

INHALT

ERSTE EINBLICKE UND VORWORT	7
VORWORT	8
EINE BESONDERE KRAFTTIER-BEGEGNUNG	8
MEIN WEG ZUM SCHAMANISMUS UND ZU DEN KRAFTTIEREN	10
ÜBER DIESES BUCH	12
Kann man die Arbeit mit Krafttieren aus einem Buch lernen?	13
GRUNDLAGEN	15
WAS IST EIN KRAFTTIER?	16
KRAFTTIERE IM WEITEREN SINNE	19
Das Wort Krafttier im Alltagsgebrauch	20
SCHAMANISCHE KRAFTTIERE	33
Wer oder was sind Krafttiere wirklich?	34
Warum begleiten uns Krafttiere?	39
Zur Frage: „Habe ich ein Krafttier?“	40
Wie Krafttiere uns im Alltag helfen	42
Krafttiere als Helfer bei der schamanischen Heilarbeit	43
Was tun, wenn ein Krafttier auftaucht?	44

KRAFTTIERE SELBST ENTDECKEN	45
CRASHKURS: SCHAMANISCHE GRUNDLAGENFÄHIGKEITEN	46
Außersinnliche Wahrnehmung (ASW)	47
ASW-Vorübung	53
Meditation und Trance	54
Meditation 1: Weise und erleuchtet	60
Meditation 2: Die Wirklichkeit des Waldes	62
Meditation 3: Vergessen und Erinnern	64
Energetik	66
Energetik-Übung mit einem Baum	67
Tiefe Energie-Atmung	68
Schamanische Hilfsmittel	69
DEINE KRAFTTIER-BEGLEITER KONTAKTIEREN	72
Kommunikationstechnik 1: Ein Krafttier aus dem Nebel	72
Kommunikationstechnik 2: Deine innere Sicht erwecken	74
TRANCE-REISEN ZU EINEM KRAFTTIER-BEGLEITER	76
Trance-Reise 1: Basis	78
Trance-Reise 2: Krafttier-Welten entdecken	80
DEIN KRAFTTIER-ALTAR	81
Wofür ist ein Krafttier-Altar gut?	81
Wie du einen Krafttier-Altar errichtest	82

DEIN KRAFTTIER-ORAKEL	83
Für welche Zwecke kann ich ein Karten-Orakel nutzen?	83
Anwendung	86
Deutung mithilfe der Krafttier-Portraits	87
DEIN ALLTAG MIT KRAFTTIEREN	88
Krafttier-Übungen in den Alltag integrieren	88
Kraft tanken mit Krafttieren	89
Antworten bekommen	89
Wie kann ich sicher sein?	89

DIE KRAFTTIER-

PORTRAITS	91	Eisbär	111
HILFREICHE HINWEISE ZU DEN KRAFTTIERPORTRAITS	92	Grizzlybär	112
INTUITIVE DEUTUNG	94	Koalabär	113
ADLER	96	Pandabär	114
AFFE	98	Waschbär	115
Gorilla	100	BLINDSCHLEICHE	116
Orang Utan	101	BIENE	118
AMEISE	102	BUCHFINK	120
AMSEL	104	BUNTSPECHT	122
ANTILOPE	106	BUSSARD	124
BÄR	108	BÜFFEL	126
Braunbär	110	CHAMÄLEON	128
		DACHS	130
		DELFIN	132

DRACHE	134	HUHN	186
EICHELHÄHER	136	HUND	188
EICHHÖRNCHEN	138	HYÄNE	190
ELCH	140	IGEL	192
ELEFANT	142	JAGUAR	194
ELSTER	144	KANINCHEN	196
ENTE	146	KATZE	198
ERDMÄNNCHEN	148	KRANICH	200
ESEL	150	KRÄHE	202
EULE	152	KROKODIL	204
FALKE	154	KRÖTE	206
FAULTIER	156	KOLIBRI	208
FLEDERMAUS	158	KREBS	210
FLIEGE	160	LACHS	212
FLUSSPFERD	162	LEGUAN	214
FROSCH	164	LEOPARD	216
FUCHS	166	LIBELLE	218
GEIER	168	LÖWE	220
GIRAFFE	170	LUCHS	222
GRAUREIHER	172	MANTA	224
GÜRTELTIER	174	MARIENKÄFER	226
HAI	176	MAUS	228
HASE	178	MEERSCHWEINCHEN	230
HEUSCHRECKE	180	MILAN	232
HIRSCH	182	MÖWE	234
HIRSCHKÄFER	184	NACHTFALTER	236

NASHORN	238	SKORPION	290
OKTOPUS	240	SPINNE	292
OTTER	242	STINKTIER	294
PFAU	244	TAUBE	296
PFERD	246	TIGER	298
PHÖNIX	248	WAL	300
PINGUIN	250	Blauwal	302
PUMA	252	Buckelwal	303
QUALLE	254	Narwal	304
RABE	256	Orca	305
RATTE	258	WESPE	306
REH	260	WIESEL	308
RIND	262	WILDSCHWEIN	310
ROTKEHLCHEN	264	WOLF	312
SALAMANDER	266	ZEBRA	314
SCHAF	268	ZIEGE	316
SCHILDKRÖTE	270		
SCHLANGE	272	ÜBER DEN AUTOR	318
SCHMETTERLING	274	DANKSAGUNG	319
SCHNABELTIER	276		
SCHNECKE	278		
SCHNEELEOPARD	280		
SCHWAN	282		
SCHWARZER PANTHER	284		
SEEHUND	286		
SEEPFERDCHEN	288		