die zugeordnete Farbe ist rot, das Mantra dazu LAM; dieses Chakra sitzt ganz unten am Rumpf, dort wo der Damm ist; der zugeordnete Sinn ist das Riechen, es geht um Selbstvertrauen, um verwurzelt und geerdet sein

2. der nächste Stein repräsentiert das Sakralchakra (Svadhistana), die Farbe ist orange, das Mantra dazu VAM; es sitzt auf Höhe des Beckens, ungefähr auf Höhe des Kreuzbeins; der zugeordnete Sinn ist das Schmecken, es geht um Selbstbewusstsein, Lebensfreude und Emotionen

3. Danach kommt das Nabelchakra (Manipura), die Farbe ist ein leuchtendes Sonnengelb, das Mantra dazu RAM; es sitzt auf Höhe des Nabels; der zugeordnete Sinn ist das Sehen, es geht um Selbstwirksamkeit, Durchsetzungsvermögen und Willenskraft

4. Weiter nach oben wandernd kommen wir zum Herzchakra (Anahata), das das Bindeglied zwischen den drei unteren, eher irdischen, und den drei oberen, spirituellen Chakren darstellt; ihm werden mehrere Farben zugeordnet: warmes Grün, rosarot oder golden. Das Mantra dazu ist YAM; der zugeordnete Sinn der Tastsinn; es geht um Hingabe, Liebe, Nähe.

5. Danach kommen wir zum Kehlkopfchakra (Vishudha), dessen zugeordnete Farbe türkis oder meeresblau ist, das Mantra dazu ist HAM; es sitzt auf Höhe der Halswirbelsäule und es geht um Kommunikation, Wahrheit, Klarheit und Kreativität

6. Das vorletzte Chakra ist das Dritte Auge (Ajna); dessen zugeordnete Farbe ist Indigo, das Mantra dazu KSHAM; es sitzt auf dem Punkt zwischen den Augenbrauen, aber eigentlich mitten im Kopf; es geht um Intuition, Spiritualität, Einsicht.

7. Zu guter Letzt findet man ganz oben das Scheitelchakra (Sahasrara), dessen zugeordnete Farbe violett ist; es sitzt in der Mitte des Scheitels, das Mantra dazu ist das sehr bekannte OM. Bei diesem Chakra geht es um Erleuchtung.

In dieser Version der 7 Steine habe ich die vollständigen Symbole genommen, die auch die zugeordneten geometrischen Symbole sowie den Lotus mit einbeziehen.



© 2021, Tigermaus

Kostenlos zu finden auf [perlentiere-forum.de](http://perlentiere-forum.de)

Diese Vorlage ist nur für private, nicht kommerzielle Zwecke freigegeben