

Erlösung von Gelübden, Eiden und Schwüren

- Atme 3x in das Chakra mit der dazugehörigen Farbe
- Sage hörbar: **Ich bin frei. Von nun an, soll kein Gelübde mich mehr binden! Ich bin frei.**
- Warte auf das, was passiert, bevor Du ins nächste Chakra atmest.

Körper-Vorderseite:

01. **Wurzelchakra** **Rot**
an der Basis des Rückrates, zwischen Anus und Genitalien
02. **Sakralchakra** **Orange**
zwischen Bauchnabel und Schambein
03. **Solarplexuschakra** **Gelb**
ca. 3cm über dem Nabel
04. **Herzchakra** **Grün**
In der Brustkorbmitte, über dem Herzen
05. **Halschakra** **Blau**
in Höhe von Schilddrüse und Kehlkopf
06. **Stirnchakra/3.Auge** **Purpur - Violett**
zwischen den Augenbrauen, über Nasenwurzel
07. **Kronenchakra** **Weiß**
über dem Kopf, unmittelbar über dem Scheitel

Körper-Rückseite:

- > 08. **Polaritätsschakra** **Rosa**
- > 09. **Harmonieschakra** **Magenta**
- > 10. **Wissenschakra** **Gold**
- > 11. **Klarheitsschakra** **Aquamarin**
- > 12. **Veränderungsschakra** **Perlmutter**