



happy.soul.horse  
**AKADEMIE**

# Die energetische **STALLAPOTHEKE**

Energiemedizin für deinen  
Pferdealltag.

WORKBOOK

2



# Die Energetische Stallapotheke – Energiemedizin für deinen Pferdealltag

## Workbook

### Modul 2 – Die Energiezentren deines Pferdes wahrnehmen und behandeln

#### Inhaltsverzeichnis

1. Die sieben Hauptchakras.....	3
1. Das Wurzelchakra.....	4
2. Das Sakralchakra.....	5
3. Das Solarplexus Chakra.....	6
4. Das Herzchakra.....	7
5. Halschakra.....	8
6. Das Stirnchakra.....	9
7. Das Kronenchakra.....	10
2. Das Schlüsselchakra deines Pferd.....	11
3. Meditation: Reise durch deine Chakras.....	13
4. Fühlen der Chakras deines Pferd.....	17
Wurzelchakra.....	17
Sakralchakra.....	18
Solarplexus.....	20
Herzchakra.....	22
Halschakra.....	24
Stirnchakra.....	26
Kronenchakra.....	28
5. Harmonisierung der Chakras durch Tönen.....	30
6. Chakra-Reinigung nach Alberto Villoldo.....	32
7. Chakra-Ausgleich.....	34
7.1. Chakra-Ausgleich über das Brachialchakra.....	34
7.2. Chakra-Ausgleich aller Chakras.....	35
7.3. Chakra-Ausgleich einzelner Chakras.....	36

Copyright by „happy.soul.horse AKADEMIE“

Wir appellieren an Deine Fairness und bitten Dich die Inhalte nicht einfach weiterzugeben oder zu kopieren. Vielen Dank!

Wir weisen darauf hin, dass der Umgang und die Arbeit mit Tieren gefährlich sein kann.

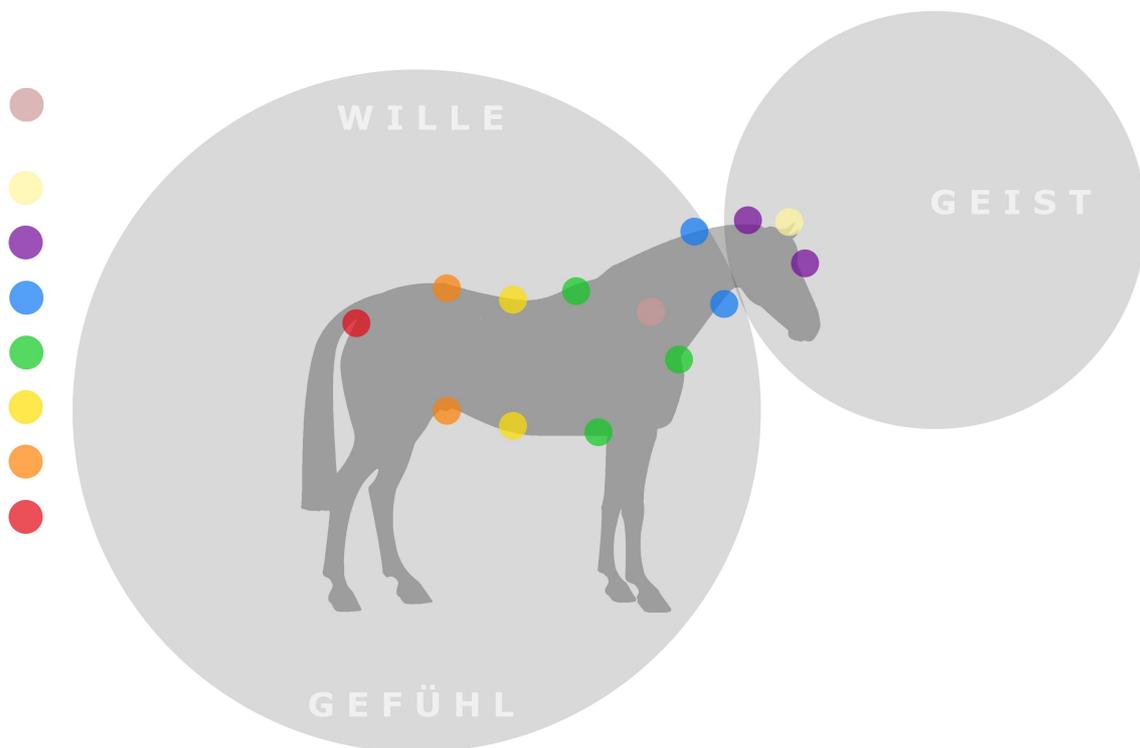
Wir, Saskia Eubling & Diana Kaiser, übernehmen keine Haftung für die Anwendung der Übungen, dies geschieht immer in Eigenverantwortung!

**HINWEIS:** Die energetische Stallapotheke, ChakraBalance, Tierkommunikation und Tierenergetik kann und will keinen Besuch beim Tierarzt ersetzen. Es werden keine Diagnosen gestellt und keine Krankheiten behandelt. Es handelt sich um eine rein geistig-energetische Methode zur Harmonisierung des Energiesystems.



# 1. Die sieben Hauptchakras

Die sieben Hauptchakras liegen direkt am physischen Körper und ermöglichen dir damit einen guten Zugang zum Energiefeld deines Pferdes. Auf den nächsten Seiten erhältst du eine kompakte Zusammenfassung mit den wichtigsten Aspekten, die du über die einzelnen Chakras wissen solltest.



Rot:	Wurzelchakra
Orange:	Sakralchakra
Gelb:	Solarplexus Chakra
Grün:	Herzchakra
Blau:	Halschakra
Violett:	Stirnchakra
Weiß:	Kronenchakra

PLUS in Rosa gekennzeichnet → das Schlüsselchakra (auch Brachialchakra genannt)



## 1. Das Wurzelchakra

indischer Name	Muladhara
Bedeutung des Namens	Basis, Unterstützung
Hauptaspekt	Sicherheit
zentrale Themen	Stabilität, Lebenswille, Überleben, Selbsterhaltung, Urvertrauen, Erdung
Lage	<ul style="list-style-type: none"><li>• am unteren Ende (der Basis) der Wirbelsäule</li><li>• Damm, zwischen Anus und den Genitalien</li><li>• nahe des Steißbeins</li></ul>
zugehörige Organe	Knochen, Gelenke, Muskel, Blut, Immunsystem, Haut
Farbe	Rot
Element	Erde
Klang	LAM – Ich bin

- verbindet uns mit der Erde
- Mut
- energetischer Sitz unserer primitivsten Instinkte (Überleben, Zeugung)
- mit Nebennieren (Adrenalin) verbunden → Stressreaktion (Kampf / Flucht)
- schamanische Sicht: Ebene der Schlange
- östliche Tradition: Sitz der Schlangenergie Kundalini
- durch Reinigung könne wir Mangelängste loslassen und uns der umgebenden Fülle öffnen

### Affirmationen

*Ich vertraue der Kraft des Lebens.*

*Ich fühle mich in meinem Körper wohl und geborgen.*

*Ich lasse mich von der Erde tragen, öffne mich für die Natur.*



## 2. Das Sakralchakra

indischer Name	Svadhithana
Bedeutung des Namens	Wohnsitz des Selbst
Hauptaspekt	Süße
zentrale Themen	Sexualität, Sinnlichkeit, Leidenschaft, Fortpflanzung, Arterhaltung, Kreativität, schöpferische Lebensenergie, Macht, Geld, Kontrolle
Lage	<ul style="list-style-type: none"><li>• im Unterbauch zwischen Nabel und Geschlechtsorganen</li><li>• etwa vier Finger breit unter dem Nabel</li><li>• Sakralwirbelsäule / Kreuzbein (unterhalb Lendenwirbelsäule)</li></ul>
zugehörige Organe	Geschlechtsorgane, Harnsystem, Lendenregion, Becken, Hüfte
Farbe	Orange
Element	Wasser
Klang	VAM – Ich fühle

- Sitz unserer Leidenschaft, Kontakt zum Körper, Körperbewusstsein
- Gefühle, Empfindungen
- Selbstwertgefühl
- Kreativität und emotionalen Nähe
- Wut und Angst (körperlich und emotional) können dieses Chakra verstopfen

### Affirmationen

*Ich genieße mein Leben mit all meinem Sein.*

*Ich lasse meiner Kreativität und meiner Lebensfreude freien Lauf.*

*Ich nehme meinen Körper und meine Sinnlichkeit liebevoll an.*



### 3. Das Solarplexus Chakra

indischer Name	Manipura
Bedeutung des Namens	Stadt der Edelsteine
Hauptaspekt	„Glänzender Edelstein“, Kraft, Ausdruck in der Welt
zentrale Themen	Willenskraft, Selbstvertrauen, Persönlichkeit, Entwicklung des Ich, Selbstkontrolle, Gefühle, Sensibilität, Macht, Durchsetzungskraft
Lage	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zwischen Nabel und dem unteren Ende des Brustbeins</li><li>• am Solarplexus angesiedelt (Sonnen-, Nervengeflecht)</li></ul>
zugehörige Organe	Zentrales Nervengeflecht (vegetatives Nervensystem) zwischen Aorta und Magen (Solarplexus), Verdauungsorgane und Verdauungssystem (Bauchspeicheldrüse)
Element	Feuer
Klang	RAM – Ich kann

- bestimmt unser körperliches Energieniveau
- Selbstbewusstsein
- Willenskraft
- Zielstrebigkeit

#### Affirmationen

*Ich lasse meinen Gefühlen freien Lauf und vertraue meinen spontanen  
Entscheidungen.*

*Ich nutze meine persönlichen Kräfte, um die Welt positiv zu verändern.*

*Durch die Macht meines Willens kann ich jedes Ziel erreichen.*



## 4. Das Herzchakra

indischer Name	Anahata
Bedeutung des Namens	Herzlotos, ohne Makel
Hauptaspekt	Liebe und Beziehungen
zentrale Themen	Liebe, Mitgefühl, Menschlichkeit, Zuneigung, Geborgenheit, Offenheit, Toleranz, Herzengüte
Lage	in der Mitte des Brustkorbes in und um das Herz
zugehörige Organe	Herzgeflecht, Atmungs- und Herz-Kreislauf-System, Thymusdrüse, Brüste
Farbe	Grün
Element	Luft
KLang	YAM – Ich liebe

- Mittelpunkt unseres körperlichen Energiesystems  
→ 3 Chakras darüber  
→ 3 Chakras darunter
- Empfindung von Liebe für alle Geschöpfe, Menschen, Natur
- Intimität
- durch Reinigung können wir uns von Egoismus befreien
- Vergebung
- selbstlose Liebe

### Affirmationen

*Ich öffne mein Herz, um Liebe zu geben und zu empfangen.*

*Ich nehme mich selbst – so wie ich bin – liebevoll an.*

*Ich gebe und empfangen mit offenem Herzen und verbinde mich so mit allen Wesen.*



## 5. Halschakra

indischer Name	Vishuddha
Bedeutung des Namens	Reiner Lotos oder Halslotos, Reinheit
Hauptaspekt	Kommunikation und Selbstaussdruck
zentrale Themen	Wortbewusstsein, Inspiration, Wahrheit, mentale Kraft, Synthese, Kreativität, Musikalität
Lage	sitzt in der Kehlgube, am Hals
zugehörige Organe	Kehlkopfgeflecht, Stimmbänder, Mund, Hals, Ohren, Schilddrüse und Nebenschilddrüsen
Farbe	Blau
Element	Äther
Klang	HAM – Ich spreche

- metaphysisches Zentrum
- Verbundenheit
- Kommunikation, Zuhören (Öffnung um Wissen zu erlangen)
- psychische Ausdruckskraft
- Träume verwirklichen

### Affirmationen

*Ich lasse meine Worte aus dem Herzen kommen, und ich bleibe bei der Wahrheit.*

*Ich nutze die Macht des Wortes, um Gutes zu bewirken.*

*Es fällt mir von Tag zu Tag immer leichter zu sagen, was ich denke und fühle.*



## 6. Das Stirnchakra

indischer Name	Ajna
Bedeutung des Namens	Wissen, Punkt zwischen den Augenbrauen
Hauptaspekt	Wahrnehmung und Intuition
zentrale Themen	Wahrheit, Erkenntnis, Phantasie, Vorstellungskraft, Selbsterkenntnis
Lage	befindet sich in der Stirnmitte
zugehörige Organe	Medullargeflecht (Teil des Hirnstamms, Nachhirn), Hypophyse (Hirnanhangsdrüse), Augen
Farbe	Violett/Indigo
Element	Licht
Klang	OM / AUM – Ich sehe

→ sagt anderen, wie sie auf uns reagieren sollen

- Sitz des Göttlichen in uns
- Erfahrung, Beziehung und Bewusstsein darüber, dass wir ewige Wesen sind
- Wahrnehmung des Selbst
- Vernunft und Logik
- Intelligenz

### Affirmationen

*Ich nehme Kontakt zu meinem inneren Licht auf.*

*Ich lasse meiner Phantasie freien Lauf.*

*Ich höre auf meine innere Stimme.*

*Ich schaue nach innen und erkenne, was wesentlich ist.*



## 7. Das Kronenchakra

indischer Name	Sahasrara
Bedeutung des Namens	Leere, Wohnsitz ohne Stützen, tausendfältig
Hauptaspekt	Spiritualität
zentrale Themen	Erfahrung geistiger Welten, Gotterkenntnis, Erleuchtung, Selbstverwirklichung, kosmische Vereinigung, Religiosität, Verbundenheit mit dem Kosmos, Weisheit, Integrität, Selbstlosigkeit
Lage	am obersten Punkt des Kopfes, Fontanelle
zugehörige Organe	Schädeldecke, Großhirnrinde, Epiphyse (Zirbeldrüse)
Farbe	Weiß, manchmal auch Lila oder Gold
Element	-
Klang	OM / AUM – Ich weiß

- Tor zum Himmel und den Sternen
- Verbindung des Männlichen und des Weiblichen, Transzendenz (Überschreitung Grenze von Erfahrung & Bewusstsein, des Diesseits)
- Befreiung vom Kausalitätsgesetz und Zeit möglich
- Auflösung der individuellen Persönlichkeit in der Essenz des Alls
- Freiheit von weltlichen Dingen
- Erleuchtung

### Affirmationen

*Ich bin vollkommen bewusst – im Körper, in den Gedanken und meinen Gefühlen.  
Das Wesen meines Geistes ist Licht und Frieden.  
Ich öffne mich für die unendliche Macht Gottes.*



## 2. Das Schlüsselchakra deines Pferd

### Das Brachialchakra – ein Sonderchakra bei Tieren

Tiere haben dieses zusätzliche Hauptchakra, welches beidseitig am Körper im Bereich der Schulter ist.

Es ein sehr starkes Chakra und ermöglicht den Zugang zu allen anderen Chakras. Hier können wir direkt in die Seele „schauen“, so es das Tier zulässt.

Es hat außerdem eine große Bedeutung für die Bindung zwischen Mensch und Tier und die tierischen Heilungsprozesse.

Scheuen oder sehr schüchternen Tieren, die Angst vor Berührung oder Probleme mit menschlicher Bindung haben, kann es helfen, wenn das Brachialchakra gestärkt wird.

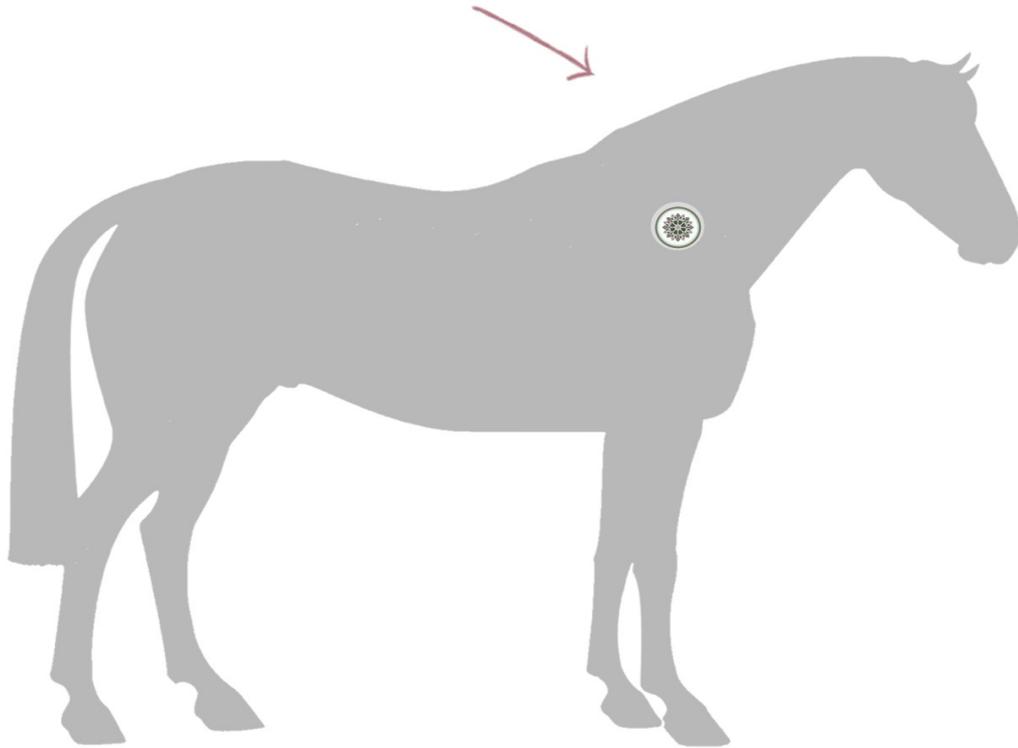
Wenn mit anderen Chakras gearbeitet wird, sollte grundsätzlich immer auch das Brachialchakra gestärkt werden, da es die Selbstheilungskräfte anregen und die Bindung zum Menschen stärkt.

Lage	es liegt links und rechts mittig an der vorderen Kante des Schulterblatts
Farbe	abhängig von der Seelenenergie des Pferdes
Verbindung	mit allen anderen Chakras
Körperliche Zuordnung	mit den ganzen Körper verbunden
Polarität	männlich / weiblich
Element	Metall
Hauptaspekte / Themen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zentrum der Bindung zwischen Mensch und Tier</li><li>• Ausgangspunkt tierischer Heilung</li></ul>
Affirmationen	Wir sind verbunden. Wir sind eins. Ich vertraue.



# DAS BRACHIALCHAKRA

WIR SIND - AUM / OM



**Brachialchakra**  
„SCHLÜSSELCHAKRA“  
„Blick zum Tor der Seele“

**WEIHRAUCH**

**Turmalin**

Bindung zwischen Mensch & Tier  
tierische Heilungsprozesse  
Selbstheilungskräfte



♥  
@happy.soul.horse AKADEMIE



### 3. Meditation: Reise durch deine Chakras



Du begibst dich jetzt auf die Reise durch deine Chakras.  
Es ist wie eine Reise durch den Regenbogen.

Liegst oder sitzt du bequem?

Wenn nicht dann mache es dir jetzt so richtig gemütlich.

Schließe deine Augen, falls sie noch nicht geschlossen sind und konzentriere dich einen Moment auf deinem Atem.

Achte nun auf deinen Atem, wie er kommt und wie er geht.

Atme tief in den Bauch hinein und ganz langsam wieder aus.

Ganz ruhig, ohne Eile.

Tief in den Bauch hinein und ganz, ganz langsam wieder aus.

Atme Entspannung ein und Verspannung aus.

Deine Entspannung wird nun immer tiefer, tiefer und tiefer.

Dein Körper ist nun völlig entspannt, deine Atmung ist ruhig und gelassen.

Ganz von alleine verlassen nun auch alle störenden Gedanken deinen Kopf.

Sie fließen einfach heraus.

Sie fließen und fließen einfach aus deinem Körper hinaus.

Dein Kopf ist frei, dein Geist ist kristallklar.

Du bist erfüllt von Frieden.



Vor deinem inneren Auge erblickst du jetzt einen Regenbogen.  
Siehst du, wie er in seiner ganzen Pracht leuchtet?  
Wenn du noch keinen Regenbogen siehst, dann ist das völlig in Ordnung.  
Dann stelle dir einfach vor, wie es wäre einen Regenbogen zu sehen.  
In seiner ganzen Farbenpracht.

Versinke einfach in das leuchtende **Rot**, das jetzt vor deinem inneren Auge erscheint.  
Rot, die Farbe des Feuers, des pulsierenden Lebens.  
Die Farbe des Mutes, der Entschlossenheit,  
der Liebe und der Leidenschaft.  
Versinke immer tiefer und tiefer in das heiße pulsierende Rot.

Rot ist die Farbe deines **Wurzelchakras**, am unteren Ende der Wirbelsäule.  
Spüre in das Rot hinein, fließe hindurch, sei diese Farbe.

Nun erblickst du das **Orange**.  
Orange, die Farbe der Vitalität und Lebensfreude.  
Kannst du es wahrnehmen?  
Wenn nicht, dann stell dir einfach vor, wie sich die Farbe anfühlen könnte.  
Wie wäre es dann?

Orange, die Farbe der Gesundheit, der Freiheit und des Selbstvertrauens.  
Stärke nun dein Selbstvertrauen, in dem du hineinschlüpfst in das Orange des Regenbogens.  
Sei unabhängig, voller Lebensfreude.

Dein **Sakralchakra**, welches sich unterhalb deines Bauchnabels befindet, hat die Farbe Orange.  
Fühle die Freiheit, die Vitalität und Lebensfreude  
und lasse dein Sein erfüllen mit dieser Farbe.

Jetzt erscheint das wärmende **Gelb**.  
Gelb, wie das leuchtende Rapsfeld am Wegesrand, das durch die Wärme der Sonne erblüht. Entdecke neue Horizonte, sei optimistisch.

Gelb ist die Farbe deines **Solarplexus**, deines Sonnengeflechts oberhalb deines Bauchnabels.  
Gelb ist auch die Farbe der Erkenntnis und der Urteilskraft.

Das wärmende Gelb der Sonne lässt dein Rapsfeld erstrahlen, lässt dich erstrahlen.  
Erwärmt deinen Körper, so dass es dir wohliger warm wird.  
Genieße es einen Moment.

Das **Grün** des Geben und Nehmens erstrahlt nun vor deinem inneren Auge.  
Sei dieses Grün des Regenbogens, schlüpf hinein.  
Grün, die Farbe des aufkeimenden Lebens und der Evolution.

Riechst du das grüne Gras, an dem noch Tautropfen hängen?  
Kannst du das weiche Moos unter deinen nackten Füßen spüren?

Grün gibt dir Hoffnung, Harmonie und unterstützt dein **Herzchakra**.  
Alles grünt und wächst in Überfluss und Fülle.



Alles ist im Gleichgewicht.  
Du bist im Gleichgewicht voller Selbstachtung und Wohlbefinden.

Vor dir liegt nun die klare blaue Fläche eines ruhigen Meeres.  
Höre das Rauschen der klitzekleinen Wellen.

**Blau** kühlt die Sinne und schenkt dir Heilung und Vertrauen.

Schmeckst du das Salz auf deine Lippen, als wenn du gerade im Meer gebadet hast?  
Lass dich inspirieren von der göttlichen Weisheit und verbinde dich mit höheren Idealen, indem du das Blau in dich hereinlässt.  
Lasse dich umhüllen und durchfluten.

Blau ist die Farbe deines **Halschakras**.  
Blau gibt dir die Ruhe und Geborgenheit, die du brauchst.  
fühle dich beschützt und hab Vertrauen.  
Wiege dich in den Wellen des Blau.

Lasse los und vertraue auf das große Ganze mit der Farbe **Indigo**, dem **Mitternachtsblau**.

Siehst du den Sternenhimmel?

Indigo gibt dir tiefere Einsichten für den Sinn und die Ziele deines Lebens.

Es ist die Farbe des Glaubens, der Einheit, der Intuition und des **Stirnchakras**, welches sich in der Mitte deiner Stirn befindet.

Lasse los und fliege auf deinem Regenbogen in den indigoblauen Sternenhimmel hinein.

Nun bist du am tiefsten Punkt des Regenbogens angekommen, dem **Violett**.

Violett die Farbe des reinen Seins.

Nun bist du mit deinem höheren Selbst und mit deiner Seele verbunden.

Weit oben schwebst du und bist doch ganz bei dir.

Du reitest auf dem Regenbogen durch dein Sein und erfasst zum ersten Mal vielleicht, welches multidimensionale Wesen du bist.

Violett die Farbe der Transformation, der Erleuchtung und inneren Reinigung.

Es ist die Farbe des **Kronenchakras**, in der Mitte deines Scheitels.

Es ist die Farbe der Selbstlosigkeit.

So lasse los und sei.

Nun bist du reines Sein.

Du bist im völligen Frieden.

Nun ist es Zeit dich zurück zu kommen, jederzeit kannst du wieder durch deine Chakras reisen.

Nimm die Dinge, Botschaften und Gaben mit, die dir gezeigt wurden.

Dein Bewusstsein steigt nun langsam wieder hinauf auf den Rücken des Regenbogens.  
Und du wanderst wieder von Farbe zu Farbe.

Nimm sie alle noch einmal genau wahr.



Als erstes durchfließt dich das **Violett**, die Farbe der Erleuchtung, der du heute wieder ein Stück näher kommen durftest.

Das Violett geht über in das tiefe Mitternachtsblau, dem **Indigo**.  
Lasse los und erlange tiefere Einsichten.  
Fliege durch den Sternenhimmel langsam zurück in dein Tagesbewusstsein.

Jetzt gleitest du durch das erfrischende, kühle **blau**.  
Schmecke noch einmal das Salz auf deinen Lippen, als wenn du gerade im Meer gebadet hast.

Und das Leben keimt auf, mit der Farbe **grün**.  
Spüre das grüne Gras unter deinen Füßen, nimm den Duft wahr.

Und es wird heller vor deinen Augen.  
Es ist sie die **gelbe** wärmende Sonne, die das gelbe Rapsfeld zum Strahlen bringt.

Spüre nun die übersprudelnde Lebensfreude der Farbe **Orange**.  
Fühle dich frei und vital.

Und nun bist du zurückgekehrt zum **Rot**, wo alles begann.  
Nimm noch einmal das pulsierende Leben dieser Farbe wahr.

Du bist erfrischt, voller Kraft und Energie.

Nun bewege ganz langsam, deine Arme und deine Beine.  
Atme tief durch.

Und komme zurück ins Hier und Jetzt.

Verabschiede dich von deinem Regenbogen und öffne deine Augen.



## 4. Fühlen der Chakras deines Pferd

### Wurzelchakra

Um das Basischakra bei einem Pferd zu fühlen, legst du deine Hand an den Ansatz des Schweifs und lässt sie dort etwas nach unten gleiten.

Probiere einmal, deine Hand sich langsam nähern zu lassen und zu erfühlen wie kräftig dieses Chakra ist. Stelle dir dabei folgende Fragen:

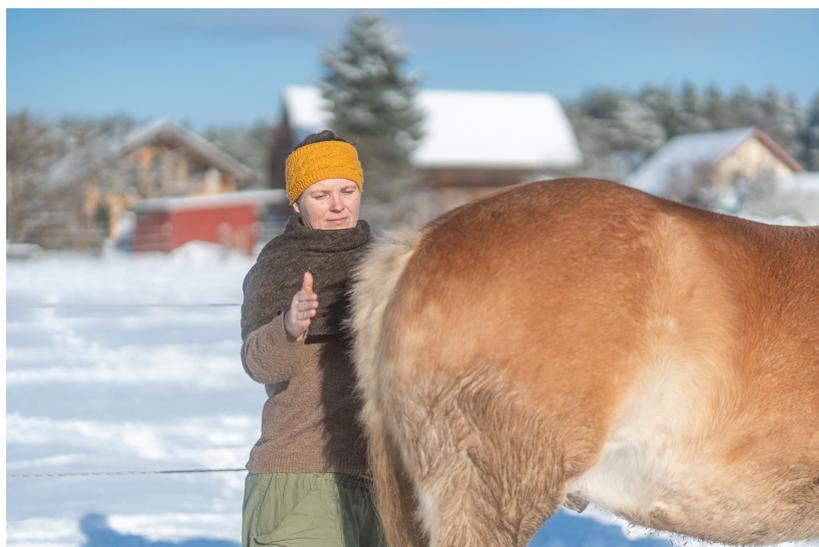
- Wie weit nach hinten reicht seine Energie?
- Ist es im Gleichgewicht?
- In welche Richtung dreht es sich?
- Kannst Du fühlen wie stark oder kräftig die Bewegung ist? Wie ein Wirbelsturm oder eher sanft und plätschernd?

Schließe nun die Augen während deine Hand auf dem Wurzelchakra liegt. Probiere aus, ob du im eigenen Körper spüren kannst, wie tief die Wurzeln deines Pferdes ins Erdreich reichen. Dies ist dann immer in Relation zu deiner eigenen Erdung.

Du kannst auch mit geschlossenen Augen dein Pferd bitten, dir zu zeigen, wie tief seine Wurzeln in die Erde reichen.

- Wenn du deine Hand auf das Chakra legst, sinkst du dann tiefer in die Erde?
- Fühlst du dich leichter oder bleibt es in etwa gleich?
- Sind die Wurzeln ein paar Zentimeter oder sogar einige Meter tief in der Erde?
- Wie weit reichen die Wurzeln zur Seite?
- Wieviel Platz nimmt das Fundament des Pferdes ein?

Probiere dies bei so vielen Pferden wie möglich aus, um ein immer besseres Gefühl dafür zu entwickeln.



## Sakralchakra

Das zweite Chakra befindet sich auf der Höhe des Kreuzbeins. Dieses Chakra hat auch beim Tier zwei Seiten. Oben und unten. Am praktischsten kann man es erst einmal an der Oberseite erfühlen, da man sonst an den sehr sensiblen Bereich der Geschlechtsteile gelangt. Das Chakra befindet sich genau im Übergang zwischen Lendenwirbel und Kreuzwirbeln. Also genau am Sakralgelenk.

Lege die Hand auf das Chakra und schließe die Augen:

- Was fühlst du?
- Hast du das Gefühl, das dich dein Pferd hineinkommen lässt? Es Dich willkommen heißt?
- Umhüllt es dich mit einer warmen, sanften Energie?
- Fühlst du Emotionen (Traurigkeit, Wehmut, Zufriedenheit, Hoffnung)?

Bei Stuten fließt hier die Energie oft Sanft und Mütterlich oder ganz Zart wie bei einer jungen Dame. Hengste hingegen haben hier häufig einen sehr gut spürbaren Wirbelsturm, oder Wirbelstürmchen, von Hormonen und Emotionen nach draußen.

- Kannst du eine Drehung fühlen?
- In welche Richtung dreht es sich?
- Folge der Energie mit deiner Hand nach oben – fühlst du wie weit sie geht? Ist ein Ende in Sicht oder ist es ein Tornado der außer Kontrolle geraten ist?

Vielleicht fühlst du dort Unterdrückung? Wenn die Energie hier unterdrückt wird, dann kann es sein dass das Pferd keinen Raum bekommt, um seine Männlichkeit zu entfalten und es meist mit Gewalt dominiert wird. Ist dies der Fall, fühlt man auch oft Traurigkeit und/oder Frustration.

Bei Wallachen kann sich das Chakra genauso anfühlen wie bei Hengsten. Je mehr er als „ganzer Mann“ angesehen wird, umso eher kann er seine Männlichkeit und sein wahres Sein ausleben. Gerade Wallache wurden nicht nur physisch entmannt, sondern auch emotional. Dies ist häufig ein großes Thema bei ihnen.

- Welches Gefühl bekommst du, wenn du an die Kastration denkst? Resignation, Frustration oder vielleicht sogar eine Erleichterung?
- Bekommst du eventuell eher eine Mütterliche, weiche Energie? Auch dies ist möglich, denn Wallache sind wie unbeschriebene Blätter und können sowohl ihre sanfte Seite also auch ihre starke, männliche Seite entwickeln.



## Praktische Empfehlung:

Hat man ein Gespür für bestimmte Qualitäten und Eigenschaften seines Pferdes und kann diese auch benennen und Wertschätzen, hilft man dem Pferd, sich dieser bewusst zu werden.

- behandle dein Pferd mit Respekt
- „Verhätschel“ dein Pferd nicht
- ein guter Umgang kann viele Wunden heilen und ein Pferd wirklich aufbauen

Versuche daran zu glauben, das alles was passiert, auf einer höheren Ebene einen Sinn ergibt. Stuten lehren uns, sowohl das Licht als auch das Dunkel zu akzeptieren und uns nicht zu fragen, warum etwas gerade uns passiert.

**„Der Geist ist stärker, als der Körper.“**

Eolin, eine junge Stute.



## Solarplexus

Du kannst hier die allgemeine emotional Verfassung deines Pferdes erspüren. Dieses Chakra hat ebenfalls eine Ober- und eine Unterseite. Die Oberseite befindet sich auf dem Rücken des Pferdes, direkt hinter der Sattellage. An der Unterseite öffnet sich das Chakra am Bauch des Pferdes, über dem Nabel.

Beginne nun damit deine Hände auf die Sattellage zu legen und bewege sie langsam nach hinten. Schließe die Augen:

- Was fühlst du?
- Fängt deine Hand an zu prickeln oder spürst du Wärme/Kälte?
- Kannst du eine Drehrichtung fühlen?
- Fühlst du Glück und Zufriedenheit?
- Emotionaler Ballast oder Traurigkeit?
- Kannst du vielleicht Bilder sehen, von Erfahrungen die dein Pferd noch nicht verarbeiten konnte?
- Wenn du fühlst, das dein Pferd eine Last mit sich trägt, dann fühle noch etwas nach und frage dich ist diese Last eher leicht oder eher schwer? Vielleicht bekommst du Bilder?
- Vielleicht fühlt es sich hier ganz leicht an – dies könnte darauf hindeuten das es „auf Händen“ getragen wird.

Was fühlst du bei diesem Chakra sonst noch?

- Fühlt es sich sanft und absorbierend an? - Hier wird das Pferd dazu neigen, sich Dinge anzunehmen und diese zu übernehmen.
- Härte und abstoßend? - hier wird es eher auf Konfrontation gehen und kann sich leichter distanzieren.

Wenn hier die Energie kraftvoll nach außen strömt, muss man aufpassen. Ein solches Pferd kann ab und an ordentlich buckeln.



## Praktische Empfehlungen:

Für das Empfinden es Pferdes macht es einen großen Unterschied, sich bewusst für neue Erfahrungen entscheiden zu können, ohne das ihm etwas aufgezwungen wird. Wenn es sich bewusst und von sich heraus, also FREI WILLIG für etwas entscheidet, kann eine Erfahrung eine Lernerfahrung werden.

Man kann allerdings auch zu sanft sein. Ein Pferd braucht klare Grenzen. Gleiche Teile Respekt und Vertrauen sind die Zutaten für eine gesunde Beziehung mit seinem Pferd. Bei einem traumatisierten Pferd muss man vorerst das Vertrauen wiederherstellen. Bei Pferden, die immer auf Händen getragen werden, muss man am Respekt arbeiten.

*„Sorgen haben noch nie jemandem geholfen.  
Manchmal denken Menschen, dass  
„sich um jemanden sorgen“  
ein Ausdruck von Liebe ist.  
Sorgen sind aber ein Ausdruck von Schwäche.  
Wenn man jemanden hingegen Vertrauen entgegenbringt,  
sieht man ihn in seiner Kraft.“*

Malo, ein älterer weiser Wallach



**SORGEN in KRAFT umwandeln**

@happy.soul.horse AKADEMIE



## Herzchakra

Das vierte Chakra, das Herzchakra, der Sitz der Liebe. Hier kann man gut fühlen, ob das Pferd sein Herz verschenkt hat und wie stark diese Herzverbindung ist. Manchmal laufen auch verschiedene Verbindungsstränge zu verschiedenen Menschen.

Man kann sich das Herzchakra eines Pferdes wie ein Scheinwerfer vorstellen, der friedliches grünes Licht und Liebe in die Welt hineinscheinen lässt. Bei mütterlichen Stuten ist es häufig rosafarben.

Wenn du neben deinem Pferd stehst, die eine Hand ruht auf dem Widerrist und die andere Hand liegt in der Mitte der Brust, umarmst du dein Pferd. Hier kannst du unendlich viel Liebe empfangen und senden.

Eine tiefe Herzverbindung mit seinem Pferd aufzubauen benötigt oft etwas Zeit. Herzen können brutal gebrochen werden, aber mit viel Liebe, Zeit und Geduld kann auch ein noch so gebrochenes Herz wieder geheilt werden.



Das Herzchakra öffnet sich in drei Richtungen. Nach vorne, Richtung Brust, nach oben Richtung Widerrist und nach unten Richtung Gurtlage. Besonders gut zu spüren ist es an der Vorderseite, der Brust.

Erfühle das Chakra zuerst bei deinem eigenen Pferd. Schließe die Augen und frage ob sein Herz für dich offen steht:

- Was fühlst du?
- Lässt es dich in sein Herz?



- Kannst du sehen und spüren wie tief seine Liebe zu Dir ist?
- Fühlst du einen Boden oder ist seine Liebe unendlich tief? - Manchmal kann man ein Gefühl bekommen, als fiel man in ein bodenloses Loch. In diesem Fall ist es aber positiv.
- Kannst du fühlen in welche Richtung sich die Energie dreht?
- Probiere zu fühlen, wie weit die Energie aus dem Chakra heraus strömt.
- Ist es wie ein breiter Scheinwerfer (offenes Herz) oder eher schmal und dünn wie ein Laserstrahl (schüchtern, zurückgezogen)?
- Ist es ein sanftes Schimmern oder vielmehr ein starkes Leuchten?

## Praktische Empfehlungen:

Auch beim Herzchakra erkennt man wieder, wie wichtig ein guter und ehrlicher Umgang mit dem Pferd ist. Methoden die den Geist des Pferdes brechen, brechen auch das Herz.

Auch ist es wichtig, das richtige Pferd für seine Arbeit zu finden. Nicht jedes Pferd eignet sich als Schulpferd, Therapie- oder Familienpferd. Wenn man die natürliche Veranlagung und Qualitäten des Pferdes beachtet, sind nachher alle glücklicher.

Im Umgang mit dem Pferd sollten der Herzkontakt und das Vertiefen der Herzverbindung immer das eigentliche Ziel sein. Darum geht es in einer Beziehung mit seinem Pferd und deswegen ist es wichtig, im Umgang und bei der Arbeit mit dem Pferd immer sein eigenes Herz offen zu halten.

*Herzen sind immer zerbrechlich, aber die Fähigkeit zur Regeneration ist auch oft beeindruckend.*

*Ohne Herzkontakt wird man nie wahre Nähe empfinden. Wenn es eine wahre Herzverbindung gibt, wird man immer miteinander verbunden sein, selbst wenn physische Nähe nicht (mehr) möglich ist.*



**Ein Herz ist gemacht, um  
Liebe zu geben.**

@happy.soul.horse AKADEMIE



## Halschakra

Auch dieses Chakra hat eine Ober- und eine Unterseite. Das Halschakra befindet sich dort, wo man das Pferd schlucken sieht unten und oben etwas weiter hinter den Ohren auf dem Mähnenkamm.

- Wie fühlt es sich hier an?
  - Ist hier Ruhe oder stimmt etwas nicht?
  - Vielleicht bekommst du einen Kloß im Hals und fühlst Trauer?
  - Fühlst du Wehmut oder Verlust?
  - Vielleicht ist das Pferd gerade umgezogen und hat sich noch nicht an die neue Umgebung und Situation gewöhnt?
  - Oder fühlst du Auflehnung und Widerstand?
- 
- Fühlst du hier viel oder wenig Aktivität? - das sagt etwas darüber aus, in welchem Maße das Pferd kommuniziert.
    - bei Pferden die schlecht für sich aufkommen, fühlt man hier wenig bis keine Aktivität
    - das sind Pferde die alles einfach schlucken
    - Pferde mit viel Aktivität weisen jegliche neue Erfahrungen von vornherein ab → sogenannte Dickköpfe
- 
- Fühlt es sich hier hart oder weich an? - das sagt etwas über die Art und Weise der Kommunikation aus.
    - ein Blick oder eine sanfte Berührung mit der Nase – weiche und ruhige Kommunikation
    - Kommunikation mit den Zähne oder Hinterbeine – weniger sanftmütige Kommunikation

Wenn es Dinge gibt, die dem Pferd in den falschen Hals geraten sind, neigt man dazu , dem Pferd über den Hals zu streichen. Die ist eine gut Intuition, welche wir natürlicher Weise haben. Streicht man von oben nach unten den Hals entlang, werden kürzlich geschehene Blockaden gelöst.



## Praktische Empfehlungen:

Indem man dem Pferd während des Trainings die Chance gibt, selbst Entscheidungen zu treffen und ihm die Zeit lässt, eine neue Erfahrung zu schlucken, vermeidet man Blockaden.

Bei sonstigen Veränderungen, wie einem Umzug oder einem Besitzerwechsel, braucht das Pferd auch Zeit, um die Geschehnisse zu verarbeiten.

Wenn ein Pferd merkt, dass man sein Innerstes, seine Wünsche und Bedürfnisse beachtet, wird sich sein Kehlchakra weiterentwickeln, so dass es immer deutlicher kommunizieren kann, was es mag und was nicht. Für die Entwicklung eines Pferd ist dies sehr positiv. Als Mensch hingegen wird man an dieser Stelle sehr gefordert und man lernt enorm viel.

*Wenn man immer deutlich kommuniziert und sagt, was man möchte und was man nicht möchte, ist es für den anderen vielleicht nicht immer leicht, aber schlussendlich bleibt man dadurch selbst glücklich und gesund.*

*Auch Menschen lernen am meisten, wenn man sie nicht zwingt, sondern ihnen die Freiheit lässt, selbst bewusste Entscheidungen zu treffen.*



## Stirnchakra

Das 6. Chakra wird als Stirnchakra bezeichnet und befindet sich in der Mitte der Stirn des Pferdes, oben zwischen den Augen und öffnet sich auch auf der Rückseite des Kopfes. An dieser Stelle kann man die Intuition eines Pferdes spüren, seine Intelligenz, seinen Willen, die Empfindlichkeit und Aufgeschlossenheit des Geistes. Dieses Chakra steht auch im Zusammenhang mit der telepathischen Kommunikation. Hier kannst du direkt ein Gefühl oder ein Bild übermitteln, indem du einfach deine Hand dort auflegst.

Wenn ein Pferd mit gesenktem Kopf dieses Chakra an einen drückt (z.B. an den Bauch oder an die Brust), dann schenkt dir das Pferd sein Vertrauen und seine Freundschaft.

Einem fremden Pferd legt man nicht einfach so die Hand dort hin, ohne es vorher um Erlaubnis zu fragen.



In dem du dein Hand auf die Stirn des Pferdes legst, wirst du und seine Gefühls- und Erlebniswelt mitgenommen. Mit etwas Abstand kann man noch besser die Energie in Form eines leichten Kribbelns wahrnehmen. Probiere gerne aus, die Hand langsam zu entfernen und somit die Energie und Reichweite des Chakras zu ertasten.

- Wie weit entfernt kannst du die Energie des Chakras fühlen?
- Wie groß / oder weitläufig ist dieser Bereich?
- Hast du das Gefühl das auf dein Pferd viel einströmt?
- Oder fühlt es sich weniger geöffnet an?
  
- Bewege die Hand langsam in Richtung Stirn. Hast du das Gefühl du kannst leicht eintreten?  
→ dann musst du dich dem Pferd vorsichtig nähern, um es nicht zu erschrecken.
- Oder hast du das Gefühl du drückst gegen eine unsichtbare Wand?



- es könnte sein dass das Pferd etwas dickköpfig ist oder eine „lange Leitung“ hat
- bei solchen Pferden ist es manchmal auch schwierig an sie heranzukommen

## Praktische Empfehlungen:

Wenn man sich seiner tiefen Gefühle und Emotionen bewusst ist, vermeidet man das Aussenden gegensätzlicher Signale. Indem man ein positives und erwünschtes Bild vor Augen hat und dieses seinem Pferd übermittelt, kann man seine körperlichen Hilfen unterstützen. Die Momente, in denen nur ein Gedanke reicht, sind die Kirschen auf der Torte.

*Hochsensibilität bei Mensch oder Tier, kann eine Stärke sein, indem man lernt damit umzugehen und darin Balance findet.*

*Sowohl das Gefühl, als auch der Verstand sind wichtig. Sensibilität und Intuition sind tolle Qualitäten, solange man seinen gesunden Menschenverstand weiterhin benutzt.*

*Beim übermitteln von Ruhe, Vertrauen, einem bestimmten Gefühl oder Bildern kannst du deine gebende Hand auf die Stirn legen.  
„Alles ist gut.“*



# Kronenchakra

Der wichtigste Unterschied zu den übrigen Chakras ist, dass du auf dieses Chakra nicht direkt die Hand auflegst, sondern es immer auf Abstand erfühlst. Es befindet sich über dem Kopf zwischen den Ohren. Dieses Chakra öffnet sich nur nach oben hin.

Wurzel- und Kronenchakra halten sich gegenseitig in Balance und bilden ein Paar. Es macht daher Sinn immer beide zu fühlen und zu vergleichen. Sie stehen in Beziehung zueinander.

Erinnerst du dich, wie du beim Wurzelchakra erfahren konntest wie tief die Wurzeln in den Boden reichen? An dieser Stelle fühlst du, wie weit seine Krone in Richtung Wolken und Himmel reicht.

Fange damit an deine gebende Hand etwas über dem Kronenchakra zu halten und schließe deine Augen. Versuche zu erfahren wie die Energie sanft gegen deine Handfläche drückt. Folge dem Strom und lasse deine Hand Richtung Himmel mitgehen. **Fühlst du das es kein Ende des energetischen Stroms gibt?** Was für ein Gefühl überkommt dich, wenn deine Hand immer weiter mit nach oben genommen wird? Versuche dich diesem Gefühl zu öffnen.

- Kannst du die Weisheit der Pferdeseele und das Himmlische spüren?
- Fühlst du die Harmonie und die Ruhe, die an diesem Ort herrschen?

Komme nun wieder zurück auf die Erde und zum Anfang unserer Reise, zum Basischakra (Wurzelchakra).

- Wie ist das Verhältnis zwischen den fiktiven Wurzeln und der Krone des Pferdes?
  - hierbei kann es hilfreich sein sich auf Abstand mit weit geöffneten Armen, während sich die gebende Hand auf das Basischakra und die empfangende Hand auf das Kronenchakra konzentriert.
- Wo liegt der Schwerpunkt in dem Moment? Auf der Verbindung zum Irdischen oder dem Himmlischen?
- Hast du das Gefühl vom Boden gehoben zu werden und fällt es dir schwer nicht abzuheben?
- Oder fühlt es sich fest am Boden verankert an?

→ Bedenke, dass das was du beim Kronen- und Basischakra fühlst, immer in Verbindung zu deiner eigenen Situation steht. Jemand der selbst die Neigung dazu hat zu „schweben“, kann z.B. zum Ergebnis kommen, dass ein bestimmtes Pferd noch gut auf der Erde steht, während dies objektiv gesehen nicht der Fall ist.



## Praktische Empfehlungen:

Es ist wichtig für das Pferd, das es einfach mal Pferd sein kann. Besonders für Pferde, welche auf hohem Niveau geritten werden oder z.b. im Polizeidienst, Therapiedienst stehen ist dies von großer Bedeutung.

*Indem wir uns genauso wie ein Pferd dem Himmlischen öffnen, werden wir auch schon während unseres Lebens begreifen, dass es mehr gibt als nur die irdische Wirklichkeit. Dieses Begreifen ermöglicht es uns, Herausforderungen und Schwierigkeiten in einem größerem Zusammenhang zu sehen, so dass sie unser Vertrauen nicht allzu sehr angreifen.*

*Wenn man weiß, dass man Teil eines großen Netzes aus Licht, Leben und Energie ist, das alles Lebendige umspannt wird man ein tiefes Verlangen fühlen, die Erde und all ihre Bewohner mit Respekt und Güte anzusehen und zu behandeln.*



# 5. Harmonisierung der Chakras durch Tönen

## 1. Vorbereitung

Dein Tier kann anwesend sein oder nicht. Am schönsten und wirkungsvollsten ist es natürlich wenn dein Tier anwesend ist. Entscheide ob du summen, tönen, chanten oder singen möchtest. Alle Klänge können laut oder leise übermittelt werden. Wenn du magst, nutze gerne eine Klangschale und lasse sie erklingen jeweils vor dem nächsten Ton.

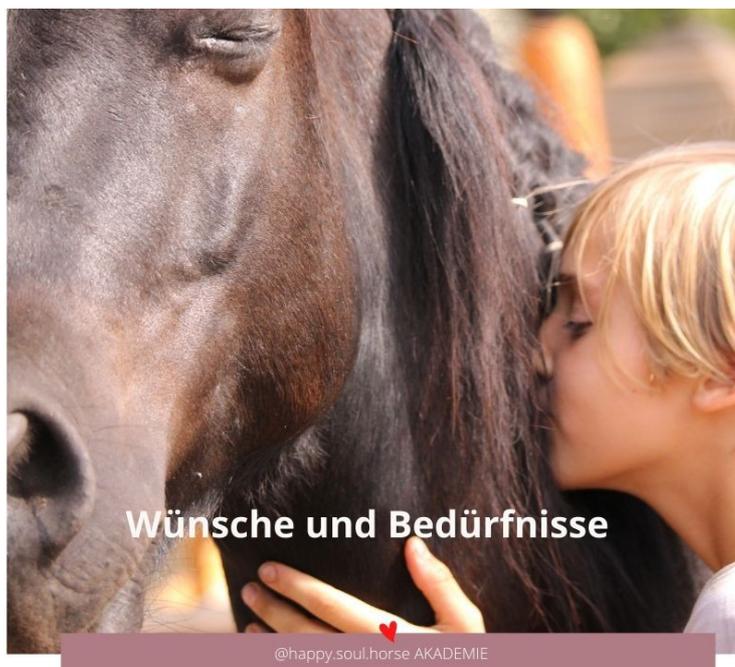
## 2. Geist-zu-Geist

Bestätige deinen Geist, den Geist deines Tieres und den göttlichen Geistes. Ich bin ich. Du bist du. Wir sind wir.  
Bitte die Seele des Tieres darum, diesen Ausgleich und die Hilfe anzunehmen. Bitte um Führung aus der geistigen Welt.

## 3. Die Chakra-Spanne tönen

Lass die Chakralkänge in der unten angegebenen Reihenfolge ertöne, immer einen nach dem anderen. Konzentriere dich dabei jeweils auf den entsprechenden Chakrabereich. Gerne kannst du auch eine Hand über den entsprechenden Bereich legen oder die Klangschale über diesen Bereich halten.

- |    |        |                |
|----|--------|----------------|
| 1. | Chakra | L A M          |
| 2. | Chakra | V A M          |
| 3. | Chakra | R A M          |
| 4. | Chakra | Y A M          |
| 5. | Chakra | H A M          |
| 6. | Chakra | O M oder A u m |
| 7. | Chakra | O M oder A u m |



Wünsche und Bedürfnisse

@happy.soul.horse AKADEMIE



#### 4. Alle Chakras aufeinander abstimmen

Konzentriere dich nun auf das vierte Chakra deines Tieres und summe das YAM. Bitte das Herzzentrum, sich durch die Kraft der Liebe mit allen anderen Chakras abzustimmen.

5. **Abschluss** Beende die Übung wenn du und/oder dein Tier dazu bereit seit. Bedanke dich bei deinem Tier und der geistigen Welt. Erde dich und gehe zurück in den Alltag.



**Tipp:** Wenn du eine Klangschale hast, kannst du kurz vor jedem Ton die Klangschale anschwingen. Am besten macht sich eine große Klangschale mit tiefem Klang. Jedoch ist auch eine kleinere Klangschale mit hohem Klang sehr wertvoll.



## 6. Chakra-Reinigung nach Alberto Villoldo



### Grundhaltung

- lass Gefühle und Empfindungen die dabei aufsteigen durch dich durch fließen
- halte nichts fest
- analysiere nichts
- lass dich nicht von ihnen ablenken
- lass sie wie einen sanften Windstoß durch dich hindurch fahren

### Vorbereitung

- erde dich und schließe deine Augen
- atme 3 Mal bewusst tief ein und aus
- lass die Gedanken ziehen oder lege sie bewusst zur Seite (z.B. in eine Kiste)
- Hände in Gebetshaltung vor die Brust bringen, so dass sich die Fingerspitzen berühren
- atme noch 3 Mal tief ein und aus
- löse die Hände voneinander und schüttele sie aus
- Hände wieder in Gebetshaltung
- achte auf die Energie zwischen deinen Fingerspitzen und ziehe die Hände langsam auseinander
- bewahre das Gefühl der strömenden Energie
- *Kannst du mit geschlossenen Augen die Lichtfäden zwischen deinen Fingerspitzen sehen, die ein Kribbeln oder Wärmegefühl verursachen?*



## Reinigung

Durch die Reinigung erhöht sich die Rotationsgeschwindigkeit der Chakras und es wird so ermöglicht, dass das Chakra sich in der optimale Frequenz drehen kann.

- halte die gebende Hand über die weite Öffnung des 1. Chakras, ca. 10 cm über dem Körper, die andere Hand ist am Pferd
- spüre die Energie dieses Chakras, während es sich im Uhrzeigersinn dreht
- dreh das Chakra mit den Fingerspitzen der rechten Hand 3 bis 4 Mal entgegen dem Uhrzeigersinn
- spüre seine Energie und stelle fest, wo er sich warm oder kalt, kribbelig oder verstopft anfühlt
- fühle, wie beim Rückwärts drehen ein Strom toxischer Energie das Chakra verlässt und in die Erde fließt
- du kannst auch deine Finger in Richtung Boden ausschütteln, um die Ablagerungen der Erde zu übergeben
- lass deine gebende Hand 3 bis 4 Mal im Uhrzeigersinn kreisen, um das Chakra sich wieder normal drehen zu lassen
- halte danach dein Hände unter Wasser, um Rückstände und Gifte fortzuspülen oder schüttele dein Fingerspitzen Richtung Erde

Verfahre so auch mit dem Sakral, Solarplexus, Herz, Hals und Stirn Chakra. Das Kronenchakra reinigst du nicht!

## Ablauf

1. Chakra gegen Uhrzeigersinn aufdrehen
2. spüren und reinigen
3. Chakra im Uhrzeigersinn normal drehen lassen

**Tip:** Male dir eine Uhr auf ein Blatt Papier und schneide sie aus.

So kannst du deine Uhr mit zu deinem Pferd nehmen, um ein klareres Bild davon zu haben, ob du das Chakra reinigst (gegen den Uhrzeigersinn) oder wieder normal drehen lässt (im Uhrzeigersinn).



## 7. Chakra-Ausgleich

### 7.1. Chakra-Ausgleich über das Brachialchakra



Das ist eine Übung die Ausgleichen oder mit neuer Energie füllen kann. Sie gehört zur Selbstbehandlung und hilft dabei, die Chakras auf die selbe Schwingungsebene zu bringen.

#### 1. Vorbereitung

Starte mit dem Ausgleich indem du dich vorher erdest und deine Hände sensibilisierst.

#### 2. Geist-zu-Geist

Bestätige deinen Geist, den Geist deines Tieres und den göttlichen Geistes.

Ich bin ich. Du bist du. Wir sind wir.

Bitte die Seele des Tieres darum, diesen Ausgleich und die Hilfe anzunehmen.

Bitte um Führung aus der geistigen Welt.

#### 3. Chakra-Ausgleich über das Brachialchakra

Nimm beide Hände zu jeweils beiden Seiten des Brachialchakras.

Lass nun die Energie aus dem universellen Raum durch dein Kronenchakra in deine Hände fließen und verbinde dich mit der Energie des Brachialchakra des Tieres.

Achte darauf: es ist nicht deine Energie, es ist universelle Energie (der Quelle, Gott, ...).

#### 4. Abschluss

Beende den Ausgleich in dem du dich bedankst. Erde dich noch einmal ganz in Ruhe und genieße.



## 7.2. Chakra-Ausgleich aller Chakras



Das ist eine Methode die ausgleichen oder mit neuer Energie füllen kann. Sie hilft dabei, die Chakras auf die selbe Schwingungsebene zu bringen.

### 1. Vorbereitung

Starte mit dem Ausgleich indem du dich vorher erdest, schützt und reinigst.

### 2. Geist-zu-Geist

Bestätige deinen Geist, den Geist deines Tieres und den göttlichen Geistes.

Ich bin ich. Du bist du. Wir sind wir.

Bitte die Seele des Tieres darum, diesen Ausgleich und die Hilfe anzunehmen.

Bitte um Führung aus der geistigen Welt.

### 3. Chakrenausgleich

Eine Hand auf Wurzelchakra und eine Hand auf das Stirnchakra.

Wenn das Pferd zu groß ist, nimm eine zweite Person dazu oder stelle dir die zweite Hand an der richtigen Position vor (auch aus der Entfernung ohne physischen Kontakt ist dies möglich.)

Lass nun die Energie aus dem universellen Raum durch dein Kronenchakra in deine Hände fließen und verbinde die beiden Chakras mit dieser Energie.

Achte darauf: es ist nicht deine Energie, es ist universelle Energie (der Quelle, Gott, ...).

Verbinde nun Sakral- und Halschakra.

Danach Solarplexus und Herzchakra.

Zum Schluss nimm beide Hände zu jeweils beiden Seiten des Brachialchakras.

### 4. Abschluss

Beende den Ausgleich in dem du dich bedankst. Reinige, schütze und erde dich noch einmal ganz in Ruhe und genieße.



## 7.3. Chakra-Ausgleich einzelner Chakras



Durch die Methode „Gepolte Hände“ kannst du jedes einzelne der sieben Hauptchakras ausgleichen.

Zwischen deinen Händen herrscht ein Energiefeld von Plus (gebende Hand) und Minus (nehmende Hand).

Diese einfache Methode eignet sich, wenn es ein Ungleichgewicht im Chakra gibt. Erdung, Schutz und Reinigung sind deine Vorbereitung.

### Ablauf

- Eine Hand legst du auf die bauchseitige Öffnung des Chakras.
- Die andere Hand legst du auf die Öffnung am Rücken.
- Bitte jetzt um „Gepolte Hände“.

Durch die Polarität deiner Hände wird in diesem Bereich der natürliche Energiefluss angeregt, damit das Gleichgewicht im Chakra wieder hergestellt wird.

Du fügst keine Energie hinzu! Du lässt die vorhandene Energie durch deine Hände durchfließen.

- Du wirst ein Strömen oder Kribbeln, vielleicht sogar Gänsehaut wahrnehmen.
- Bleibe mit deiner ganzen Aufmerksamkeit dabei und fokussiert.
- Bleibe solange dabei, bist du das Gefühl hast, es ist genug und der Energiefluss in deinen Händen aufhört.

### Copyright by „happy.soul.horse AKADEMIE“

Wir appellieren an Deine Fairness und bitten Dich die Inhalte nicht einfach weiterzugeben oder zu kopieren. Vielen Dank! Wir weisen darauf hin, dass der Umgang und die Arbeit mit Tieren gefährlich sein kann. Wir, Saskia Eubling & Diana Kaiser, übernehmen keine Haftung für die Anwendung der Übungen, dies geschieht immer in Eigenverantwortung! **HINWEIS:** Die energetische Stallapotheke, ChakraBalance, Tierkommunikation und Tierenergetik kann und will keinen Besuch beim Tierarzt ersetzen. Es werden keine Diagnosen gestellt und keine Krankheiten behandelt. Es handelt sich um eine rein geistig-energetische Methode zur Harmonisierung des Energiesystems.

