MULADHARA CHAKRA

DIE KRAFT DES VERTRAUENS

Auf das Leben vertrauen und Belastendes loslassen

SVADHISTHANA CHAKRA

DIE KRAFT DES LEBENDIGEN

Der Freude und Lust folgen

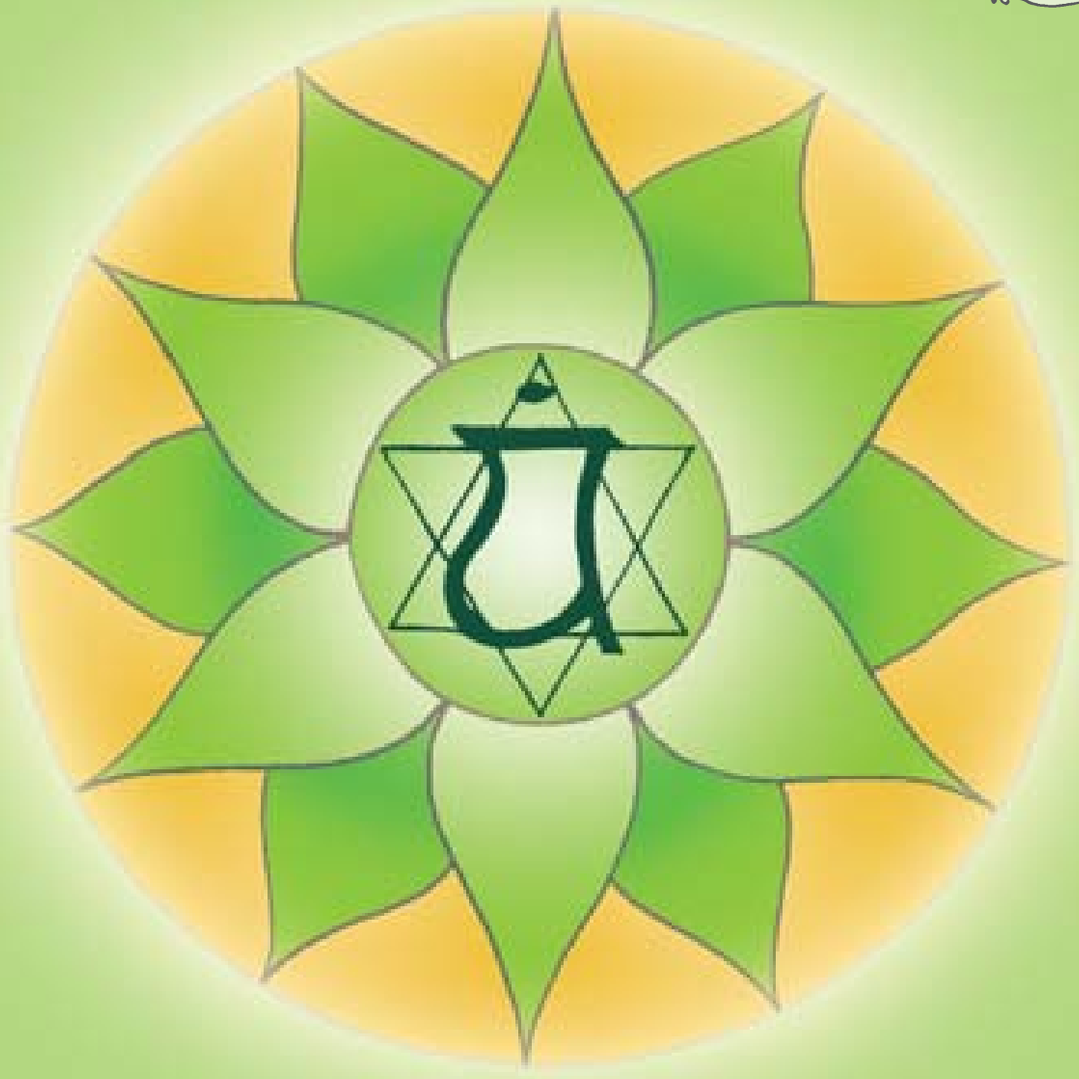
MANIPURA CHAKRA

DIE KRAFT DER GEFÜHLE

Gefühle annehmen und befreit handeln

ANAHATA CHAKRA

DIE KRAFT DES HERZENS



Wärme und Mitgefühl schenken

VISHUDDHA CHAKRA

DIE KRAFT DER SPRACHE

Wahrhaftigkeit und Verständnis üben

AJNA CHAKRA

DIE KRAFT DES GEISTES

Verstehen und Erkennen

SAHASRARA CHAKRA

DIE KRAFT DER WEISHEIT

Höheren Zielen folgen

PRITHVI MUDRA

ENERGIE Erde

MANTRA LAM

AUFGABE Materielle Sicherheit

→ Ich erfülle meine materiellen Bedürfnisse und verbinde mich mit der Kraft der Erde. Ich lebe gesund und sicher.

PRITHVI MUDRA

ENERGIE Erde

MANTRA VAM

AUFGABE Lebensfreude

→ In mir pulsiert die Lebensfreude.
Die Symphonie des Lebens erfüllt mich
mit Leichtigkeit und Glück.

PRITHVI MUDRA

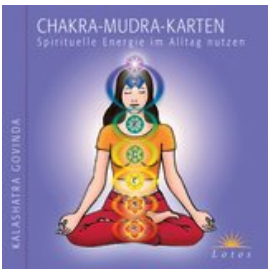
ENERGIE Erde

MANTRA RAM

AUFGABE Macht

→ Ich bin es, der die Geschicke meines Lebens lenkt. Ich habe die Macht, zu tun und zu lassen, was ich wirklich will.

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Kalashatra Govinda

Chakra-Mudra-Karten
Spirituelle Energie im Alltag nutzen

Kombination, 56 Seiten, 9,4x9,4
ISBN: 978-3-7787-8198-2

Lotos

Erscheinungstermin: September 2007

Eine brillante Synthese zweier großer Weisheitstraditionen

Für zahlreiche Lebensthemen zeigen die Chakra-Mudra-Karten klar und übersichtlich die passenden Mudras und Mantras. Dazu, als Meditationshilfe, die Verbindung zu dem entsprechenden Energiezentrum (Chakra). Mit positiver spiritueller Energie können Energieblockaden und daraus hervorgehende Probleme gelöst werden.

Diese Karten ermöglichen spontane Einsichten, welche Energien in einer gegebenen Situation wichtig sind und wie man sie erschließen kann.

49 Mudra-Karten (7 Handstellungen in 7 Chakra-Farben) bieten jeweils eine Affirmation für den Tag, ein Mantra und eine Chakra-Energie zur Meditation.

7 Chakra-Karten repräsentieren 7 Prinzipien wie »Die Kraft der Liebe«, »Die Kraft der Kreativität« usw.

Durch die Kombinationen beider Kartengruppen werden konkrete Möglichkeiten aufgezeigt, um

- die eigene Entwicklung zu fördern
- schwierige Situationen und Krisen zu meistern
- die Gesundheit zu schützen
- Fragen zu Liebe, Beziehungen und Beruf zu klären