

Inhaltsverzeichnis

Die „Geistige Führung“	7
Bewusstseinszustände und Gehirnaktivität	13
Die rechte und linke Gehirnhälfte	19
Glaube, Tugend und Schwingungsfrequenz	23
Moral	36
Karma	41
Der 7. Sinn	50
Bewusstseinsblockaden	56
Wasserforschung	59
Übung: 2 Blätter energetisieren	61
Den Geist frei machen	63
Übung: Hintergedanken erkennen	63
Glück im Unglück – Unglück im Glück	66
Neutralität	69
Übung: Dinge neutral betrachten	69
Gedankenkontrolle	76
Übung: Nicht denken	76
Übung: Mehrspurig denken	78
Optische Illusionen	80
Übung: Optische Illusionen erkennen	80
Übung: Die Gewohnheit	82
Übung: Die richtige Aufmerksamkeit	82
Übung: Unterbewusste Reflexe erkennen	84

Illusion und Angst	86
Das 3. Auge	87
Die sieben Hauptchakren	90
Die Aura	96
Übung: Auraschicht sehen	98
Der magische Blick	103
Stereogramme	110
Übung: Die Paralleltechnik (divergentes Sehen)	117
Übung: Die Schieltechnik (konvergentes Sehen)	118
Übung: 3D Sicht – zwei Punkte überlappen	120
Übung: Den erhöhten Bewusstseinszustand halten	123
Übung: Langsam fokussieren	126
Übung: Divergentes und konvergentes Sehen im Wechsel	126
Übung: Stereogramme anschauen	127
Übung: Augen und Gehirn trainieren	129
Übung: 3D-Blick-Verstärkung	138
Die Organteilchen	140
Übung: Also los geht's. Ab nach draußen!	142
Höhere Sinne entwickeln	144
Übung: Die Aura von Bäumen sehen	144
Übung: Die Aura eines Menschen sehen	145
Übung: Hellfühlen, Hellriechen, Hellschmecken	147
Das höhere Selbst	150
Übung: Die ersten fünf höheren Sinne trainieren	151
Die Regenbogenbrücke	156
Übung: Farbmeditation – Die Regenbogenbrücke	160

Inhaltsverzeichnis

Der 6. Sinn	162
Übung: Der Intuition vertrauen	162
Übung: Pendeln	164
Auradiagnose	166
Übung: Auradeformationen hellfühlen	177
Auraheilung	179
Anwendung: Auraheilung durch Auraglättung	179
Anwendung: Auraenergie ausgleichen	181
Anwendung: Die Aura ausgleichen	186
Anwendung: Die Aura mit Gedankenkraft harmonisieren	187
Telepathie	191
Übung: Hellsehen	191
Übung: Telepathie	195
Übung: Die Zukunft vorhersagen	197
Übung: Gedanken lesen	199
Übung: Durch Wände sehen	207
Die Naturkräfte	210
Übung: Wolken auflösen	213
Süchte	227
Healing-Codes zur Bewusstseinsweiterung	228
Anwendung: Der Chakren-Code	233
Anwendung: Der Reiki-Healing-Code	236
Anwendung: Selbstheilungspositionen	237
Anwendung: Positionen gegen geistige Erschöpfung	238
Anwendung: Bewusstseinsweiterungs-Code	239

Anwendung: Meridianaktivierungspunkte	242
Lichtkartensegnung	244
Anwendung: Quantenenergie tanken	245
Liebe	248
Bewusstsein	250
Übung: Bewusstseinsausdehnung	254
Der 8. Sinn	255
Übung: Schöpferkraft	257
Astralreisen	260
Übung: Die Schlafhaltung ändern	263
Übung: Astralreisen	266
Gedächtnis und Erinnerung	275
Übung: Gedächtnis glätten	281
Übung: Konzentration und Disziplin fördern	282
Übung: Positive Energie aufbauen	283
Frage und Antwort	288
Bewusstsein und Bewegung	289
Zur Autorin	291
Bücher der Autorin	292
Danksagung	296
Internetquellen	296
Telepathiekarten zum Ausschneiden	297
Optische Illusion – Zeichnung zum Ausschneiden	301
Bewusstseinserweiterungskarte zum Ausschneiden	303