



**Meditative Reise durch die Chakras** Mehr Harmonie und Energie für Körper, Geist und Seele Frisch auf den Markt gekommen ist diese Doppel-CD der Heilpraktikerin und Entspannungsexpertin Sonja Kohn. Ihre Reise durch die Chakras besteht aus 7 Meditationen, die einzeln oder als Einheit gehört werden können. Chakras sind energetische Organe innerhalb unserer Aura. Sind sie in Balance, geht es uns gut, wir fühlen uns kraftvoll und aktiv. Diese geführte Meditation mit sanfter Hintergrundmusik und Sonja Kohns beruhigender Stimme unterstützt Sie, Blockaden in den Chakras mithilfe verschiedener Techniken und Ihrer Vorstellungskraft aufzulösen. Sie reisen durch Ihre 7 Hauptchakras, die Sie harmonisieren können. So lassen sich energetische Blockaden lösen, der körpereigene Energiefluss und das seelische Wohlbefinden fördern. Als Bonus gibt es eine 70-minütige Lehr-CD, die sich hervorragend als Unterrichtsmaterial für Entspannungstherapeuten und -trainer eignet sowie das Original Textmanuskript als Download. Das hochwertige CD-Set kommt mit 8-seitigem Booklet inkl. vieler Fotos und Informationen zu den Chakras. **Sonja Kohn, Shaker Media, Aachen, 2014, ISBN 978-3-9563-1124-6**