



Modul Wisdom „Mediale Übung Aura und Chakren lesen“

Aura/Feld über das Herz lesen

Ins Herz eintauchen und von hier aus Aura ansehen und Informationen abrufen.

Vorgehen:

1. Tauche dazu in dein Herzchakra, dein Herz-Bewusstsein in der Mitte deiner Brust ein und öffne dein Herz komplett. Du kannst dir dazu vorstellen, dass deine Lungenflügel deine Herztüren sind, welche du nun ganz aufmachst.
2. Öffne auch deine Augen ganz, indem du die Augenlider mehr als normal aufmachst. Deine Augen sind nun wie Scheinwerfer geöffnet.
3. Du schaust nun über deine Augen die Aura eines anderen Menschen, eines Tieres oder eines Baumes an und fragst dich über dein Herz-Bewusstsein, was du wahrnimmst. Du kannst deinem Herz-Bewusstsein dafür folgende Fragen stellen:
 - Was hat die Aura für Farben?
 - Was haben diese Farben zu bedeuten?
 - Was zeigt mir die Aura?

Chakras über das Herz lesen

Für das Chakra lesen tauchst du wieder in dein Herz-Bewusstsein ein. Du kannst dich nun auf das Chakra des Menschen oder des Tieres konzentrieren, welches du lesen möchtest oder du kannst das jeweilige Chakra auch mit der Hand berühren. Du fragst dann für jedes Chakra, was lese ich im Wurzelchakra, im Nabelchakra, im Solarplexus, im Herzchakra, im Thymuschakra, im Kehlkopfchakra, im Dritten Auge, im Kronenchakra der Person oder des Tieres. Du kannst ausserdem zu ganz spezifischen Fragen die Chakren lesen und dann jeweils fragen: Was hat mir das Chakra X zum Thema X zu sagen.

Diese Übung kannst du auch für dich durchführen, indem du das Chakra, welches du liest berührst oder dich auf das Chakra konzentrierst.

Herz-Bewusstsein „Sehen/Lesen mit geschlossenen Augen“

Zum Beispiel Zettel nehmen und auf die eine Seite etwas schreiben. Die Karten verdeckt vor dich legen, so dass du nicht siehst, was draufsteht. Eine Hand auf einen der Karten legen und über das Herz-Bewusstsein eine Verbindung zur Hand machen. Frage nun dein Herz-Bewusstsein, was auf der Karte steht.

Dieselbe Übung kannst du mit Farbkarten machen und dich dann jeweils über dein Herz Fragen, welche Farbe die Karte hat, welche du mit deiner Hand berührst.

