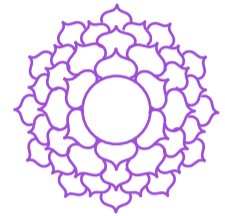


**Ich verstehe  
I understand**



**OM SAHASRARA**  
7. Chakra  
Kronen- / Crown-Chakra

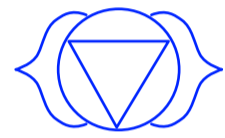
Jasmin / Jasmine  
Lavendel / Lavender  
Weihrauch / Frankincense

Amethyst

Pitta / Kapha

963 Hz  
B / B#

**Ich erkenne  
I see**



**SHAM AJNA**  
6. Chakra  
Stirn- / 3rd Eye-Chakra

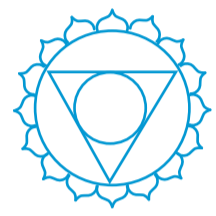
Myrrhe / Myrrh \*  
Patchouli Cablin (india)  
Sternanis / Star Anise \*

Alexandrit / Alexandrite  
dunkler Saphir / dark Sapphire

Pitta / Kapha

852 Hz  
A / A#

**Ich spreche  
I speak**



**HAM VISHUDDHA**  
5. Chakra  
Hals- / Throat-Chakra

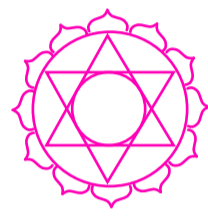
Geranie / Geranium  
Blaue Zypresse  
Pfefferminze / Peppermint \*  
Pinie / Pine

blauer Saphir / blue Sapphire  
blaue Perle / blue Pearl

Pitta

741 Hz  
G / G#

**Ich liebe  
I love**



**YAM ANAHATA**  
4. Chakra  
Herz- / Heart-Chakra

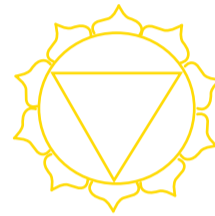
Eucalyptus  
Pinie / Pine  
Rose \*  
Zeder / Cedarwood

Jade  
Smaragd / Emerald

Pitta  
neutral für Vata

639 Hz  
F / F#

**Ich agiere  
I do**



**RAM MANIPURA**  
3. Chakra  
Solarplexus-Chakra

Grapefruit  
Rosmarin \*  
Zitrone / Lemon

gelber Saphir / yellow Sapphire

Vata / Kapha

528 Hz  
E / E#

**Ich fühle  
I feel**



**VAM SVADISHTHANA**  
2. Chakra  
Sakral-Chakra / Scral-Chakra

Neroli  
Orange  
Zitronengras / Lemongras

Koralle / Coral

Vata / Kapha

417 Hz  
D / D#

**Ich bin  
I am**



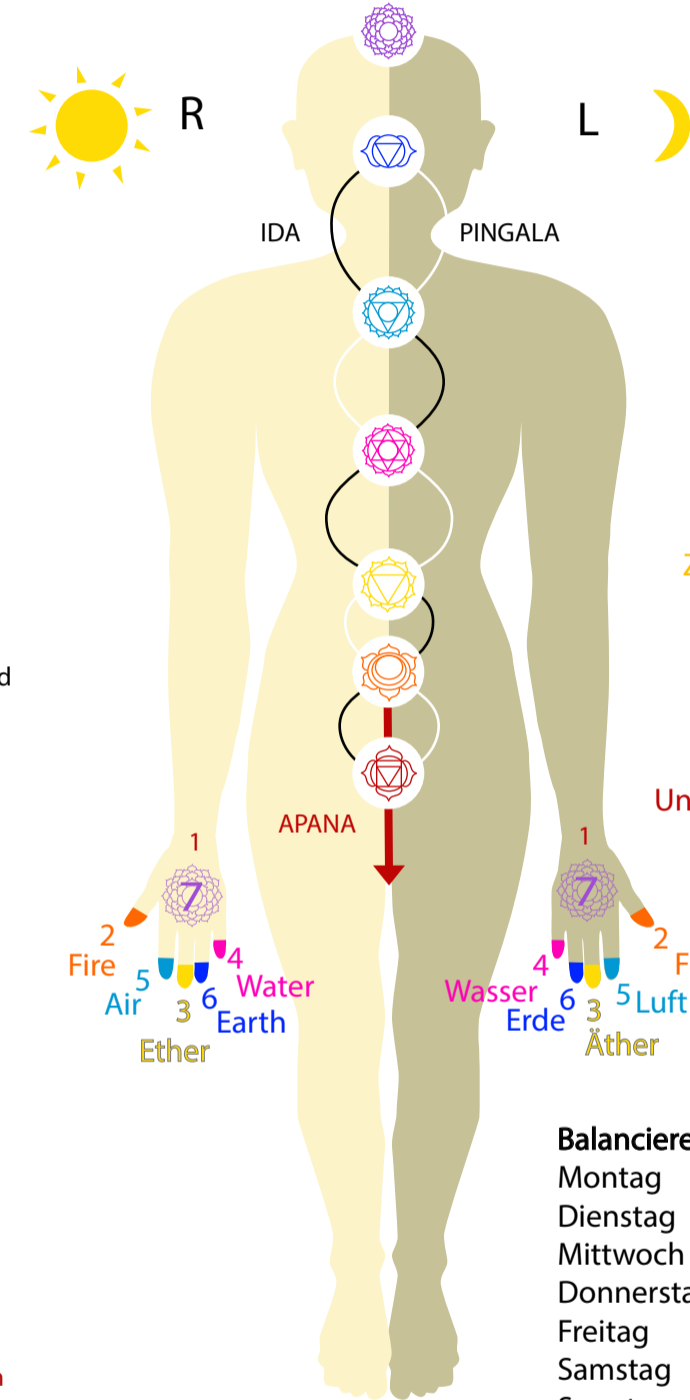
**LAM MULADHA**  
1. Chakra  
Wurzel- / Root-Chakra

Patchouli  
Sandelholz / Sandalwood  
Ylang-Ylang  
Zimt / Cinnamon \*

Rubin / Ruby

Vata / Kapha

396 Hz  
C / C#



Vereinigung mit dem Selbst, Integration  
Union with the self, integration

Vergebung, Demut, gedankenloses Bewusstsein  
Forgiveness, humility, thoughtless awareness

Kommunikation, Gemeinschaft, Zeugenstand  
Communication, community, witness state

Liebe, Vertrauen, Sicherheit, Mitgefühl, Wohlwollen  
Love, confidence, security, compassion, benevolence

Zufriedenheit, Großzügigkeit, Entwicklung, innerer Frieden  
Satisfaction, generosity, evolution, inner peace

Pures Wissen, Kreativität, pure Aufmerksamkeit  
Pure knowledge, creativity, pure attention

Unschuld, Reinheit, Weisheit und Unterscheidungsvermögen  
Innocence, purity, wisdom and discrimination

**Balancierende Farben nach Wochentag und astrologischen Planeten**

Montag	Mond	○ weiss
Dienstag	Mars	● rot oder orange
Mittwoch	Merkur	● grün
Donnerstag	Jupiter	● gelb
Freitag	Venus	● lila oder helle Farben
Samstag	Saturn	● blaue, schwarze, dunkle Farben
Sonntag	Sonne	● dunkelrot

\* nicht während der Schwangerschaft / Menstruation da sie Menstruationsfördernd sind bzw. den Gebärmuttermuskel stimulieren können  
\* not during pregnancy / menstruation as they may promote menstruation or may stimulate the uterine muscle

**Balancing colors by day of the week and astrological planets**

Monday	Moon	○ white
Tuesday	Mars	● red or orange
Wednesday	Merkur	● green
Thursday	Jupiter	● yellow
Friday	Venus	● purple or bright colors
Saturday	Saturn	● blue, black, dark colors
Sunday	Sun	● dark red