

VORWORT	9
EINLEITUNG	13
BRIGIDS MANTEL	21
Übung: Unter Brigids Mantel friedvoll Platz nehmen	27
DIE KELTISCHE WELT	31
DIE VIELEN GESICHTER BRIGIDS	43
Übung: Brigid begegnen	46
Übung: Segens-Ritual	60
Übung: Angenommen werden	62
Übung: Türschwellen-Ritual	69
Übung: Heilige Orte – heilige Zeiten	72
Übung: Brigid um Beistand bitten	78
DIE LANDSCHAFT UND DIE GÖTTIN	91
Übung: Ein Brigid-Kreuz basteln	104
DIE EWIGE FLAMME IN UNS ENTZÜNDEN	113
Übung: Dein Feuer entfachen	115
Übung: Was inspiriert dich?	116
EINE WELT, DIE UNS BRAUCHT	121
Übung: Einen Schrein oder Altar errichten	124
IMBOLC – DAS FEST DES LICHTS	129
Übung: Dein Ritual	131
Übung: Ritual unserer Ahnen	135
ALS FRAU DEN WEG DER GÖTTIN GEHEN	139
Übung: Alltag trifft Anderswelt	141
ALS MANN DEN WEG DER GÖTTIN GEHEN	143
DIE PILGERREISE DES LEBENS	147
Übung: Mit Brigid wandern	149
DIE ALLES DURCHDRINGENDE KRAFT DES HEILIGEN	155
DAS, WORUM ES WIRKLICH GEHT: LIEBE	159
Übung: Unser Herz für die Welt öffnen	160
SCHLUSSWORT	165
DANKSAGUNG	169
LITERATUREMPFEHLUNGEN	170
ÜBER DIE AUTOREN	173
BILDNACHWEIS	174