



## **Wurzel Chakra**

Zusätzlich zu dieser Räuchermischung sind für die Öffnung und Ordnung des Wurzel Chakras Aromamassagen und Therapien gut. Zur Befreiung können wir ein Rosmarinbad nehmen, das säubert uns von den Umwelt Energien. Durch einmassieren vom Wurzel Chakra bis zum Steißbein mit Nelke-Rosmarin-Ingwer u. Zypresse lösen wir körperliche Blockaden.

**Therapien:** Lindenblütentee trinken. Bachblüten Rock Rose nehmen, überwiegend rote Kleidung tragen u. rhythmische Musik hören.

## **Sakral Chakra**

Das Sakralchakra ist für die Emotionen, Kreativität sowie für die Sinnlichkeit zuständig.

Ist das Sakralchakra störungsfrei haben wir Lust am Leben, positive Bindung zu anderen Menschen, das Selbstbewusstsein steigert sich. Wenn dieses Chakra gestört ist, dann sind wir Kraftlos, voller Schuldgefühle, haben Stimmungsschwankungen, Potenzstörungen, sexuelles Desinteresse, die Gebärmutter und die Eierstöcke sind gestört, Pilzerkrankungen machen sich breit.

Dafür sind Massagen des Unterbauchbereiches wichtig mit Myrrhe, Vanille, Orange und Sandelholz. Man sollte viel Baden.

## **Solar Plexus**

Stimmt dieses Chakra, dann kommt über dieses Chakra die Botschaft unseres Geistführers. Körperlich ist das Chakra für die Leber und Verdauung und für die Bauchspeicheldrüse zuständig. Menschen mit gesundem Solar Plexus haben ein hohes Selbstbewusstsein. Großer Ehrgeiz, Essstörungen und auch Schlafstörungen kommen bei gestörten Chakra. Blockaden sind in der Galle und es kommt zu Übergewicht.

**Therapien:** Aromamassagen sollten im Solarplexusbereich mit Fenchel – Lavendel – Zitrone gemacht werden.

## **Herz Chakra**

Das Chakra ist für Liebe, Menschlichkeit, Toleranz und Güte.

Körperlich symbolisiert es Lunge, Bronchien, Haut, Rücken und das Immunsystem. Wenn das Chakra ohne Störungen ist dann hat der Mensch uneigennützige Liebe und Toleranz gegenüber Andersdenkenden. Bei Störungen und Blockaden wird der Mensch lieblos, verbittert, einsam, bekommt Herzerkrankungen, Atembeschwerden und sogar Rheuma.

**Therapien:** 2x in der Woche Rosenbäder. Brustmassage mit Jasmin und Rose. Mit der Bachblüte Chicory arbeiten.

## Hals Chakra

Das Chakra ist für Inspiration und das Mentale und die Kreativität.

Körperlich ist es mit Kehlkopf, Atmung, Stimme verbunden und der Halswirbelsäule durch die Schilddrüse.

Wenn das Chakra störungsfrei arbeitet dann ist der Mensch Sprachgewandt und hat bewussten Umgang mit seiner eigenen Stimme.

Wenn das Chakra gestört ist bekommt man Sprachstörungen, Halsschmerzen und hat mit der Schilddrüse zu tun.

**Therapien:** Massage mit Pfefferminze und Eukalyptus wäre am besten.

## Stirn Chakra

## das 3. Auge

Das Chakra ist Weisheit, Selbstkenntnis uns Bewusstseinserweiterung.

Körperlich sind es Sinnesorgane, Gehirn, Hirnanhangdrüse und das Hormonsystem.

Wenn die Außersinnlichen Wahrnehmungen konkret sind dann ist das Chakra störungsfrei.

Nicht jeder Mensch kann in seinem Leben das 3. Auge öffnen. Das hängt mit dem Bewusstsein zusammen.

**Therapien:** Ganzkörpermassage mit Jasmin – Veilchen – Weihrauch

## Kronen Chakra

Das ist das Chakra der Spiritualität. Gottvertrauen und Erleuchtung.

Körperlich ist es für den gesamten Organismus zuständig.

Wenn das Spirituelle Verständnis da ist arbeitet dieses Chakra Störungsfrei.

Die Störungen dieses Chakras haben mit Materialismus zu tun. Der Mensch ist unzufrieden und geistig Erschöpft.

Auch Krebserkrankungen haben mit diesen Chakra zu tun.

**Therapien:** Bei der Ganzkörpermassage sollte man Rosenöl und Weihrauch verwenden.

