



# CHAKRA WOCHEN

## Ajna-Chakra

### Beschreibung:

Das Ajna-Chakra wird auch oft das dritte Auge genannt und befindet sich zwischen den Augenbrauen, oberhalb des Nasenbeines. Es stärkt deine Willenskraft und wenn es sich mehr öffnet, kann sich auch die Hellsicht (Intuition) verbessern. Oberhalb dieses Chakras ist noch das Stirn-Chakra, das stark in Verbindung mit diesem steht und auch für deine Gedankenwelt zuständig ist. Es stärkt also nicht nur deinen Willen, sondern auch deine Gedanken. Überlege also gut, welche Gedanken du in dein Leben ziehen möchtest. Denn nach deinem Willen geschehe!

### Farben:

Die Farbe ist meistens Dunkelblau und Violett, wird auch als Indigo bezeichnet. Vielleicht spürst oder siehst du noch andere Farben, dann lasse auch bitte diese zu. Vertraue auf dein Gefühl.

### W-Fragen:

Öffne mit den W-Fragen deinen Fokus. Lass die Fragen auf dich wirken und wenn du möchtest, schreibe zu den Fragen deine Antworten hier dazu.

Welche Gedanken denke ich oft?

(Sind diese eher positiv oder negativ? Wenn eher negativ, schau, wie du sie positiv umformulieren kannst. Du kannst auch einfach mehr positive Gedanken kreieren.)

Welche Gedanken möchte ich stärken?

Was möchte ich mit meinem Willen manifestieren?

Was ist mein Wille?