

# INHALT

<i>Vorwort zur Neuauflage</i>	7
<i>Einleitung</i>	9
<i>Spiritualität und Meditation</i>	11
<i>Warum Meditationen für Kinder?</i>	14
<i>Vorbereitung und allgemeiner Ablauf</i>	18

.....

## Meditationen

Die Reise zu den Zwergen	24
Die Reise zu den Elfen	30
Das Drachenjunge	37
Schutzengel-Meditation	44
Unterwegs mit dem Wildpferd	49
Die Reise zu den Drachen	57
Ein Besuch bei der Schildkröte	64
Der Weg durch den Dschungel	72
Das Treffen der Zauberer	80
Die Reise zu Großmutter Mond	88
Der alte Indianer und das große Lied des Lebens	95

Der Rat der Tiere und das Herz des Waldes **103**

Der heilende Kreis der Druiden **110**

Safari für Mutige **117**

Krafttiersuche **124**

„Was ich richtig gut kann ...“ (Visionssuche) **132**

Willkommen bei den Erdwichteln **140**

Feuerzeremonie **147**

Die dunklen Augen des Seehundes **155**

Das Wasser des Zaubersees **162**

Das kleine Schaf und der große Mut **167**

Die Wunschkraft der Luft **175**

Mein Freund, der Baum **182**

.....

*Weitere Unterstützung im Alltag* 191

*Schlusswort* 193

*Danksagung* 195

*Über die Autoren* 197