

Inhalt

Danksagung	9
Einleitung	13
1. Kapitel	
Wozu soll ich Aurallesen lernen?	21
Über Verantwortung	28
2. Kapitel	
Wieder in Schwung kommen	33
Alles schwingt	33
Radiästhesie und Schwingungen	34
Der Körper als Pendel	35
Die Schwingungsübungen	38
Was die Schwingungsübungen bewirken können	50
Ganzheitlich Leben – ganzheitlich Bewegen	51
Sinn und Unsinn der sogenannten schlechten Haltung	52
Die Aktivierung des Hara als energetische Abgrenzung	56
Praktische Anwendungen der Hara-Stärkung	56
Das Herzchakra und die feinstoffliche Wahrnehmung	59
Die positiven Auswirkungen der Herzschwingung	61
3. Kapitel	
Praxis: Die ersten Schritte zum Aurallesen	65
Deine Aufmerksamkeit zu den feinstofflichen Sinnen lenken	66
Grundlegende Übungen zum Erlernen des Aurasehens	67
Zusammenfassung	79

4. Kapitel	
Die Aura deuten lernen	81
Das menschliche Energiesystem im Überblick	81
Die sieben Panzersegmente nach Wilhelm Reich	82
Der Zusammenhang zwischen den Panzerringen	90
Die Ebene der Organe	93
Die Funktion der fünf energetischen Hauptorgane	94
Die vierzehn Hauptmeridiane	109
Die zwölf wichtigsten Nebenchakren	123
Die sieben Hauptchakren	128
Die verschiedenen Funktionsebenen der Hauptchakren	139
Der Aufbau der Energiekörper der Aura	146
Die Beziehungen der einzelnen Lebensebenen untereinander	150
Überblick und Zusammenfassung	154
5. Kapitel	
Feinabstimmung	157
Zwischen den einzelnen Ebenen des Energiesystems umschalten lernen	157
6. Kapitel	
Das Chakrenorakel – Energiefeldlesung und -deutung mit dem I Ging	165
Eine Reise zu deinem Inneren Kind	168
Die Interpretation der einzelnen Hexagrammlinien	169
Die Deutung der Hexagrammlinien im Zusammenhang	171
Auf die Chakren bezogene Deutungsbeispiele von Hexagrammen	174
Yin- und Yang-Eigenschaften im Überblick	187
Eine einfache Meditation mit dem I Ging	187
7. Kapitel	
Übungen zur farbigen Wahrnehmung feinstofflicher Energien	189

8. Kapitel	
Die Bedeutung der Farben in der feinstofflichen Wahrnehmung	193
Die Regenbogenfarben Schwarz und Weiß	193
Die sechs Hauptfarben	197
Die drei Grundfarben Rot – Gelb – Blau (Die Yang-Farben)	198
Die drei primären Mischfarben Orange – Grün – Violett (Die Yin-Farben)	203
9. Kapitel	
Der praktische Ablauf einer Auralassung	207
Passende Bedingungen für eine Auralassung	207
Der zeitliche Rahmen	208
Der Raum	208
Der Aufbau der Lesung	209
Ablauf der Einstiegslesung	209
Ablauf einer Folgelesung	213
Was du unbedingt bei einer Lesung vermeiden solltest!	215
10. Kapitel	
Über Heilung	217
Was ist Heilung und wie funktioniert sie	220
11. Kapitel	
Nachwort	225
Anhang I	
Die direkte Wahrnehmung von Erdstrahlungen und der energetischen Qualität von Orten der Kraft	229
Wahrnehmung von Erdstrahlen	229
Die Wahrnehmung der Ausstrahlung von Orten der Kraft	230

Anhang II Anleitung zu den Pendeltafeln	231
Anhang III Energramm-Protokoll	249
Anhang VI Kommentierte Bibliografie	253