

Einleitung	7
1 Die Anfänge	23
2 Odin – ein germanischer Schamane?	35
3 Wer ist ein Schamane?	53
4 Die Anderswelt	71
5 Schamanentum & Magie	91
6 Energie in verschiedenen Formen	99
7 Naturgeister, Krafttiere, Seelenführer & Ahnen	121
8 Techniken & Rituale	159
9 Schamanentum & Heilung	169
10 Verschiedene moderne Ansätze	181
11 Ein schamanischer Alltag	193
12 Die letzte Reise	209
Schlussbemerkung	219