

CD

# Meditative Reise durch die Chakras

von Sonja Kohn und Abbas Schirmohammadi

## Mehr Harmonie und Energie für Körper, Geist und Seele

Aus dem Buddhismus und Hinduismus stammt das Konzept der Chakras, feinstoffliche Energieräder, die den materiellen und den subtilen Körper miteinander verbinden. Diese Chakras benötigen genauso wie der physische Körper Aufmerksamkeit und Nahrung. Bei der Energiearbeit werden die Chakren geöffnet, gereinigt und ausgeglichen. Ein ideales Hilfsmittel für diese tägliche Energiearbeit ist die CD von Sonja Kohn und Abbas Schirmohammadi, die uns mitnimmt auf eine meditative Reise durch unsere sieben Hauptchakras.

Auf der ersten CD ist eine 70 minütige Meditation, von Sonja Kohn mit beruhigender Stimme gesprochen. Dazu die entspannende Begleitung von Abbas Schirmohammadi am Klavier und Gitarre.

Dabei wird jedes Chakra Kraft unserer Vorstellung mit Licht in der entsprechenden Farbe aufgefüllt. Die Visualisierung der zugehörigen Düfte, das Sprechen der Mantras und die Handgesten wirken stärkend und klärend auf die Chakras. Diese geführte Meditation unterstützt Sie, Blockaden in den Chakras zu lösen, den körpereigenen Energiefluss und das seelische Wohlbefinden fördern.

Zusätzlich gibt es eine Instrumental-CD, die sich hervorragend als Hintergrundmusik für selbst gesprochene Meditationen eignet.

Abbas Schirmohammadi zählt zu den führenden Entspannungstherapeuten Europas und hat sich auf das Kreieren tief greifender Entspannungsprogramme und wundervoller Relaxmusik spezialisiert. Seine CDs und DVDs sind marktführend und werden in Arzt-, Zahnarzt- und Massagepraxen, Wellnesscentern und Thermen-Ruhebereichen eingesetzt.

[www.abbas-schirmohammadi.de](http://www.abbas-schirmohammadi.de)

Sonja Kohn ist Heilpraktikerin und Kinesiologin. In ihrer Praxis arbeitet sie v.a. mit energetischen Therapien und Aufdeckung von Regulationsblockaden. Moderatorin der Radiosendung „Psyche kompakt“ (Radio Leinehertz 106.5). Deutschlandweit gefragte Dozentin, u.a. für die Ausbildung zur/zum „Dermatopsychologischen Berater/in nach Kohn©“.

[www.naturheilpraxis-kohn.de](http://www.naturheilpraxis-kohn.de)

Audio-CD, erschienen im Februar 2014 bei Shaker Media.

ISBN: 3956311248

Preis: 16,90

140 Minuten

## Meditative Reise durch die Chakras

*Mehr Harmonie und Energie  
für Körper, Geist und Seele*

Mit Bonus  
Lehr-CD

Sonja Kohn  
Abbas Schirmohammadi

