Yu-No Pendelset

Kosmologie der Dogon

Die Dogon sind ein Volk in Westafrika, dessen Kosmologie tiefgehende Erkenntnisse über das Universum, das Bewusstsein und die Wechselwirkungen zwischen sichtbarer und unsichtbarer Realität umfasst.

In der Überlieferung der Dogon symbolisieren **Yurugu** das Unvollständige und Suchende, während **Nommo** für das Fließende und Verbindende steht. Diese Polaritäten spiegeln die Dynamik zwischen Rationalität und Intuition, Struktur und Rhythmus wider. Die Namen der Pendel reflektieren genau diese Eigenschaften: **Yurugu** steht für die Impulse, die das Energiefeld aktivieren und ausrichten, während **Nommo** die harmonische Integration und intuitive Wahrnehmung unterstützt.

Synchronisierung von Bewusstsein & Energiefeld:
Der subtile Schwingungskörper eines Menschen entsteht durch die Überlagerung von Energiefeldern mit Bewusstseinsfeldern. Es steht in ständigem Schwingungs-Austausch mit seiner Umgebung. Der physikalische Körper des Menschen ist in den subtile Schwingungskörper eingebettet.

Das **Yu-No Pendelset** ermöglicht eine präzise Einstimmung zwischen Bewusstsein und energetischer Struktur im subtilen Schwingungskörper. Es hilft beim richtigen Einbetten des physikalischen Körpers in den subtilen Schwingungskörper.

Komplementäres Wirken:

- **Pendel Yu (Yurugu):** Zuständig für das Energiefeld – beeinflusst die Vitalität und die Erdung des Menschen (soziale Kompetenz) .
- **Pendel No (Nommo):** Zuständig für das Bewusstseinsfeld – fördert geistige Klarheit, intuitive Wahrnehmung und spirituelle Verantwortung.

Resonanzen von Pendel-Schwingungsfeld und Körper:

- **Yu-Pendel-Schwingungsfeld:** Resoniert mit der linken Gehirnhälfte – aktiviert den Sympathikus (Anregung, Analyse, Konzentrierung, Getrenntheit).
- **No-Pendel-Schwingungsfeld:** Resoniert mit der rechten Gehirnhälfte – stimuliert den Parasympathikus (Entspannung, Intuition, Aufmerksamkeit, Verbundenheit).
- **Einstimmung:** Die beiden Pendel arbeiten als Impulsgeber. Ihre Schwingungsimpulse koordinieren das Zusammenspiel von Geist und Körper und fördern die natürliche Rhythmisierung von Aktivitäts- und Erholungsphasen.

12 Arbeitszonen des subtilen Schwingungskörpers
Jede der 12 Arbeitszonen korrespondiert mit einem Bereich des physikalischen Körpers, einer energetischen- und einer Bewusstseins-Qualität.

1. **Füße** | **Farbe: Braun** – Erdung & Stabilität | Energie: Verbindung zur Erde | Bewusstsein: Sicherheit und Ankommen
2. **Waden** | **Farbe: Dunkelrot**– Bewegungsfluss | Energie: Fließende Dynamik | Bewusstsein: Flexibilität im Leben
3. **Knie** | **Farbe: Rot**– Flexibilität & Anpassung | Energie: Gelenkige Balance | Bewusstsein: Nachgeben statt Widerstand
4. **Oberschenkel | Farbe: Orange**– Kraft & Tragfähigkeit | Energie: Stabilität & Kraftreserve | Bewusstsein: Vertrauen in die eigene Stärke
5. **Becken | Farbe: Gelb** – Schöpfung & Lebenskraft | Energie: Kreative Entfaltung | Bewusstsein: Verbindung zu Urkräften
6. **Bauch | Farbe: Hellgrün** – Lebensrhythmen & Instinkt | Energie: Zentrierung | Bewusstsein: Urvertrauen und innere Navigation
7. **Zwerchfell | Farbe: Grün**– Atem & Übergang | Energie: Ausdehnung & Kontraktion | Bewusstsein: Verbindung zwischen Körper und Geist
8. **Brust | Farbe: Türkis** – Herzverbindung | Energie: Emotionale Resonanz | Bewusstsein: Mitgefühl und Offenheit
9. **Hals | Farbe: Blau** – Ausdruck & Kommunikation | Energie: Klang & Frequenz | Bewusstsein: Authentischer Selbstausdruck
10. **Kopf | Farbe: Indigo**– Sinnliche Wahrnehmung & mentale Fokussierung | Energie: Informationsverarbeitung | Bewusstsein: Bewusste Wahrnehmung
11. **Stirnmitte | Farbe: Violett–** Öffnung jenseits der mentalen Grenzen | Energie: Feintuning der Wahrnehmungsfeldes | Bewusstsein: Intuitive Erkenntnis
12. **Kopfscheitel | Farbe: Lila** – Brücke zwischen individuellem und universellem Bewusstsein | Energie: Anbindung an höhere Ebenen | Bewusstsein: Einheitserfahrung

    Die Farben sind als Markierungen auf der schwarzen Pendelschnur angebracht und dienen als Referenzpunkte für die jeweilige Arbeitszone.

Praktische Anwendung:

Vorbereitung. Suche einen ruhigen Platz und setze dich bequem hin. Atme tief ein und aus. Schließe deine Augen und versuche, das Schwingungsfeld wahrzunehmen, in das dein physischer Körper eingebettet ist. Stelle dir eine Lichtlinie vor, die von deinem Kopfscheitel bis zu deinen Füßen in der Mitte deines Körpers verläuft.

Zyklus 1. Beginne die Arbeit mit dem **Yu-Pendel** in der ersten Arbeitszone. Die mentale Einstellung für die Pendelarbeit könnte z.B. so lauten: *"Bitte gib einen Impuls, der die erste Zone in meinem Viktoria subtilen Schwingungsfeld harmonisiert."* Wenn das Pendel nicht von selbst startet, kannst du ihm einen leichten Schwung geben. Anschließend gehst du zur zweiten Arbeitszone über und wiederholst den Vorgang ganz nach oben bis zur zwölften Arbeitszone.

Zyklus 2. Wenn du damit fertig bist, nimmst du das **No-Pendel** in die Hand und beginnst deine Arbeit in der zwölften Arbeitszone. Die mentale Einstellung bleibt unverändert. Danach gehst du zur elften Arbeitszone über und wiederholst die gesamte Prozedur ganz nach unten bis zur ersten Arbeitszone.

Abschluss. Nach der Pendelarbeit hältst du das **Yu-Pendel** in der rechten und das **No-Pendel** in der linken Hand. Schließe deine Augen und meditiere eine Weile darüber, wie sich ein harmonisch abgestimmtes Schwingungsfeld anfühlt. Anschließend stelle dir vor, wie gut dein physischer Körper in das subtile Schwingungsfeld eingebettet ist. Spüre die Wonne, die von der Einheitserfahrung durch dich strömt. Entspanne dich und genieße diesen Zustand. Öffne langsam deine Augen und sage zu dir selbst: *"Alles ist stimmig."*

An wen richtet sich diese Pendelarbeit?

Diese Methode richtet sich an Menschen, die ihr energetisches und bewusstes Erleben vertiefen möchten und ihre Wahrnehmung erweitern wollen. Sie kann sowohl von Einsteigern als auch von erfahrenen Anwendern genutzt werden, die eine feinere Abstimmung zwischen Körper, Geist und kosmischem Schwingungsfeld anstreben.

Rechtliche Hinweise:

Die Anwendung des **Yu-No Pendelsets** dient der persönlichen Entwicklung und ist kein Ersatz für medizinische oder therapeutische Behandlungen. Es werden keine Heilversprechen gegeben. Die Nutzung erfolgt in eigener Verantwortung.

Text und Pendelset Design Kris Trembi © im Auftrag von Firma Baj, Stand: Feb.2025