

Die Chakra Ausbildung



6 Wochen Programm

Tauche ein in die Welt der Chakras

mit Simon Aeschbacher

Übersicht 6 Module Programm

Modul 1

- Begrüssung
- Einführung Atem-Meditation
- Erklären der verschiedenen Sitzpositionen
- Persönlichkeitsentwicklung & Meditation
- Erstellen deiner Meditationsroutine

Modul 2

- Übersicht – Chakra-System
- Muladhara Chakra (Wurzelchakra)
- Muladhara Meditation
- Grundlagen Prana Heilen
- Initiation Prana Heilen

Modul 3

- Svadhishtana Chakra (Sakralchakra)
- Svadhishtana Meditation
- Grundlagen Chakra Balancing
- Initiation Chakra Balancing

Modul 4

- Manipura Chakra (Bauchnabelchakra)
- Manipura Meditation
- Anahata Chakra (Herzchakra)
- Anahata Meditation

Modul 5

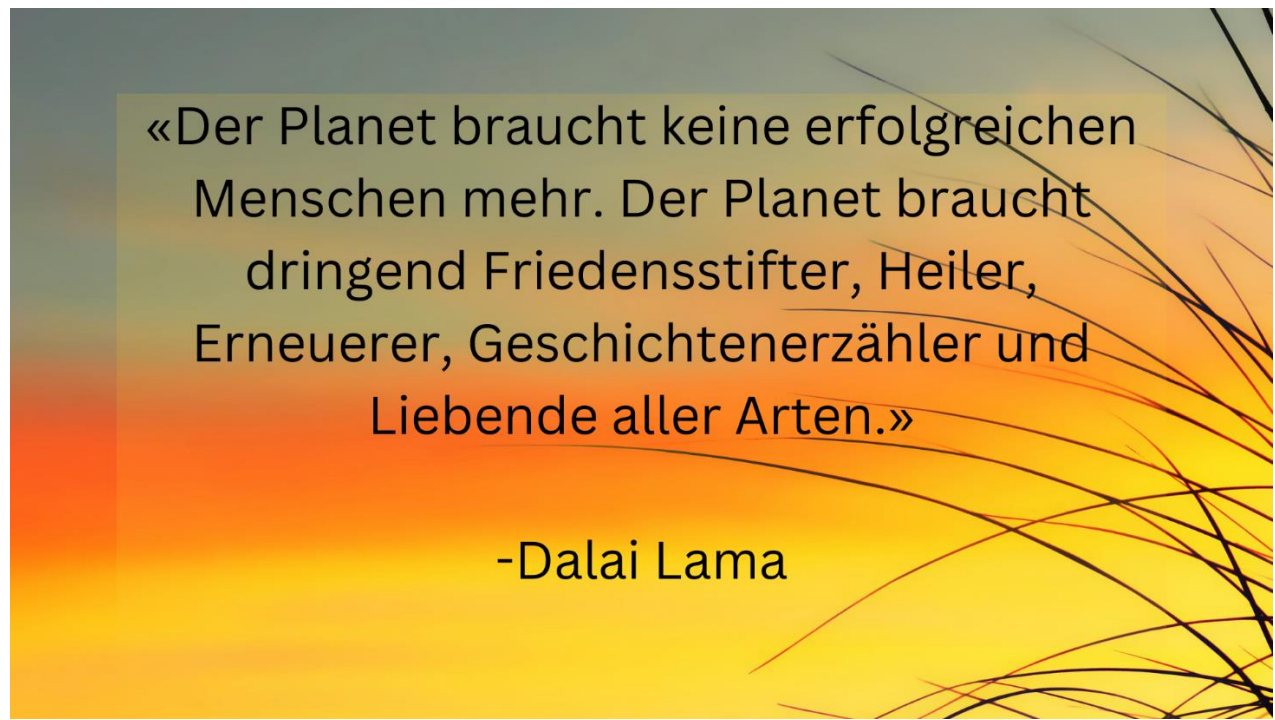
- Vishuddha Chakra (Halschakra)
- Vishuddha Meditation
- Ajna Chakra (Drittes Auge)
- Ajna Meditation

Modul 6

- Sahasrara Chakra (Kronenchakra)
- Sahasrara Meditation
- Vertiefung Farbenlehre
- Abschluss Chakra-Ritual und Zertifizierung

Der Kurs dauert 6 Wochen, wobei wir uns einmal pro Woche für die jeweilige Lektion treffen.

Um das 22h Zertifikat zu erhalten, wird von dem Studenten und Studentinnen gefordert, 15 Minuten täglich die Atem-Meditation zu praktizieren.



«Der Planet braucht keine erfolgreichen Menschen mehr. Der Planet braucht dringend Friedensstifter, Heiler, Erneuerer, Geschichtenerzähler und Liebende aller Arten.»

-Dalai Lama