

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
Vorwort zur Hypnose	9
Hypnose Einleitung und Vertiefung	11
Hypnose Einleitung: Sonnenuntergang am Strand	12
Hypnose Vertiefung: Das Lagerfeuer der Begeisterung...	14
12 Hypnose Hauptteile	16
1. Morgendliche Lichtdusche	17
2. Sonnenenergie einatmen.....	26
3. Begegnung mit einem Krafttier	34
4. Die Energie-Tankstelle	41
5. Auf Energiewolken baden und springen	49
6. Die glitzernde Heilungsdusche und das schimmernde Perlenbad (langer Text)	58
7. Goldener Drachenflug und Klettern auf einem Kristallbaum.....	70
8. Im Fluss des flüssigen Sonnenlichts schwimmen und surfen	81
9. Eintauchen in die gigantische Glühbirne der Energie...91	
10. Meditation auf dem Lotusblatt und Transformation durch die Kräfte der Natur	99

11. Durch den Energiewald spazieren und dem Energiewesen begegnen	109
12. Durch das leuchtende Blumenfeld spazieren und den Brunnen der Vitalität entdecken (kurzer Text).....	119
Hypnose Ausleitung	125
Ausleitung: Der Wind der Veränderung	126
Bonus	
(Einblick in Band 10 Hypnose Hauptteil zu Selbstbewusst und Mut).....	128
Auf der Insel des Mutes meiner Angst begegnen und durch den Löwen meine innere Stärke erkennen.....	129
Zum Abschluss	139
Kontakt zur Autorin	140
Weitere Buchtitel von Angelina Schulze	142