



Arith Wiggeshoff
Coaching für Körper und Seele

Barsenerstr. 4, 59075 Hamm
Mobil.: 0173 5458958

Mail: h.wiggeshoff@web.de

Herzchakra

Ein gesundes Herzchakra hilft Dir, Brücken zu anderen Menschen aufzubauen, Liebe und Mitgefühl zu entwickeln und befriedigende und erfüllte Beziehungen zu führen.

Die Energie des Herzchakra wirkt sich auf den ganzen Brustkorb, Herz, Lunge und Kreislauf aus. Auch die Haut, das Blut, sowie Hände, Arme und die obere Rückenpartie liegen im Einflussbereich. Ganz wichtig Thymusdrüse – Immunabwehr

Wann solltest Du Dein Herzchakra harmonisieren:

- wenn es Dir schwer fällt, Dich ganz auf andere Menschen einzulassen
- wenn Du Dich einsam und isoliert fühlst
- wenn Du Zwischenmenschliche Problem hast
- wenn Du Dich immer mehr von Deinem Partner- od. Freunden abgrenzt
- wenn Du mehr Mitgefühl und Empathie für andere Wesen entwickeln willst
- wenn Dich Begegnungen mit Freunden oder Bekannten erschöpfen
- wenn es Dir schwer fällt, Dich selbst aus ganzem Herzen anzunehmen
- wenn Du Herz- od. Kreislaufprobleme hast
- wenn Du häufig unter Atembeschwerden oder Asthma leidest
- wenn Du oft unter Erkältungen leidest
- wenn Du unter Hauterkrankungen leidest