

Yogi Vidyananda

Aura (Energiefeld) des Menschen

Definition Aura laut Wikipedia:

Als Aura oder Energiefeld eines Menschen wird in verschiedenen esoterischen Lehren eine Ausstrahlung bezeichnet, die für psychisch oder anderweitig entsprechend empfindsame („synästhetische“) Menschen als Farbspektrum, das den Körper wolken- oder lichtkranzartig umgibt, wahrnehmbar sein soll.

Nach Ansicht der meisten Anhänger der Energiekörperlehre besteht dieser aus mehreren Schichten, die eng mit den Chakren des Menschen verknüpft sind. Sehr häufig ist daher die Ansicht, die Aura des Menschen bestehe aus sieben Schichten, die den sieben Hauptchakren entsprechen. Manche Schichtenkonzepte können davon abweichen, da gelegentlich mehr als sieben Hauptchakren postuliert werden.

Wissenschaftlich betrachtet lassen sich weder Chakren noch Energiekörper nachweisen. Auch die angenommene Ausstrahlung eines Lichtkranzes lässt sich nicht mit wissenschaftlichen Methoden beobachten.

Gelegentlich wird behauptet, die mittels **Kirlianfotografie** abgebildeten Koronaentladungen seien ein Abbild der Aura. Für die Behauptung fehlen Belege. Sie wird auch von Seiten der meisten Anhänger der Vorstellung eines Energiekörpers als falsch erachtet.

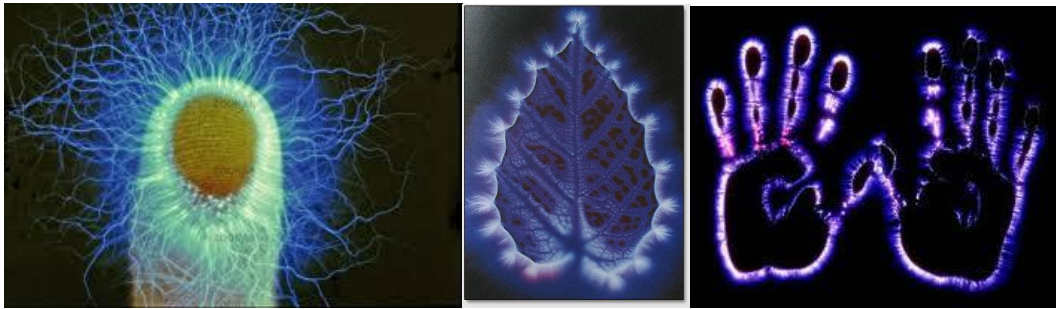
Bei der Kirlianfotografie kommt es als Folge der elektrischen Feldstärke in Gasen, wie auch der Luft, zu einer Ionisierung und daher zu einer Gasentladung. Dabei darf die elektrische Feldstärke nicht zu hoch sein, um die sogenannte **Koronaentladung** zu ermöglichen. Diese zählen zu den schwächsten elektrischen Entladungen und sind, wie fast alle Gasentladungen, mit Lichterscheinungen unterschiedlicher Stärke verbunden, die durch fotografische Verfahren abgebildet werden können.

Bei Koronaentladungen können die damit verbundenen Lichterscheinungen auch so schwach sein, dass sie nur unter bestimmten Bedingungen wie in abgedunkelten Räumen bzw. nur mit entsprechenden technischen Hilfsmitteln wie Koronakameras optisch festgestellt werden können.

Elektrische Entladungen sind nicht an bestimmte Formen oder Materialien der Objekte gebunden und können von allen elektrisch leitfähigen Materialien wie Metallen, aber auch von lebenden Organismen wie Tieren und Pflanzen ausgehen.

Yogi Vidyananda

Bei ebenen, elektrisch leitfähigen Oberflächen treten fast homogene elektrische Feldstärken und eine über die Fläche fast gleichmäßige Entladung auf. Allerdings sind auch in diesen Fällen durch geringe Unebenheiten in der nur scheinbar ebenen Oberfläche unterschiedliche optisch erkennbare Entladungsmuster vorhanden. Bei Kanten oder Spitzen treten wegen des Randeffektes höhere elektrische Feldstärken auf mit der Folge, dass an jenen Punkten bzw. Bereichen bevorzugt die elektrischen Entladungen einsetzen.



Kirlianfotografie (Koronaentladung)

In der südostasiatischen Jahrtausende alten **Energielehre** ist mit einer gewissen Selbstverständlichkeit von einem Energiekörper und damit einer Aura die Rede. Bei der Kirlianfotografie wird das wissenschaftlich beschriebene Phänomen des elektromagnetischen Feldes eines Menschen beschrieben und durch eine externe Spannungsquelle verstärkt und dadurch „fotografierbar“ gemacht.

Lernt es ein Mensch nun seine Wahrnehmung zu sensibilisieren (wie z. B. bei der Meditation) braucht er nicht mehr die Hilfsmittel der externen Spannungsquelle zur Verstärkung des Energiefeldes und des (Kirlian-) Fotos, sondern kann das Energiefeld direkt wahrnehmen.

Meistens wird dabei vom **Sehen** der Aura ausgegangen. Dies ist aber nur eine mögliche Wahrnehmungsform der Aura. Die Aura kann aber auch **gefühlt, getastet, gehört, geschmeckt oder gerochen** werden. Alle Wahrnehmungskanäle sind möglich und jeder sollte den Wahrnehmungskanal nutzen, der am stärksten ausgeprägt ist. Die anderen Wahrnehmungskanäle werden dann ebenfalls Stück für Stück mehr sensibilisiert werden. GEDULD!

Versuche zurückhaltend mit der Deutung des Wahrgenommenen zu sein. Spüre einfach nur, ob es sich für dich gut anfühlt oder eher nicht. In jeder menschlichen Aura ist etwas sehr Zartes und Reines zu finden, da es ein Ausdruck der tieferen Bewusstseinsebenen ist. Deine Fähigkeit der Empathie (Fähigkeit sich in die Gedanken und Gefühle des Anderen hinein zu versetzen) wird wachsen, die Auswahl der Menschen und Dinge mit denen du dich umgibst wird sich verändern, dein Leben wird immer harmonischer und liebevoller.

Yogi Vidyananda

Anders als die Körpersprache und andere Aspekte

des Ausdruckverhaltens, die wir manipulieren können, um uns in ein günstigeres Licht zu rücken, lässt sich die Aura nicht schönfärben.



Da die Aura mit derzeitigen technischen Möglichkeiten fotografisch nicht dargestellt werden kann, habe ich aus dem Internet das Bild heraus gesucht, was meinen bisherigen Erfahrungen am ehesten entspricht.

Übungen:

- **Aura erspüren im Stehen als Partnerarbeit**

Ein Partner steht entspannt mit hängenden Armen und geschlossenen Augen im Raum, der andere Partner steht ca. zwei Meter hinter ihm, im Laufe von 10 min. nähert sich der hinten stehende Partner sehr sehr langsam und gleichmäßig bis er schließlich bis auf einen kleinen Spalt ganz nah an den Partner heran getreten ist ohne ihn zu berühren. Beide Beteiligten versuchen zu erspüren, was sich wie ändert, je näher der Partner kommt und wie sich dieser Partner anfühlt (kraftvoll, weich, sanft, warm, kribbelnd, ...).

Nach 10 min. ertönt der Gong und der hintere Partner tritt wieder zurück und wechselt im Uhrzeigersinn zum nächsten Teilnehmer und nähert sich wieder innerhalb von 10 min. sehr sehr langsam an den neuen Partner an. Die Teilnehmer im Innenkreis bleiben einfach mit geschlossenen Augen stehen. Beide „neuen“ Partner haben nun die Aufgabe wieder zu spüren, was sie spüren und die Wahrnehmungen mit den Erfahrungswerten des ersten Partners zu vergleichen. Fühlen sich die Auren (Energiekörper) verschiedener Menschen unterschiedlich an???

In der zweiten 30 min (3 x 10) – Einheit werden die Positionen gewechselt und die TN aus dem Innenkreis wechseln in den Außenkreis und umgekehrt.

Yogi Vidyananda

- **Aura ertasten im Stehen während einer Ki-Fluss Übung als Partnerarbeit**

Ein Partner steht frei im Raum und macht für 20 min. die Ki-Fluss Übung Standard (siehe Arbeitsblatt Ki-Fluss Übung). Der andere Partner darf frei in der Gestaltung (in allen Entfernungen, an (fast) allen Körperstellen, ...) die Aura des Übenden **ertasten** ohne, aber auch mit leichter Berührung. Beide Partner nehmen wahr wie sich diese Bewegungen und die leichten Berührungen in der Aura anfühlen. Gibt es einen Unterschied in der Wahrnehmung der Energie direkt vor den Fingerspitzen durch die das Ki heraus strömt?

Nach einem Austausch über das Erlebte wechseln die Aufgaben.

- **Aura sehen während einer Ki-Fluss Übung als Partnerarbeit**

Ein Partner steht frei im Raum und macht für 20 min. die Ki-Ball Übung. Der andere Partner sitzt seitlich auf Höhe der Fingerspitzen des Partners auf einem Stuhl. Der sitzende Partner konzentriert sich auf die Fingerspitzen des Übenden und versucht den Ki-Fluss zu **sehen**.

Nach einem Austausch über das Erlebte wechseln die Aufgaben.

- **Offene Augen Meditation im Kreis sitzend mit Blick auf den Rücken des Vordermannes**

Alle Teilnehmer sitzen im Kreis im Uhrzeigersinn, so dass sie ihren Vordermann auf den Rücken schauen. Zunächst meditieren alle zur allgemeinen Konzentration und zur Verknüpfung mit den feinen Wahrnehmungsebenen mit geschlossenen Augen. Nach 5 min. ertönt der Gong und alle TN öffnen ihre Augen einen kleinen Spalt und schauen schemenhaft direkt an den Konturen des Vordermannes entlang und versuchen die Aura zu **sehen**. Wie das Flimmern der Luft auf heißem Asphalt, teilweise auch in verschiedenen Farben wäre eine mögliche Wahrnehmung. Nach 5 min. der offenen Augen Meditation ertönt wieder der Gong und alle TN schließen erneut die Augen. Nach weiteren 5 min. ertönt abermals der Gong und die Augen werden in der gleichen Weise wieder einen Spalt geöffnet. So vergehen im 5 Minuten Wechsel insgesamt 30 min zur Hälfte mit geschlossenen Augen und zur Hälfte mit leicht geöffneten Augen.