

Der Grundkurs – die 21-Chakren-Methode

Die 21-Chakren-Methode kam zu uns, als ein leicht zu erlernendes Werkzeug, mit dessen Hilfe wir uns leicht weiterentwickeln können. Wir können Blockaden auflösen und das erleichtert es uns Ziele zu erreichen. Neues Empfinden und neue Handlungsweisen werden erleichtert.

1. Die 21-Chakren- Methode wirkt direkt auf die **sieben Hauptchakren und 14 Nebenchakren** und auf die damit verbundenen Themen.
2. Darüber Hinaus, wird in **fünf Auraschichten** energetisch* gearbeitet und somit können emotionale, mentale, körperliche und karmische Probleme und Blockaden gelöst werden.
3. Es werden **Glaubenssätze**, die unsere Ziele blockieren gelöscht und Glaubenssätze, die unsere Ziele unterstützen werden integriert und gestärkt.

Es wird direkt **kinesiologisch** mit dem höheren Selbst und dem Unterbewusstsein kommuniziert. Das höhere Selbst und das Unterbewusstsein sind während der Anwendung der Methode in ständiger Zusammenarbeit und Kommunikation.

Flow-Energy ist so zu sagen die Vorstufe der 21-Chakren-Methode. Die Anwendung ist schneller. Die Ergebnisse sind schneller und deutlicher spürbar, gehen jedoch nicht so sehr in die Tiefe. Das Energiesystem kann mit Floe-Energy auf die 21-Chakren-Methode vorbereitet werden.

Chakren

Du bist ein energetisches Wesen und du bist Schwingung in fester Form. Das weißt du bereits. In deinem Körper gibt es Energieverteilungszentren. Die Chakren. Durch deinen Körper verläuft ein Licht- oder Energiekanal. Die Eintrittspunkte befinden sich an deinem Scheitel (des Kronenchakra) und den Fußsohlen (den Fußchakren). Durch das Kronenchakra fließt die universelle, die göttliche Energie und es verbindet dich mit der Quelle, mit Gott. Durch die Fußchakren fließt die Erdenergie ein und sie verbinden dich gleichzeitig mit der Erde.

Es gibt sieben Hauptchakren und viele Nebenchakren. Der Idealfall ist, dass alle Chakren optimal arbeiten und somit miteinander Verbunden sind. Ist das der Fall, dann findet ein ungehinderter Fluss statt. Wir sind glücklich, gesund und erreichen all unsere Ziele mit Leichtigkeit.

Unterschiedliche Schwingungen haben verschiedene Farben. Den Chakren werden Farben zugeordnet. Die in den einzelnen Chakren beschriebenen Farben entsprechen dem Idealzustand eines Chakras.

Im folgenden werden die 21 Chakren kurz erläutert. Es wäre hilfreich, wenn der Kursteilnehmer vor dem Workshop wissen würde, wo sich die einzelnen Chakren befinden.

Die Anbindung an die Quelle

Das höchste aller Chakren, sie ist deine Verbindung zu Gott und befindet sich in der „Mitte des Universums“. Dies beinhaltet sich vom materiellen zu lösen und sich dem göttlichen hinzugeben, zum Lichtkanal zu werden, das Licht zu sein.

Das Tempelchakra

Dieses befindet sich etwa 20 bis 30 cm über dem Kronenchakra. Dieses Chakra lässt dich dein Karma heilen, dich deinem Seelenplan hingeben und das in bedingungsloser Liebe.

Das Kronenchakra

Dieses Chakra befindet sich direkt am Scheitel, aus diesem Grund wird es auch Scheitelchakra genannt. Die Farbe dieses Chakras ist violett. Das Kronenchakra steht für spirituelles Verständnis, eine sehr gute Intuition, Selbstverwirklichung und tiefem inneren Frieden.

Das Stirnchakra oder „Drittes Auge“

Das dritte Auge befindet sich auf der Höhe der Stirn und die Farbe dieses Chakras ist indigo. Wenn dieses Chakra frei von Störungen und Blockaden ist, dann zeigt sich das durch eine gute Vorstellungskraft, einem gutem Gedächtnis, geistiger Klarheit, ausgeprägter Phantasie, Selbsterkenntnis, einer guten Intuition, einer tieferen Erkenntnis höherer Wirklichkeiten, die über das Alltagsbewusstsein hinaus gehen und letztendlich übersinnlichen Wahrnehmungen.

Der kosmische Übergang

Der kosmische Übergang befindet sich unterhalb des Stirnchakras und bringt dich mit der göttlichen oder universellen Energie in Einklang. Du vertraust darauf mit der göttlichen Energie verbunden zu sein und beginnst im Hier und Jetzt zu leben.

Das Epiphysenchakra

Es befindet sich am Hinterkopf, direkt dort, wo die obersten Wirbel mit dem Schädel verbunden sind. Dieses Chakra lässt dich deinem spirituellen Weg sehen und ihm vertrauensvoll folgen. Auch lässt es dich deiner Hellsichtigkeit, deiner Hellfühligkeit, deiner Hellhörigkeit und deiner Intuition vertrauen.

Die Ohrchakren

Sie befinden sich an den Ohren, wenn die Ohrchakren störungsfrei und blockadenfrei sind, dann fällt es dir leicht zu hören was deine Mitmenschen dir zu sagen haben und auch was zwischen den Zeilen mitschwingt. Du hörst dann auch was der Wahrheit entspricht und was nicht. Darüber hinaus stehen sie auch für Hellhörigkeit.

Das Kehlchakra

Die Farbe des störungsfreien Kehlchakras ist blau und es befindet sich am Hals auf der Höhe der Schilddrüse. Das Kehlchakra, das frei von Blockaden und Störungen ist geht mit einer verbalen und kreativen Ausdrucksfähigkeit, einem bewussten und

wahrhaftigen Umgang mit Worten, einer klaren und transparenten Sprache, Kommunikationsfähigkeit und Sprachgewandtheit einher.

Das Thymuschakra

Das Thymuschakra ist eine wichtige Verbindung zwischen Herz- und Kehlkammer und steht für Selbsteilung, für Leben in Freiheit, Veränderungen hinzunehmen, geistiges und spirituelles Wachstum, Achtsamkeit und inneren Frieden.

Das Herzchakra

Das Herzchakra befindet sich, wie der Name sagt, auf der Höhe des Herzens und die Farbe ist grün. Die Indikatoren für ein weites, geheiltes Herzchakra, das frei von Störungen ist, sind eine umfassende, bedingungslose Liebe zu dir und allen Mitmenschen, es fällt dir leicht für dich und andere Verantwortung zu übernehmen, du verfügst über ein tiefes Verständnis für andere Menschen und es fällt dir leicht, dich in andere hineinzusetzen, du nimmst dich und andere trotz ihrer Fehler und Schwächen an.

Das Solarplexuschakra

Das Solarplexuschakra befindet sich auf der Höhe des Magens und seine Farbe ist gelb. Wenn das Solarplexuschakra optimal funktioniert, dann verfügt man über ein hohes Maß an Energie und Lebendigkeit, Selbstbewusstsein, man verwirklicht seine Ziele mit Tatkraft und bleibt diesen Zielen treu. Man trifft die richtigen Entscheidungen intuitiv „aus dem Bauch heraus“.

Die Handchakren

Sie befinden sich an den Handinnenflächen. Sie stehen in direkter Verbindung zum Herzchakra und über sie kann Heilung stattfinden.

Das Milzchakra

Es befindet sich unter dem linken Rippenbogen und steht für Vitalität, es energetisiert die Hauptchakren und ist einer der Haupteintrittspunkte für feinstoffliche Energie.

Das Nabelchakra

Es befindet sich auf der Höhe des Nabels und steht für die Aufarbeitung alter emotionaler Blockaden, dem „Aufräumen“, altes was keinen Bestand mehr hat gehen zu lassen und dem „Abnabeln“ von Eltern oder anderer Bezugspersonen.

Das Harachakra

Das Harachakra liegt etwa drei Zentimeter unterhalb des Bauchnabels und transformiert negative Gefühle, es zentriert, bringt dich wieder ins Gleichgewicht und bringt dich wieder zurück in deine eigene Kraft.

Das Sakralchakra

Das Sakralchakra befindet sich auf der Höhe der Blase und die Farbe dieses Chakras ist orange. Ist dieses Chakra im Fluss, dann hat man Lust und Freude am

Leben, ist sinnlich, kreativ, ist begeisterungsfähig, selbstbewusst, hat sexuelle Energie, ist offen gegenüber anderen Menschen, geht positive Bindungen zu anderen Menschen ein und hat positive Beziehungen.

Das Wurzelchakra

Dieses Chakra befindet sich zwischen Anus und den Genitalien und die Farbe des Chakras ist rot. Ist dieses Chakra störungsfrei, dann verfügt man über eine gute gesundheitliche Konstitution, absolutes Urvertrauen und Lebenskraft. Man fühlt sich sicher und geborgen und zuhause und kann diese Gefühle auch weitergeben. Man steht mit beiden Beinen auf der Erde und nichts wirft einen um. Man verfügt über Ausdauer und Durchhaltevermögen.

Die Kniechakren

Die Kniechakren befinden sich bei beiden Knien und sie stehen für Bewegung, die göttliche Demut und die Hingabe zum Leben.

Die Fußchakren

Befinden sich an den Fußsohlen und sie verbinden dich in jedem Moment deines Lebens mit der Mutter Erde. Sie verwurzeln uns und nur was gut verwurzelt ist kann sicher wachsen.

Die Verankerungschakren

Sie befinden sich etwa 15 bis 30 cm unter der Erdoberfläche, sie lassen uns morgens beim Aufwachen oder nach einer Meditation wieder zurück ins Hier und Jetzt kommen.

Der Verankerungspunkt oder Kraftchakra

Er liegt im Mittelpunkt der Erde, wenn diese Verbindung besteht, dann kannst du den Himmel auf Erden erleben, denn du wirst erkennen, dass beides Eins ist.

Mit der 21-Chakren-Methode können deine Gedanken in Einklang mit den Gefühlen gebracht werden. Somit können dir neue zielorientierte Handlungsweisen erleichtert werden. Chakren werden bezüglich deiner Ziele energetisiert und in Einklang zu ihnen gebracht. Wohlbefinden stellt sich ein.

Es können neue Überzeugungen, die dich stärken, im Unterbewusstsein verankert werden und dadurch kann es dir leichter fallen, dich dahin gehend zu verändern, wie du gerne sein möchtest.