

- 4 Einleitung
Lerne die purste Form
deines Seins kennen

LERNE DEINE ENERGIE KENNEN

- 10 Mein Weg zur Energiearbeit
14 Das Geheimnis der Lebensenergie
25 Dein Energiekörper
36 Deine Chakren im Überblick
49 Aura – das Energiefeld deines
Körpers
70 Meridiane – die Energieleitbahnen
deines Körpers

BRINGE DEINE ENERGIE IN BEWEGUNG

- 78 Energie in Bewegung bringen
81 Was ist Energiearbeit?
85 Mache dein Zuhause zu deinem
sicheren Rückzugsort
88 Reinige die Energien in deinem
Zuhause
91 Sicherheit im eigenen Körper
spüren
99 Emotionen – Energie in Bewegung
103 Emotionen als Kompass verstehen
lernen
112 Wenn du „zu viel“ fühlst

SYNCHRONISIERE DEINE ENERGIE FÜR FÜLLE UND REICHTUM

- 116 Das Geheimnis des
Manifestierens
- 122 Die Magie des Mondzyklus
- 135 Verbinde dich mit deinem
Höheren Selbst

143 Dank

144 Impressum