

INHALT

Einführung

DIE WELT IST MEHR ALS SIE ZU SEIN SCHEINT	11
Entdecke die Wirklichkeit	12
Eine Geschichte über Buddha	13
Mehrere Daseinsebenen	13
Meine Geschichte	14
Deine Existenzebenen	16
Dein Weg zur Hellfühligkeit	16

Einstimmung

DEIN REFUGIUM IN DIESER WELT	23
Raumenergieklärung deiner Wohnstätte	24
<i>Energetisch reinigen</i>	25
Ein Platz für deine Meditation	27
Rituale für deine Meditation	28
<i>Indoor</i>	29
<i>Outdoor</i>	29
Deine Zeiten für Meditation	30
Dein Buch als Guide und als Notizbuch	32
Einige Begriffsklärungen	35

Kapitel 1

DAS IST HELLFÜHLIGKEIT	41
Wer kann hellfühlig sein?	44
Welche Voraussetzungen sind wesentlich?	45
<i>Welche Sinne stehen zur Verfügung?</i>	45
<i>Warum geht Hellfühligkeit verloren?</i>	48
<i>Wie würde eine hellfühlige Zivilisation aussehen?</i>	49
Warum jetzt wieder hellfühlig werden und auf das Herz hören?	50
Was kann man hellfühlen?	51
Was ist Hellfühligkeit nicht?	53

Ein paar Empfehlungen für deine Reise	97
<i>Wie fühlst du dich jetzt?</i>	97
<i>Ausschließlichkeit hilft</i>	98
<i>Selektiere die Szene</i>	99
<i>Empfehlungen statt Versprechen</i>	99
 Kapitel 3	
FEINSTOFFLICHKEIT UND SCHWINGUNGEN	101
Am Anfang war nicht Nichts	102
Schwingendes Universum	106
<i>Schwingungen schwingen miteinander</i>	108
<i>Leben ist Schwingung</i>	108
Leben auf der Erde	109
Alles hat ein Schwingungsfeld	111
 Kapitel 4	
DEINE SCHWINGUNGEN IM LEBENSALLTAG	115
Schwingungsfelder der Vergangenheit	116
Erfühle dein Energiefeld in der Jetztzeit	118
Finde deine Urschwingung	121
Hellfühle deinen Körper	125
<i>Körperintelligenz wertschätzen</i>	125
<i>Botschaften ans Ich wahrnehmen</i>	127
<i>Körperintelligenz mit Yoga stärken</i>	128
<i>Mit Stuhl</i>	130
<i>Selbstheilungskraft wertschätzen</i>	136
<i>Selbstliebe gestalten</i>	138
<i>Selbstzutrauen aufbauen</i>	140
<i>Urvertrauen empfangen</i>	143
Entscheide hellfühlend	147
<i>Folge dem ersten Signal</i>	147
<i>Von morgens bis abends mit dem</i>	
<i>Heiligen Herzen entscheiden</i>	149

Kapitel 5

DAS PRINZIP DER RESONANZ 153

Die kosmischen Gesetze	154
<i>Schöpferische Prinzipien</i>	155
<i>Energetische Fundamente des irdischen Lebens</i>	155
<i>Multiple Vernetzung</i>	155
Dein Resonanzfeld	158
<i>Schwingungsformen und Resonanzen</i>	159
<i>Du, ein Stein und der Teich</i>	159
Viele Steine, viele Wellen, viele Resonanzfelder	162
<i>Deine Grundschiwingung</i>	162
<i>Kontakt mit den Resonanzfeldern anderer</i>	165
<i>Dein Schutzschild</i>	166
<i>Positive Vibrationen</i>	167
<i>Deine Resonanzfeld-Verstärker</i>	169
<i>Nichts ruht, alles schwingt</i>	169
<i>Wie oben, so unten</i>	171
<i>Urgefühl der Glückseligkeit</i>	172
Deine Anziehungskraft	174
<i>Der Äther</i>	174
<i>Chakras</i>	175
Deine Nadis	185
<i>Die schöpferische Magie der Nadis</i>	189
<i>Schutz der Nadis</i>	190

Kapitel 6

WÜNSCHE HELLFÜHLIG TRANSFORMIEREN 193

Wünsche und Seelenplan	194
<i>Was du brauchst, bekommst du</i>	195
<i>Egofrei denken, handeln und wünschen</i>	199
<i>Absichtsenergien erzeugen</i>	201
Manifestieren mit Nadis	205

Kapitel 7

KONTAKT ZU FEIN STOFFLICHEN WESEN	211
Ganzheit	213
Dimensionen des Seins	214
<i>Irdische feststoffliche Dimensionen (bekannte Welt)</i>	216
<i>Irdische feinstoffliche Dimension (Zwischenwelt)</i>	216
<i>Magnetische Dimensionen (Schwingungswelt)</i>	217
<i>Erste überirdische Dimension (Anderswelt)</i>	217
<i>Zweite überirdische Dimension (Welt der Schutzengel)</i>	218
<i>Astrale Dimension (Licht- oder Sternwelt)</i>	218
<i>Multiple Dimensionen (Welten der Wesenheiten)</i>	219
<i>Akasha-Dimension (ätherische Unendlichkeit)</i>	222
<i>Urdimension (Heimat der Urseelen)</i>	223
Feinstoffliche Wesenheiten	224
<i>Elementarwesen und Hausgeister</i>	225
<i>Erdhüter</i>	228
<i>Gaia</i>	233
<i>Haustiere</i>	233
<i>Seelen verstorbener Menschen</i>	234
<i>Schutzengel</i>	235
<i>Lichtwesen</i>	239
Raum, Zeit und Zeitqualität	249
Kontaktaufnahme	251
<i>Botschaften empfangen</i>	252
<i>Mögliche Hindernisse</i>	253
<i>Welche Wesenheit passt zu dir?</i>	254
<i>Erster Kontakt in einer geschützten Sphäre</i>	255
<i>Lichtwesen um Kraft, Rat und Tat bitten</i>	261

Kapitel 8

VEREINIGUNG MIT DEM HÖHEREN SELBST	267
Die Geburten der Seelen	269
Dein Höheres Selbst	270
Deine Seelenlandschaft	273

Dein Seelenstern	275
Dein Seelenplan	278
Die Verschmelzung	283
<i>Harmonie in Innigkeit</i>	284
<i>Leben in Leichtigkeit</i>	289
 Kapitel 9	
CHANNELN FÜR DICH UND FÜR ANDERE	293
Was ist Channeln?	294
<i>Was sind Voraussetzungen, um zu channeln?</i>	295
<i>Welche Hürden gibt es?</i>	297
Worauf ist beim Channeling zu achten?	298
<i>Beginne in kleinen Schritten</i>	298
<i>Konsultiere deine Begleitengel</i>	298
<i>Frage nach nur einem Thema</i>	298
<i>Wer sendet dir Botschaften?</i>	299
<i>Wird der Kanal sich wieder schließen?</i>	299
<i>Wichtig für dich zu wissen</i>	299
Wie wird es sein beim Channeln?	300
 Nachklang	
DEIN LEBEN IN LEICHTIGKEIT	311
 ANHANG	
Liste der Übungen	315
Weitere Informationen und Empfehlungen	318
Über die Autorin	319