

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 |