

## **Chakra-Meditation**

In verschiedenen Lehren sind die Chakras die unsichtbaren Energiezentren des Körpers, in denen die Lebenskraft gespeichert ist. Die meisten Menschen kennen die Arbeit mit den Energiezentren aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und dem Yoga. Im Idealzustand fließt die Energie zwischen den einzelnen Chakras frei und im Gleichgewicht zueinander. Störungen im Energiefluss eines Chakras können zu körperlichen Beeinflussungen in der Körperregion führen, welche dem jeweiligen Chakra zugeordnet ist.

In der geführten Meditation werden die einzelnen Chakras von den Verschmutzungen, die u. a. durch alltägliche Hektik, Stress und lebensverneinende Gedankenmuster entstehen, gereinigt und danach wieder aufgeladen. Dies fördert das Wohlbefinden und erweitert das spirituelle Bewusstsein.

Der Abend dauert zwei Stunden. Zwischen den Übungen werden kurze Pausen eingelegt.

Die Teilnahme beträgt 15,00 €.

Anmeldungen werden erbeten unter Telefon 47 00 63 73 oder [kontakt-heiler@berlin.de](mailto:kontakt-heiler@berlin.de). Bitte erscheinen Sie pünktlich zum Termin.