

# Inhalt

Zum Geleit	10
Kraftorte und das Netzwerk des Lebens · Eine Einführung	12
Was ist ein Kraftort?	12
Mensch und Resonanz	14
Zauberwort Synchronisation	19
Sich heilen – Leben und Ausgleich	22
Praktische Übungen	23
Auswahl eines Kraftortes	23
Zur Ruhe kommen	26
Synchronisieren	27
Den eigenen Körper fühlen	28
Geduldig sein	29
Elemente in der Natur erleben	29
Die Kraft der Erde spüren	29
Wasser spüren	30
Sonne auf der Haut	34
Luft und Wind	36
Einen Baum spüren	37
Sich für die Wahrnehmung von Energie sensibilisieren	40
Die Farben der Welt sehen	42
Loslassen	44
Sich für Heilung öffnen	45
Singen und Klingen	46
Reinigen	46
Nachbereitung	47
Die Kunst der leichten Hand	48
Geomantische Begriffe	48
Was war nun so wichtig an diesen „Besetzungen“?	55

Kraftorte	56
Thomaskapelle auf dem Grazer Schlossberg	58
Romanischer Innenhof, Hauptplatz 13, Graz	59
Die Stiegenkirche in der Sporgasse	60
Deutschritterhof, Sporgasse 22	61
Pfarrkirche, Herrengasse, Graz	62
Barmerherzigenkirche Mariä Verkündigung, Graz	62
Leechkirche	64
Basilika Maria Trost	65
Der Kalvarienberg auf dem Austein in Graz	66
Sankt Ulrich/Marienquelle	67
Florianibergkirche, Graz	70
Kirche Johann und Paul	71
Schloss Eggenberg, Graz	72
Jungfernsprung und Ruine Gösting	74
Giovannis Garden, Graz	76
Pfarrkirche hl. Jakob in Thal	77
Das Eisbründl, Graz	79
Sankt Radegund 10, Quellentour	80
Räuberquelle	80
Melaniequelle	80
Kalvarienberg mit Eremitenquelle	81
Quellenweg und Wanderung	81
Desire-Quelle	82
Ungarische Madonna	82
Rosaquelle mit Sitzstein	83
Wunschstein/Heilstein	84
Durchschlupfstein (Kultstein)	85
Pollakquelle	85
Demeliusquelle	85
Prießnitzquelle	86
Schöcklbartl mit eigenem Quellwasser	87
Bildsäule an der Römerstraße, Höf-Präbach	87
Wallfahrtskirche „Maria Trost im Grazer Feld“ in Fernitz	88
Höhle Zigeunerloch bei Gratkorn	89
Zisterzienserstift Rein	90
Wallfahrtskirche Maria-Straßengel, Judendorf-Straßengel	92
Judendorf, Mariensäule mit 7-Bründl-Quelle, Grazer Straße	94
Brunnen im Herrgottswinkel, Judendorf-Straßengel	95
Heilquelle Mahrbründl Peggau	97
Kirche und Kirchberg Deutschfeistritz	97
Kugelstein bei Frohnleiten, Artemis- und Herkules-Tempel	99

Wallfahrtskirche zur schmerzhaften Mutter Gottes auf dem Weizberg	102
St. Veit Passail, Teufelsteinfigur	104
Maria Kleinheilbrunn, Hohenau an der Raab	105
Heilquelle Ulrichsbrunn, Semriach	106
Heilquelle mit Wallfahrtskirche „Maria Heimsuchung“, Heilbrunn, Gemeinde Naintsch	107
Kultwanderweg, Miesenbach	107
St. Rupert (auch St. Johann bei der Feistritz), Strallegg, Teufelsteinfigur sowie Ulrichskapelle und Wegkreuzung „Toter Mann“	112
St. Rupert, Teufelsteinfigur	113
Ulrichskapelle auf dem Weg zum „Toten Mann“	113
Wegkreuzung „Toter Mann“	113
Der Kulm bei Weiz	114
Wallfahrtskirche „Maria Himmelberg“ mit (versiegter) Quelle	114
Wallfahrtskirche Maria im Elend und Heilquelle Maria Fieberbründl, Kaibing	115
Marienwallfahrtskirche Sankt Anna am Masenberg mit Annabründl, Flattendorf	116
Marienwallfahrtskirche Maria Schneec, Pöllauberg	118
Riegersburg, keltisch-römische Fluchtburg	119
Naturdenkmal: die älteste Eiche Europas (Nähe Bad Blumau)	123
Waldgrotte Maria Brunn, Speilbrunn, Bad Blumau	124
Saazkogel	125
Kalvarienberg Gnas	125
Thermenpark Gleichenberg	126
Turnburg Schützenhof in Oberkarla	128
Kirchen in Straden	129
Waltrafelsen, St. Anna am Aigen	133
Basaltfelsen und Burgruine Klöchberg	134
Höhle „Wilder Mann“ auf dem Schlossberg Wildon	135
Isis-Norcia-Tempel, Frauenberg/Seggauberg	135
St. Michael und Schloss Gleinstätten	139
Gleinstätten	139
Sulmtalnekropole, Tumuli und Keltendorf Burgstall	140
Wallfahrtskirche Maria Hellbrunn mit Lourdesgrotte, Gosdorf/Ratschendorf	142
Ruine Wessenstein, Marhol	143
Heilquelle Sauerbrunn	144
Sporiora-Ofen, keltische Höhensiedlung und Kraftfelsen	146
Kraftplatz mit Unterschlupf auf dem Weg nach Osterwitz	151
Wallfahrtskirche und Heilquelle Maria Osterwitz	151
Bäume im Park von Schloss Holleneegg	152
Römerstein Königsberg bei Johnsdorf-Brunn	154
Vulkan Kapfensteiner Kogel und Burg Kapfenstein	154

Sankt-Barbara-Kirche in Bärnbach	158
Zigöllerkogel, Gradenberg bei Köflach	159
Franziskanerkogel und Marienwallfahrtskirche Maria Lankowitz	160
Bergkirche St. Johann ob Maria Lankowitz	161
Ruine Landskron, Bruck an der Mur, Höhensiedlung	164
Maria Rehkogel, Frauenberg, Bruck an der Mur	165
Gasen, St. Oswald, Teufelsteinfigur	166
Wallfahrtskirche Basilika Mariazell	167
Kultstein Mürzhofen	170
Urkapelle Stanz, Teufelsteinfigur und Ulrichskirche	172
Teufelstein	175
St. Kathrein am Hauenstein	176
Quelle und Kapelle Kaltenbrunn, Kaltenbrunner Straße, Leoben-Göß	178
Benediktinerabtei Seckau	179
Knittelfeld	181
Wallfabrtskirche Maria Buch	182
Judenburg	183
Burgruine Eppenstein, Eppenstein	184
Annakreuz mit Waldkapelle Anna Selbdritt, Plaffendorf	185
Wallfabrt Maria Freienstein, St. Peter-Freienstein	185
Wallfahrt Antoniuskirche, Radmer an der Stube	186
Unzmarkt, Frauenburg	187
Mariahof	188
Stift Sankt Lambrecht	189
Noreia, bedeutende keltische Höhensiedlung	190
Ulrichskirche am Hollerberg, Krakaudorf	193
Etrachsee, Krakaudorf	194
Wallfabrtskirche Frauenberg, eine Kirche, Gärten der Kraft und ein Bad in heiligem Wasser	196
Johnsbach, Eigelsbrunneralm	200
Wörschachklamm, Ruine Wolkenstein	201
Kontakt	203
Ortsregister	204