

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
Teil I: Ein Schamane sein	27
Die verborgenen Bereiche – Zeremonien und Zugänge	31
Schamanische Instrumente und Hilfsmittel	53
Teil II: Helfergeister und spirituelle Verbündete ...	73
Krafttiere, Beschützer, Lehrer und Ahnengeister ...	80
Natur – Heilerin und Verbündete	97
Ihre sichtbare und unsichtbare schamanische Gemeinschaft	121
Teil III: Heilung und Verwandlung	135
Heilung für Körper, Geist und Seele	139
Initiationen: Tod und Wiedergeburt	152
Teil IV: Den inneren Garten pflegen	171
Seelen-Erinnerung	175
Ein erträumtes Leben	190
Hindernisse überwinden	210

Teil V: Energien senden und lenken.....	225
Die unsichtbare Kraft der Gedanken und Gefühle	229
Kraftvoll leben	253
Selbstschutz, Wahrnehmung und Projektion.....	266
Teil VI: Im Strom des Heiligen leben	285
Das innere Licht	289
Parallelwelten und Reisen außerhalb der Zeit	307
Ein Netz aus Licht.....	321
Dank	337
Literatur	339
Materialien.....	344
Über die Autorin.....	346
Anmerkungen	348