

Chakren- Heilung

mit der balinesischen Priesterglocke



Inhalt

Über mich	3
Die balinesische Priesterglocke	4
Was sind Chakren?	5
Wurzelchakra	6
Sakralchakra	8
Solarplexuschakra	10
Herzchakra	12
Halschakra	14
Stirnchakra	16
Kronenchakra	18
Beeinträchtigung/Funktion der Chakren	20
Ablauf der Sitzungen	21
Anzahl der Sitzungen	22
Leistungen	23
Rezensionen	24
Weiterführende Links und Quellenangaben	25
Impressum	25
Platz für Ihre Notizen	26

Über mich

Liebe Leserin, lieber Leser,

mein Name ist Aline, ich erblickte 1982 das Licht der Welt.



Schon als Kind fühlte ich mich sehr zu spirituellen und geistlichen Dingen hingezogen und verbrachte sehr viel Zeit in der Kirche. Mit ihren Engelsstatuen und den wundervollen Gleichnissen, die der Pfarrer erzählte, war sie ein Zufluchtsort für mich.

Schon immer hatte ich das Bedürfnis, anderen zu helfen. Als junges Mädchen nahm ich jedes verletzte oder kranke Tier, jeden aus dem Nest gefallenen Vogel mit nach Hause. Päckelte die Tiere auf, um sie wieder in die Freiheit zu entlassen.

Als Erwachsene wurde das Bedürfnis, anderen Menschen zu helfen, immer stärker. Ich suchte nach Möglichkeiten, diesen inneren Ruf umzusetzen, zunächst in meinem Job, als Kommunikations-Coachin

und Trainerin für ein Lebenskompetenzprogramm. Ich fühlte mich aber noch nicht ganz angekommen. Schließlich besuchte ich auf Bali das Seminar „Potentialentfaltung“ und erkannte meine Seelenaufgabe, die ich fortan lebe.

Mithilfe einer balinesischen Priesterglocke, die ich auf Bali fand, führe ich Chakren-Harmonisierungen durch und kann dadurch die Lebensqualität der Menschen verbessern. Die erreichten Ergebnisse bei meinen Klientinnen und Klienten erfüllen mich zutiefst mit Freude.

Im Anschluss absolvierte ich noch zwei weitere Ausbildungen.

Wenn Sie nun neugierig geworden sind, lesen Sie gerne auf den nächsten Seiten weiter und kontaktieren Sie mich für ein unverbindliches Gespräch.

Alles Liebe,
Aline

Mobil erreichbar unter:

0151 17676725



Die balinesische Priesterglocke



Diese edle Ritualglocke ist ein wahres Meisterwerk balinesischer Schmiedekunst. Sie wird von einem sog. ‚Pande Gong‘ (spezialisierte Glockenschmied) in einem sehr aufwändigen, handwerklichen Prozess hergestellt (gegossen, poliert, gestimmt und schließlich magisch imprägniert).

Zum Zwecke der magischen Imprägnierung muss der Pande sich durch Fasten auf die Arbeit vorbereiten und

bereits während des Herstellungsprozesses bestimmte Opferungen und Rituale unter Rezitation geheimer Mantras für das Material und die von ihm verwendeten Werkzeuge durchführen, um die magische Kraft an das Ritualobjekt zu binden.

Das geheime, Jahrtausende alte Wissen um die Herstellung magischer Ritualobjekte wird seit der Bronzezeit bewahrt und bis auf den heutigen Tag nur mündlich an die nächste Generation des Clans weitergegeben. Pande dürfen mit der Herstellung eines magisch geladenen Objektes nur an ganz bestimmten, als günstig befundenen Tagen beginnen.

Auch zeitliche Indikatoren und besondere Gestirnskonstellationen müssen dabei beachtet werden, manchmal muss der Pande den Eintritt einer bestimmten Mondphase abwarten, um mit der Herstellung zu beginnen.

Die meisten schwingenden Gegenstände produzieren mehrere, ganz unterschiedliche Töne gleichzeitig. Die von einer Glocke produzierten Töne werden aber von uns viel klarer wahrgenommen, als jene, die von anderen schwingenden Gegenständen ausgehen.

Die Glocke wird auf einen bestimmten Ton eingestimmt. Dieser wird als ‚Anschlagton‘ bezeichnet.

Der Anschlagton wird anschließend von zahlreichen Obertönen begleitet. Und da gibt es noch einen dritten Ton, der selbst dann noch zu hören ist, wenn die beiden ersteren ausgeklungen sind. Dieser dritte Ton wird Summton genannt.

Der Klang einer perfekt hergestellten Ritualglocke strahlt als eine das Bewusstsein erhebende, reine und harmonisierende Kraft, die für die meisten Menschen spürbar ist.

Mittels ihres harmonischen Klanges wird die Atmosphäre und Umgebung von negativen und unreinen Schwingungen, Energien, negativen mentalen Eindrücken und belastenden Gedankenfragmenten gereinigt. Bei der Chakren-Harmonisierung werden die Chakren als Energiekörper wieder vereint und in Balance gebracht.

Was sind Chakren?

Unter Chakren werden jene fließenden Energieschwerpunkte verstanden, welche sich im energetischen Körper des Menschen befinden und auf unterschiedliche Weise Lebensenergie (Prana) an den physischen Körper verteilen. Diese fließenden „Energieverteiler“ werden stets entlang der physischen Wirbelsäule dargestellt, befinden sich aber tatsächlich an der Symmetrieachse des physischen Körpers, allerdings im Bereich des Energiekörpers. Es gibt viele Chakren im Energiekörper, aber die Chakren-Harmonisierung bezieht sich ausschließlich auf die sieben Haupt-Chakren des Menschen. Als Hauptchakren gelten, von unten beginnend:

Muladhara oder Wurzelchakra an der Symmetrieachse am unteren Ende der Wirbelsäule zwischen Anus, Steißbein und Genitalien.

Svadhithana, oder Sexual- oder Sakralchakra im Bereich des Kreuzbeines und

des Sexualorgans gelegen.

Manipura oder Nabel- oder Solarplexuschakra am Oberbauch, in der Vertiefung unter den Rippenbögen gelegen.

Anahata oder Herzchakra, in der Brustmitte gelegen.

Vishuddha oder Kehel- bzw. Halschakra im Bereich des Kehlkopfes gelegen.

Ajnya, Stirnchakra oder „Drittes Auge“, etwa 1cm oberhalb und zwischen den Augenbrauen gelegen.

Sahasrara, Scheitel- bzw. Kronenchakra auf dem Schädeldach gelegen (Bereich große Fontanelle beim Neugeborenen).

Auf den nachfolgenden Seiten gebe ich Ihnen einige nicht abschließende Beispiele zu den einzelnen Chakren. Spüren Sie mal in sich hinein, ob das Lesen der Texte, etwas in Ihnen auslöst.





Lage im Körper

Zwischen Anus, Steißbein und Genitalien

Resonanz-Energiekörper

Physischer Körper, Ätherkörper

Farbe

Rot

Element

Erde

Geistige Qualitäten

Sicherheit, Lebenskraft, Ur-Vertrauen und Ur-Instinkte, Verbindung zu allem Irdischen, Beziehung zur materiellen Ebene des Lebens (Geld, Macht, Karriere etc.), Stabilität und innere Stärke, Bodenhaftung

Körperlicher Bezug

Skelettsystem, inkl. Zähne, Beine und Füße, Haut, Dammregion, Dickdarm, Äußere Geschlechtsorgane, Lymphsystem, Nase

Blockierende Ängste

Überlebensangst, Angst vor Veränderungen, Angst durch mangelnde Zugehörigkeit zu einer Familie oder einem Stamm, Angst davor im Körper zu sein

Resonanzalter

Babyalter

Hormone

Geruchssinn

Unterstützung durch Nahrung

Erdende Wurzelgemüse: Karotten, Rote Beete, Kartoffeln, Pastinaken, Rettich, Radieschen, Klettenwurzel, Rüben, Kohlrabi.

Festigkeit vermittelnde Proteine: Hülsenfrüchte, Nüsse, Milch, Milchprodukte, Tofu und Sojaprodukte.

Stärkende Saaten: Kürbiskerne (Prostata!), Pinienkerne, Sesam, Sonnenblumensamen, Öle aus o.g. Saaten.



Bedeutung und Aufgabe

Das Wurzelchakra ist die Verbindung mit dem physischen Körper, der physischen Welt, den Energien der Erde und bestimmt generell unsere Beziehung zur materiellen Ebene des Lebens.

Das Hauptthema des Wurzelchakras ist Sicherheit und Stabilität, und gerade weil es das erste und unterste Chakra ist, ist es von enormer Bedeutung. Das Wurzelchakra ist die Grundlage und Basis für unser Dasein und unsere Evolution als Seele in einem Körper.

Erst ein geöffnetes Wurzelchakra ermöglicht es uns, dem Leben angstfrei zu begegnen, mit dem Fluss des Lebens zu fließen und uns wirklich auf die Erfahrung einzulassen, durch die unsere Seele wachsen kann. Das Wurzelchakra steht in Verbindung mit unseren Ur-Instinkten und unseren grundlegenden persönlichen und körperlichen Bedürfnissen des Lebens und Überlebens: unser Bedürfnis nach Nahrung Sicherheit, Wärme, Schutz und Heimat, nach einem zu Hause, nach der Zugehörigkeit zu Unseresgleichen und nach Beruf(-ung). Seine starke Verbindung zu Beinen, Füßen und dem Skelettsystem, ist sozusagen die Manifestation seines wesentlichen Themas: völlig verkörpert, stabil und geborgen im Leben zu stehen.

Das Wurzelchakra kann stark beeinflusst werden durch das Erlebnis von Geborgenheit sowie das Verhältnis und die Verbindung mit der eigenen Mutter zu Beginn des Lebens.

Mögliche Störungen des Wurzelchakras:

Psychische Ebene:

Misstrauen, Unsicherheit, existenzielle Anspannung, Angst, Gefühl der Heimatlosigkeit, kein Zugehörigkeitsgefühl, Angst sich einzulassen,

Körperliche Ebene:

Generelle Kränklichkeit und Immunschwäche, Energielosigkeit, Haut-, Knochen- und Skelettkrankheiten, Probleme in Beinen und Füßen, in der Analregion und Hämorrhoiden, erektile Dysfunktion und/oder Probleme, einen Orgasmus zu erleben (bei beiden Geschlechtern). Eine Erschöpfung der Nebennierenfunktion (Morbus Addison) bewirkt chronische Müdigkeit und geringe Ausdauer.

Stärkende Affirmation

Ich vertraue ins Leben. Alles was ich brauche, habe ich schon. Ich höre auf meinen Körper und verstehe seine Bedürfnisse.



Lage im Körper

Eine Handbreit unter dem Bauchnabel

Resonanz-Energiekörper

Ätherkörper, Emotionalkörper

Farbe

Orange

Element

Wasser

Geistige Qualitäten

Beziehung zur Lebensenergie, Ursprüngliche Lebendigkeit, Schöpferische Kraft, Kanal für die Lebensenergie sein, Loslassen in den Lebensfluss, Begehren, Sinnlichkeit, Sexualität



Körperlicher Bezug

innere Geschlechtsorgane: Eierstöcke, Eileiter, Gebärmutter, Scheide, Hoden, Nebenhoden, Samenleiter, Bläschen-drüse, Harn-Samen-Röhre, Harnorgane, Nieren, Nierenbecken, Harnleiter, Harnblase, Mund und Zunge

Blockierende Ängste

Scham, Schuld, Angst vor Sexualität und Sinnlichkeit, Angst sich emotional und kreativ auszudrücken

Resonanzalter

3.-8. Lebensjahr und Teenageralter

Sinn

Geschmackssinn

Unterstützung durch Nahrung

Reinigende Früchte: süße Äpfel, Birne, Pfirsich, Aprikose, Melone, Mango, Orange, Granatapfel, Erdbeeren, Weintrauben, Feigen, Ananas entwässernde Gemüse und Salate: Kresse, Spinat, Tomaten, Gurke, Rucola, Radicchio, Grüner Salat, Brennessel, Entschlackende Getränke: Wasser, Fruchtsaft, Tee aus Brombeerblättern, Himbeerblättern, Birke, Löwenzahn, usw. Reinigungsfördernde Gewürze: z.B. Bertramwurzel

Bedeutung und Aufgabe

Das Sakralchakra steht für den schöpferischen Fluss purer Lebensenergie, unsere Beziehung zur Lebendigkeit und unsere Leidenschaft für das Leben. Es spielt außerdem eine zentrale Rolle für den Ausdruck und das Empfinden von Emotionen.

Das Sakralchakra dreht sich ganz um das sinnliche Erfahren des Lebens, das Berühren und Schmecken der Welt. Im Sakralchakra drücken wir unser tiefstes Bedürfnis aus, unsere Lebensenergie fließen zu lassen, uns auszudrücken, das Leben zu erfahren, unsere schöpferische Kraft zu leben.

Sexualität ist dabei nur ein Aspekt des freudvollen, sinnlichen und kreativen Ausdrucks unserer Lebensenergie und unseres Bedürfnisses, die Welt zu erfahren und zu berühren. Emotionen sind ein weiterer wichtiger Aspekt, erst durch unsere Emotionen wird die irdische Erfahrung wirklich ‚real‘ für die Seele, erst die Emotionen ermöglichen eine sinnliche, direkte, intensive und farbenprächtige Erfahrung der Welt.

Mögliche Störungen des Sakralchakras

Psychische Ebene:

Verlust der Lebensfreude, chronische Müdigkeit und Lustlosigkeit, Angst mit der Umwelt zu interagieren, Erfahrungen zu sammeln, auszuprobieren und zu experimentieren. Energetische und emotionale „Austrocknung“, die oft zu mangelnder Vitalität und Gesundheit führt. Unfähigkeit, körperliche Berührungen

zu genießen, Schwierigkeiten, Intimität zuzulassen, bis hin zu Orgasmusschwierigkeiten und erektilen Dysfunktionen. Missfallen an Sex und Libidoverlust. Auch das komplette Gegenteil, wie Sexsucht und Nymphomanie können als Zeichen gedeutet werden. Problemen, die eigenen Emotionen zuzulassen und auszudrücken und/oder mit den Emotionen seiner Mitmenschen umzugehen. Einsamkeit, Gefühl der Fremdheit, starke Stimmungsschwankungen, oft extreme Eifersucht.

Körperliche Ebene:

Chronische Müdigkeit, Erkrankungen von Gebärmutter und Eierstöcken, Prostata- und Hodenerkrankungen, Potenzstörungen, Pilzkrankungen der Geschlechtsorgane, Geschlechtskrankheiten, Nierenerkrankungen, Blasenprobleme, Harnwegsinfektionen, Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule und Hüftschmerzen aufgrund mangelnder Flexibilität.

Stärkende Affirmation

Ich wertschätze mich und den Ausdruck meiner Gefühle. Ich bin offen für Fülle und Freude in meinem Leben.



Lage im Körper

Oberhalb des Nabels, auf dem Solarplexus

Resonanz-Energiekörper

Emotionalkörper, Mentalkörper

Farbe

gelb

Element

Feuer

Geistige Qualitäten

Gedankenformen, Willen, Sitz unserer Persönlichkeit, Identitäten, persönliche Macht, Bauchgefühl / unterbewusste Intuition, Verantwortung, Grenzsetzung, Tatkraft, Ausgeglichenheit

Körperlicher Bezug

Verdauungsorgane: Magen, Leber, Nieren, Milz, Galle, Gallenblase, Dünndarm, Dickdarm bis Enddarm, Zwerchfell, Haut, Augen, Gesicht Haare Fingernägel Fußnägel, Muskulatur, Bindegewebe

Blockierende Ängste

Angst, die Kontrolle zu verlieren; Angst vor Wut; Angst vor Kritik und Versagen

Resonanzalter

5.-12. Lebensjahr

Sinn

Sehvermögen

Unterstützung durch Nahrung

Wärmende Gewürze: Schwarzer Pfeffer, Chilli, Ingwer, Zimt, Nelken, Piment, etc.

Saaten zur Kühlung übermäßigen Feuers: Fenchel, Anis, Kümmel, Leinsamen, Sonnenblumenkerne. Wärmende Kohlenhydrate: Buchweizen, Mais, Hafer, Hirse, Weizen, Dinkel, gekocht, als Nudeln, Brot, Müsli, Esskastanien usw. Wärmende Proteine: Linsen, Kichererbsen bevorzugt als Eintopf.

Wärmende Gemüse: Fenchel, verschiedene Kohlsorten, etc.

Wärmende Getränke: Zimttee, Ingwerwasser, Tee aus o. g. Kräutern



Bedeutung und Aufgabe

Das Solarplexuschakra (auch Sonnengeflecht genannt) ist der Sitz unseres Selbstverständnisses als Person, unserer persönlichen Macht und Kraft.

Das Solarplexuschakra ist vor allem mit unseren Verdauungsorganen verbunden. Hier werden unsere Erfahrungen und komplexeren Emotionen „verdaut“ und in eine mentale Struktur gebracht. Das Solarplexus-Chakra ist der Zugang zu unseren inneren Identitäten (z.B. inneres Kind) in Form von gespeicherten Erfahrungen und Ängsten, von tief verwurzelten, unbewussten Gedanken- und Verhaltensmustern.

Ein großes Thema des Solarplexuschakras ist Macht und Kraft – im besten Fall in Form von Selbstbewusstsein, Klarheit, Integrität und Handlungsfähigkeit als Person. Mit dem Thema der Kraft und Macht zusammen hängen Themen wie Selbstdisziplin, Integrität und Belastbarkeit, aber auch Schattenseiten wie Wut, Ausdruck eines Gefühls von Machtlosigkeit, Manipulation und Dominanz zusammen. Im Solarplexuschakra liegen auch unser Bedürfnis und unser Antrieb verborgen, unsere eigenen Ideen in die Welt zu tragen und dort zu verwirklichen, Herausforderungen zu meistern, uns selbst zu testen. Im Solarplexuschakra liegt die Kraft für Veränderungen, für Disziplin und Selbst-Transformation, aber auch das Bedürfnis nach Kontrolle.

Mögliche Störungen des Solarplexuschakra

Psychische Ebene:

Überforderung, Verzweiflung, Angst und Wut. Filter der Machtlosigkeit und/oder Wertlosigkeit. Überforderung, emotional instabil. Wut, Apathie, Depression, Verzweiflung, Selbsthass, Kontrollwahn, Grenzverlust.

Willenlos und beeinflussbar, gehen lassen. Opfergefühle, Angst nicht geliebt zu werden, Abhängigkeitsverhältnis, Neid, Verbitterung, negative Überzeugungen, Selbsthass. Entweder aufbrausend oder gefühllos und gleichgültig.

Körperliche Ebene:

Erkrankungen der Verdauungsorgane und des Stoffwechsel sowie Probleme mit dem Zwerchfell und der Atmung.

Stärkende Affirmation

Ich bin mir meines Selbstwertes bewusst. Ich treffe Entscheidungen, die mich in meinem Leben stärken und unterstützen.



Lage im Körper

In der Mitte der Brust auf Höhe des Herzens

Resonanz-Energiekörper

Kausalkörper

Farbe

Hellgrün (Leuchtgrün, Giftgrün)

Element

Luft

Geistige Qualitäten

Sitz der universellen Liebe, Hingabe, Harmonisierung, Beziehung, Mitgefühl, Sensitivität, Herzensfreude, Feingefühl

Körperlicher Bezug

Herz, Lunge, Brüste, Brustkorb und Brustwirbelsäule, Immunsystem, großer Kreislauf, Unterarme und Handflächen.

Blockierende Ängste

Angst vor Herzschmerz, Trauer und Verletzung; Angst vor Verletzlichkeit; Angst, sich zu öffnen; Angst, Liebe zu empfangen und genährt zu sein

Resonanzalter

12.-18. Lebensjahr

Sinn

Tastsinn

Unterstützung durch Nahrung

Leichte Mahlzeiten: Reis, gedünstete Gemüse, Sprossen und Keime, Salate, Obst, Essbare Blüten als Deko und im

Salat: Borretsch, Kapuzinerkresse, Holunder, Rosenblüten, Gänseblümchen, Löwenzahnblüten, usw.

Dazu reichlich duftende, grüne Kräuter: Basilikum, Koriander-Grün, Majoran, Oregano, Petersilie, Rosmarin, Thymian, Quendel

Duftende Blütentees und -wasser: Rose, Ringelblume, Lavendel, Kamille, Jasmin, Holunderblüten, Herzöffnende Spezialitäten: Lotussamen bzw. -nüsse, rote Äpfel, Rosenwasser



Bedeutung und Aufgabe

Das Herzchakra verarbeitet die Erfahrungen der Liebe, der feinen Gefühle und Empfindungen, die mit ihr zusammenhängen. Zu diesen Gefühlen gehören Liebe, Mitgefühl, Hingabe, Trauer, Schmerz und Dankbarkeit.

Das Herzchakra entwickelt unsere Fähigkeit zu bedingungsloser Liebe und Hingabe. Durch das Herzchakra erkennen wir die wahre Natur sowohl der Dualität, als auch der Liebe. Hier im Herzen ist die reine, universelle Liebe unserer Seele zu Hause, die alle Menschen und Ereignisse mit nichtwertender Akzeptanz annehmen kann. Im Licht dieser Liebe fühlen wir unsere innerste Wahrheit und lernen so, zu unterscheiden, ohne dabei zu verurteilen.

Mögliche Störungen des Herzchakras:

Psychische Ebene:

Narzisstische Selbstbezogenheit und Verweigerung gegenüber der Welt oder aufopfernde, bis zu Selbstaufgabe und Selbsthass reichende Abhängigkeit von der Liebe anderer Menschen.

Entweder Verhärtung, Gleichgültigkeit, gefühlsmäßiger Distanziertheit, Unfähigkeit, zu vergeben, oft anhaltender Negativität, sowie Schwierigkeiten oder Weigerung, in Beziehungen echte Nähe zuzulassen und Liebe zu geben oder zu empfangen. Gefühlskälte, Härte, Verschlussenheit, Anklage, Verurteilung, Groll und Misstrauen gegenüber sich selbst, anderen Menschen und dem Leben/Gott sind ebenfalls häufige Auswirkungen. Oder Selbstaufgabe, Glaube sich die Liebe anderer Menschen und Gottes ständig verdienen zu müssen und diese Liebe insgeheim nicht zu verdienen.

Körperliche Ebene:

Eingefallene Schultern, Herzerkrankungen, Angina Pectoris, Herzrhythmusstörungen, hoher oder niedriger Blutdruck, erhöhte Cholesterinwerte, Durchblutungsstörungen, Lungenerkrankungen, Atembeschwerden, Allergien, Schmerzen in der Brustwirbelsäule und Schultern, Rheuma in Armen und Händen und Hauterkrankungen. Auch Erkrankungen der Atemwege wie Bronchitis, Asthma, Lungenemphysem und andere sind möglich.

Stärkende Affirmation

Ich wertschätze und liebe mich selbst ohne Bedingungen. Ich bin offen, Liebe bedingungslos zu geben und zu empfangen.





Lage im Körper

In Höhe des Kehlkopfes

Resonanz-Energiekörper

Weisheitskörper/höherer Verstand

Farbe

Hellblau/türkis

Element

Äther

Geistige Qualitäten

Sitz unserer Einzigartigkeit und Individualität, authentischer Selbstausdruck der Seele, Fähigkeit, zu manifestieren, Öffnung für die feinstoffliche Ebene, Zugang zur Intuition, Klarheit im Inneren und im Äußeren

Körperlicher Bezug

Nacken und Schultern, Rückseiten der Arme und Hände, Ohren und die Nase, Kiefernebenhöhlen, Mund, Zähne, Rachen, Kehlkopf, Schilddrüse, Nebenschilddrüse

Blockierende Ängste

Angst, sich auszudrücken, Angst vor Zurückweisung, Angst, sich zu verpflichten; Angst vor Konfrontation

Resonanzalter

16.-21. Lebensjahr

Sinn

Gehörsinn

Unterstützung durch Nahrung

Entlastungs-Kost: reinigende Samen, Obst und Früchte (Element Raum: über Früchte und Samen verbreiten sich Pflanzen im Raum), natürliche, reinigende Süsse: Fruchtsäfte, Honig, Agarvendicksaft, etc.

Reinigende Spezialitäten: Wegerichsamen (bzw. Flohsamen), Hagebutten, Brennesselsamen, Leinsaat, etc.

Bedeutung und Aufgabe

Das Halschakra verarbeitet Erfahrungen des Selbstausdrucks, besonders des Ausdrucks unserer höchsten Wahrheit als Seele. Es verbindet uns mit dem höheren, transpersonalen Verstand. Das Halschakra ist die Quelle unserer Verständigung und Kommunikationsfähigkeit. In ihm ist unsere ganz eigene Wahrheitsfindung verborgen, sowie die Möglichkeit, diese mit unserer Umwelt zu teilen.

Unser Kontakt zur Außenwelt kann durch Sprache, Körpersprache, Gedanken und Wünsche erfolgen. Anerzogene Glaubensmuster und -sätze werden durch die Aktivierung des Halschakras im Licht der eigenen Wahrheit geprüft – Selbstbestimmung, Unabhängigkeit und Freiheit als Seele werden erlangt. Hier drückt sich die Einzigartigkeit und Individualität unserer Seele aus, durch Kommunikation, aber auch über den kreativen Selbstausdruck in der Welt – durch Gesang, Kunst, Tanz, Musik, Schauspielerei, Literatur.

Mögliche Störungen des Halschakras:

Psychische Ebene:

Selbstausdruck und Kommunikation mit der Umwelt gestört. Unvermögen, Bedürfnisse, Wünsche, Meinung, Ideen und Vorstellungen zu kommunizieren, schlechte Zuhörer. Angst, sich zu zeigen. Angst vor Kritik, Angst vor Ablehnung, Angst vor negativen Reaktionen, Angst, die Kontrolle zu verlieren. Kaum Zugang zur inneren Stimme und kein Vertrauen zur eigenen Intuition. Wenig bis kein Selbstvertrauen, wirken verklemmter und oftmals teilnahmsloser. Extreme Fälle: Sprachstörungen wie z.B. Nuscheln und Stottern. Kreativer Selbstausdruck

gestört, in Ermangelung ihrer Fähigkeit, zu träumen, auszuprobieren, zu improvisieren und Ideen zu entwickeln. Der Schmerz der Seele, sich nicht ausdrücken zu können, spiegelt sich in Reue, Selbstverurteilung und übermäßiger Härte im Selbsturteil wider.

Körperliche Ebene:

Immer wiederkehrende Entzündungen des Rachens oder der Nebenhöhlen, der Mundhöhle und des Zahnfleisches, Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse und damit einhergehend Antriebslosigkeit und/oder Nervosität, Probleme mit den Zähnen und Schmerzen im Bereich von Schultern und Nacken sowie der Halswirbelsäule. Auch Osteoporose kann auf einen gestörten Calciumhaushalt hinweisen, als Folge einer Erkrankung der Nebenschilddrüsen.

Stärkende Affirmation

Ich bringe meine Gefühle und meine Meinung deutlich zum Ausdruck.

Ich spreche die Wahrheit mit Liebe und Überzeugung.



Stirnchakra

Lage im Körper

In der Mitte des Kopfes, über und zwischen den Augenbrauen

Resonanz-Energiekörper

Himmlischer Körper

Farbe

dunkles violett

Element

Geist

Geistige Qualitäten

Kommunikation mit der Seele, Intuition, höherer Verstand, Hellsichtigkeit, Visionen, Phantasie, Präsenz

Körperlicher Bezug

Gehirn, Augen

Blockierende Ängste

Angst, nicht zu wissen und zu verstehen „warum“, Angst nach Innen zu schauen

Resonanzalter

21.-26. Lebensjahr



Sinn

Außersinnliche Wahrnehmung

Unterstützung durch Nahrung

Spirituell motiviertes Fasten, zur Stärkung der Geisteskraft: Intensiv-Fasten, Wasserfasten, Teefasten, Gemüsebrühefasten,

Sanftere Fastenformen: Saftfasten, Obstfasten, Reisfasten



Bedeutung und Aufgabe

Das Stirnchakra ist der Sitz der reinen Präsenz der Seele. Es verbindet uns mit der höheren Intuition und der Führung durch unsere Seele. Es ist auch der Sitz des Bewusstseins, des höheren Geistes und der inneren Sicht.

Während der unbewusste Geist zwischen den unteren Chakren hin und her schwankt, verankert sich der erwachte Geist in der transzendenten Präsenz des Stirnchakras. Sind alle anderen Chakren geöffnet, vollendet sich so die Entwicklung und der Mensch öffnet sich endgültig dem göttlichen Bewusstsein und den höheren Dimensionen. Durch das Stirnchakra empfangen wir die Führung der Seele durch die Intuition, es wird deshalb auch als „Tor zur Seele“ bezeichnet.

Wir erweitern unser Sein und unsere Wahrnehmung weit über die physische Realität hinaus – unsere hellsichtigen Fähigkeiten werden hier entwickelt, weshalb dieses Chakra auch das Dritte Auge genannt wird. Dem Stirnchakra entspringt das Wissen und die Erfahrung, dass wir mehr sind als unser Körper. Es ist das Tor zu höheren spirituellen Erfahrungen und wirklicher kosmischer Liebe.

Mögliche Störungen des Stirnchakras:

Psychische Ebene:

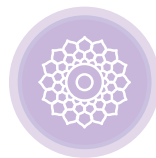
Es fehlt der Sinn für Mystisches. Alles wird von der materiellen und verstandesgesteuerten, intellektuellen Ebene betrachtet. Nur das Sichtbare, Messbare, Analytische wird als real akzeptiert, begleitet von einer Intoleranz gegen alles, was darüber hinaus geht. Die Gedanken kreisen sich oft um Ängste und Sorgen. Dies führt oftmals zu einer geistigen Verlorenheit und Orientierungslosigkeit, Sinnlosigkeit. Originelle, visionäre Gedanken und die Entwicklung langfristiger Pläne sind oft nicht möglich. Konzentrationsschwäche. Illusionäre Wirklichkeiten, Alpträume, Wahnvorstellungen und Halluzinationen können Indikatoren für ein aktiviertes, aber stark gestörtes Stirnchakra sein.

Körperliche Ebene:

Kopfschmerzen und Migräne, Gehirnerkrankungen, Augenleiden, Ohrenleiden, chron. Schnupfen und Nebenhöhlenentzündungen, Erkrankungen des Nervensystems und neurologische Störungen, Gedächtnisstörungen und Epilepsie.

Stärkende Affirmation

Ich erkenne mich selbst in Klarheit. Jede Lebenssituation ist eine Möglichkeit für Wachstum und Harmonisierung.



Lage im Körper

Direkt am und über dem Scheitelpunkt des Kopfes

Resonanz-Energiekörper

Geist-Licht-Körper

Farbe

Weiß, transparent, mit ganz leichten violetten Anteilen

Element

Universum (kein stoffliches Element)

Geistige Qualitäten

Verbindung des Menschlichen mit dem Göttlichen, Einheitsbewusstsein, Erleuchtung, göttliche Liebe

Körperlicher Bezug

Gehirn

Blockierende Ängste

Angst, allein gelassen zu werden; Angst, das Universum sorge nicht für uns, Angst, die Identität und den freien Willen zu verlieren

Zugehörige endokrine Drüse/Nervengeflecht

Zirbeldrüse (Epiphyse) / Gehirn

Unterstützung durch Nahrung

Minimalistische Kost, die nicht belastet und Raum lässt für spirituelle Erfahrungen: Sehr leichte, rein pflanzliche bzw. vegane Kost. Obst, Blätter, Nüsse, reines Quellwasser, grüner Tee, Saft



Bedeutung und Aufgabe

Das Kronenchakra ist nach oben geöffnet, denn es verbindet das Menschliche mit dem Göttlichen und Kosmischen, dem großen Ganzen.

Es befindet sich außerhalb des grobstofflichen Körpers und ist Sitz des Einheitsbewusstseins. Durch diese Verbindung zum Göttlichen durch das Kronenchakra können wir die höchste Form von Wissen und Weisheit erlangen – Wissen durch Verschmelzung und Einheit.

Ein Verstehen, das wir existenziell begreifen, ohne es verstandesgemäß zu verstehen. Ein vollständig geöffnetes Kronenchakra bedeutet vollständiges Transzendieren der Identität als getrennte Person – dies ist, was wir allgemein unter dem Begriff „Erleuchtung“ verstehen.

Eine Weiterentwicklung des Kronenchakras ist nur möglich, wenn alle anderen sechs Chakren aktiviert wurden, die volle Öffnung ist gleichbedeutend mit der ersten Stufe der Erleuchtung. Im Gegensatz zu den anderen Chakren entzieht sich dieses Chakra weitgehend der bewussten Steuerung.

Mögliche Störungen des Kronenchakras

Es gibt wenig Blockaden des Kronenchakras, vielmehr ist ein unterentwickeltes Kronenchakra weit verbreitet.

Psychische Ebene:

Durch das Abgeschnitten-Sein von den höheren Aspekten, setzt die zunehmende Orientierungslosigkeit, gepaart mit geistiger Leere einen schleichenden Prozess der Entwurzelung und inneren Isolation in Gang, der sich oft ab einem Alter von Mitte Vierzig als sogenannte „Midlife-crisis“ bemerkbar macht: Dem Gefühl, ein Leben völliger Bedeutungslosigkeit zu führen und nicht zu wissen, wer man ist. Ziellosigkeit, Kraftlosigkeit, Dauerstress.

Körperliche Ebene:

Mit zunehmendem Alter Nervenleiden, Lähmungserscheinungen, Multiple Sklerose, Krebserkrankungen, Ein- und Durchschlafstörungen sowie eine generelle Immunschwäche – alles Anzeichen dessen, dass sich der Mensch seiner innewohnenden Schöpferkraft und seiner natürlichen Sehnsucht nach einem höheren Teil seines Selbst verschlossen hat.

Stärkende Affirmation

Ich erkenne meine Konditionierung und gehe über meine Glaubenssätze hinaus. Ich bin offen für die Weisheit und Fülle des Universums.

Chakren können in ihrer Funktion beeinträchtigt sein, was stets mit einer spürbaren Verschlechterung des Allgemeinbefindens des Betroffenen (Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Energie- und Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen etc.) verbunden ist und bei Vorliegen einer massiven Störung zu ausgeprägten physischen und psychischen Gesundheitsstörungen führt.



Die meisten Funktionsstörungen in lädierten Chakras werden durch Besetzung mit Fremdenergien sowie durch eine damit einhergehende Reduktion der

Rotationsgeschwindigkeit der betroffenen Chakren verursacht.

Bei der Chakren-Harmonisierung geht es nicht nur darum, die beeinträchtigten Chakren von Fremdenergien zu reinigen, sondern vielmehr auch das gesamte System der sieben Hauptchakren zu harmonisieren, um die gestörte energetische Balance wieder herzustellen sowie die Rotationsgeschwindigkeit lädierten Chakren zu erhöhen, und auf diese Weise das gesamte System der Hauptchakren in Einklang zu bringen.

Ist das System der 7 Hauptchakren harmonisiert und arbeiten sämtliche „Energiedistributoren“ wieder optimal zusammen, dann hat dies eine Steigerung der Immun- und Selbstheilkräfte des physischen Körpers zur Folge. Unpäßlichkeiten und Krankheiten können bei der Chakren-Harmonisierung oft gänzlich geheilt, und bestehende Beschwerden erkennbar und nachhaltig gelindert werden.

Selbstverständlich kann die Chakren-Harmonisierung bei kranken Personen nicht den Arztbesuch ersetzen und sollte deshalb bloß als zusätzliche Maßnahme zur medizinischen Behandlung betrachtet werden.

Bitte bringen Sie ein großes Bade- oder Saunatuch mit. Sie müssen sich entkleiden, Unterwäsche/Bikini oder Badehose behalten Sie an. Wir beginnen die Sitzung in Bauchlage.

Während der Chakren-Harmonisierung sollte nicht geredet werden. Sie dürfen sich ganz auf Ihren Atem und den Klang der Glocke konzentrieren.

Mit magnetisiertem Wasser werden nacheinander die jeweiligen Chakren benetzt. Begonnen wird mit dem Wurzelchakra.

Unmittelbar nach dem Benetzen dieses Chakras beginnt das Beläuten desselben.

Die Priesterglocke wird etwa 10 cm oberhalb des Wurzelchakras für etwa 60 Sekunden geläutet. Dann wird das Sakralchakra auf jener Position der Wirbelsäule, wo sich dieses befindet (auf der

Höhe des Sexualorgans samt Kreuzbein) mit dem magnetisierten Wasser benetzt und für etwa 60 Sekunden beläutet.

Anschließend werden auf die gleiche Weise alle anderen Chakren (also Solarplexuschakra, dann das Herzchakra, anschließend das Halschakra, darauf das Stirnchakra an der Position am Hinterkopf in Höhe der Augenbrauen, und schließlich das Kronenchakra am Schädeldach benetzt und für ca. 60 Sekunden beläutet.

Die Läutdauer kann individuell, in Abhängigkeit der durch mich erkannten Störung verlängert werden.

Wenn alle Chakren auf diese Weise an der Rückseite behandelt sind, wird die Position in Rückenlage gewechselt. Durch eine leichte Berührung an der Schulter gebe ich Ihnen das Zeichen zum Umdrehen. Danach wird die Serie in Bauchlage wiederholt.



Anzahl der Sitzungen

Die Anzahl der Sitzungen zur Chakren-Harmonisierung richtet sich ausschließlich nach Ihrem Befinden und bemisst sich daran, wie Sie auf die Sitzung(en) ansprechen.

Ist Ihr Allgemeinbefinden massiv beeinträchtigt oder liegt bei Ihnen eine ausgeprägte physische oder psychische Gesundheitsstörung vor, dann werden wohl häufigere Sitzungen angezeigt sein als bei jemandem, der bloß unter Ermattungs- und Ermüdungserscheinungen oder temporärem Stress bzw. vorübergehenden Energieverlust leidet.

Die tatsächliche Anzahl der Sitzungen bestimmen Sie selbst! Denn Sie können am besten beurteilen, wie Sie auf die Chakren-Harmonisierung ansprechen.

Nach einer Sitzung sollte mindestens ein Tag Pause vor einer Fortsetzung eingehalten werden.

Nach einer Serie von 7 aufeinander folgenden Sitzungen, sollte jeweils eine Pause von einer Woche eingelegt werden, bevor man mit einer weiteren Serie von 7 Sitzungen beginnt.

Leistungen

Grundsätzlich gehört zu jeder Klang-Sitzung ein Vorgespräch, umfassende Information, eine Nachbereitung, sowie ein Reflexionsgespräch einige Tage nach der Behandlung. Die reine Klangsitzung dauert etwa 15-20 Minuten und kann nur in Präsenz stattfinden. Optional biete ich ein Coaching an, welches auch telefonisch oder online stattfinden kann.

Coaching ist ein wichtiges Tool, um Veränderungen nachhaltig in das Leben zu integrieren. Für meine weiteren Online-Angebote kontaktieren Sie mich gerne unverbindlich.



Heidi, 62

Bei mir wurde Magenkrebs diagnostiziert, der ins Bauchfell und in die Eierstöcke gestreut hat. Die erste Chemotherapie war die Hölle für mich. Ich konnte mehrere Tage nicht essen, kaum trinken, hatte starken Schmerzen und musste mich häufig übergeben. Zudem hat sich sehr viel Wasser in meinem Bauchraum angesammelt, so dass ich kaum noch atmen konnte. Ich wurde einmal punktiert, um das Wasser abzulassen und die Ärzte sagten, sie würden mir mittels OP eine dauerhafte Drainage legen, damit das Wasser abfließen kann. Einen Tag vor der OP kam Aline zu mir. Mein Bauch war ganz aufgequollen vom Wasser. Schon während der Sitzung merkte ich ein Ziehen im Unterleib, als würde sich etwas lösen. Nach der Sitzung musste ich häufig Wasser lassen. Am nächsten Tag ging ich zur geplanten OP ins Krankenhaus. Die Ärzte sagten, sie müssen die OP nicht durchführen, das Wasser sei weg.

Nach jeder Chakren-Harmonisierung verspüre ich eine Erleichterung. Die Sitzung war teilweise so entspannend, dass ich eingeschlafen bin. Es bringt mir so viel mehr Lebensqualität, Kraft, Stärke und Zuversicht, diese schwere Zeit durchzustehen.

Mittlerweile habe ich meine 3. Chemotherapie erhalten und auch meine 3. Sitzung mit Aline. Das Wasser ist nicht zurückgekehrt. Ich vertrage die Chemotherapie besser und habe nur noch leichte Übelkeit in den Tagen unmittelbar danach. Ansonsten kann ich essen und trinken und dadurch, dass ich keine Drainage

habe, auch in meinen Pool schwimmen. Danke für mehr Lebensqualität, ich kann die Chakren-Harmonisierung mit Aline sehr empfehlen.

Thea, 56

Vor meiner ersten Sitzung mit der balinesischen Glocke, wusste ich von Chakren nicht viel. Auch konnte ich mir das Läuten nicht wirklich vorstellen. Aline gab mir Informationen hierzu. Als ich über die verschiedenen Chakren und deren Bedeutung nachgelesen hatte, bekam ich ein Gefühl dafür, wo evtl. Probleme sein könnten.

Die Sitzungen mit dem Läuten fühlen sich recht unterschiedlich an, auch der Ton der Glocke variiert deutlich.

Nach der Chakren-Harmonisierung ging es mir stets besser, von längerer Schmerzfreiheit, besserem Schlaf, allgemein besserem Wohlfühlgefühl und vor allem deutlich mehr Lebensenergie waren auch noch weitere Verbesserungen zu verspüren.

Aline macht einen wunderbaren Job, klärt umfassend auf und ich bin neugierig, was sie noch so aus ihrer Glocke herausholt.

Du hast deine Seelenaufgabe gefunden, liebe Aline! Ich freue mich auf den nächsten Termin.

Chakren

Die Informationen zu den Chakren wurden der Seite www.chakren.net entnommen, gekürzt und teilweise ergänzt. Es gibt viele Seiten zu dem Thema aber diese Seite liefert eine hervorragende Zusammenfassung. Klicken Sie mal rein für die vollständigen sehr interessanten Informationen.

Potentiaentfaltung und Traumalösung

Möchten auch Sie ihr volles Potential entfalten oder haben Sie ein unverarbeitetes Ereignis, was Sie in Ihrem Leben blockiert? Dann kann ich Sie wärmstens an diese Seite empfehlen, wo sie liebevoll und professionell betreut werden: www.z-f-p.de

Das Seminar Potentialentfaltung und 9-D-Breathwork haben mein ganzes Leben positiv und nachhaltig verändert.

Unterstützung mit Edelsteinen & Co

Möchten Sie ihre Chakren mit einem Edelstein unterstützen oder haben Sie bereits einen Talisman? Meine liebe Freundin Adina in der Schweiz fasst ihren Stein individuell nach ihren Wünschen in ein Schmuckstück. Zuvor wird der Stein von Fremdenergien befreit und neu aufgeladen. Lieferung nach Deutschland möglich: www.aadesigns.ch

Unterstützung mit Räucherstoffen

„Ein Zuhause ohne Düfte ist wie ein Garten ohne Blumen“.

Möchten Sie ihr persönliches Wohlbefinden und die Atmosphäre in ihrem Heim positiv unterstützen? So kann ich Ihnen die Seite www.meine-kräuterschmiede.de empfehlen. Guten Freunde von mir stellen hier liebevoll Räucherwerk zusammen.

Bildquellen und Quellen:

Inhalt Seite 4: Dr. Friedrich Demolsky, Seiten 3, 4: eigene, Alle weiteren Fotos: Pixabay, Freepik

Impressum

HERAUSGEBER Aline Akel, Rogerusstr. 12, 34385 Bad Karlshafen,

Tel. 0151 17 67 67 25, www.runa72.de

Verantwortlich für Inhalte: Aline Akel, TITELFOTO: Pixabay, DRUCK: flyeralarm, GESTALTUNG: Anja Kuhl, www.anja-kuhl-grafikdesign.de



- *I know*



- *I see*



- *I create*



- *I love*



- *I do*



- *I feel*



- *I am*