



Dieses Mini-E-Book ist Deines.
Hab viel Freude damit!

ARCHETYP WILDE FRAU WILDER MANN



WURZEL-CHAKRA

BEDEUTUNG

Erdverbundenheit, Ursprung, Antrieb, Flucht, Angriff, Pflanzen, Tiere, Urvertrauen

ELEMENT

Erde

FARBE

rot

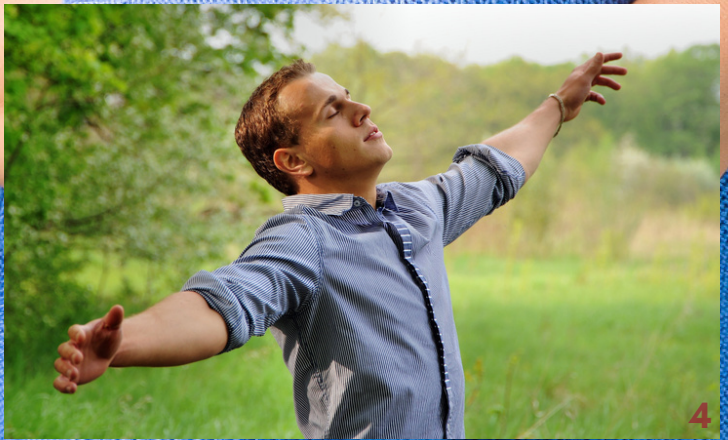
SYMBOL

Knüppel, Axt, Trommel

AFFIRMATION

Ich vertraue meinen Instinkten und bin mir meiner Körperlichkeit bewusst.

ARCHETYP LIEBENDE LIEBENDER



SEXUAL-/SAKRAL-CHAKRA

BEDEUTUNG

Lust, Gefühle, Lebensgenuss, Sexualität,
Erotik, Sinnlichkeit, Innen, Fluss

ELEMENT

Wasser

FARBE

orange

SYMBOL

Zauberflöte

AFFIRMATION

Ich bin mir meiner Gefühle bewusst
und genieße mich und mein Leben mit
allen Sinnen

ARCHETYP KRIEGERIN KRIEGER



NABELCHAKRA, SOLARPLEXUS

BEDEUTUNG

Standhaftigkeit, Grenzen, Schutz, Außen, Aktivität, Mitte, Wehrhaftigkeit, Raum

ELEMENT

Feuer

FARBE

gelb

SYMBOL

Speer, Pfeil, Bogen, Schwert, Schild

AFFIRMATION

Ich beschütze meine Grenzen und hole mir ins Leben, was ich brauche

ARCHETYP KÖNIGIN KÖNIG



HERZ-CHAKRA

BEDEUTUNG

Führung, Mut, Liebe, Harmonie, Würde,
Verantwortung, Mitgefühl, Freude,
Schönheit

ELEMENT

Luft

FARBE

grün

SYMBOL

Zepter und Reichsapfel, Krone

AFFIRMATION

Ich gehe selbstbestimmt und in
Würde meinen Weg

ARCHETYP NÄRRIN NARR



KEHLKOPF-HALS-CHAKRA

BEDEUTUNG

Humor, Kreativität, Kommunikation,
Ausdruck, Ton, Spontanität, Wahrhaftigkeit

ELEMENT

Äther

FARBE

blau

SYMBOL

Narrenstab, Narrenspiegel

AFFIRMATION

Ich drücke mich authentisch aus und
lasse meiner Kreativität freien Lauf

ARCHETYP MAGIERIN MAGIER



STIRN-CHAKRA, 3. AUGE

BEDEUTUNG

Vision, Einsicht, Erkenntnis, Wissen,
Symbole, Überblick, Vernetzung

ELEMENT

Äther

FARBE

violett

SYMBOL

Zauberstab

AFFIRMATION

Ich bin mit allen Elementen verbunden
und weiß um innere Zusammenhänge

ARCHETYP WEISE FRAU WEISER MANN



KRONEN-/SCHEITEL-CHAKRA

BEDEUTUNG

Inspiration, göttliche Führung,
Meditation, Freiheit, Verbindung zu
den Ahnen, Stille, Demut, Einfachheit,
Lebenserfahrung

ELEMENT

Äther

FARBE

lila, kristallin

SYMBOL

Bettelstab

AFFIRMATION

Ich bin mit allem verbunden und teile
meine Gaben und Weisheit.

WIE LEBENDIG SIND DEINE 7 URKRÄFTE?

Du hast die sieben Archetypen kennengelernt.
Doch welche Kräfte sind in deinem Leben bereits gut
spürbar – und welche möchten mehr Raum bekommen?

Mit dem kostenfreien Archetypen-Kompass findest du
in 14 Fragen heraus, was dich bereits stärkt und welche
Qualität du jetzt bewusster in dein Leben einladen
möchtest.

NIMM DIR 10 MINUTEN ZEIT FÜR DICH

**JETZT DEN ARCHETYPEN-
KOMPASS ENTDECKEN**



SCHÖN, DASS DU HIER BIST

Ich bin Anja Martina Bürk-Deharde,
Transformative Tanztherapeutin und
Systemischer Gestaltcoach. Seit 25
Jahren begleite ich Menschen dabei,
ihren Körper als Kraftquelle zu erleben
und ihr Leben lebendiger und
selbstbestimmter zu gestalten.



IMPRESSUM & WICHTIGE HINWEISE

Angaben gemäß § 5 DDG

Anja Martina Bürk-Deharde
LebensTanz – Coaching
Mainaustr. 69, 81243 München
E-Mail: info@lebenstanz.com
www.anja-buerk-deharde.com

URHEBERRECHT UND WEITERGABE

© 2026 Anja Martina Bürk-Deharde. Alle Rechte vorbehalten.
Dieses Mini-E-Book einschließlich seiner Texte, Übungen und Gestaltung ist urheberrechtlich geschützt. Es ist ausschließlich für deinen persönlichen Gebrauch bestimmt. Bitte gib das PDF nicht direkt weiter, veröffentliche es nicht und lade es nicht auf andere Webseiten oder Plattformen hoch. Auch eine Bearbeitung, Vervielfältigung oder kommerzielle Nutzung ist ohne meine vorherige schriftliche Zustimmung nicht gestattet.

Du möchtest dieses Mini-E-Book weiterempfehlen?

Sehr gerne! Teile dafür bitte den Link zur Newsletter-Anmeldung. So erhält jede interessierte Person ihr persönliches Exemplar direkt von mir:

anja-buerk-deharde.com/tipps/

Hinweis: Dieses Mini-E-Book dient der Inspiration und Selbsterfahrung und ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Beratung oder Behandlung. Bitte achte bei allen Impulsen auf deine persönlichen und körperlichen Grenzen.