



Arzmüller, Barbara

## **Energie- und Schutzschilde**

**Belastungen abwehren, Chakren stärken und positive Kräfte anregen**

**Mankau Verlag 1. Auflage Juli 2017 - Pb. - Großformat - 143 Seiten - zahlreiche farbige Abbildungen - mit 14 Chakren-Farbkarten - 21.30 €**

**Ein farbenfrohes liebevoll gestaltetes Buch über Chakren und deren Schutz**

Barbara Arzmüller, Innenarchitektin und Autorin. Die wichtigsten Themen sind - neben der Gestaltung von Wohnung und Arbeitsplatz - Astrologie, Sensibilität, Meditation und Familienstellen. sie malt Energiebilder und schreibt Bücher. Darin teilt sie ihre eigenen Erfahrungen mit anderen Menschen, ebenso wie in ihren Beratungen und Seminaren mit. Es liegt ihr am Herzen, Wärme und Wissen zu verbreiten und ihren Teil dazu beizutragen, dass die Welt hell und schön bleibt. Von Barbara Arzmüller sind im Mankau Verlag auch "Leuchtende Chakren" erschienen.

Die Autorin meint, Klang hat Farbe und diese zeigen sich in unseren Chakren, diese haben mit unseren Hormonen zu tun und sind wichtig für unsere Gesundheit.. Dies alles lässt sich in auch in Farben ausdrücken. Der Aufbau der Aura erfolgt über die 7 Chakren. Mit Chakrenarbeit bringen wir unser Inneres in Ordnung, wichtig ist die Aktivierung der Chakren. In diesem Buch werden die 7 Chakren ausführlich beschrieben und farbig dargestellt.

Als Beispiel: Das 5. Chakra ist das Halschakra. Der Sitz wird beschrieben und die zugehörigen Farben hellbau und türkis und körperliche Zuordnung - hier Schilddrüse - was macht ein blockiertes Halschakra und was ein befreites. Wann braucht ein Halschakra die Farbe Türkis und was bewirkt sie.

In dem Buch sind 42 Schutzschilde und 14 lose beiliegende Farbkarten für je ein Schutz- und Energieschild je Chakra. Wie ist die Anwendung - intuitiv oder bewusst. Es wird alles sehr gut und leicht verständlich erklärt und schon beim Lesen in dem Buch sind die Schwingungen spürbar. Spüren Sie, in welchem Chakra besonders eine Reaktion ist.

Beispiel: Energieschild für die Begeisterung, ein farbiges Bild dazu Texte, die sehr berührend sind. ...ich habe Lust auf Leben....

Am Schluss des Buches ist ein ausführliches Register zum Auffinden der Befindlichkeiten und deren Zuordnungen im Buch.

Es gibt viele Bücher über Chakren, aber dieses ist besonders ausführlich über jedes Chakra beschrieben und es ist sehr zu spüren wie sehr die Autorin damit verbunden ist. Die 14 Farbkarten, sehr stabil in A5 Format, können gut für unterwegs benutzt werden. Wenn Sie krank sind, benutzen Sie die Karten besonders intensiv und häufiger.

Helga Sobek - 03.01.2020

