

# Inhalt

Gudijas Reise beginnt	4	<b><u>Verdandi – die Gegenwart</u></b>
		Die Welt der Schamanen
		64
<b><u>Urd – der Ursprung der Welten</u></b>		
Wie die Welten entstanden sind	12	Wie du erkennst, ob du ein Schamane bist
Die untere Welt	21	Wie Schamanen heute initiiert werden
Die mittlere Welt	42	Unterwegs bei den Sami in Norwegen
Die obere Welt	46	Die Kraft der Wenderin Sonja
Ursprung und Ursachen von Krankheiten	53	Die Geschichte von Leybkneter und Schamane Amad
Die Geschichte von Freya, der ersten Schamanin	58	Die heilsamen Künste des fahrenden Volks
		99
		Die finnische Schamanin Christiana
		106

Jankhri Arwen aus Vorarlberg	109
Der norddeutsche Schamane Voenix	112
Der Weg des Zaunreiters Günther	114
Udo, der Feenschamane der Alpen	118

### **Skuld – die Zukunft gestalten**

Fliege mit Tönen zum Ursprung der Welt	124
Deine Reise zum Weltenbaum	126
Erfahre von den Nornen dein Schicksal	130
Erinnere dich, wer du bist	134
Nutze die Riesenkräfte in dir	136
Ehre die Zwerge	139
Reise zu den Hütern des Wissens	142
Inspiriert von den Elfen	146
Gestalte deinen Garten Eden	148

### **Zu guter Letzt**

Spirituelle Fähigkeiten heute nutzen	152
Danksagung	154
Adressen	155
Zum Weiterlesen	156
Register	157