



# Schirners KARTENWELT



Lichtvolle  
IMPULSE,  
jeden Tag!



# INSPIRATION UND RAT von heimischen Bäumen

Bäume sind faszinierende Lebewesen und können uns weise Ratgeber sein. Ihre Energie zu spüren, ist eine wundervolle und berührende Erfahrung und bringt Sie in tiefen Kontakt mit sich selbst. Von Apfelbaum und Birke bis Weide und Zirbe:  
Dieses Kartenset versammelt 25 heimische Bäume, deren Wesenskräfte Sie dabei unterstützen, Blockaden zu lösen, wichtige Entscheidungen zu treffen und Orientierung auf Ihrem Lebensweg zu finden. Neben der Botschaft des ganzen Baumes vernehmen Sie auch die seines Holzes, das Sie auf körperlicher und seelischer Ebene das Gleichgewicht wiederfinden lässt. Die Bäume – tief verwurzelt und in den Himmel strebend – bringen Sie in Ihre Kraft!



DR. ANTJE OHLHOFF  
**Die Botschaften der Bäume**  
Impulse unserer Gefährten  
für jeden Tag  
50 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9184-6  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE

**BIRKE**

Leicht und voller Lebenskraft tanze ich durch mein Leben. Ich genieße es mit allen Sinnen. Jetzt!

**EICHE**

Kraft, Klarheit und Willensstärke wachsen in mir. Ich erreiche meine Ziele im Einklang mit dem großen Ganzen.

**ULME**

Ich bin offen für das Empfangen von Inspiration und intuitiven Eingebungen. Ich vertraue meiner inneren Weisheit.

**BIRKE**

Freudig und voller Energie beginne ich Neues, behüte und beschütze es.

**EICHE**

Planvoll, strukturiert und voller Freude handle ich zum Wohl aller.

**ULME**

Ich akzeptiere meine Grenzen und bin offen dafür, mir helfen zu lassen.

**ZIRBE**  
(Kiefer)

Ich schöpfe mein Potenzial aus und gehe bis an die Grenzen meiner Möglichkeiten.

**ZIRBE**  
(Kiefer)

Ich gehe entspannt mit den Herausforderungen des Lebens um.

# Mit dem HAUSTIER von Herz zu Herz kommunizieren

Tiere sprechen mit uns! Wenn wir uns an die gemeinsame Sprache erinnern. Sobald wir unsere Intuition trainieren und lernen, uns mit unserem tierischen besten Freund über die innere Wahrnehmung auszutauschen, steht einer achtsamen, respektvollen und empathischen Beziehung auf Augenhöhe nichts im Weg. Ob als intuitiv gezogene Aktionskarte oder als Übungsprogramm für das Tier-Mensch-Gespinn – die Impulse dieses Sets eröffnen uns endlich eine Kommunikation von Herz zu Herz mit Hund, Katze und Pferd, mit Kaninchen, Wellensittich und Schildkröte.



CHRISTIANE KRIEG  
ABBAS SCHIRMOHAMMADI  
**Mit Tieren kommunizieren**  
40 großformatige Karten  
mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9182-2  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE

Bringe deinen Verstand zur Ruhe, damit die **mediale Kommunikation** offen, frei und klar wird.



Sei offen, **zugewandt und neugierig**, was Tiere dir alles zu berichten haben.



Übe mit Tieren, von denen du wenig weißt. So sammelst du Vertrauen in deine **Wahrnehmungen**.



### DIE NEUTRALE BEOBACHTER- POSITION

Kam das von mir oder vom Tier? Solche Zweifel sind anfangs eine große Hürde. Es braucht Übung, um dem vertrauen zu können, was in Sekundenschnelle über unsere hellwachen Sinne an Informationen hereinkommt. Der Verstand versucht, alles zu bewerten. Lerne, die erste Eingebung, die Antwort des Tieres, wahrzunehmen und stehen zu lassen. Wenn du deinem ersten Gedanken nicht vertraust, verwehrt du dir deine medialen Fähigkeiten.

Schließe deine Augen, und visualisiere eine weiße Leinwand. Stelle nun eine Frage an das Tier. Kommen Bilder, Gefühle oder Worte, nimm sie an. Achte auf das Erste, was du wahrnimmst. Wenn du es bewerten willst, sage »Aha« oder »Es ist«, um in die neutrale Beobachterposition zurückzukehren.

### NEUGIERIG BLEIBEN

Hast du von Grund auf Freude an Tiergesprächen, dann kannst du die Fähigkeiten, die in dir schlummern, wesentlich besser erwecken. Mache dir die wunderbaren Möglichkeiten bewusst, die sich dir durch den mentalen Austausch mit Tieren eröffnen.

Was sind deine Ziele, und wie kann dir der Austausch mit Tieren dabei helfen? Bewerte nicht, was Tiere dir berichten. Gehe – so oft sich dir die Gelegenheit bietet – auch in den liebevollen Austausch mit Wildtieren. Was kannst du von ihnen lernen?

Wie sehen sie die Welt? Schau gespannt nach den grenzenlosen Möglichkeiten, wenn du deine übersinnliche Wahrnehmung schärfst. Mache dein Herz weit und froh, und halte deine Ziele, deine Neugierde und die Erinnerung an besondere Erlebnisse mit Tieren stets lebendig.

### MIT FREMDEN TIEREN ÜBEN

Viel Übung und Erfolgserlebnisse machen dich sicherer und schenken dir weitere Motivation. Erkläre Menschen und Tieren, dass du dankbar für jede Gelegenheit des Austausches bist. Du kannst in Gesprächen mit fremden Tieren Fragen zu Umfeld und Alltag, zu Lieblingsessen, -spielen und besonderen Plätzen stellen und dir anschließend beim Halter Feedback zu deinen Wahrnehmungen abholen.

So lernst du, zu unterscheiden, was aus deinen Gedanken stammt, was dein Kopf mit eigenen Erfahrungen verknüpft hat und was tatsächlich vom Tier kam – Informationen, die du nicht wissen konntest. Lerne auf diese Weise deine Wahrnehmungssprache genauer kennen. Deine Kanäle öffnen sich mit jedem Üben etwas weiter.

Genieße die enge **Verbindung**, wenn du bei und mit deinem Tier bist.



### VERBUNDENHEIT MIT DEM TIER ERLEBEN

Nichts wollen, nichts müssen, nichts denken: Nutze einen ruhigen Moment mit deinem Tier.

Setze dich auf die Koppel zu deinem grasenden Pferd, lege dich neben deine Katze oder deinen Hund. Entspanne dich, und sei dir der Präsenz und der Verbindung mit deinem Tier bewusst. Atme ruhig und gleichmäßig, fühle dich getragen und friedvoll. Sei einfach bei und mit deinem Tier. Beobachte es, und genieße die gemeinsame Zeit. Es gibt nichts weiter zu tun, als dich mit deinem Tier verbunden zu fühlen. In diesen gemeinsamen Momenten kann eine Kommunikation entstehen, muss aber nicht. Es tut einfach gut, diese Verbundenheit miteinander zu erleben.

# Botschaften aus dem Herzen JESUS

Jesus ist die Verkörperung der göttlichen Liebe. Durch sein Wirken auf Erden hat er die Samen des Lichts und der Liebe in unser Herz gesät. Dieses Kartenset schenkt dir 33 berührende Botschaften von Jesus, die seine Saat zum Wachsen und Erblühen bringen. In Verbindung mit kraftvollen Bildern bieten dir seine Worte Orientierung in schwierigen Zeiten, geben dir Impulse für den nächsten Schritt und lassen dich voller Vertrauen und Hingabe auf deinem Lebensweg voranschreiten.



SUSANNE STEIDL  
CORINNA INSAM  
**Meine Liebe spricht zu dir**  
Botschaften aus dem  
Herzen Jesus  
33 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9179-2  
A € 22,60 | D € 21,95

KARTENRÜCKSEITE

1

## ERSCHAFFE

»Empfange die  
himmlischen Impulse,  
und erschaffe das  
Paradies auf Erden.«

7

## FREUE DICH

»Die Freude  
zeigt dir den Weg.  
Lebe sie, und beschenke  
auch andere  
mit deiner Freude.«

13

## KLÄRE DICH

»Je reiner dein Herz ist,  
desto klarer siehst du das  
Licht in dir strahlen.«

18

## BEWAHRE

»Bewahre das,  
was du am meisten liebst,  
wie einen Schatz.  
Beschütze es mit  
deiner Liebe.«

21

## SEI DU SELBST

»Sei ganz du,  
auch in deinem Anderssein.  
Finde immer wieder  
zu dir selbst zurück.«

26

## BERÜHRE

»Verströme dein  
lichtvolles Sein.  
Lasse deine Energien  
frei fließen,  
und berühre die Herzen.«

29

## WERDE HEIL

»Ich lege meine Hände  
auf dein Haupt.  
Heilung geschieht.  
Sie ist ein göttliches  
Geschenk.«

30

## SEGNE

»Du bist gesegnet.  
Gib deinen Segen weiter.  
So beschenkst du andere  
und dich selbst.«

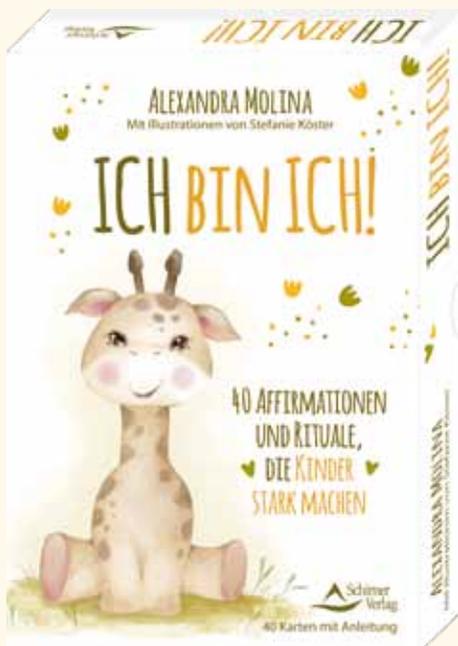
33

## ERSTRAHLE

»Du bist auferstanden.  
Erstrahle in deinem  
vollkommenen Licht,  
und lebe deine  
wahre Größe.«

# ICH SCHAFFE ALLES!« – Starke Affirmationen für glückliche Kinder

Wir wünschen uns, dass unsere Kinder glücklich sind, dass sie an sich glauben, Achtsamkeit, Selbstvertrauen und Selbstliebe entwickeln und auch mit starken Gefühlen umzugehen lernen. »Ich bin richtig, wie ich bin«, »Ich bin stark«, »Ich kann alles schaffen, was ich möchte« – 40 wundervolle Glaubenssätze lassen Kinder ihre innere Stärke und Liebe entdecken. Einfach eine Karte ziehen, Affirmation lesen oder vorlesen lassen und die Übung auf der Rückseite machen: Als kleines Ritual am Morgen, vor dem Schlafengehen oder für zwischendurch bereichern diese Karten jede Kinderseele.



ALEXANDRA MOLINA  
STEFANIE KÖSTER

**Ich bin ich!**

40 Affirmationen und Rituale,  
die Kinder stark machen  
40 großformatige Karten  
mit Anleitung

ISBN: 978-3-8434-9181-5

A € 22,60 | D € 21,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE

ICH BIN  
**EIN GESCHENK**  
FÜR DIESE WELT.



**DANKE,**  
DASS ICH BIN.



**MEIN SCHUTZENGEL**  
IST IMMER BEI MIR.  
ICH KANN IHN JEDERZEIT  
UM HILFE BITTEN.



Überlege einmal, welche Dinge  
die Welt ganz besonders machen.  
Die Sonne und der Mond.  
Mama und Papa.  
Auch ohne dich wäre die Welt  
nicht so, wie sie ist.

**DU DARFST STOLZ AUF DICH SEIN.**



**DU BIST WUNDERVOLL.**

Es ist toll, dass du so bist,  
wie du bist. Zähle auf, was  
du alles an dir magst.



**MACHE DIR BEWUSST, DASS DEIN  
SCHUTZENGEL IMMER BEI DIR  
IST UND DICH UNTERSTÜTZT.**

Vielleicht möchtest du ein Bild  
von ihm malen, so, wie du ihn  
dir vorstellst.



MEIN LEBEN IST VOLLER WUNDER.

ICH BIN EIN  
**WUNDER.**



**HAST DU SCHON MAL  
EIN WUNDER ERLEBT?**

Wunder geschehen immerzu,  
überall um uns herum. Auch  
WUNDERvolle Träume gehören  
dazu. Schau dich um, was siehst  
du gerade, was du wunderschön  
und richtig toll findest?



# Ruhe-Inseln entdecken – JEDEN TAG!

Die erfahrenen Entspannungs-Coaches Abbas Schirmohammadi und Christiane Krieg haben ein großes Repertoire ganz leicht umsetzbarer Methoden für Sie zusammengestellt: Kurze Meditationen, Heilströmen oder Autogenes Training – die auf handlichen Karten angeleiteten Übungen bringen Ihren Geist schnell zur Ruhe und schenken Wohlbefinden. Körperliche und geistige Überforderung, stressbedingte Krankheiten und der gefürchtete Burn-out haben so keine Chance mehr. Kommen Sie in die Entspannung, und Sie finden zurück zu Gesundheit und unerschütterlicher Lebensfreude!

CHRISTIANE KRIEG  
ABBAS SCHIRMOHAMMADI  
**Einfach entspannt**  
40 Methoden zum Runterkommen, Stressabbauen und Krafttanken  
40 großformatige Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9173-0  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE

## INSEL- MEDITATION

*Wenn ich meine Augen schließe,  
steht die Welt um mich  
herum still.*

*»Nichts bringt uns auf unserem Weg  
besser voran als eine Pause.«  
Elizabeth Barrett Browning*

24 Stunden hat der Tag, doch das heißt nicht, dass wir rund um die Uhr arbeiten müssen. Wie gut tut es, mal abzuschalten! Zu sinnieren, zur Ruhe zu kommen, aufzutanken. Dazu bedarf es gezielter Pausen, in denen die Welt für diese wertvollen Augenblicke stillsteht!

### INSELMEDITATION

Setze dich hin, schließe deine Augen, und fokussiere dich auf dein Inneres. Mit jedem Atemzug wirst du ruhiger. Stelle dir vor, du bist allein auf einer wunderschönen Insel. Hier geht es dir richtig gut! Verweile 5 Minuten auf deiner Insel. Lasse alle Sorgen los, und tanke frische Kraft. Kehre dann gestärkt zurück ins Hier und Jetzt.

## MEIN TAG

*Das Leben darf auch mal  
verrückt sein. Wer frei ist,  
lebt glücklicher.*

*»Aber kann man sagen, welche die Weisen  
und welche die Verrückten sind in diesem  
Leben, wo man oft die Vernunft Dummheit  
und die Verrücktheit Genie nennen müsste?«  
Guy de Maupassant*

Das Leben darf auch mal richtig verrückt sein! Mache Spontaneität und Kreativität zu deinen erfrischenden Wegbegleitern. Brich hin und wieder aus deinem Alltag aus, und überrasche dich selbst und andere mit Aktionen, die Spaß machen und dich fühlen lassen, wie schön das Leben wirklich ist.

### MEIN TAG

Nimm einen Tag frei. Du wachst auf und entscheidest dich, alles anders zu machen. Worauf hast du Lust? Folge deinem Herzenswunsch. Du darfst singen, toben, musizieren, einen Berg besteigen, mackd in einem See baden, ein Gemälde malen, durch die Gegend fahren, im Bett bleiben ... heute gibt es keine Regeln, die dich einschränken!

## OFFLINE SEIN

*Heute bin ich  
nicht zu erreichen.*

*»Wenn man seine Ruhe nicht in sich findet,  
ist es zwecklos, sie andermorts zu suchen.«  
François de La Rochefoucauld*

Wenn du pure Entspannung erleben möchtest, gehe offline. Die ständige Verfügbarkeit und Erreichbarkeit sind Gift für unseren Organismus. Heute bin ich mal offline – das ist ein Weg raus aus dem Stress. Ein Tag nur für dich lässt dich richtig entspannen! Alles andere kann heute warten.

### OFFLINE SEIN

Heute zählt nur du. Es ist dein freier Tag. Schalte das Smartphone aus, keine Anrufe, kein Internet, keine Text-/Sprachnachrichten. Ohne die ständigen Ablenkungen kannst du viel besser relaxen, entspannen und genießen. Gehe einen Tag die Woche offline, dein Geist wird es dir danken!

## AUTOGENES TRAINING

*Ich nutze die entspannende  
Kraft des Autogenen  
Trainings.*

*»Sich zu entspannen, ist besser,  
als beschäftigt zu sein.«  
Balasar Gracián y Morales*

Das Autogene Training ist eine auf Autosuggestion basierende Entspannungsform und wirkt beruhigend auf den ganzen Organismus. Mit ihr kannst du von einem nervösen Zustand auf wohlige Entspannung umschalten. Das vegetative Nervensystem wird harmonisiert.

### AUTOGENES TRAINING

Lege dich hin, und schließe die Augen. Denke und fühle jeweils 6 mal nacheinander: »Ich bin ruhig und entspannt. Mein Körper ist angenehm schwer. Mein Körper ist angenehm warm. Mein Atem fließt ruhig und gleichmäßig. Mein Herz schlägt ruhig und gleichmäßig. Mein Sonnengeflecht ist strömend warm.« 3-mal: »Meine Stirn ist angenehm kühl.« 1-mal: »Meine Hände zu Fäusten, atme tief ein und aus, und öffne deine Augen. Komm frisch und erholt zurück ins Hier und Jetzt!

# VERTRAUEN lernen in die eigene SELBSTTHEILUNG

Im täglichen Trubel finden wir immer seltener Zeit, uns zu besinnen und unserer Seele etwas Gutes zu tun. Häufig geraten wir dann aus dem inneren Gleichgewicht oder entwickeln sogar körperliche Beschwerden. Dabei gibt es eine einfache Möglichkeit, sich neu auszurichten: mithilfe der eigenen positiven Gedankenkraft. NLP-Coachin Tanja Kohl gibt uns mit diesen liebevoll gestalteten Karten heilende Botschaften an die Hand, die uns stärken und gleichsam dazu anregen, auf uns zu achten. So können wir uns jeden Tag die Liebe schenken, die wir verdienen.



TANJA KOHL  
**Heilung für jeden Tag**  
Das Geschenk deiner  
positiven Gedanken  
40 großformatige Karten  
mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9185-3  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE



### Atem ist Leben.

Nimm dir heute fünf Minuten Zeit, und konzentriere dich nur auf deinen Atem. Lasse ihn fließen, und nimm die Kraft wahr, die in ihm steckt.



### Gehe friedvoll mit allen Menschen um, die dich verletzt oder verurteilt haben.

Indem du verzeihst, lässt du alles Vergangene los und befreist deine Seele.



### Heute ist dein Tag.

Werde dir bewusst, dass jeder neue Tag ein Geschenk ist. Mache diesen Tag zu etwas ganz Besonderem, und feiere ihn.



### Heute begegnest du einem Engel in Menschengestalt.

Du wirst es schon merken, wenn er oder sie vor dir steht.



### Richte deinen Fokus auf das Gute im Leben.

Wenn du danach suchst, lässt es sich in allen Situationen finden. Denke daran: Gutes zieht Gutes nach sich.



### Heute ist der beste Tag, um ein Wunder zu erleben.

Sei aufmerksam, und halte Ausschau nach deinem persönlichen Wunder.



### Bekämpfe den inneren Kritiker.

Es gibt eine kritische Stimme in dir, die dich klein halten will. Erkenne, dass diese Stimme lügt, und drehe sie ab heute immer leise, wenn sie sich bei dir meldet.



### Sei dir bewusst, dass dein Unterbewusstsein all dein Tun steuert.

Ändere deine Glaubenssätze, dann ändert sich automatisch auch dein Handeln.



### Du bist mit allem verbunden.

Erinnere dich daran: Wir alle sind eins. Mache dir das heute bewusst, und genieße das Gefühl von Vertrauen, das sich dabei einstellt.



# HOCHENERGETISCHE ZEICHEN für Körper, Geist und Seele

Auf dem Weg in ein neues Zeitalter – Zeichen der heiligen Geometrie sind ein hochenergetisches Werkzeug, mit dem wir uns auf der physischen, psychischen und spirituellen Ebene harmonisieren können. Die Symbole dieses Kartensets entstammen der Quelle allen Seins. Wir empfinden sofort eine Verbundenheit mit ihnen, und ganz leicht zeichnet sich die Lösung aller unserer Themen ab: Zahnprobleme, Verlust, weibliche Kraft, Bezug zur Natur, Empfänglichkeit für höhere Ebenen – die Symbole der Neuen Zeit bereichern unser Leben und dienen kraftvoll unserem individuellen Weg.



SIMONE OVERATH  
KATRIN LAMBERT  
**Transformation Code –  
Symbole der Neuen Zeit**  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9186-0  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE



Universelles Gleichgewicht



Macht der Tagesgleiche



Harmonisierung der Verbindung nach oben

 **Universelles Gleichgewicht**

Dieses Symbol unterstützt deine Stabilität und die Balance in dir und im Universum. Seine Wirkung ist allumfassend. Es kann auf Körperstellen aufgetragen, an Orten oder in Räumen angewandt werden, die in Harmonie kommen sollen.

Wenn du Orte und Räumlichkeiten bereinigen möchtest, kannst du das Zeichen visualisieren. Für die Anwendung am Körper ist es am effektivsten, es auszumalen. Die höchste Wirkung erzielst du dabei, wenn du es direkt auf den Energiepunkten der Meridiane oder der Chakras aufträgst.

Wasser, das du mit dem Symbol energetisierst, bringt den Stoffwechsel sanft ins Gleichgewicht.

 **Macht der Tagesgleiche**

Dieses Symbol steht für den Ausgleich zwischen Hell und Dunkel, Tag und Nacht. Hat dein multidimensionales Selbst eine Verzerrung im Raum-Zeit-Gefüge erfahren, dann richtet es dich wieder aus, sodass du deine Bestimmung klarer sehen, fühlen und verfolgen kannst.

Male das Symbol auf deinen Körper oder einen Gegenstand auf, den du bei dir hast. Besonders aktiv kann es in der Nacht wirken. Lege es dazu unter dein Bett.

Das Symbol ist nicht für die Wasserenergetisierung geeignet!

 **Harmonisierung der Verbindung nach oben**

Verwende dieses Symbol immer nach dem Symbol »Die dritte Ebene«. Es dient der Harmonisierung des Körpers der Person, die eben die Anbindung nach oben erfährt.

Übertrage es auf Wasser für eine einmalige Ausbalancierung.



Vereinigung mit dem Göttlich-Weiblichen

 **Vereinigung mit dem Göttlich-Weiblichen**

Über Jahrtausende hinweg wurden die Vorzüge des göttlich-weiblichen Aspektes unterdrückt und schlechtmachtet. Daher hängen viele karmische Belastungen an deiner Weiblichkeit. Mithilfe dieses Symbols kommt du deiner unweiblichen Seite näher und genießt die Kräfte aller dazwischen Systeme, Tag und Nacht, Hell und Dunkel, Yin und Yang ...

Wende es an, um dich zu zentrieren, wenn du neben dir stehst und keinen klaren Gedanken fassen kannst. Es schenkt dir Geborgenheit, Sicherheit und tiefe Entspannung.

Visualisiere dieses Zeichen, oder energetisiere damit dein Trinkwasser, denn das Wasser unterstützt die Elemente der Dualität und verbindet sie auf den tiefsten Ebenen.

Natürlich können auch Männer dieses Symbol anwenden.

# Jede Karte ist wie ein STERNENTOR!

Die Zeit wird kommen, in der alle Schatten dem himmlischen Licht weichen. Bis es so weit ist, wollen dich die Engel mit ihrem lichtvollen Sein dazu ermutigen, deinen Weg voller Hingabe weiterzugehen. Jede der 50 Engelkarten ist wie ein Sternentor: Wenn du es durchschreitest, erhöht sich deine Schwingung, du erlangst wertvolle Einsichten und fühlst den göttlichen Segen. Harmonie und Leichtigkeit halten Einzug in dein Leben – und der Himmel auf Erden wird Wirklichkeit.



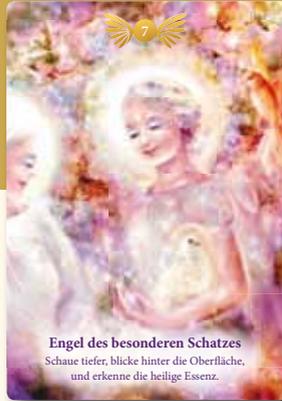
MARIJA SCHWARZ  
**Der Segen der Engel für dich**  
Himmlicher Beistand für jede  
Lebenssituation  
50 Karten mit Begleitbuch  
ISBN-13: 978-3-8434-9177-8  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE



**Engel der Neugeburt**  
Du kannst immer wieder im Licht  
neu geboren werden.



**Engel des besonderen Schatzes**  
Schau tiefer, blicke hinter die Oberfläche,  
und erkenne die heilige Essenz.



**Engel der Kommunikation**  
Steh zu deiner Wahrheit, und  
sprich sie mutig und mit Bedacht aus.



**Engel der Herzensbegegnung**  
Die Liebe, die du im Außen suchst,  
findest du in dir.



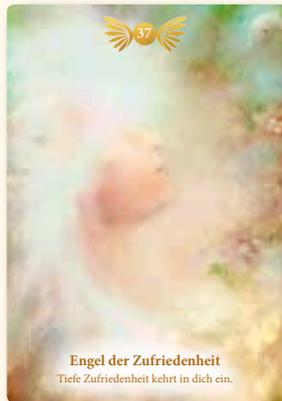
**Engel des Gebets**  
Verbinde dich im Gebet mit  
der Göttlichen Kraft und Weisheit.



**Engel der Sanftheit**  
Sei sanft. Die innere Härte löst sich dadurch auf.



**Engel des Weitblicks**  
Schau weit, und erkenne das große Ganze.



**Engel der Zufriedenheit**  
Tiefe Zufriedenheit kehrt in dich ein.



**Engel der Seelenhochzeit**  
Deine Seele und Gott sind eins.

# Flexible Übungsfolgen für mehr LEBENSENERGIE

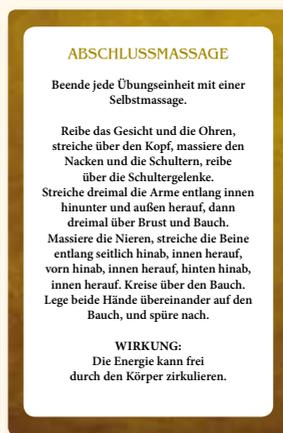
Qigong ist eine traditionelle Kombination aus Meditation, Bewegungskunst und Atemtechniken, deren Wurzeln in der chinesischen Gesundheitslehre liegen. Sie stärkt die Lebenskraft, trainiert ebenso die Muskeln und regt den Kreislauf an, wie sie die geistig-seelische Entwicklung und die innere Stabilität fördert. Mit diesen Übungskarten ist es ganz einfach, auch zu Hause ohne professionelle Anleitung ein maßgeschneidertes Qigong-Programm zusammenzustellen. Körperliche, energetische und meditative Figuren werden anschaulich erklärt und lassen sich ganz nach individuellem Bedürfnis kombinieren. Ein wertvolles Kartenset, nicht nur für Einsteiger!



REINHILD BECKER  
**Qigong für die Gesundheit**  
Einfache Übungen zum  
Selbst-Zusammenstellen  
39 großformatige Karten  
mit Anleitung  
ISBN-13: 978-3-8434-9175-4  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE

## KOPF UND KÖRPER DREHEN



Kopf drehen.

Schultern mit in die Bewegung nehmen.

Den ganzen Körper um seine Achse drehen.

»Ich lasse meine Arme schwingen und fühle mich frei und lebendig.«

## DIE URWELLE



»Eine Welle steigt aus der Erde hoch, steigt durch meine Füße und Beine, durch die Wirbelsäule. Sie durchspült meinen ganzen Körper.

Die Kraft der Welle löst alle Blockaden und leitet sie nach oben durch meinen Scheitel hinaus.«

## DEN BALL UMSCHMEICHELN



»Ganz in mich versunken spiele ich mit einem kleinen Ball, indem ich meine Hände um ihn herumleiten lasse.«

Wie fühlt sich seine Oberfläche an?  
Ist sie glatt und kalt? Oder weich und warm?  
Ist der Ball elastisch oder fest?

## KOPF UND KÖRPER DREHEN

Stelle die Füße parallel hüftbreit auseinander. Du stehst gerade aufgerichtet.

Drehe den Kopf nach links und dann nach rechts, und spüre in den Nacken hinein.

Beziehe als Nächstes die Schultern mit in die Bewegung ein. Die Hüften bleiben dabei fest. Spüre in die Bewegung hinein.

Drehe dann den ganzen Körper um seine Achse, und lasse die Arme dabei mitschwingen.

**WIRKUNG:**  
Die Wirbelsäule wird gezielt im Hals-, Brust- und Hüftbereich gelockert und entspannt.

## DIE URWELLE

Stelle die Füße parallel hüftbreit auseinander.

Winkle die Ellenbogen an, und hebe deine Arme an den Seiten locker nach oben, die Hände hängen dabei entspannt in den Handgelenken. Dehne beim Steigen der Hände den Brustbereich.

Nachdem die Hände auf Schulterhöhe angekommen sind, sinken sie kreisförmig nach vorn wieder herab. Mache dabei den Rücken rund.

Komme in eine gleichmäßige Bewegung.

**WIRKUNG:**  
Die Wirbelsäule macht ständig eine Wellenbewegung vor und zurück, durch die sich Spannungen lösen. Sie wird beweglich und durchlässig.

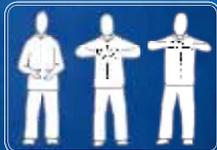
## DEN BALL UMSCHMEICHELN

Stelle die Füße parallel hüftbreit auseinander. Visualisiere einen kleinen Ball, und halte ihn waagrecht vor den Bauch.

Gleite mit den Händen um den Ball herum, als wolltest du seine Oberfläche ertasten. Die Hände sind dabei ganz entspannt. Spüre in den Zwischenraum zwischen den Handflächen hinein.

**WIRKUNG:**  
Das Energiegespür in den Händen wird aktiviert und gestärkt.

## REGULIERE DEN ATEM – BERUHIGE DEN GEIST



»Die Energie steigt und sinkt in meinem Körper. Mit dem Einatmen hebe ich sie an. Mit dem Ausatmen senke ich sie.«

Das Spüren folgt den Händen durch den Körper.

## REGULIERE DEN ATEM – BERUHIGE DEN GEIST

Stelle die Füße parallel hüftbreit auseinander. Halte die Hände mit den Handflächen nach oben vor den Bauch. Die Fingerspitzen beider Hände zeigen zueinander.

Hebe beide Hände beim Einatmen vor dem Körper bis zum Schlüsselbein an.

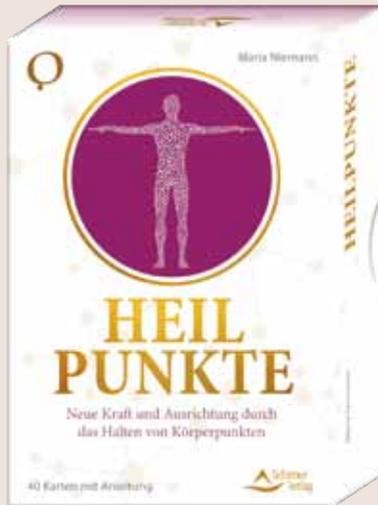
Wende dann die Handflächen nach unten, und senke die Hände beim Ausatmen vor dem Körper ab. Die Ellenbogen gehen mit der Bewegung mit.

**WIRKUNG:**  
Mit dem Atem kommt der Geist zur Ruhe. Der Körper entspannt sich. Die Energie wird gleichmäßig im Körper verteilt.

# Setzen Sie IMPULSE für Ihre Be- freiung und HEILUNG!

Ob Sie Angst, Eifersucht oder einen Schock überwinden, Ihr Selbstbewusstsein, die Selbstheilung oder einfach Ihre Konzentration aktivieren wollen – allein durch das Halten bestimmter Körperpunkte kommen Bewegung, neue Kraft und Ausrichtung in festgefahrene Themen, und heilvolle Qualitäten werden gestärkt. Die anschaulich dargestellten Heilpunkte kombiniert mit einfühlsamen Affirmationen bringen schnell und unkompliziert Veränderung ins Leben! Die Heilpunkte können Sie ohne Vorkenntnisse bei sich selbst und bei anderen halten, als Sofortmaßnahme oder zur Aufarbeitung vergangener Verletzungen. Auch begleitend zu anderen Therapieformen haben sie sich bewährt.

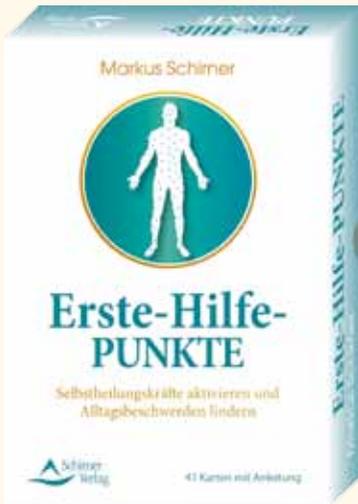
MARIA NIEMANN  
**Heilpunkte**  
Neue Kraft und Ausrichtung  
durch das Halten von  
Körperpunkten  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9130-3  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE



# Unwohlsein einfach »wegdrücken«

Ob Bluthochdruck, Migräne, Heuschnupfen oder Menstruationsschmerzen – eine erste Hilfe können wir mit unseren eigenen Händen geben. Durch das Stimulieren bestimmter Reflexpunkte auf der Haut aktivieren wir die Selbstheilungskräfte und können viele alltägliche Beschwerden lindern. Denn den Körper durchziehen energetische Bahnen, über die auf jedes Organsystem Einfluss genommen werden kann. Die Akupressur ist eine traditionelle Methode, die Bewegung in blockierte Energien bringt und dadurch Heilung zu bewirken vermag. Dank der anschaulichen Illustrationen und exakten Beschreibungen sind Sie in der Lage, Erkältung, Nackenschmerzen, Tinnitus ... einfach »wegzudrücken«!

### ABNEHMEN

LG 26: mittig zwischen Oberlippenrand und Nase  
 KG 12: 1 Handbreit über dem Bauchnabel  
 MA 36: bei gebeugtem Knie 4 Fingerbreit unterhalb der Kniekehle, leicht auswärts  
 PE 6: 3 Fingerbreit mittig unterhalb der Beugefalte des Handgelenks

### ABNEHMEN

Heißhunger | langsamer Stoffwechsel |  
 Magenknurren | träge Verdauung

Beginne gegen den Heißhunger damit, den **PUNKT LG 26** im Sekundärhythmus sanft mit der Fingerkuppe zu drücken.

Um die Verdauung zu fördern, massiere den **PUNKT KG 12** mit leichtem Druck, und massiere anschließend erst die **PUNKTE MA 36** an beiden Beinen und dann die **PUNKTE PE 6** an beiden Armen fest mit Daumen oder Zeigefinger.

### VERDAUUNGS- PROBLEME/ BAUCHSCHMERZEN

KG 12: 1 Handbreit über dem Bauchnabel  
 MA 36: bei gebeugtem Knie 4 Fingerbreit unterhalb der Kniekehle, leicht auswärts  
 MA 25: 3 Fingerbreit neben dem Bauchnabel  
 NI 9: 4 Fingerbreit über dem Knöchel an der Beträufelröhre  
 NI 6: in der Vertiefung unterhalb der Spitze des inneren Knöchels

### VERDAUUNGS- PROBLEME/BAUCH- SCHMERZEN

Bauchweh | funktionelle Dyspepsie |  
 Reizmagen | Darmbeschwerden

**Magenverstopfung:** Massiere zunächst den **PUNKT KG 12** mit stärkerem Druck und dann auf dieselbe Weise die **PUNKTE MA 36**.

**Bauchschmerzen:** Massiere zunächst den **PUNKT KG 12** mit stärkerem Druck und dann auf dieselbe Weise die **PUNKTE MA 25**.

**Blähungen:** Massiere zunächst den **PUNKT KG 12** mit stärkerem Druck und dann auf dieselbe Weise die **PUNKTE MA 25** und **KG 6**. Bearbeite nun die **PUNKTE MA 36**, **NI 9** und **NI 6** an beiden Beinen.

MARKUS SCHIRNER  
**Erste-Hilfe-Punkte**  
 Selbstheilungskräfte  
 aktivieren und Alltags-  
 beschwerden lindern  
 40 großformatige Karten  
 mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9174-7  
 A € 20,60 | D € 19,95  
 Ab April 2022:  
 A € 22,60 | D € 21,95

# INNERE STIMME und BAUCHGEFÜHL entdecken und trainieren

Innere Sicherheit spüren, vertrauensvoll leben und sich gut geführt wissen – wäre das nicht schön? Wenn wir unserer Intuition, der Weisheit unserer Seele, folgen, kann dieser Wunsch Realität werden. Dieses Kartenset lädt dich ein, immer wieder einmal innezuhalten und dich bewusst mit deinem inneren Navi zu verbinden. Von Affirmationen über Mudras bis hin zu Visualisierungsübungen – die vielfältigen inspirierenden Impulse unterstützen dich dabei, ganz bei dir selbst zu bleiben, Zweifel zu überwinden und deinen Eingebungen zu vertrauen. So kann dich deine Intuition auch in stürmischen Zeiten verlässlich in Richtung Glück, Selbstentfaltung und Zufriedenheit führen.



ALEXANDRA CHRISTINA  
BAUER

**Verbinde dich mit deiner  
Intuition**

Das innere Navi zum Glück  
40 großformatige Karten  
mit Anleitung

ISBN-13: 978-3-8434-9172-3

A € 20,60 | D € 19,95



KARTENVORDERSEITE



KARTENRÜCKSEITE

Ich werde geschützt  
von der universellen  
Energie des  
**Seins.**

Ich weiß, dass  
**alles,**  
was ich brauche,  
bereits in mir ist.

Ich genieße mit allen  
**Sinnen.**

Atme sanft ein und aus. Stelle dir vor, wie beim Einatmen ein weißer Lichtstrahl in dich hereinfließt. Das weiße Licht durchströmt deinen gesamten Körper: die Zehen und Beine, den Bauch und die Brust, die Arme und Hände, den Kopf. Lasse immer mehr weißes Licht über den Atem in deinen Körper fließen. Lasse dich durchfluten, bis das Licht sich aus deinem Körper ergießt, aus dir hinausfließt und einen schützenden Kokon um dich herum bildet. Diesen Kokon kannst du überall und jederzeit entstehen lassen. Nutze ihn, wenn du gestresst, ängstlich oder unsicher bist – wann immer du ihn brauchst.



Du bist Teil von allem, und alles ist Teil von dir. Darum steht dir alles zur Verfügung, was du zum Leben brauchst. Tief in dir bist du dir dessen gewahr, daher verbinde dich bewusst mit diesem inneren Wissen, schöpfe Vertrauen, und nimm an, was zu dir gehört. Um dein Vertrauen zu stärken, setze dich auf den Boden, schließe die Augen, und atme tief in den Bauch hinein. Stelle dir vor, wie in deinem Becken ein rotes Licht erstrahlt, diesen Bereich deines Körpers durchflutet und ihn mit Wärme erfüllt. Nun visualisiere, wie aus deinem Becken Wurzeln wachsen, die sich tief in die Erde hineingraben. Über diese Wurzeln fließt Energie in dich, die dein Vertrauen und deine Zuversicht stärkt. Verweile für einige Minuten in dieser Verbindung, dann öffne die Augen, und beende die Übung. Wie fühlst du dich?



Intuitive Informationen gelangen durch die klassischen Sinne in unser Bewusstsein: Sehen, Hören, Fühlen, Riechen, Schmecken. Indem du diese fünf Sinne trainierst, vertiebst du auch deine intuitive Wahrnehmung, deinen sechsten Sinn. Nimm eine Frucht (oder etwas anderes, was du gern isst) zur Hand, setze dich bequem hin, und nimm die Frucht in ihrer Ganzheit wahr:

- Wie fühlt sich die Frucht an? (warm, kalt, weich, rau ...)
- Wie riecht sie? (süßlich, fruchtig, zitronig ...)
- Wie sieht sie aus? (Farbe, Form, Oberfläche ...)
- Beße in sie hinein, und achte auf das Geräusch, das dabei entsteht. Wie schmeckt die Frucht? (süß, säuerlich, frisch, cremig ...)

Genieße die Frucht mit allen Sinnen!



Ich pflege meine  
**Intuition**  
und nähre sie mit allem,  
was sie braucht.

Deine Intuition blüht in der Ruhe auf, daher schaffe dir bewusste Auszeiten. Manchmal mag es im stressigen Alltag unmöglich erscheinen, sich eine Pause zu gönnen. Aber ein paar Minuten nur für dich kannst du dir immer nehmen. Wie wäre es mit einer Kaffee- oder Teepause? Oder einer kurzen Runde um den Block?

Lege eine Hand auf dein Herzzentrum, und stelle dir vor, dass es von grünem Licht umgeben und geschützt wird. Atme dabei tief ein und aus. Nutze diesen inneren Schutzraum immer dann, wenn es um dich herum hektisch wird.



# Manchmal ist es einfach Zeit, etwas zu verändern!

Was aber, wenn die Zweifel überwiegen? Oder die vielen Möglichkeiten überfordern? Die fröhlich-bunten Aquarelle dieses Kartensets von Sabine Waldmann geben den Anstoß, endlich hinter sich zu lassen, was nicht mehr passt. Humorvolle Sprüche und gezielte Coachingfragen:

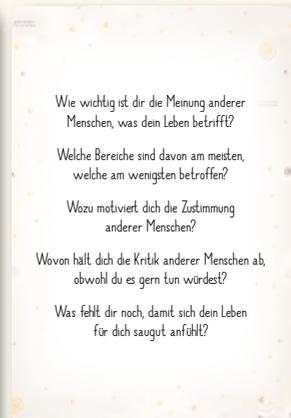
- öffnen Herz und Verstand für neue Perspektiven,
- verleihen den Mut, gewohnte Situationen zu verlassen,
- und zeigen, dass es gar nicht herausfordernd sein muss, scheinbare Sicherheiten aufzugeben.

Sind die Abers erst einmal über Bord, können wir entschlossen Kurs auf unser Ziel setzen. Dann heißt es nur noch: den Plan Schritt für Schritt umsetzen. Ein großartiger Neuanfang wartet!

SABINE WALDMANN  
**Heute ist der beste Tag für einen neuen Anfang!**  
Orientieren, Mut finden, losgehen  
40 großformatige Coachingkarten mit Anleitung  
ISBN-13: 978-3-8434-9171-6  
A € 20,60 | D € 19,95

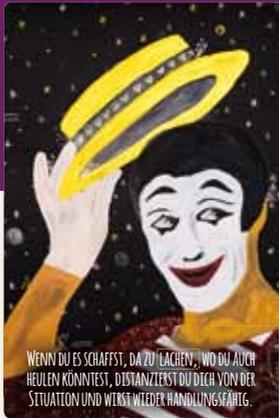


VORDERSEITE



RÜCKSEITE

GLÜCK ENTSTEHT, WENN DIR DER SINN DEINES LEBENS  
BEWÜST IST, DU DEIN GANZES POTENZIAL EINSETZT,  
AN DEINEN AUFGABEN WÄCHST UND  
DEIN WISSEN ZUM  
NUTZEN ALLER WETTERGEST.



WENN DU ES SCHAFFST, DAZU LACHEN, WO DU AUCH  
HEULEN KÖNNTEST, DISTANZIERST DU DICH VON DER  
SITUATION UND WERST WIEDER HANDLUNGSFÄHIG.



KÜMMERE DICH  
MEHR DARUM,  
WAS IN DIR ZU  
FINDEN IST,  
ALS DARUM,  
WAS VOR ODER GAR  
HINTER DIR LIEGT.  
DANN KOMMST  
DU IN DEINE  
KRAFT.

Worin besteht der Sinn deines Lebens?

Was ist dein persönlicher Schatz,  
was macht dich so besonders?

Wo setzt du deine Besonderheit,  
dein Können bereits ein?

Wo solltest du dich noch mehr einbringen,  
um ganz in deiner Kraft zu sein?

Welche Aufgaben möchtest du demnächst  
meistern, welche Aufgaben hast du schon  
erfolgreich bewältigt?

In welchen Bereichen teilst du dein Wissen  
schon mit anderen?

Inwiefern profitieren die anderen davon?  
Inwiefern nutzt dir dieser Austausch?

Ist dir gerade eher zum Lachen  
oder zum Weinen zumute?

Woran liegt das?

Wer oder was löst dieses Gefühl in dir aus?

Was davon zeigt dir im Außen?

Wie handlungsfähig bist du, wenn du weinst?

Welche positive Seite oder gar komische Seite  
hat das, was dich gerade traurig macht?

Wenn du die aktuelle Situation als Szene in  
einem lustigen Cartoon betrachtest:

Welche neuen Erkenntnisse und  
Handlungsoptionen ergeben sich für dich?

Wie viel Kraft hast du jetzt in diesem Moment  
auf einer Skala von 1 (ganz wenig Kraft) bis  
10 (absolut energiegeladen)?

Was beschäftigt dich gerade so sehr,  
dass es dich viel Kraft kostet?

Was hält dich im Außen momentan am meisten  
davon ab, dich mit deinen inneren Schätzen  
zu beschäftigen?

Wann hast du den Tiger in dir  
zuletzt wahrgenommen,  
wann zuletzt sicht- und fühlbar gemacht?

Wofür würdest du ihn jetzt  
am liebsten einsetzen?

DU SOLLTEST DEN STIFT SELBST IN DIE HAND NEHMEN,  
WENN DU DIE GESCHICHTE DEINES LEBENS SCHREIBST.



Hast du aktuell den Stift für die Geschichte deines Lebens fest in der Hand,  
oder schreibt dir jemand anderes deine Geschichte vor?

Wer oder was genau bestimmt dein Leben und warum?

Was kannst du jetzt tun, um selbstbestimmter zu sein?

Welche Bereiche deines Lebens sind jetzt schon genau so,  
wie du sie dir wünschst?

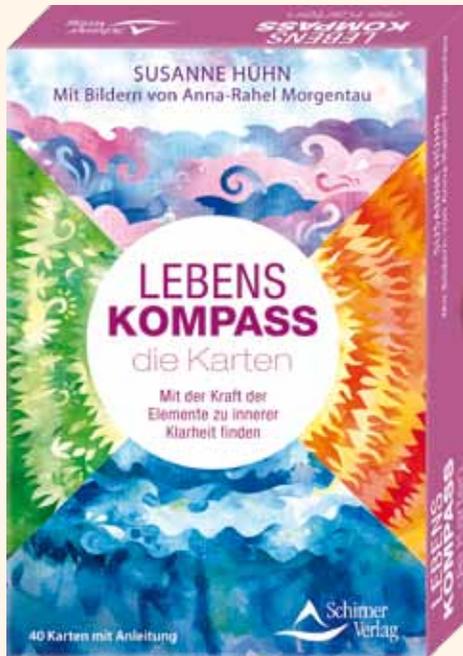
Wenn du am Ende deines Lebens gefragt wirst,  
was das Tollste in deinem Leben war – was möchtest du sagen?

# Nimm Kurs auf DEIN LEBENSGLÜCK!

Was tun, wenn das Herz für eine neue Liebe bereit ist, der Kopf aber rät, erst einmal Single zu bleiben? Wenn das Bauchgefühl sagt, dass es Zeit für eine berufliche Neuorientierung ist, der Verstand aber lieber auf Sicherheit setzt? Oft ist es schwierig, die richtige Entscheidung zu treffen.

Dieses Kartenset bietet dir eine einfache wie geniale Möglichkeit, Klarheit zu erlangen: Du nutzt die Weisheit der Elemente. Diese öffnen dir den Raum, tief in Lebensfragen einzutauchen, deine Themen aus allen Perspektiven zu betrachten und den Antworten in deinem Inneren zu begegnen. Du erfährst dich selbst in einem neuen Gleichgewicht und kannst so für dich in jeder Hinsicht stimmige Entscheidungen treffen.

SUSANNE HÜHN  
ANNA-RAHEL MORGENTAU  
**Lebenskompass – die Karten**  
Mit der Kraft der Elemente zu innerer Klarheit finden  
40 großformatige Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9170-9  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE

**Botschaft der Luft**

Glückliche Gedanken helfen dir.

Was wären zuversichtliche, glückliche Gedanken in dieser Angelegenheit?

Hältst du glückliche Gedanken für oberflächlich und naiv?

Inwieweit würde es dir helfen, positiver zu denken?

Welche Gedanken hättest du, wenn du vom bestmöglichen Ergebnis ausgehen würdest?



**Botschaft des Wassers**

Erlaube dir, dich deiner Wahrheit hinzugeben.

Was brauchst du, um deine innere Wahrheit zu erkennen?

Wie könnte dir das Vertrauen in deine eigenen Wahrnehmungen den Weg zu deiner Wahrheit weisen?

Was brauchst du, um deiner inneren Wahrheit zu folgen?

Was würde sich verändern, wenn du deiner inneren Wahrheit folgen würdest?



**Botschaft der Erde**

Dein Körper braucht Ruhe.

Wie könntest du für mehr körperliche Erholung sorgen?

Was hilft dir, dich körperlich zu entspannen, und wie könntest du dafür sorgen, dass du es bekommst?

Wenn du es dir erlauben würdest: Was tut deinem Körper ganz besonders gut?

Was brauchst du, um dir zu erlauben, dich zu regenerieren?



**Botschaft des Feuers**

Dein nächster Schritt steht an.

Wie könnte dein nächster Schritt aussehen, um deine Pläne zu verwirklichen?

Angenommen, du weißt es in Wahrheit schon: Welcher Schritt ist das?

Was brauchst du, um diesen nächsten Schritt zu machen?

Wie könntest du das, was du brauchst, um diesen Schritt zu gehen, bekommen oder in dir entwickeln?



**Botschaft der Mitte**

Finde deine Balance.

Wenn du es wüsstest: Wie könntest du in deine Mitte zurückkommen?

Angenommen, etwas hat dich aus dem Gleichgewicht gebracht: Was könnte das sein?

Wie könntest du das, was dich aus der Balance bringt, so verändern, dass es deinem Gleichgewicht dienlich ist?

Würde es dir helfen, eine weitere Karte zu ziehen, um herauszufinden, welches Element dich ausgleichen könnte?



**Botschaft der Luft**

Öffne dich für einen Geistesblitz.

Was wäre, wenn es eine inspirierende höhere Sicht der Dinge gäbe?

Negative Glaubenssätze verhindern Geistesblitze. Wie könntest du dich diesen Eingebungen öffnen?

Was könnte eine geniale höhere Kraft zu deinem Thema beitragen?

Wie könntest du dich dieser höheren Kraft anvertrauen?



**Botschaft des Wassers**

Deine Gefühle nehmen dir die Klarheit.

Hältst du dich an einem bestimmten Gefühl fest? Wenn ja, an welchem?

Wenn du ein Gefühl vermeiden könntest: Welches wäre es?

Was würde dir helfen, das unerwünschte Gefühl nicht mehr zu fürchten?

Wie wäre es, wenn du stabiler wärest, als du glaubst?



**Botschaft der Erde**

Es darf dir noch besser gehen.

Wenn das Leben lebendige Fülle wäre: Was würde es dir raten?

Wenn du überprüfst, ob du dich in einer altbekannten Mangelsituation befindest, was erkennst du dann?

Möchtest du erneut die Erfahrung machen, dich zu sehr anzustrengen? Wenn nicht, was könntest du anders machen? Würde es dir helfen, eine weitere Karte zu ziehen?



**Botschaft des Feuers**

Strohfeuer erlöschen rasch.

Wie wäre es, wenn du dein Vorhaben überschätzen würdest, bevor du eine Entscheidung triffst?

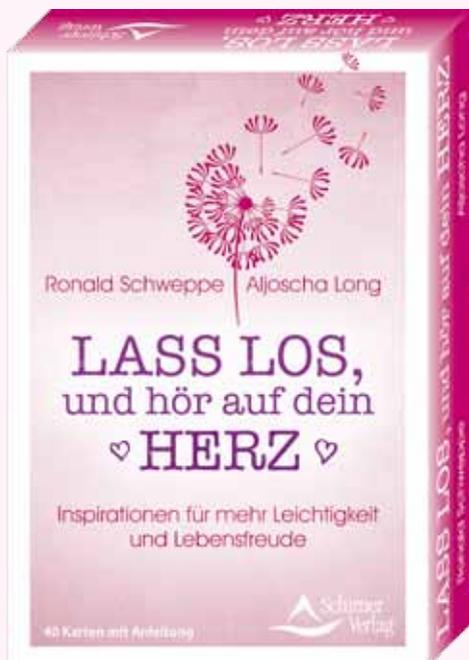
Wie könntest du dir erlauben, begeistert zu bleiben und gleichzeitig sorgfältig zu prüfen, ob wirklich alle Faktoren passen?

Wie könntest du deine große Begeisterung nutzen, um in anderen Projekten kreativ zu werden?



# Einfach mal LOSLASSEN und befreit leben

Von der Fähigkeit, loszulassen und auf das eigene Herz zu hören, hängt viel ab: Glück, gute Beziehungen, Lebensfreude – ja, sogar die Gesundheit. Die kurzen, erhellenden Weisheiten des beliebten Coaching-Duos Ronald Schweppe und Aljoscha Long lassen Sie erkennen: Sie allein treffen die Entscheidungen in Ihrem Leben. Ob Ziele, die gar nicht Ihre eigenen sind, oder den Glauben, etwas stünde Ihnen nicht zu – schütteln Sie Vergangenes und nicht mehr zu Ihnen Passendes einfach ab! Ihr Herz weist Ihnen den Weg, und mit diesem Kartenset werden Sie seine Stimme vernehmen.



RONALD SCHWEPPE  
ALJOSCHA LONG  
**Lass los, und hör auf dein Herz**  
Inspirationen für mehr  
Leichtigkeit und Lebensfreude  
40 großformatige Karten  
mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9169-3  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



**Alles, woran du  
innerlich festhältst,  
hält auch dich fest.**

Wie viele Dinge besitzt du,  
die du nicht brauchst?  
**Wie häufig sagst du Ja,  
obwohl du eigentlich Nein meinst?**  
Wie oft triffst du dich mit Menschen,  
die dir nicht guttun und die dir  
deine Energie rauben?

**Lass alles Unwesentliche  
in deinem Leben los,  
und das Wesentliche wird ganz  
von alleine erscheinen.**

**Was aber  
ist wesentlich?**

Alles, was deinem Wesen  
entspricht und was  
dein Herz dir sagt.

**Nutze deinen Atem,  
um Spannungen  
und Belastungen  
loszulassen.**

Atme sanft durch die Nase ein und  
doppelt so lang durch den Mund aus.

**Denke bei jedem Ausatmen:  
»Loslassen«.**

Wiederhole diese einfache Meditation  
jeden Tag mehrere Male, vor allem,  
wenn du gestresst bist.

**Niemand kann  
dich ärgern, wenn du  
dich nicht ärgerst.**

Keine Sorge kann deinen Geist trüben,  
wenn du dir keine Sorgen machst.  
Reaktionen laufen oft automatisch ab –  
doch durch Achtsamkeit kannst du  
innehalten und wählen.

**Wie wirst du dich entscheiden?**

**Ängste, Sorgen, Selbstzweifel,  
Wut, Verwirrung ...  
sie alle sind flüchtig –  
wie Affen in deinem Kopf.**  
Sie kommen, bleiben eine Weile  
und gehen schließlich  
ganz von selbst wieder.

**Schaue ihnen  
einfach lächelnd zu,  
ohne dich mit ihnen zu  
identifizieren.**

**Mit dem Herzen  
siehst du mehr –**

zum Beispiel deine Verbundenheit  
mit allen Wesen, den Sinn deines  
Daseins, das Licht in deiner Seele.  
Du erkennst das Wesentliche.

**Finde heraus, was dein Herz will,  
und befreie dich von allem,  
was dich nur unglücklich  
macht.**

**Gelassenheit ist kein Ziel,  
sondern ein wunderbarer Weg,  
der immer leichter und  
freudvoller wird,  
je länger du ihn gehst.**  
Falls es dir noch schwerfällt,  
loszulassen, habe Geduld.

**Nimm dir die Zeit,  
die du brauchst.**

**»Auch das  
geht vorbei.«**

In schwierigen Zeiten vergessen wir  
leicht, dass das Leben in ständiger  
Veränderung begriffen ist.  
Was wirst du in fünf Jahren über dein  
heutiges Problem denken?  
Du wirst darüber lachen.  
Warum also daran festhalten?  
**Lass los, und vertraue  
dem Leben.**

**Lächle allem zu –  
der Welt, den Wolken, dem Hund, der  
Verkäuferin, deinen Sorgen, Ängsten  
und Fantasien ...**

**Lächle nicht nur mit dem Mund,  
sondern auch mit den Augen  
und mit dem Herzen.**  
Dein Lächeln verwandelt dich  
und befreit dich von allem,  
was dich belastet.

# ICH BIN frei. ICH BIN mutig. ICH BIN wertvoll.

Das ICH BIN lenkt viele Bereiche unseres Lebens. Es ist ein wahrhaft kraftvoller Ausdruck, der fokussierend wirkt und unsere Schöpferkraft weckt. Doch nicht immer sind wir uns seiner Macht bewusst. Mit den 44 bejahenden, starken ICH-BIN-Affirmationen dieses Kartensets können wir uns als das Wunder, das wir selbst sind, neu entdecken, die Wahrheit unseres Herzens leben und unser inneres Licht und unsere Liebe entfalten. Multidimensionale Energiebilder machen all die wunderbaren Facetten unseres Seins sofort sicht- und spürbar. So erinnert uns jede Karte daran, dass wir geliebte, lichtvolle, einzigartige Wesen sind.



GABY SHAYANA HOFFMANN  
**ICH BIN Licht und Liebe**  
Erinnere dich an dein  
wahres Selbst  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9167-9  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



**ICH BIN  
ALLES**

*Ich bin in der Lage, alles in  
meinem Leben zu manifestieren,  
was ich mir vorstellen vermag.*



**ICH BIN  
DANKBAR**

*Ich bin von Dankbarkeit  
und Wertschätzung erfüllt.*



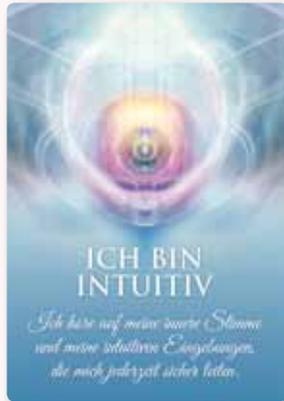
**ICH BIN  
ERFOLGREICH**

*Ich folge meinem Herzen und  
rede auf diesem Weg. Freude,  
Erfüllung und Erfolg.*



**ICH BIN  
GÖTTLICH**

*Ich fühle die schöpferische  
Kraft in mir und weiß, dass ich  
ein Teil der göttlichen Quelle bin.*



**ICH BIN  
INTUITIV**

*Ich höre auf meine innere Stimme  
und meine subtilen Eingebungen,  
die mich jederzeit sicher leiten.*



**ICH BIN  
MIR SELBST TREU**

*Ich achte jederzeit auf mich und  
bleibe mir in jeder Beziehung  
sollt tun.*



**ICH BIN  
SANFT ZU MIR**

*Ich bin liebevoll und sanft zu mir,  
über Selbstverurteilungen oder  
jegliche Selbstkritiken.*



**ICH BIN  
SELBSTBEWUSST**

*Ich bin mir meine wunderbaren  
und bemerkenswerten (Sollt)  
bewusst und strahle das nach aus.*



**ICH BIN  
ZU HAUSE**

*Ich fühle mich in mir selbst  
zu Hause. Ich bin lieblich in  
meinem Innersten angekommen.*

# Humorvolles COACHING ins eigene Glück!

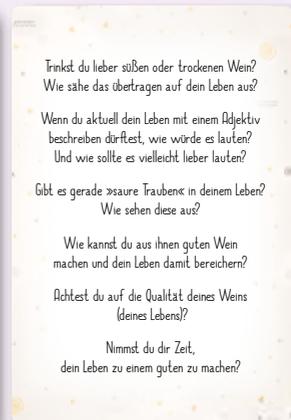
Unzufrieden? Gestresst? Oder mal Lust auf etwas Neues? Dann sind diese humorvollen Coachingkarten genau das Richtige für Sie! Einfach eine Karte ziehen, von Bild und Spruch inspirieren lassen und die Reflexionsfragen auf der Rückseite beantworten – schon sehen Sie wieder klar, erkennen den nächsten Schritt und können ihn beschwingt gehen. Das ist so leicht, wie es klingt! Denn wer seine Werte, Wünsche und Bedürfnisse kennt, kann sie auch verwirklichen und ist glücklicher. Hinter diesem fröhlich-bunten Kartenset steckt geballte Coaching-Erfahrung.



SABINE WALDMANN  
**Ärgern könnte ich mich  
stündlich –  
muss ich aber nicht**  
Das Selbstcoaching-  
Programm  
40 Coachingkarten  
mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9163-1  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE

Trinkst du lieber süßen oder trockenen Wein?  
Wie sähe das übertragen auf dein Leben aus?

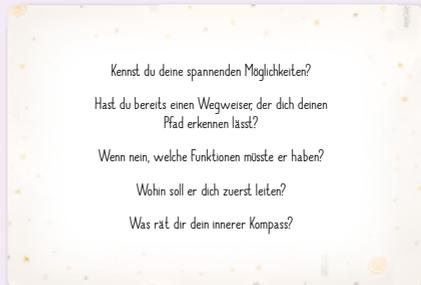
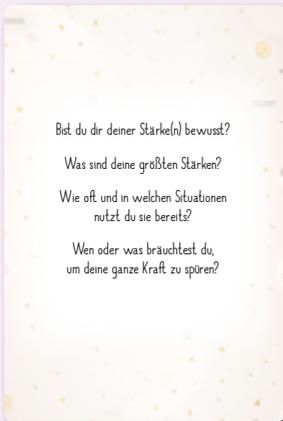
Wenn du aktuell dein Leben mit einem Adjektiv  
beschreiben dürftest, wie würde es lauten?  
Und wie sollte es vielleicht lieber lauten?

Gibt es gerade »saure Trauben« in deinem Leben?  
Wie sehen diese aus?

Wie kannst du aus ihnen guten Wein  
machen und dein Leben damit bereichern?

Achtest du auf die Qualität deines Weins  
(deines Lebens)?

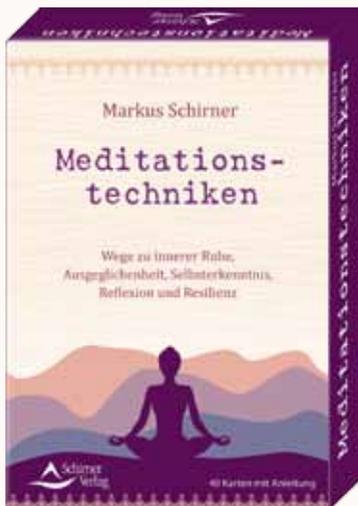
Nimmst du dir Zeit,  
dein Leben zu einem guten zu machen?



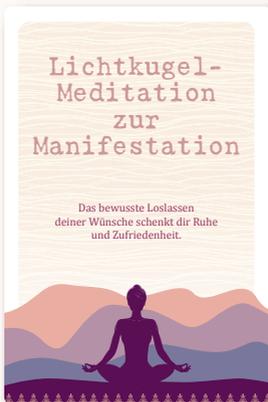
# RUHE in Dir!

Meditation lässt uns zur Ruhe kommen, uns entspannen und wohlfühlen, sie schenkt uns körperliche und geistige Kraft und stärkt die Selbstheilungskräfte. Dank ihr können wir uns selbst besser kennenlernen, Einblicke in die Geheimnisse des Lebens erhalten, Achtsamkeit und Einheitsbewusstsein entfalten. Dieses Kartenset bietet Ihnen einen leicht verständlichen Einstieg in die gängigsten Meditationsarten. Ob Konzentration auf den Atem oder den Körper, Meditationen zum Loslassen oder zum Energietanken – hier können Sie alle Techniken ausprobieren und schnell erlernen. So finden garantiert auch Sie Ihre Lieblingsmeditation(en)!

**MARKUS SCHIRNER**  
**Meditationstechniken**  
Wege zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit, Selbsterkenntnis, Reflexion und Resilienz  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9160-0  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE





# Hormone natürlich ausbalancieren

Ohne Hormone läuft nichts im Körper, und sie sind ebenso für unsere Gefühlslage verantwortlich. Dennoch kennen die meisten kaum mehr als Adrenalin, Östrogen und Testosteron. Die Hormonexpertin Sabine Hauswald stellt Ihnen die 40 wichtigsten Botenstoffe vor, damit Sie die körperlichen und seelischen Zusammenhänge von Parathormon, Insulin, Wachstumshormon und vielen anderen verstehen. Erfahren Sie, was ein Mangel oder ein Überschuss jeweils bewirkt und wie Sie dagegen angehen. Dann haben nicht mehr Ihre Hormone Sie, sondern Sie Ihre Vitalität und Lebensfreude im Griff!

VORDERSEITE

**ACTH**  
(Adrenocorticotropes Hormon)

SEELE	KÖRPER
Hamsterrad	Hypothalamus
überdrehen	Hypophyse
ausbrennen	Nebennierenrinde
Grenzen ziehen	Glukocorticoide
innehalten	Mineralcorticoide
Reflexion	Sexualhormone
am richtigen Platz sein	Enzyme
neuer Lebensentwurf	ACTH-Stimulationstest
Stress	Nebenniereninsuffizienz
Exzess	Morbus Cushing

RÜCKSEITE

**ACTH**  
(Adrenocorticotropes Hormon)

ist ein Peptidhormon, das unter dem Einfluss des CRH im Hypophysenvorderlappen gebildet wird. Es regt die Synthese von Enzymen für die Steroidsynthese an sowie die Nebennierenrinde zur Produktion dieser Hormone. Es steigt bei bestimmten Stressformen an.

**BILDUNG:** in den basophilen Zellen der Adenohypophyse

**ZUORDNUNG:** Stinchakra/6. Chakra; Gehirnhormon

**KEYWORDS:** Steuerkreis der »Sugar, Salt and Sex«-Hormone, Burn-out, Feuer und Flamme sein, statt auszubrennen

**HORMONELLE WECHSELSPIELE:** Die Ausschüttung unterliegt dem Hypothalamus mittels Feedbackhemmung und einem zirkadianen Rhythmus. Die Sekretion steigt in den frühen Morgenstunden erheblich an, am Abend ist sie am niedrigsten.

**FÜR EINEN GUTEN ACTH-WERT:** Stressmanagement, Burn-out-Prävention, Work-Life-Balance; adaptogene Heilpflanzen; rigorose Fragestellung: Was muss ich in meinem Leben ändern?

**Erythropoetin**

SEELE	KÖRPER
roter Lebenssaft	Niere
Leidenschaft	Erythrozytenbildung
Grundenergie	Erythrozytenreifung
Beziehung	120-Tage-Turnover
Austausch	Knochenmark
fließBen	Blutarmut (Anämie)
Leistung	Sauerstoffgehalt
Kampf	Niereninsuffizienz
Macht	plötzlicher Herztod
Manipulation	Doping

**Erythropoetin**

ist ein Glykoprotein, das hauptsächlich in der Niere produziert wird, um im Knochenmark die Neubildung und Reifung der roten Blutkörperchen, die sich alle 120 Tage erneuern, anzuregen. Als »Epo« ist es als Dopingmittel aus dem Leistungssport bekannt.

**BILDUNG:** vor allem in der Niere, aber auch Leber, Gehirn, Gelbsämlatte; Hoden und Milz sind in der Lage, das Hormon bei sinkender Erythrozytenzahl oder mangelndem Sauerstoffgehalt im Blut zu bilden

**ZUORDNUNG:** Sakralchakra/2. Chakra; Wasser, Lebenskraft

**KEYWORDS:** Leistungsfähigkeit, Ausgangsbasis, Leidenschaft – auch fehlgeleitete (beim Doping)

**HORMONELLE WECHSELSPIELE:** Über die Achse Nieren/Nebennieren – Schilddrüse – Eierstöcke/Hoden sowie bei erniedrigtem Eisenwertwert/Wärdmie und Niereninsuffizienz hat Erythropoetin Auswirkungen auf Cortisol, Adrenalin, Noradrenalin, DHEA, Progesteron, Testosteron und die Schilddrüsenhormone T4/T3.

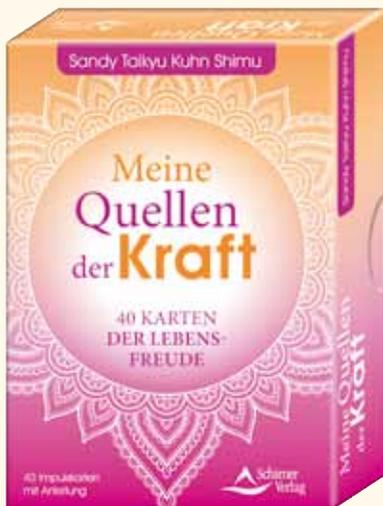
**FÜR EINE GUTE NIERENLEISTUNG:** Nierenentlastung aus der Natur z.B. Goldrute, Brennnessel und Birke; Nierenwickel; Kupfersalbe rot; gute Beziehungen leben; immer wieder das »Energie-Konto« ausgleichen

SABINE HAUSWALD  
Meine Hormone und ich  
Die ganzheitlichen Zusammenhänge der 40 wichtigsten Botenstoffe  
40 großformatige Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9142-6  
A € 18,50 | D € 17,95

# Öffne Dich für die Quelle DEINER KRAFT

Müde? Unkonzentriert? Kraftlos? Gegen das kleine Energietief im Alltag helfen überraschend einfache Übungen und Tricks: 5 Minuten lang den ganzen Körper schütteln, die Thymusdrüse klopfen, tief einatmen und brüllen wie ein Löwe oder einfach mal rückwärtsgehen. Die erweiterte Neuauflage des Publikumsliebblings enthält diese und viele weitere erprobte Körperübungen, entspannende Kurzmeditationen, befreiende Atemübungen, schmackhafte Rezepte und Techniken zum Loslassen oder für die Konzentration. Mit diesen Tipps kann jeder Blockaden im Energiefluss lösen und wieder seine volle Lebenskraft entfalten.

SANDY TAIKYU KUHN SHIMU  
**Meine Quellen der Kraft**  
40 Karten der Lebensfreude  
mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9164-8  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# Inspirierende Weisheiten für ein SELBST-BESTIMMTES Leben

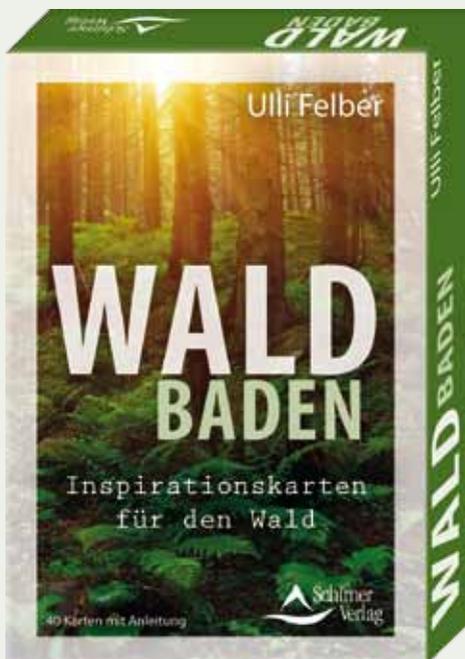
Wie wir mit uns umgehen, wie wir uns selbst sehen oder über uns denken, bestimmt maßgeblich, wie uns andere Menschen wahrnehmen und behandeln. Und leicht verlieren wir im Alltag den Kontakt zu uns selbst. Sandy Taikyu Kuhn Shimu schenkt Ihnen mit diesen Meditationskarten positive und prägnante Weisheiten. Sie unterstützen Sie dabei, eine kraftvolle Beziehung zu sich selbst aufzubauen. Tauchen Sie in die Selbstliebe ein und schenken Sie der Intelligenz Ihres Herzens Vertrauen.



SANDY TAIKYU KUHN SHIMU  
Sei du selbst,  
und lebe deine ganze Kraft  
Meditationskarten für ein selbstbestimmtes Leben in Freiheit und Liebe  
48 Karten mit 32-seitiger Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9080-1  
A € 20,60 | D € 19,95

# Auf in den Wald!

Eine Auszeit im Wald tut einfach gut – das ist weithin bekannt und sogar wissenschaftlich erwiesen. Aromatische Waldluft atmen, den Geräuschen am Waldboden und in weiter Ferne lauschen oder die Rinde eines Baumes befühlen – das alles ist Waldbaden und fördert das Wohlbefinden, stärkt das Immunsystem und baut Stress ab. Wer nach neuen Ideen sucht, um die Zeit im Wald noch bewusster zu gestalten, findet auf diesen Karten einfache, kraftvolle Übungen für kleine Erholungspausen im Grünen. Achtsamkeits- und Atemübungen, Naturrituale und Baumbotschaften inspirieren dazu, den Wald tiefgreifend zu entdecken, zu erfahren und vor allem zu genießen.



ULLI FELBER  
**Waldbaden**  
Inspirationskarten  
für den Wald  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9156-3  
A € 20,60 | D € 19,95



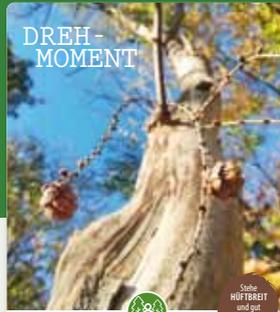
KARTENRÜCKSEITE



## BAUMATMUNG



Suche dir einen Platz im Wald, an dem die Bäume relativ eng beieinanderstehen. Anschließend gehe achtsam von Baum zu Baum: Atme ein, wenn du einen Baum berührst, atme aus, wenn du zum nächsten gehst.

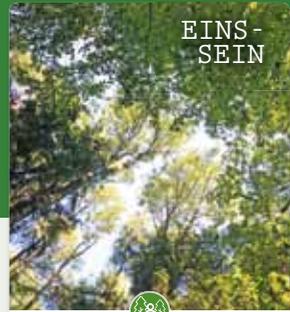


## DREH-MOMENT



Strecke deine Arme locker zur Seite. Dann atme ein, und drehe dabei deinen Oberkörper nach links – atme aus, und drehe ihn nach rechts. *Mache dies ein paar mal, dann ändere die Richtung, und atme beim Rechtsdrehen ein und beim Linksdrehen aus.*

Suche HIERHER und gut VERWÜRZEL!



## EINS-SEIN



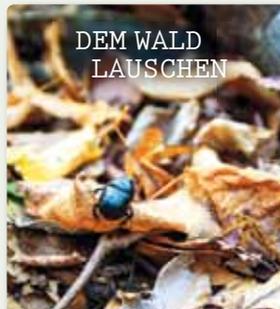
Suche dir einen schönen Platz, und lege dich auf den Waldboden. Richte deinen Blick nach oben. Nimm die Höhe und Weite der Baumkronen wahr, und atme bewusst tief ein und aus. Stelle dir vor, dass du mit jedem Ausatmen tiefer in den Waldboden sinkst.



## GEFÜHLSWELTEN



Finde etwas, was sich angenehm warm, und etwas, was sich ganz kühl anfühlt.



## DEM WALD LAUSCHEN



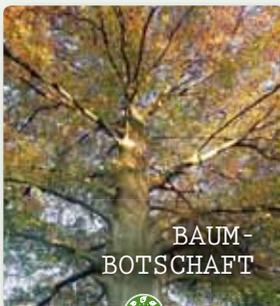
Schließe deine Augen, und achte auf die ganz leisen Geräusche am Waldboden, in luftiger Höhe und in der Ferne.



## FÜR MUTTER NATUR



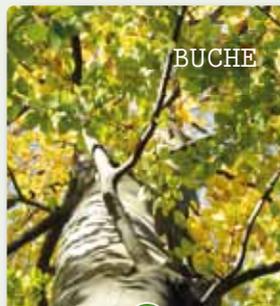
Die Natur ist der Grund, weshalb wir leben. Wir alle sind ein Teil von ihr. Grund genug, sie zu ehren. Tue das, indem du ihr zu Ehren ein kleines Waldkunstwerk aus Naturmaterialien erschaffst – lasse deiner Kreativität freien Lauf.



## BAUMBOTSCHAFT



Suche einen Baum, der dich anspricht. Setze dich vor oder lehne dich an ihn, und bitte ihn in Gedanken um eine persönliche Botschaft für dich oder um eine Antwort auf eine bestimmte Frage. Wahrscheinlich wirst du staunen, was du in deinem Innersten »hörst«.



## BUCHEN



AUSDAUER & ZUVERLÄSSIGKEIT

Beharrlichkeit bringt dich ans Ziel. Bleibe dir selbst treu, und halte an deinen Träumen fest. Auch wenn es ein bisschen dauert, sie werden in Erfüllung gehen.



## FICHTE



SCHUTZ & HEILUNG

Wo in deinem Leben benötigst du gerade Schutz und Heilung? Gehe ganz bewusst in dich, und nimm dir die Zeit, die du brauchst, um dich zu schützen und zu heilen.

# Gehe Deinen HERZENSWEG

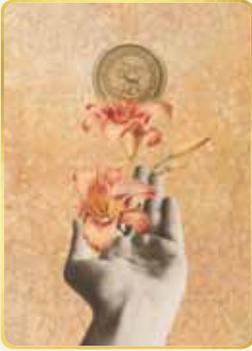
»Entfesse deine innere Kraft, lasse deine Seele erstrahlen, und gehe deinen ganz eigenen Herzensweg« – dazu inspirieren die eindrucksvollen Collagen auf diesen modern gestalteten Karten. Elemente aus Mythologie, Astrologie und östlichen Lehren verbinden sich zu ausdrucksstarken Motiven und lassen uns tiefere Zusammenhänge des Lebens erkennen. Ann-Sophie Bunting erklärt anschaulich, wie wir innerlich wachsen, Schattenthemen heilen und Harmonie in die Welt bringen können. Kleine Aufgaben, berührende Affirmationen und sinnreiche Fragen zur Reflexion lassen uns das Leben erschaffen, das wir uns ersehnen.



ANN-SOPHIE BÜNTING  
**Deine Seele darf leuchten**  
Karten der inneren Stärke  
und des Wachstums  
50 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9161-7  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



EMPFANGEN



GÖTTLICHE SCHÖPFERIN



KÖNIGIN DER MEERE



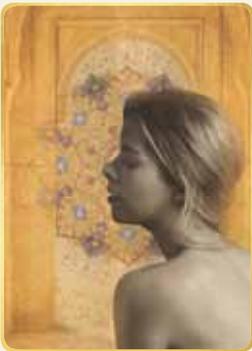
LOSLASSEN



NEUE MÖGLICHKEITEN



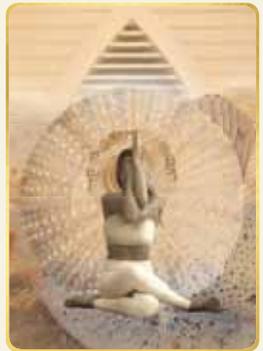
QUELLE DER WEISHEIT



SCHÖNHEIT



SEELENVERBINDUNG



YOGA-FLOW

# WEISHEITS-ORAKEL der ätherischen Öle und Pflanzen

Die Seele einer Pflanze entfaltet sich in ihrem Duft. Ob die weise, großmütterliche Seele des Ingwers, die das Lebensfeuer neu entfacht, oder die geheimnisvolle, dunkle Seele des Schwarzen Pfeffers, die seelische Wunden ausgleicht: Diese 40 Weisheitskarten sind von der tiefen emotionalen und spirituellen Heilkraft der Pflanzen erfüllt. Einfühlsame Botschaften, Informationen zur Wirkkraft der Pflanzen, Anwendungstipps und heilsame Affirmationen machen dieses Kartenset zum perfekten Begleiter für alle, die die Wesenheiten hinter den schönen Düften ergründen und das Geschenk ihrer Heilkraft annehmen wollen.



Dennis Möck  
Ulrike Annyma Kern  
**Die Heilkraft der  
Pflanzenseelen**  
Weisheits-Orakel der ätherischen Öle und Pflanzen  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9159-4  
A € 20,60 | D € 19,95  
Ab April 2022:  
A € 22,60 | D € 21,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE

## Blaufichte



Du bist anders, und du bist besonders. Fürchte dich nicht davor, denn genau so bist du richtig. Nur so kannst du deine einzigartige Kraft aus deinem Herzen heraus leben. Der Geist der Blaufichte hilft dir dabei, dein gesamtes System zu harmonisieren, damit du mit der Weisheit deines Herzens und der Reinheit deiner Gedanken erschaffen kannst, wozu du hier bist.

Erkenne du nun, wie einzigartig und wertvoll du bist? Kannst du fühlen, wie wichtig dein Licht für die Welt ist? Erahnest du, welche Möglichkeiten du in dir trägst? Lebe sie!

## IN MEINER VOLLEN PRÄSENZ UND KRAFT

«Gut geredet und verbunden mit meiner Lebenskraft erschaffe ich das Schöne und Lichtvolle aus meinem Herzen heraus.»

**Wirkung:**  
Wird sie mit allen Wirkbestandteilen destilliert, ist die Blaufichte jene Pflanze mit der höchsten Schwingung (428 Hz) und wirkt dadurch auf den feinsten und grobstofflichen Ebenen auferstehend wohltuend und erhebend. Durch ihre enorm hohe Schwingung kann diese Pflanzenseele dein Chakraystem ausrichten, dein Herz mit deinem Kopf in Einklang bringen und dir tief sitzende Blockaden bewusst machen sowie sie zur Klärung freigeben.

**Tipp:**  
Gib am Morgen 1 Tropfen der Blaufichtensele (verdünnt) auf den höchsten Punkt deines Kopfes, lasse dich durch die hohe Schwingung ausrichten und energetisch nach oben und unten hin öffnen.

**Aspekte:**  
Manifestation, Herz und Kopf in Einklang bringend, Selbstwahrnehmung, Herzensminstion, Erdung, Balance, Klärung, Schwingungserhöhung

**Chakras:**  
Sakral-, Herz- und Kronenchakra

## EINHEITSBEWUSSTSEIN UND LIEBE

«Ich lasse mich von meinem Herzens- und Seelenlicht führen und erkenne immer mehr, dass alles so ist, wie es gemeint ist.»

**Wirkung:**  
Die Geranie vermittelt eine harmonische Atmosphäre, sie wirkt beschützend (und wird daher gern als Vorgarten- und Balkonpflanze eingesetzt), nährend und führt Abszügen und Bevorzungen vor Augen, die im Ego gegang haben. Sie leitet dazu an, die dualistischen Kräfte zu durchschauen und zu überwinden, und hilft, das eigene Herzens- und Seelenlicht zu erkennen und wie eine weiblich nährende Umarmung anzunehmen.

**Tipp:**  
Trage Geraniennöl als Parfüm hinter den Ohren auf, um deinen Selbstwert und deine Schwingung mit positiven Attributen aufzuladen sowie um dich vor Negativität zu schützen. Auf die Herztage aufgetragen, kann das Öl dich anleiten, deinem dir bestimmten Weg unbeirrt zu folgen.

**Aspekte:**  
Liebe, Seelische, Freundschaft, Einheit, frei von Bewertungen, Schutz vor bösen Geistern, Geborgenheit, Schönheit, Inneres Kind, Zugang zur Fantasie, Instanzschutz, Herzensanregend

**Chakras:**  
Wurzel-, Solarplexus-, Herz- und Halschakra

## Geranie



Spüre die Geborgenheit, den Schutz, die Schönheit und die tiefe Anmut dieses Moments. Du bist in dir zu Hause und mit der universellen Wahrheit verbunden. Lasse dich vom entzückenden Duft der Liebe umarmen und von der Zweisheit in die Einheit führen. Darth, wo Wahrheit, Liebe und Einsein ihren Anfang nehmen.

Die Pflanzenseele der Geranie ist ein Wegweiser zur Wahrheit. Durch sie durchschaust du Täuschungen, überwindst damit einhergehende Kategorisierungen in Gut und Böse und gelangst in einen Zustand der Klarheit, aus dem heraus du dein ewiges wahres Selbst erkennen und leben kannst.

## Immortelle



Es mag Momente geben, in denen du dich von der Liebe getrennt und dem Leben selbst ausgeliefert fühlst. Dein schweres Gepäck scheint dich niederzudrücken. Dabei hast du nur vergessen, wer du bist und aus welchem Grund du die Reise des Lebens angetreten bist.

Atme tief durch, entspanne dich, und schließe deine Augen, damit die Immortelle, auch «die Unsterbliche» genannt, dich führen und anleiten kann, die Wogen in deinem Inneren zu glätten.

## DIE UNSTERBLICHE

«Meine innere Welt zeigt sich in meiner äußeren Welt.»

**Wirkung:**  
Das Öl der Immortelle wird häufig auch als «Erste-Hilfe-Öl» bezeichnet, da es auf körperlicher Ebene abschwellend, entzündend und lindert wirkt. Seelisch kann die Strohblume, wie die Immortelle auch genannt wird, tief sitzende Blockaden lösen und Kontrolle durch Vertrauen ersetzen, besonders in Bezug auf die Wahrnehmung innerer Bilder und Färbungen.

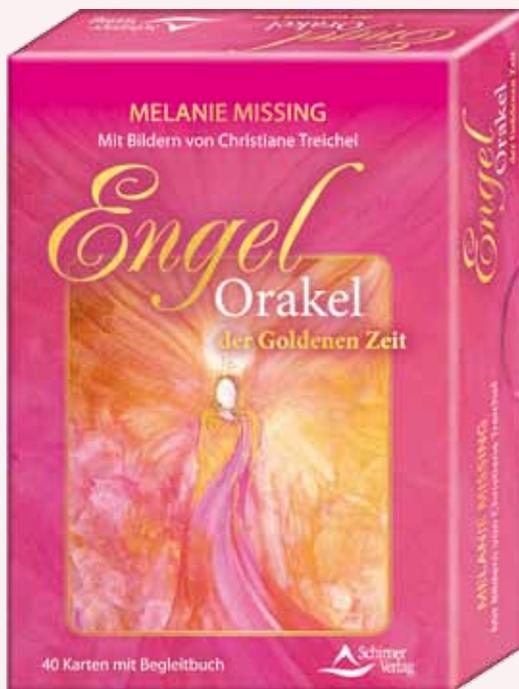
**Tipp:**  
Inhaliere den Duft des kostbaren Öls, schließe deine Augen, und beginne, zu visualisieren. Leicht, majestätisch und unbeschwert gelangt das, was deine Seele gerade braucht, zu dir! Nutze das Öl auch, um deine Lebensräume lebendig zu halten.

**Aspekte:**  
Traumöl, Sonnenenergie, Verjüngung, Lymphtonus aktivierend, entzündend, das Kosmische, innere Führung, karmische Verstrickungen lösend

**Chakras:**  
Sakral-, Herz- und Kronenchakra

# Verkünder NEUER WEGE und Zeitqualitäten

In der Welt der Engel ist Zeit irrelevant, für uns Menschen hier auf Erden hingegen hat sie große Bedeutung. Ob mit Blick in die Vergangenheit, auf das aktuelle Thema oder den Wunsch nach einer glücklichen Zukunft – immerzu fragen wir uns: Was hält mich noch zurück? Wann ist es so weit? Was steht jetzt für mich an? Die Engel der Goldenen Zeit geben Antworten auf genau diese Fragen. Sie sind Verkünder neuer Wege und Zeitqualitäten sowie unsere persönlichen Lichtbringer. Mit ihren sanften Botschaften sind sie stets an unserer Seite und öffnen Lichtportale in höhere Ebenen des Seins.



MELANIE MISSING  
CHRISTIANE TREICHEL  
**Engel-Orakel der  
Goldenen Zeit**  
40 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9158-7  
A € 20,60 | D € 19,95

KARTENRÜCKSEITE



*Abschied*

Befreie dich, indem du Abschied nimmst.



*Gegenwart*

Das Warten hat ein Ende!



*Herzenskommunikation*

Kommuniziere von Herz zu Herz!



*Licht*

Licht zieht immer Licht an!



*Neubeginn*

Folge immer deinem Herzen.



*Zukunft*

Dein Glück wird kommen!



*Quantensprung*

Wage es, groß zu denken.



*Elternzeit*

Fühle die Verbindung in deinem Herzen.

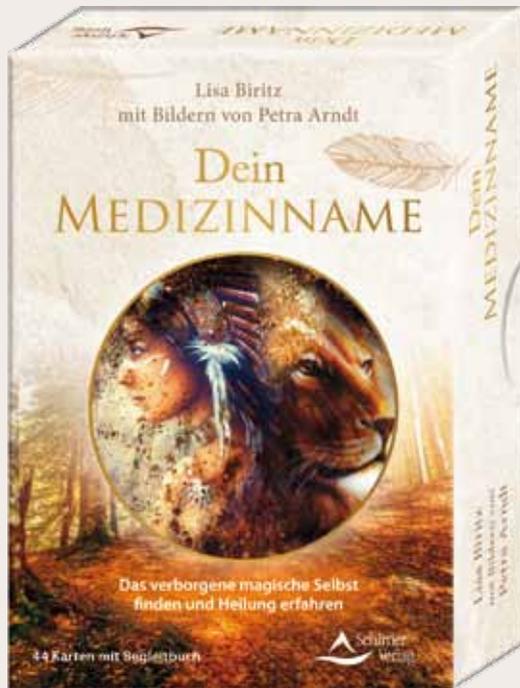


*Emotionale Heilung*

Möge die Liebe der Engel dir Frieden schenken.

# Spielerisch Zugang finden zum verborgenen MAGISCHEN SELBST

Wenn du deinen Medizinnamen kennst, kannst du leicht innere Heilung erfahren und deine Bestimmung leben. Denn dann gewinnst du Zugang zu deiner »Medizin« – im Schamanismus der Begriff für die ursprüngliche Kraft und die individuellen Gaben und Talente. Die eindrucksvollen Bilder und traditionellen schamanischen Übungen dieses Kartensets öffnen dich für deine mystischen Aspekte. Zugleich schenken sie dir viele Anregungen für die innere Suche nach Antworten auf wirklich alle deine Lebensfragen.



LISA BIRITZ  
PETRA ARNDT  
**Dein Medizinname**  
Das verborgene magische  
Selbst finden und Heilung  
erfahren  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9157-0  
A € 20,60 | D € 19,95



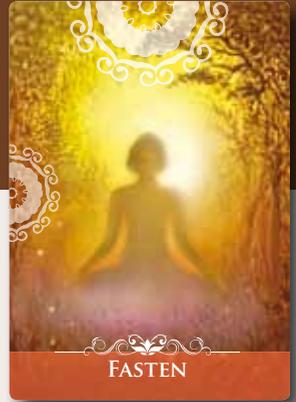
KARTENRÜCKSEITE



DEINE MEDIZIN



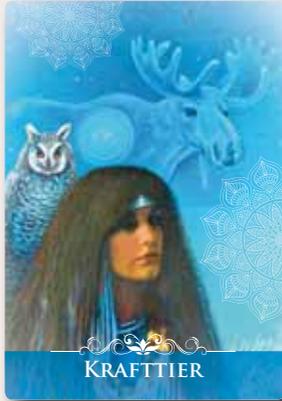
EIGENVERANTWORTUNG



FASTEN



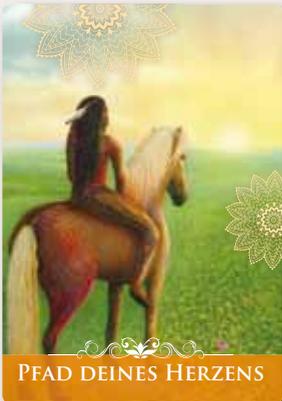
HEILEN



KRAFTTIER



MAGISCHES SELBST



PFAD DEINES HERZENS



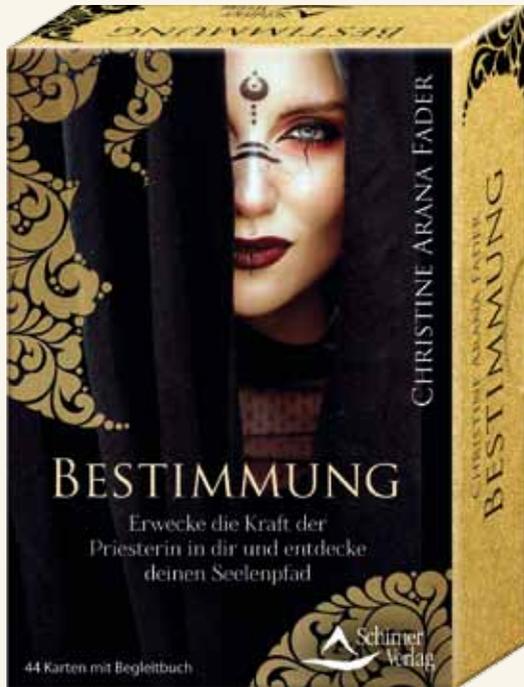
SEGNEN



TATENDRANG

# Erwecke die Kraft der PRIESTERIN in dir!

Wo zieht es dich hin? Und was ist der einzig wahre Weg deiner Seele? Bist du vielleicht schon länger auf der Suche? Verlangt dein Herz schon lange danach, altes, verborgenes Wissen aus anderen Inkarnationen neu zu entdecken? Mit diesen Karten werden in dir die Priesterschaften aus Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft erweckt. Schritt für Schritt findest du all die Antworten, nach denen du dich so sehr sehnst. Botschaften, Rituale und Übungen erwecken einen alten Wissensschatz in dir. Du erkennst, wie du im Alltag aus diesem Schatz schöpfen kannst, und lebst die Weisheit deines Herzens und deine Bestimmung.



CHRISTINE ARANA FADER  
**Bestimmung**  
Erwecke die Kraft der  
Priesterin in dir und entdecke  
deinen Seelenpfad  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9165-5  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



**DU BIST EINE  
PRIESTERIN  
VON AVALON,  
UND DIE MAGIE  
DES WASSERS  
SCHWINGT IN DIR.**

Wasser ist die Wiege des  
Lebens, das Element der  
Gefühle und Emotionen und  
Träger deiner Magie.

6



**SPÜRE DEN  
ZAUBER DER  
GEMEINSCHAFT.**

In der Priester-  
schaft findest du  
Kraft und Trost.  
Du bist nicht  
allein.

7



**WER BEHAUPTET, DASS DU ETWAS NICHT  
SCHAFFEN KANNST, HAT KEINE AHNUNG.**

Erkenne,  
dass alles möglich ist.

12



**DU HAST DEN WEG  
AUS DEN AUGEN VERLOREN.**

Doch für dich  
leuchtet  
immer ein Licht.

15



Sie behütet dich  
auf all deinen  
Wegen.

**ERWECKE DIE  
KRIEGERIN IM  
LICHT IN DIR,  
SIE STEHT FÜR  
DEINE BALANCE.**

22



**LAUFE NICHT LÄNGER DAVON,  
STELLE DICH DER MACHT IN DIR.**

Finde die Liebe  
in deinem Sein,  
die alles zum  
Guten wendet  
und dir Mut  
schenkt.

23



**SPÜRE DIE ENERGIEN, DIE DICH LENKEN,  
UND TANZE FORTAN DAS LEBEN.**

Übe dich in  
Leichtigkeit,  
Freude und  
göttlicher  
Hingabe.

32



**DAS KIND EINER PRIESTERIN IST GESEGNET.**

Der Zugang zu  
den Geistigen  
Welten liegt dir  
im Blut.

38

# FARBEN öffnen die Tore zu unserer SEELE!

Welche Farben wir wählen, zeigt uns, wer wir sind – das ist das einfache Prinzip hinter Aura-Soma. Jede der unterschiedlichen Farbkombinationen der Equilibrium-Flaschen hält eine Botschaft für unsere persönliche Lebensreise hin zum erwachten Bewusstsein bereit. Was ist meine Bestimmung auf der Erde? Welche Energie steht im Mittelpunkt meines Lebens? Wo stehe ich gerade jetzt, und was sind meine nächsten Schritte auf dem Weg der Entfaltung meines höchsten Potenzials? Die Aura-Soma-Seelenspiegel-Karten, die wie ein Orakel intuitiv gezogen werden können, offenbaren uns Antworten auf diese und viele weitere wichtige Fragen und unterstützen uns mit einfachen Übungen zur Stärkung unseres Themas. Vertrauen Sie auf Ihre allwissende Seele, erinnern Sie sich an Ihre bunte Einzigartigkeit, und werden Sie zum strahlenden Stern für die Welt.

BARBARA HEIDER-RAUTER  
**Aura-Soma-Seelenspiegel**  
Entfalte dein höchstes  
Potenzial  
120 Karten mit Begleitbuch  
in XL-Kartenbox  
ISBN: 978-3-8434-9166-2  
A € 46,30 | D € 45,00



KARTENRÜCKSEITE

B 4  
Sonnenflasche



Ich lasse meine Weisheit aus mir hinausstrahlen.

B 19  
In der materiellen Welt leben



Ich bin jetzt tief verbunden mit meiner Lebenskraft.

B 24  
Neue Botschaft



Ich bin jetzt für neue Botschaften und Möglichkeiten in meinem Leben bereit.

B 46  
Der Wanderer



Ich liebe mich, und das macht mich stark.

B 54  
Serapis Bey



Die Klarheit des weißen Lichtes strömt in mich herein und aus mir hinaus.

B 63  
Djwal Khul und Hilarion



Ich gebe mir den Raum, neue Wege zu erkennen und diese auch zu gehen.

B 75  
Mit dem Fluss gehen



Ich bin im Fluss meines Lebens und fühle mich geborgen und geliebt.

B 85  
Titania die Elfenkönigin



Das Leben ist Liebe, und deshalb liebe ich das Leben.

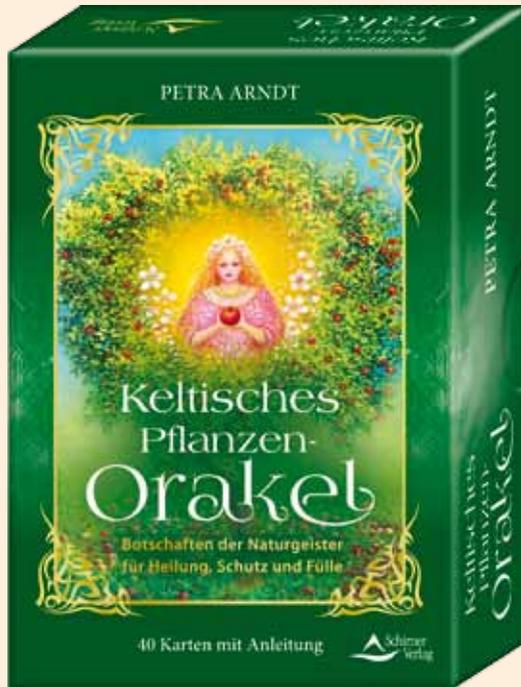
B 104  
Erzengel Chamael



Ich folge dem Weg zur bedingungslosen Liebe und werde zur Liebe.

# Botschaften der NATURGEISTER für Heilung, Schutz und Fülle

Mohn, Vergissmeinnicht, Waldmeister: Die spirituelle Künstlerin Petra Arndt öffnet mit ihren liebevoll-mystischen Bildern unseren Blick für die Seele der 40 wichtigsten keltischen Pflanzen. Sie alle haben magische Kräfte, schenken Trost und Kraft – und jede Pflanze hat einen Geist, eine Deva, die sie behütet. Wann immer unsere Seele Inspiration oder Heilung braucht, lassen die wunderschönen Karten unseren Seelengarten neu erblühen.



PETRA ARNDT  
**Keltisches Pflanzen-Orakel**  
Botschaften der Naturgeister  
für Heilung, Schutz und Fülle  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9168-6  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE

**Ahorn**  
Lausche der Stimme der Natur.



Alles schwingt und tönt in Harmonie.  
Atme diese Energien tief ein, und spüre Einklang.

**Birke**  
Entdecke spielerisch das Unbekannte.



Ein Pionier- und Lichtbaum, der Fröhlichkeit und Leichtigkeit ausstrahlt, hilft dir, neue Dinge in Bewegung zu setzen. Starte freudig mit dem Anfang.

**Brunnenkresse**  
In dir ist das ganze Meer ...



... und das Wasser segnet dich jeden Tag.  
Lasse deine Gefühle frei fließen, und bade vertrauensvoll im großen Fluss des Lebens.

**Eiche**  
Deine Kraft nimmt zu.



Vereine Polaritäten in dir, lebe deine männliche und deine weibliche Seite, Yin und Yang, mit Feuer im Herzen, und du kannst deine Welt verwandeln.

**Gänseblümchen**  
Kopf hoch, du schaffst alles, was du willst.



Das Gänseblümchen richtet sich immer wieder auf, selbst wenn jemand darauf tritt. Schau auf den Regenbogen, und lenke deine Energie nach Positiven.

**Heidekraut**  
Du darfst dich fallen lassen ...



... in die Arme der bedingungslos liebenden göttlichen Mutter. Sie trägt dich, und das, was für dich gut und richtig ist, wird auf dich zukommen.

**Löwenzahn**  
Erde dich, und fliege hoch.



Löwenzahn ist eine Ahnenpflanze und wurzelt tief. Hole dir Kraft aus deinen Wurzeln, von deinen leiblichen und von deinen geistigen Vorfahren und aus Mutter Erde.

**Mohn**  
Tänze mit dem Leben!



Mohn vereinigt Gegensätze, Zärtlichkeit und Kraft, und schenkt den Schlaf des kleinen Todes, des Vergessens, um neu geboren zu werden.

**Weide**  
Schmerzen und Ängste werden geheilt.



Die Weide führt dich mitfühlend durch schwierige Zeiten, biegsam, ohne zu brechen, und hilft der Seele mit himmlischem Licht, alles zum Guten zu wenden.

# Möge HEILUNG auf allen Ebenen geschehen!

Erzengel Raphael ist der Engel der Heilung und Entfaltung. Mit diesen Karten können wir ihn, wann immer wir ihn brauchen, an unsere Seite rufen und uns behutsam von ihm auf unseren Heilungsweg führen lassen. 40 himmlische Botschaften verbinden uns tief mit seiner Energie. Segensvolle Affirmationen und Übungen aktivieren zusätzlich unsere Heilkräfte und lassen uns, von Raphaels Fröhlichkeit und Leichtigkeit inspiriert, wieder in die Lebensfreude finden.

JEANNE RULAND  
Erzengel Raphael  
und die heilenden Kräfte  
des grünen Strahls  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9162-4  
A € 22,60 | D € 21,95



## VORDERSEITE



## RÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE

# Trägst du eine VISION in deinem HERZEN, die du verwirklichen willst?

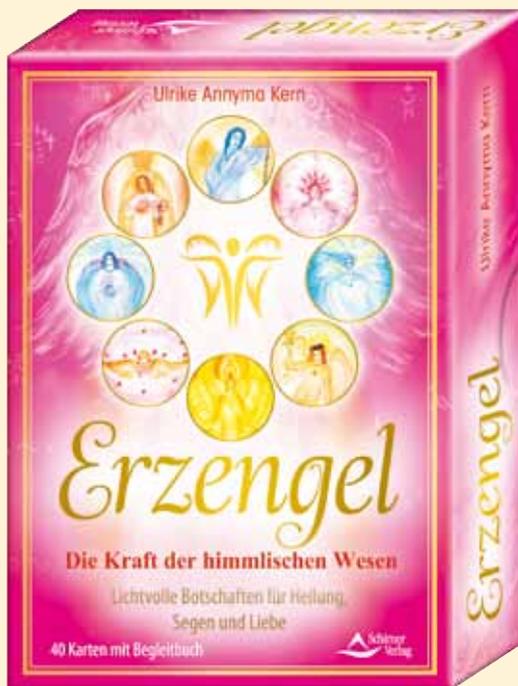
Jeder Mensch trägt große schöpferische Kräfte in sich. Sie sind der Schlüssel zu einem rundum erfüllenden Leben ganz nach unseren Vorstellungen – in Frieden, Gesundheit, Glück, Liebe und Reichtum. Bestsellerautorin Jeanne Ruland gibt unseren Wünschen und Visionen mit diesen 60 Impuls-Karten Raum zum Wachsen: Von der optimalen Energieleitung über die Traumarbeit bis hin zur Schulung der Intuition halten sie alles bereit, was wir zum kraftvollen Visualisieren und Manifestieren brauchen. Mit jeder Karte machen wir einen großen Schritt in Richtung Erfüllung unserer Wünsche!



**JEANNE RULAND**  
**Wünsche & Visionen**  
 60 Impuls-Karten für Manifestation, Intuition und Schöpferkraft  
 60 Karten mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9134-1  
 A € 23,60 | D € 22,95

# LIEBE UND SEGEN aus der Geistigen Welt

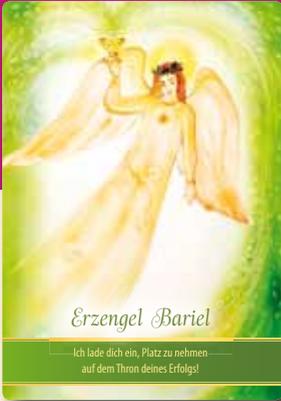
Erzengel und Engelfürsten sind Hüter großen Wissens. Ihre Liebe und ihr Segen kennen keine Grenzen. Folgen wir ihrem himmlischen Ruf, lassen sie Wahrheit, Erlösung und Glückseligkeit in unser Leben fließen. Diese liebevoll gestalteten Engelkarten öffnen uns für die Lichtbotschaften der Erzengel, wir werden auf höhere Bewusstseins Ebenen getragen und in die Mysterien des Lebens eingeweiht. Dann sind wir selbst Botschafter der göttlichen Wahrheit, und das Licht der Engel strahlt durch uns. So können wir gemeinsam mit den Engeln Himmel und Erde verbinden für eine lichtvollere, liebevollere Welt – für uns und alle Wesen.



ULRIKE ANNYMA KERN  
**Erzengel**  
Die Kraft der  
himmlischen Wesen  
Lichtvolle Botschaften für  
Heilung, Segen und Liebe  
40 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9146-4  
A € 20,60 | D € 19,95  
Ab April 2022:  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE



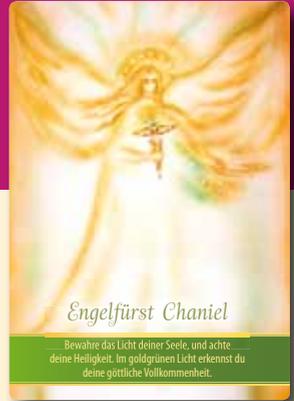
### Erzengel Bariel

Ich lade dich ein, Platz zu nehmen  
auf dem Thron deines Erfolgs!



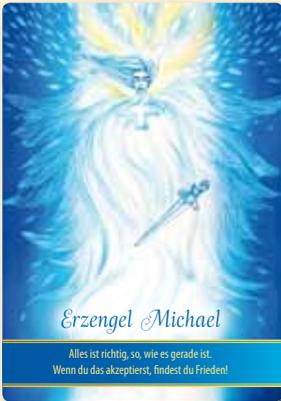
### Engelfürst Manuel

Du bist vollkommen geboren in der Liebe und dem Licht  
der Engel und brauchst dich nicht zu sorgen. Alles wird gut!



### Engelfürst Chaniel

Bewahre das Licht deiner Seele, und achte  
deine Heiligkeit. Im goldgrünen Licht erkennst du  
deine göttliche Vollkommenheit.



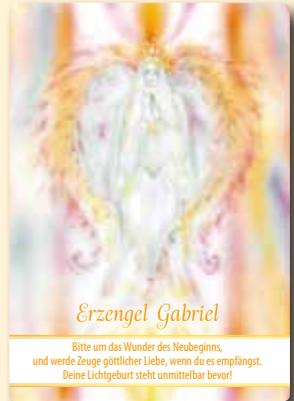
### Erzengel Michael

Alles ist richtig, so, wie es gerade ist.  
Wenn du das akzeptierst, findest du Frieden!



### Amethyst-Kristall-Engel

Transformiere deine chronischen Seelenthemen,  
um auf einer höheren Bewusstseinszebene  
wiedergeboren zu werden! Du bist all-eins!



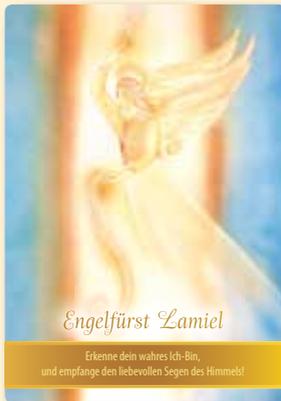
### Erzengel Gabriel

Bitte um das Wunder des Neubeginns,  
und werde Zeuge göttlicher Liebe, wenn du es empfangst.  
Deine Lichtgeburt steht unmittelbar bevor!



### Engelfürst Machoniell

Nimm die Ermächtigung und deine Stärke an,  
und entscheide dich, der Erde mit  
deinen Seelengaben zu dienen!



### Engelfürst Lamiel

Erkenne dein wahres Ich-Bin,  
und empfangen den liebevollen Segen des Himmels!

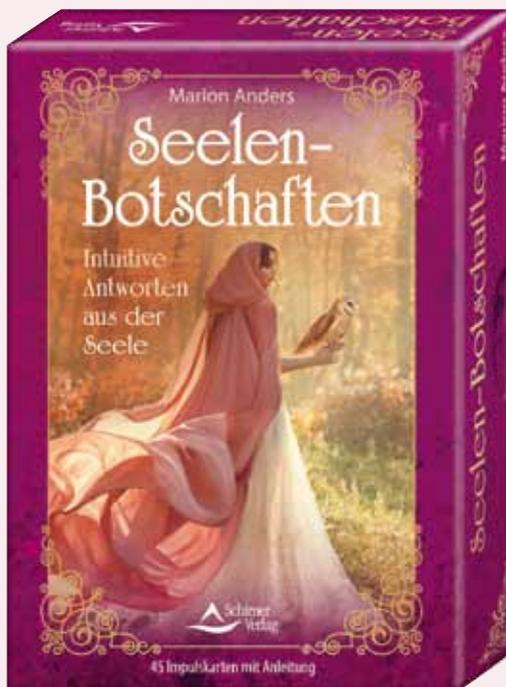


### Engelseelenfamilie

Erinnere dich an die Heimat deiner Seele,  
und fühle dich getröstet von und verbunden  
mit deiner Engelseelenfamilie.

# KLARE ANTWORTEN auf Seelenfragen

Tanzen, einmal gründlich ausmisten oder die Dinge langsam angehen: Diese klaren Impulse holen dich nicht nur aus festgefahrenen Routinen, sie wirken tiefer und verbinden dich wieder mit deiner Seele. Entfliehe der Monotonie des Alltags, denn deine Seele verlangt nach mehr! Mit den 45 einzigartigen Impulskarten deckst du intuitiv dein aktuelles Seelenthema auf, erkennst, wofür bestimmte Erlebnisse stehen, und siehst die Welt mit neuen Augen. Schenke dir Zeit für Seelenmomente!



MARION ANDERS  
**Seelenbotschaften**  
Intuitive Antworten  
aus der Seele  
45 Impulskarten  
mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9148-8  
A € 17,50 | D € 16,95



KARTENRÜCKSEITE



**AUSMISTEN**  
DIE BESONDERE ART  
DES LOSLASSENS

Wenn du etwas im Außen löst, spürst du auch innerlich mehr Leichtigkeit. Gehe mit offenen Augen durch dein Zuhause, und verabschiede dich von Dingen, die nicht mehr zu dir gehören.



**ENERGETISCHE  
REINIGUNG**

Lasse die alten Energien raus! Mache zu Hause einen energetischen Frühjahrsputz, räuchere, räume auf, lasse die Sonne herein. Dekoriere mit Blumen, Kerzen und schönen Dingen.



**ÄTHERISCHE ÖLE**

Hole die Kraft und den Duft von ätherischen Ölen und Aura-Raumsprays in dein Zuhause, und lasse sie wirken – auch auf dich.



**ERINNERE DICH**

Wovon hast du in deiner Kindheit geträumt? Was wolltest du werden? Wie wolltest du leben? Bist du heute erfüllt?



**JENSEITSKONTAKTE**

Du erhältst Botschaften aus der Geistigen Welt. Habe keine Angst!



**LIEBE**

Die Liebe wartet auf dich. Schau genau hin, und erkenne sie in deinem Leben.



**NATUR**

Gehe hinaus ins Grüne ... Atme ... Fühle die Sonnenstrahlen auf deiner Haut, den Wind in deinen Haaren. Tanke Energie.



**VERBINDUNGEN**

Finde Menschen, die ein ähnliches Ziel wie du verfolgen, und baue inspirierende Kontakte auf.



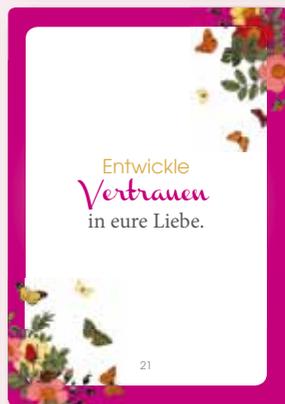
**WELLNESS**

Nimm dir Zeit für Körper, Geist und Seele. Lasse dich einmal richtig verwöhnen.

# Du & ich – ZWEI SEELEN, eine Liebe

Wenn Seelenpartner sich begegnen, beginnt die schönste, spannendste und lehrreichste Zeit im Leben. Gleichzeitig ist sie aber auch herausfordernd. Denn die wahre Liebe hält Einzug im Herzen – und verändert alles. Seelenpartner berühren einander auf allen Ebenen, spiegeln sich ihre unerlösten Themen und setzen damit eine tiefgreifende Transformation in Gang: wie bei einer Raupe, die sich zum Schmetterling entwickelt. Die wertvollen Impulse dieses Kartensets schenken in dieser intensiven Zeit des Umbruchs Kraft, Halt, Vertrauen und Orientierung. »Eure Seelen sind verabredet, und eure Begegnung wird von höchsten Ebenen aus geschützt.«

SUSANNE HÜHN  
Wenn Seelenpartner  
sich begegnen  
Du & ich – zwei Seelen,  
eine Liebe  
48 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9149-5  
A € 20,60 | D € 19,95

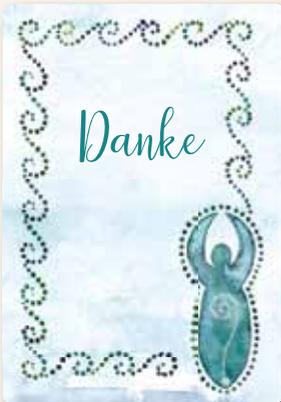




# Mit DANK- BARKEIT manifestieren

Ein von Herzen kommendes »Danke« berührt uns tief, es gibt uns positive Energie und lässt unser Inneres erstrahlen. Die inspirierenden Botschaften der 45 liebevoll gestalteten Karten geben uns wertvolle Impulse für mehr Achtsamkeit und Bewusstheit, öffnen uns für Fülle und Zufriedenheit. Sie lassen uns die Geschenke des Lebens erkennen, es mit all seinen Facetten annehmen und uns das Glück in jedem Moment manifestieren. Sagen wir uns selbst und dem Universum jeden Tag von Herzen Danke: für all das, was ist, und für alles, was noch kommen mag.

VORDERSEITE



RÜCKSEITE



**SABINE TAKIWA**  
**Dankbarkeit fühlen**  
 Die Geschenke des Lebens erkennen und das Glück manifestieren  
 45 Impulskarten  
 mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9153-2  
 A € 17,50 | D € 16,95

# Für mehr SELBST- VERTRAUEN und Unab- hängigkeit

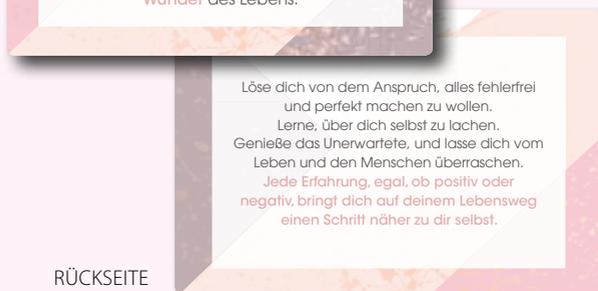
Begegnen Sie der  
Angst mit Ihrem  
ganzen Potenzial  
an Seelenstärke!

Ängste gehören zum Leben –  
sich ihnen mutig in den Weg  
zu stellen, aus dem Karussell  
negativer Gedanken aus-  
zusteigen und destruktive  
Denk- und Gewohnheits-  
muster zu durchbrechen,  
fällt vielen Menschen schwer.  
Diese Impulskarten schenken  
Ihnen Sicherheit, Klarheit und  
Vertrauen in herausfordern-  
den Zeiten und laden Sie dazu  
ein, Ihre Ängste zu verstehen,  
anzunehmen und ihnen auf  
Augenhöhe zu begegnen.  
So verliert die Angst den  
Schrecken. Sie wird zu einem  
hilfreichen Freund, der es  
Ihnen erlaubt, zu wachsen  
und das Unerwartete schätzen  
zu lernen. Denken Sie neu und  
mutig, und vertrauen Sie auf  
Ihre innere Kraft.

SANDY TAIKYU KUHN SHIMU  
**Mut**  
Hab Vertrauen in deine Kraft  
Impulskarten für ein freies  
Leben voller Selbstvertrauen  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9154-9  
A € 18,50 | D € 17,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# COACHING für ein Leben mit Leichtigkeit, Seele und Liebe

Lebe mehr, sei du selbst. Liebe mehr, dich und die ganze Welt. Lache mehr, du bist einzigartig. Diese 50 Karten erinnern uns daran, wie stark, frei und unendlich wertvoll wir sind. Die inspirierenden Weisheiten und liebevollen Gedanken zeigen uns den Weg zu mehr Achtsamkeit und Selbstliebe. Im Alltag schenken sie uns kleine Auszeiten für die Seele und erinnern an die wirklich wichtigen Dinge. Verbringen wir mehr Zeit damit, die wunderbaren Momente des Lebens zu entdecken und in vollen Zügen zu genießen!



ALEXANDRA MOLINA  
Mehr leben, mehr lieben,  
mehr lachen  
50 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9152-5  
A € 17,50 | D € 16,95

# 40 WERTE, die uns zufriedener machen

Ein Leben in Übereinstimmung mit den eigenen Werten und voller Erfolg – das wünscht sich jeder. Verleger Markus Schirner, der sich seit vielen Jahren mit verschiedenen philosophischen und psychologischen Richtungen beschäftigt, hat die entscheidenden Ratschläge zusammengefasst, die uns genau das ermöglichen: In markanten Weisheiten und leicht umzusetzenden Anleitungen beleuchtet er Tugenden von Dankbarkeit über Empathie bis Durchsetzungsvermögen. Die schön gestalteten Karten können als Gedankenstütze gut zu Hause aufgestellt oder überallhin mitgenommen werden.

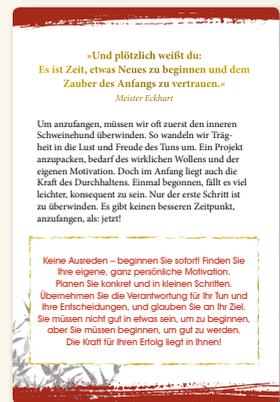
**MARKUS SCHIRNER**  
**Die Goldenen Regeln**  
Weisheiten und Werte  
für ein zufriedenes und  
erfolgreiches Leben  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9151-8  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE





VORDERSEITE



Lege dich hin, und ziehe die Beine an. Atme durch die Nase in den Bauch ein und aus, schließe die Augen, und fokussiere dich nur auf deinen Atem. Beim Einatmen hebt sich deine Bauchdecke leicht und zieht sich beim Ausatmen ein. Dieses Einziehen kannst du mit dem Zwerchfell unterstützen, sodass sich die Lunge besser entleert. Verstärke diese Übung, indem du mit der Lippenbremse arbeitest. Hierbei atmest du durch die Nase ein und durch den Mund aus. Die Lippen liegen locker aufeinander, sodass beim Ausatmen eine kleine Öffnung entsteht.

**WAS ES FÜR DICH TUT:**

Es baut Stress ab, massiert die inneren Organe und fördert die Verdauung. Die Lunge wird optimal mit Sauerstoff versorgt, der Kopf wird frei, die Gedanken werden klarer. Das Üben mit Lippenbremse erweitert die Bronchien und verbessert den Schleimtransport bei Erkältungen und Atemwegsproblemen.

RÜCKSEITE



Lege in der offenen rechten Hand die Fingerkuppen von Zeige- und Mittelfinger auf den Daumenballen. Ring- und kleiner Finger liegen eng aneinander (Vishnu-Mudra). Mit dem Ringfinger drückst du sanft auf den linken Nasenflügel und schließt so das Nasenloch. Atme durch das rechte Nasenloch tief ein. Lege den Daumen an den rechten Nasenflügel, öffne das linke Nasenloch wieder, und atme durch dieses aus. Danach wieder schließen, rechts einatmen, schließen, links ausatmen – und so weiter. *Wiederhole den Durchgang 5- bis 10-mal.*

Noch intensiver wirkt die Übung, wenn du 4 Sekunden lang einatmest, danach beide Nasenlöcher verschließt und den Atem für 16 Sekunden anhältst. Dann öffnest du wieder ein Nasenloch, atmest 8 Sekunden lang aus und nach einer kurzen Atempause durch das andere Nasenloch ein. Steigere dich langsam von 4:4:8 auf 4:8:8, 4:12:8 und schließlich auf 4:16:8.

**WAS ES FÜR DICH TUT:**

Es energetisiert dich sehr stark und erhöht die innere Wärme. Die Selbstheilung und der Stoffwechsel werden aktiviert. Es schenkt mehr Durchsetzungsvermögen, Mut und Willenskraft. Außerdem steigert es deine spirituelle Anbindung.

# ATEM ist Leben

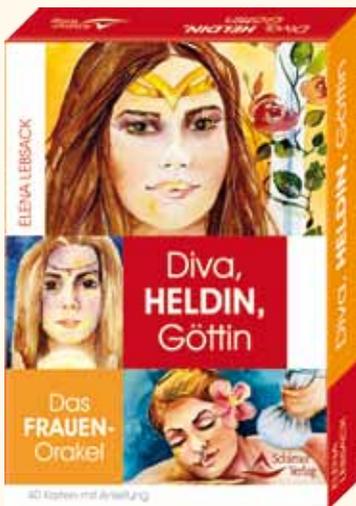
Wenn Sie wissen, wie Sie richtig atmen, können Sie Ihren Atem in allen Lebenslagen nutzen: Er ist nicht nur in der Lage, den Körper zu harmonisieren, Kraft zu schenken und Stress abzubauen, sondern auch, uns zu verjüngen oder mit den höheren Ebenen zu verbinden. Die praktischen Arbeitskarten erklären Ihnen Ausführung und Wirkung von 40 einfachen, aber äußerst wirksamen Atemtechniken. Dank dieser können Sie sich jederzeit mit ein paar Atemzügen entspannen, Ihr Bewusstsein erhöhen oder die Selbstheilung aktivieren.

**MARKUS SCHIRNER**  
**Atemtechniken**  
 Atemübungen zur Selbstheilung, Verjüngung und Harmonisierung  
 40 Karten mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9143-3  
 A € 20,60 | D € 19,95

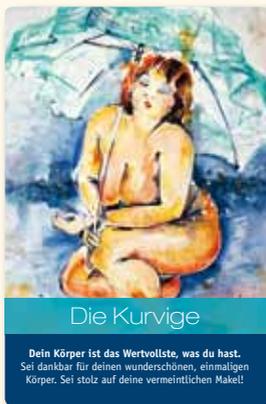
# Entdecke deine WEIBLICH- KEIT!

Was ist typisch weiblich? Was bedeutet es, wirklich Frau zu sein? Das sind Fragen, deren Beantwortung immer noch vielen Frauen schwerfällt. Dabei können sie alles sein. Diese 40 ausdrucksstarken Karten zeigen, dass sich in der Geliebten, der Freundin, der Weisen oder der Schamanin – ja, selbst in der Kratzbürste – wunderschöne Weiblichkeit verbirgt. Sanfte Impulse halten dazu an, die jeweiligen Aspekte anzunehmen und zu leben. Innehalten, dankbar sein, die innere Kritikerin ausschalten, sich selbst einmal in Szene setzen – diese modernen Karten sind Frauen eine Quelle der Kraft in ihrem Alltag.

ELENA LEBSACK  
**Diva, Heldin, Göttin**  
 Das Frauen-Orakel  
 40 Karten mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9150-1  
 A € 20,60 | D € 19,95  
 Ab Mai 2022:  
 A € 7,99 | D € 7,99



KARTENRÜCKSEITE





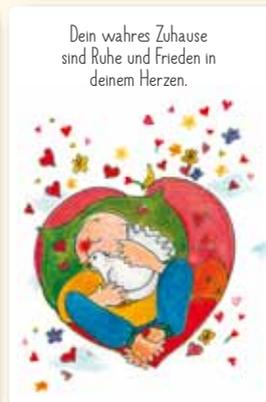
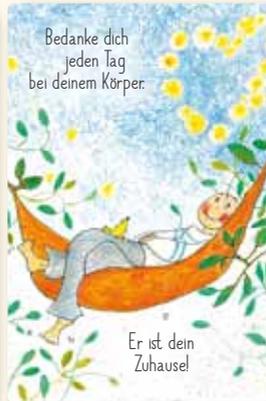
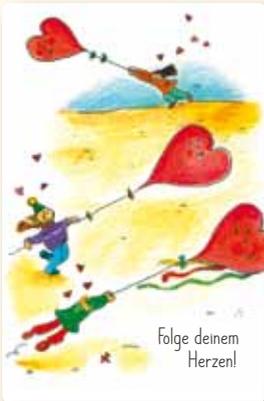
KARTENRÜCKSEITE



# FOLGE DEINEM HERZEN und die Welt erstrahlt!

Es gibt eine Sprache, die alle Menschen von Geburt an sprechen und die überall auf der Welt verstanden wird: die Sprache des Herzens. Manchmal jedoch herrscht so viel Trubel um uns herum, dass wir die sanfte Stimme in unserem Inneren überhören.

Unser Herz weiß jedoch immer die richtige Antwort! Ob es um die Arbeit, Beziehungen oder die Selbstverwirklichung geht: Wenn wir unser Herz öffnen und dieser inneren Stimme folgen, liegen wir immer richtig. Mit diesen wunderbar fröhlichen Herzöffnern gelingt es Ihnen leicht, täglich dem eigenen Gefühl und den Seelenimpulsen zu vertrauen. Leben Sie aus dem Herzen, und lassen Sie das einzigartige Licht Ihrer Seele erstrahlen!

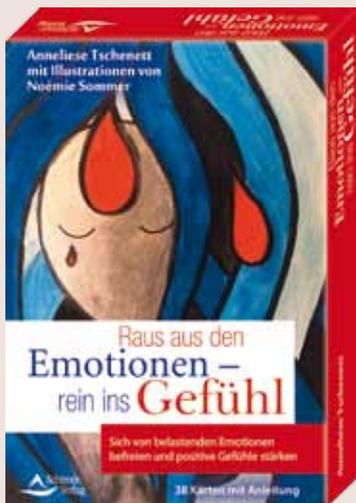


ANNE BRANDT  
ANNELIESE TSCHENETT  
**Lebe aus dem Herzen**  
Herzöffnende Seelenimpulse  
für jeden Tag  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9128-0  
A € 18,50 | D € 17,95

# WARUM raus aus den Emotionen und rein ins GEFÜHL?

Unerlöste Emotionen belasten Körper und Seele, steuern uns unbewusst und bremsen unsere Lebensfreude aus. Besonders negative Emotionen aus Traumata oder aus dem Erbe unserer Vorfahren blockieren oder belasten unser Leben. Dabei ist es einfach, sich von ihnen zu befreien und positive Gefühle zu stärken: Hier sind 38 positive und negative Gefühle auf ausdrucksstarken Karten zusammengestellt. Intuitiv gezogen, zeigen diese uns, wo wir emotional für mehr Balance sorgen können.

ANNELIESE TSCHENETT  
NOÉMIE SOMMER  
**Raus aus den Emotionen –  
rein ins Gefühl**  
Sich von belastenden  
Emotionen befreien und  
positive Gefühle stärken  
38 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9155-6  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE

## Glück

Wenn wir glücklich sind, kommen wir in einen Zustand, der über die Dauer eines Gefühls hinausgeht. Einen Zustand volliger Zufriedenheit, des Ausgleichens, der Gelassenheit und des In-Frieden-Seins mit sich selbst und der Welt. Jeder von uns strebt diesen Zustand an. Wenn du diese Karte gezogen hast, lautet ihre Botschaft: Gib dem Glück mehr Raum in deinem Leben. Dies kannst du tun, indem du dich mit der Vergangenheit versöhnst und aufhörst, dich um die Zukunft zu sorgen. Lebe voll und ganz im Hier und Jetzt, glaube an dich und vertraue auf deine Stärke. Wertschätze, was das Leben dir schenkt, und vergib dir und anderen. Auch dies hilft dir, glücklich zu sein. Lebe deine Talente aus, und bringe deine Kompetenzen ein. Viel lachen bringt dich auf dem schnellsten Weg in dieses positive Gefühl – ebenso, wenn du anderen hilfst, ohne dich aber selbst zu vergessen.



## Liebe

Liebe ist ein sehr komplexes und schwer zu beschreibendes Gefühl. Keine Theorie kann behaupten, dieses Gefühl vollständig erfasst zu haben. Nach meinem Verständnis ist die Liebe, die wir für andere empfinden, stark gekoppelt an die Fähigkeit, sich selbst zu lieben. Das beinhaltet für mich, dass wir uns mit all unseren Licht- und auch unseren Schattenaspekten annehmen. Außerdem ist es wichtig, die Schattenaspekte unserer Eltern zu akzeptieren, denn sie sind Teil von uns. Je mehr du dich selbst liebst und je besser du dich so aninnimmst, wie du bist, desto mehr kannst du diese bedingungslose Liebe auch für andere empfinden. Liebe ist eine verbindende Kraft, die über Urteil und Wertung hinausgeht. Bedingungslose Liebe ist verbunden mit dem tieferen Sinn hinter der uns erscheinenden Wirklichkeit und mit unserem Einverständnis zu dem, was war und ist. Sie gibt, ohne etwas zu erwarten. Wenn du diese Karte gezogen hast, fühle in dich hinein, welcher Aspekt dich anspricht und wie du noch mehr Liebe in dein Leben bringen kannst. Je mehr Liebe du lebst, desto stärker nimmst du sie auch von außen wahr.



# Bring Licht in dein FAMILIEN- SYSTEM und lass die Liebe wieder frei fließen!

Frei sein und ein selbstbestimmtes Leben führen: Das möchte jeder, doch häufig sind persönliche Thematiken, die uns davon abhalten, tief im Familiensystem verankert. Wenn wir erkennen, was auf einer tieferen Ebene wirkt, können wir Traumata lösen, die oft über Generationen hinweg in uns verwurzelt sind. Anneliese Tschenettt praktiziert seit Jahren Familienstellen und macht ihre Erfahrungen in diesem Kartenset für jeden zugänglich. Es vermittelt in 29 Themen- und 6 Heilungskarten mit spielerischer Leichtigkeit positive und lösungsorientierte Ansätze des Familienstellens. Heilung kann geschehen!

RÜCKSEITE 1



RÜCKSEITE 2

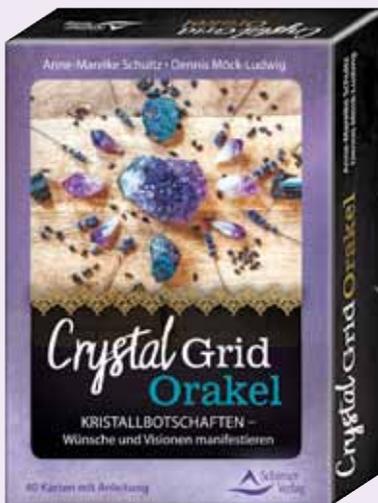


ANNELEISE TSCHENETT  
Verdeckte Dynamiken und  
Schätze im Familiensystem  
Einweihung in die  
Familienaufstellung  
35 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9102-0  
A € 20,60 | D € 19,95

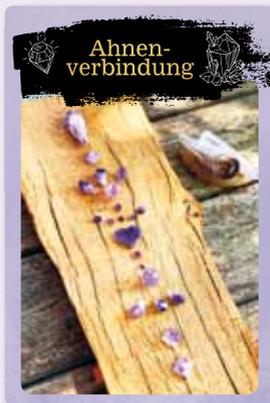
# CRYSTAL GRIDS – wunderschön, magisch, wirkungsvoll

Crystal Grids verbinden die Kraft der ältesten Erdschätze, der Kristalle, mit der Heiligen Geometrie und erhöhen auf diese Weise die Energie in jedem Raum – und in uns. Doch auch, wenn wir die passenden Steine gerade nicht parat haben, können wir mit diesen Karten genau die Energie in unser Leben holen, die wir brauchen – als Impulsgeber, für den Altar, als Energiespender im Alltag oder Schutz vor Krafräubern. 40 magische Karten transportieren die Kraft der Crystal Grids und der Kristalle für Glück, Liebe, Fokus, Gesundheit oder innere Stärke, und dank wirksamer Aktivierungsformeln können wir all dies mühelos in unser Leben ziehen.

ANNE-MAREIKE SCHULTZ  
DENNIS MÖCK  
**Crystal-Grid-Orakel**  
Kristallbotschaften  
Wünsche und Visionen  
manifestieren  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9145-7  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE

# Veränderung entsteht durch Bewusstheit VON INNEN

Wir alle nehmen uns hin und wieder vor, unser Leben zu verändern und neue Gewohnheiten zu etablieren. Der Trick ist, nicht sofort alles dauerhaft ändern zu wollen, sondern nur ein einziges Mal. Ohne diesen Druck ist es viel leichter, Neues auszuprobieren – nur heute! Die kleinen Anregungen für jeden Tag bringen Erfolgserlebnisse und stärken das Selbstbewusstsein. So lernst du in kleinen Schritten, gewohnte Pfade zu verlassen und achtsam, respektvoll und mitfühlend mit sich selbst umzugehen.



PETRA SCHÄFER  
Nur heute  
Bewusstsein für jeden Tag  
50 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9140-2  
A € 15,40 | D € 14,95

# Das Wirken des großen DRUIDEN in der BRETAGNE – dem Herzen Avalons

Mit Umhang, langem weißem Bart und Eichen-Zauberstab hat er das Bild der Druiden geprägt: Der legendäre Zauberer Merlin ist bis heute in magischen Geschichten rund um Avalon und Camelot lebendig, die viele Menschen in Südenland verorten. Doch das Herz des Merlin, so heißt es, ist in der Bretagne zu finden. Bretonische Schauplätze wie der sagenhafte Wald Brocéliande, die Quelle von Barenton oder der uralte Seelenbaum bilden die Ursprünge der berühmten Avalon-Saga. Diese 44 Impulskarten gewähren uns Einblick in jene sagenumwobene und magische Welt und lüften mit inspirierenden Botschaften so manches Geheimnis um den berühmten Druiden Merlin.



JEANNE RULAND  
MELANIE MISSING  
PETRA ARNDT  
**Merlin-Orakel**  
Entdecke die Magie des  
großen Druiden  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9147-1  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE

*Allee Violett*  
Neue Wege, Richtungswechsel



Ein Weg geht zu Ende, ein neuer Weg liegt vor dir.  
Jetzt ist die Zeit, dich zu lösen, zu reinigen und auf neue Frequenzen  
und Energien einzustimmen.

*Einhörner*  
Himmelsche Führung



Reinige dein Seelenkleid, und öffne dich für die lichten  
Dimensionen und das Himmelsreich. Die Einhörner erheben deine  
Lichtkraft für Inspiration und göttliche Führung.

*Feenspiegel*  
Tiefer Einblick, Intuition



Dem Herz kennt den Weg, dein Bauchgefühl führt dich.  
Was fühlst du? Was nimmst du wahr? Der Feenspiegel hilft dir,  
sicher und klar deiner Intuition zu folgen und dafür einzustimmen.

*Heiliger Gral*  
Vermächtnis, Mysterium



Alles Indische ist nur ein Gleichnis. Was leidet in dir?  
Welche Sehnsucht ruft in deiner Seele und gibt niemals Ruhe,  
obwohl es dir vermeintlich gut geht? Das Vermächtnis des Heiligen  
Grals ruft dich. Nimm dein göttliches Erbe an.

*Meeresstraße nach Avalon*  
Synthese, Vereinigung, Verbindung



Alles Sichtbare ist zeitlich begrenzt. Das Unsichtbare ist ewig.  
Verbinde, was zusammengehört – die Quelle, das Herz und deine  
Berufung. Das große Unsichtbare, das sich für eine kurze Zeit in  
sichtbarer Trennung spiegelt.

*Merlins Grab*  
Ewige Liebe, Trost



Dies ist der Ort, der in das ewige Leben führt. Hier kannst du innerlich  
Zwiesprache halten und dich mit den Seelen verbinden, die zu dir gehören.  
Liebe ist immer da. Sie leitet dich im sichtbaren und im unsichtbaren Raum.

*Quelle der ewigen Jugend*  
Reinigung, Aufräumarbeit



Du hast es verdient,  
vom Wasser des ewigen Lebens zu trinken,  
das dich jetzt und für immer durstlöst.

*Steinreihen*  
Universelle Ausrichtung



Der Stein der Weisen ruft dich. Verbinde dich.  
Richte dich neu aus. Verlasse die gewohnten Trampelpfade.  
Etwas Neues möchte durch dich in die Welt kommen.

*Weißdornhecke*  
Ewige Liebe, Liebesalchemie



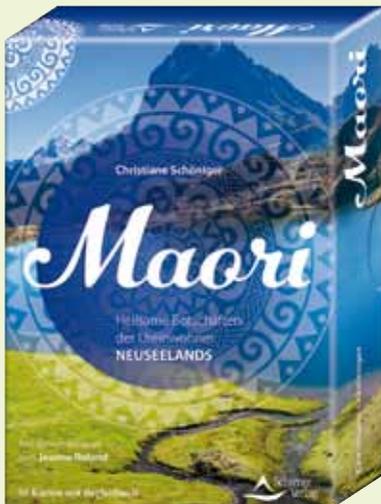
Als Frau sei deinem inneren Mann treu. Als Mann sei deiner  
inneren Frau treu. Als Frau lebe dein Licht, als Mann lebe die Liebe,  
so kannst du aus der Ewigkeit in der Endlichkeit wirken.

# Spirituelle PFADE und ewige WEISHEIT

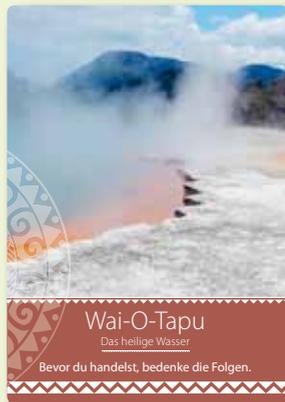
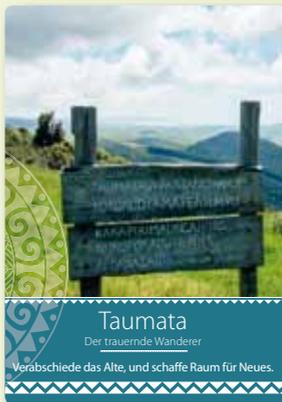
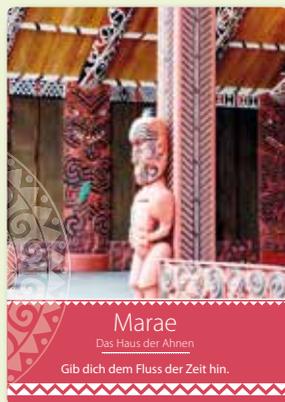
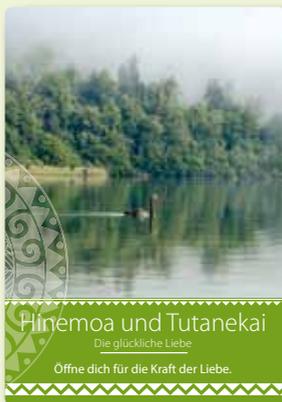
Grüne Weiten, die den Geist beflügeln, endlose majestätische Wälder, raue Küsten und schroffe Vulkane prägen Neuseelands Landschaft. Das Paradies am Ende der Welt ist Sehnsuchtsort für alle, die sich mehr Gelassenheit wünschen und eine tiefe Verbundenheit zur Natur spüren wollen – Dinge, die kein Volk so authentisch lebt wie die Maori, die als wild, stark und unbeugsam geltenden Ureinwohner Neuseelands. Dieses Kartenset zeigt die spirituelle Seite des ursprünglichen Volkes, indem es Fotografien atemberaubender Natur, imposanter Orte und magischer Plätze mit der Geschichte der Maori verknüpft.

CHRISTIANE SCHÖNIGER  
**Maori**

Heilsame Botschaften der Ureinwohner Neuseelands  
50 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9136-5  
A € 28,80 | D € 27,95



KARTENRÜCKSEITE



# Inspirationen der WEISHEITS- LEHRER und Seelenheiler

Bäume gelten als Hüter alten Wissens, die uns Räume des Innehaltens und der Besinnung schenken. An ihren knorrigen Stamm gelehnt, von ihrem lebendigen Schatten erfrischt oder von ihrer majestätischen Erscheinung beglückt, finden wir Zuversicht, Regeneration und überraschende neue Perspektiven. Die 49 Bäume aus aller Welt lassen uns mit Botschaften, Anregungen und tiefgründigem Rat unsere innere Führung wiederfinden, unsere Persönlichkeit entfalten und in ein höheres Bewusstsein aufsteigen.



KARTENRÜCKSEITE




## Wacholder

Kraftvolle Lebendigkeit  
in allen Elementen

Sehnsucht nach Vitalität und den Ursprungselementen allen Lebens führen dich zu mir. Wie im Medizinrad die vier Himmelsrichtungen kann ich dir auf allen Ebenen die naturgegebene Urkraft für jede Anforderung zeigen.





## Kaki

Klärende Magierin des  
Geistes und der Seele

Meine innere Sonne möchte dein Leben erwärmen und deine Beständigkeit im Heilprozess mit Loslösung und Schwingungserhöhung belohnen. Ich kläre deinen unbewussten Raum von störenden Einflüssen und Fremdvereinnehmungen.





## Sequoia

Himmelsleiter vom  
Erdeich zu den Sternen

Ich führe dich hinauf zu neuen Räumen des Lichtes. Meine Erdungskraft lässt dich in der Vereinigung und vollkommenen Ausgewogenheit des Männlichen und des Weiblichen bei dir selbst ankommen. Eine Wunde der Vorzeit wird geheilt.





## Hasel

Spielerischer Lebensfunke  
der Freude und Hingabe

Ich verbinde dich mit deiner natürlichen Freude und der spielerischen Spontaneität des inneren Kindes. Komm, entdecken wir die vielen strahlenden Gesichter des Zauberaldes!



CLAUDIA KÖLLER  
**Baumkraft  
auf dem Seelenweg**  
Beständigkeit und Inspiration  
im Gewebe der Natur  
49 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9127-3  
A € 22,60 | D € 21,95

# Herzensbotschaften der ENGEL

Himmlische Unterstützung und wundervolle Fügungen sind uns mit diesen Karten jederzeit gewiss. Sei es der Engel des Mutes, der Engel des Trostes oder der Engel der Wünsche: Mit 44 liebevollen Botschaften unterstützen uns die zauberhaft schönen Seelenengel dieses Kartensets dabei, in herausfordernden Zeiten jegliche Schwere und Sorge loszulassen. Sie schenken uns einfühlsame Antworten auf all unsere Lebensfragen, öffnen unseren Blick für die Wunder und Glückseligkeiten des Lebens – und leiten uns sanft zurück auf unseren Seelenweg. Ihr Licht und ihre Liebe sind für uns das schönste Geschenk!



MELANIE MISSING  
EVA GACH  
**Seelenengel-Orakel**  
Herzensbotschaften der  
himmlischen Helfer  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9135-8  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE



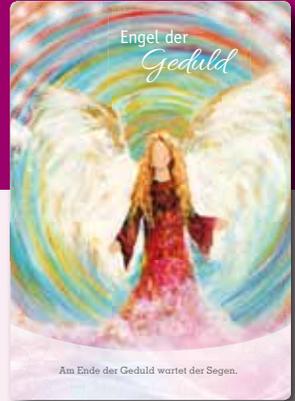
Engel der  
*Entlastung*

Wurf unnötigen Ballast ab, um wieder lachen,  
träumen und fliegen zu können.



Engel der  
*Dankbarkeit*

Sei dir heute all des Guten in  
deinem Leben bewusst.



Engel der  
*Geduld*

Am Ende der Geduld wartet der Segen.



Engel des  
*Glücks*

Das Glück ist mit dir!



Engel der  
*Herzengüte*

Nichts leuchtet heller als ein gutes Herz.



Engel des  
*Lichts*

Es ist Zeit für eine lichtvolle Erinnerung,  
Einweihung und Erleuchtung.



Engel der  
*Ordnung*

Sei beruhigt, alles sortiert sich gerade neu.



Engel des  
*Trostes*

Kopf hoch, sonst kannst du die Sterne  
nicht sehen ...



Engel der  
*Vielfalt*

Vielleicht ist es viel leichter, als du denkst ...

# WILLENS- STÄRKE – die Kraft für das Erreichen deiner Ziele

Claudia Fabian kombiniert in diesem Kartenset 40 inspirierende Übungen und Impulse und bietet damit ein effektives Training für Durchhaltevermögen und innere Stärke. Stellen Sie Ihre Willenskraft spielerisch auf die Probe, und bauen Sie sie mit kleinen Erfolgserlebnissen stetig aus. Dann können Sie bald auch die ganz großen Ziele mit Mut und Selbstvertrauen anpacken und erreichen!

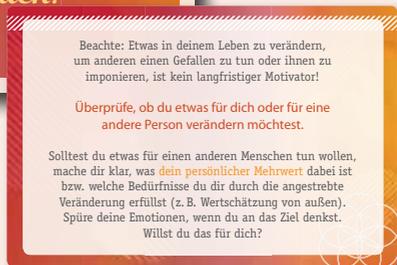
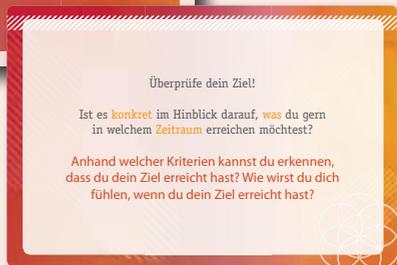
CLAUDIA FABIAN  
Trainiere deine  
Willensstärke  
Übungen, die dich in die  
Aktion bringen  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9138-9  
A € 18,50 | D € 17,95



VORDERSEITE



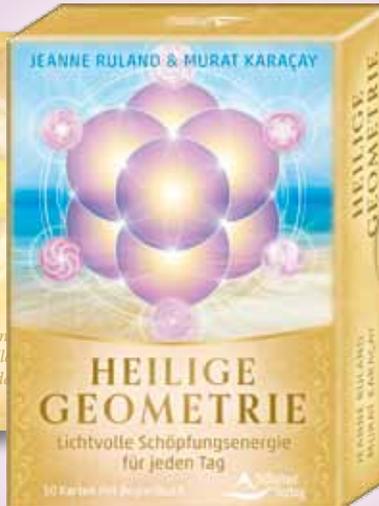
RÜCKSEITE





Erfüllung des Seelenplans  
Glück, Segen und Fülle  
im Himmel wie auf Erden

KARTENRÜCKSEITE



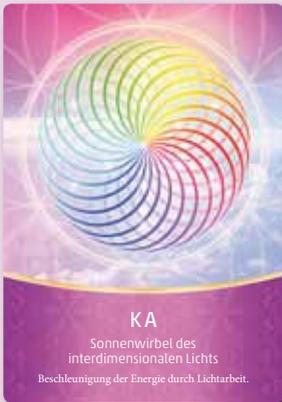
# HEILIGE GEOMETRIE

Lichtvolle Schöpfungsenergie  
für jeden Tag

50 Karten mit Begleitbuch

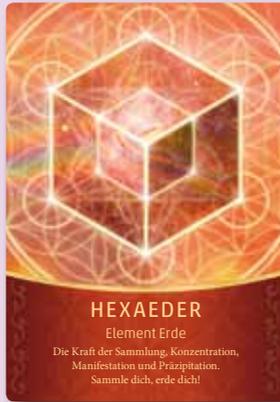
# Erkenne das GÖTTLICHE MUSTER hinter allem!

Vollkommene Formen und unendliche Muster – die Heilige Geometrie führt uns zurück in die Einheit, zu Schönheit und Harmonie. Blicken Sie mithilfe dieser Karten auf die vollendeten Formen der Schöpfung – sie schenken Ihnen alles, was Sie brauchen, um wirkungsvoll mit den heiligen und heilenden Mustern zu arbeiten. Eingebettet in ein Feld der unbegrenzten, harmonisch fließenden Lebensenergie, können Sie sich vertrauensvoll führen lassen und bringen Ihr eigenes göttliches Licht zur Entfaltung.



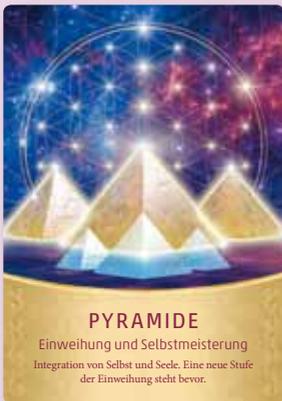
## KA

Sonnenwirbel des  
interdimensionalen Lichts  
Beschleunigung der Energie durch Lichtarbeit.



## HEXAEDER

Element Erde  
Die Kraft der Sammlung, Konzentration,  
Manifestation und Präzipation.  
Sammle dich, erde dich!



## PYRAMIDE

Einweihung und Selbstmeisterung  
Integration von Selbst und Seele. Eine neue Stufe  
der Einweihung steht bevor.



## FIBONACCI-FOLGE

Wachstumsmuster  
Rückverbindung mit dem natürlichen  
Entfaltungsplan der Schöpfung.

JEANNE RULAND  
MURAT KARAÇAY  
**Heilige Geometrie**  
Lichtvolle Schöpfungsenergie  
für jeden Tag  
50 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9097-9  
A € 20,60 | D € 19,95

# Das eigene LICHT ERSTRAHLEN LASSEN

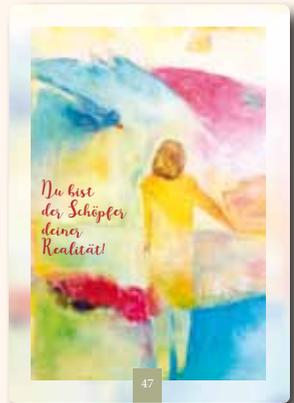
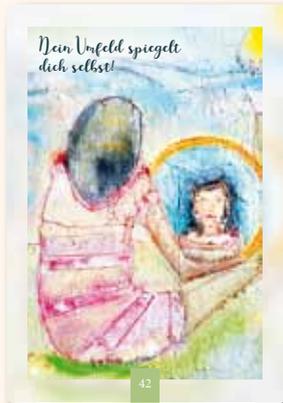
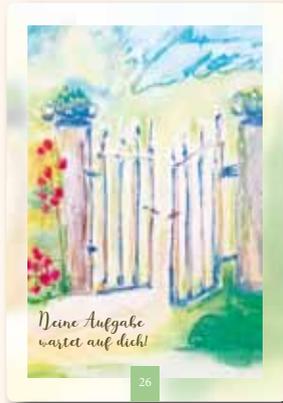
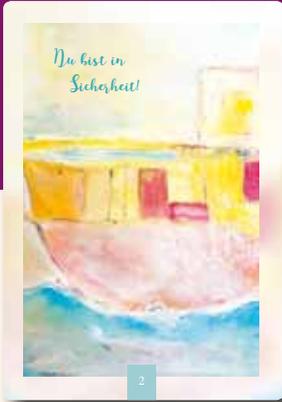
Für sich selbst eintreten, den eigenen Fähigkeiten vertrauen und Frieden mit sich finden – all dies sind nicht nur wichtige Schritte auf dem Weg zu uns selbst, sondern auch in ein lichtvolles, erfülltes Leben. Die Heilpraktikerin Martina Felder und die Künstlerin Caroline Nowecki vereinen in diesem Kartenset inspirierende Impulse und einfache Übungen mit ausdrucksstarken Bildern. Sich bewusst selbst loben, eine Entscheidung treffen oder Dankbarkeit spüren – mit den 49 Karten bringen wir jeden Tag mehr Licht in unser Leben und damit auch in die Welt.



MARTINA FELDER  
CAROLINE NOWECKI  
**Impulse für  
mehr Licht im Leben**  
Wie wir unser inneres Licht  
leuchten lassen  
49 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9139-6  
A € 25,70 | D € 24,95

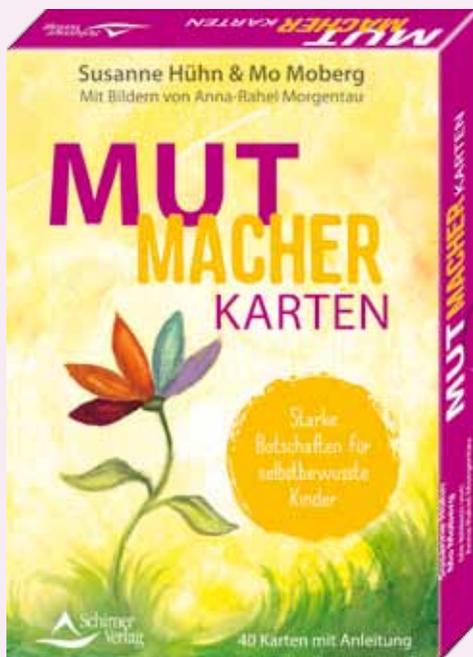


KARTENRÜCKSEITE



# SELBSTBEWUSSTE KINDER haben's leichter!

Nichts stärkt Kinder mehr als das Wissen: »So, wie ich bin, bin ich richtig.« Dieses Selbstbewusstsein und positive Denken können sie spielerisch trainieren. Das Kartenset bietet motivierende Botschaften, mit denen Kinder den Glauben an die eigene Kraft festigen und verinnerlichen können, wie liebenswert und einfach wunderbar sie sind. Ob zwischendurch, um auf gute Gedanken zu kommen, oder als Motivationsbooster in der Schule – für jede Gelegenheit gibt es die passende Karte.



SUSANNE HÜHN  
MO MOBERG  
ANNA-RAHEL MORGENTAU  
**Mutmacher-Karten**  
Starke Botschaften für  
selbstbewusste Kinder  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9137-2  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE



Ich kann immer die Wahrheit sagen.  
Auch dann, wenn es andere in  
Schwierigkeiten bringt.

2



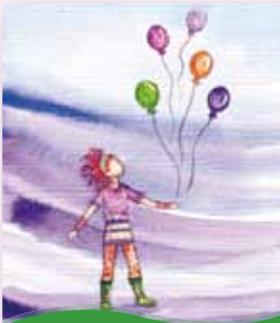
Ich kann und will alles lernen,  
was für mich wichtig ist.

3



Ich kann sagen, was ich brauche  
und was ich mir wünsche.

12



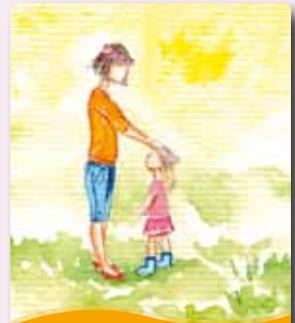
Ich helfe gern,  
aber ich muss nicht die Probleme  
von euch Erwachsenen lösen.

16



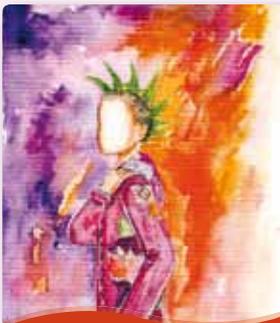
Ich bin wertvoll.

23



Ich kann anderen helfen,  
aber ich muss es nicht immer tun.

31



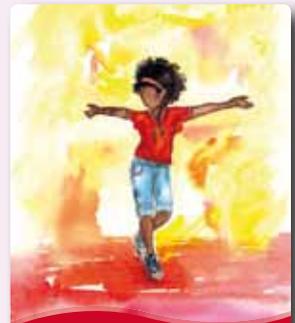
Ich darf immer genau der sein,  
der ich bin, egal, wie andere mich  
haben wollen.

35



Ich kann lernen,  
mit Grenzen umzugehen.

38

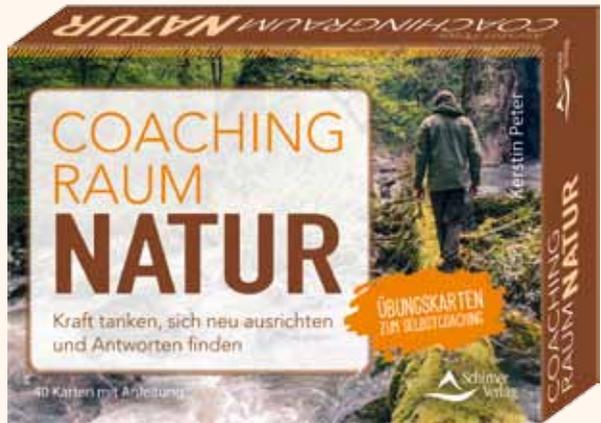


Ich kann lieben, wen ich will.

40

# Spielerisch leichte Coaching-Übungen für UNTERWEGS

Ein Aufenthalt im Wald, an einem See, am Strand oder auf einer blühenden Sommerwiese lässt uns tief entspannen und neue Kraft tanken. Doch der Coachingraum Natur kann noch so viel mehr: Draußen finden wir Antworten auf drängende Lebensfragen, können alten Ballast loslassen, Ängste überwinden, unseren Körper neu erleben, leichter Entscheidungen treffen oder uns neu ausrichten. Mit diesen Übungskarten fällt es Ihnen leicht, einen Spaziergang mit einem kurzen Selbstcoaching zu verbinden und dabei die Impulse aus der Natur zu verstehen.



**DAUER**  
ca. 30 Minuten

## Gratwanderung

In dieser Übung geht es um die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Rollen in deinem Leben. Werde dir zuerst einmal dieser Rollen bewusst, z.B. das Sonnenscheinkind oder das chaotische Kind in deiner Ursprungsfamilie. In der Schule warst du als Kind vielleicht der Klassenclown, während du als Elternteil die Rolle der Mutter oder des Vaters innehast. Auch im Berufs-

**THEMA:** sich mit den verschiedenen Rollen und Lebensthemen auseinandersetzen

**WIRKUNG:** erkennen, welche Themen eine besondere Anziehungskraft haben

**MATERIAL:** Papier und Stifte

**ORT:** Wiege, die etwas höher liegen und auf beiden Seiten eine unterschiedliche Landschaft haben, oder ein Baumstamm zum Balancieren

VORDERSEITE

KERSTIN PETER  
**Coachingraum Natur**  
 Kraft tanken,  
 sich neu ausrichten und  
 Antworten finden  
 Übungskarten zum  
 Selbstcoaching  
 40 Karten mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9141-9  
 A € 20,60 | D € 19,95

leben stehst du für unterschiedliche Belange, die sich oft von denen in deinem Freundeskreis unterscheiden. Schreibe alle Rollen, die du in den verschiedenen Lebensbereichen einnimmst, auf, und finde heraus, welche zwei Rollen dich am meisten beschäftigen und welche Lebensbereiche dazugehören. Suche nun einen Ort auf, an dem du auf einem Grat wanderst. Du kannst auch auf einem Baumstamm balancieren. Schau dich um, und ordne jeder Seite eine deiner Rollen zu. Gehe dann den Grat oder den Baumstamm entlang, und erspüre, zu welcher Seite es dich hinzieht. Begib dich auf diese Seite, und sieh dich um. Was siehst oder hörst du? Was begegnet dir? Wie fühlt es sich an, sich ganz bewusst in diese Rolle hineinzubegeben? Wie verhältst du dich? Nimmst du eine Vermischung mit einer anderen Rolle wahr?

Fühlst du dich in dieser Rolle z.B. eher als Kind, Jugendlicher, Mutter, Vater, Frau, Mann oder Weiser? Blicke dann auf die andere Seite, und spüre auch hier in dir nach. Wo fühlst du dich lebendiger und wo energieloser? Welche Rolle fühlt sich ganz authentisch an und welche vielleicht aufgesetzt? Wann genau geschieht der Wechsel, und was verändert sich dadurch in dir? Welche Rolle möchtest du zukünftig stärken? Finde dafür ein Ritual. Solltest du alle deine Rollen gleichzeitig anschauen wollen, suche dir einen Ort, an dem du sie mithilfe von Naturgegenständen um dich herum aufstellen kannst. Vielleicht findest du auch Bäume oder Sträucher als Stellvertreter. Wechsle zwischen diesen Positionen hin und her, komme mit deinen verschiedenen Rollen in Kontakt, und führe einen inneren Dialog mit ihnen.



RÜCKSEITE

**DAUER:**  
ca. 30 Minuten

## Schattenspiel

**THEMA:** sich mit den eigenen Schattenthemen auseinandersetzen

**WIRKUNG:** schwere Themen können sich überraschend leicht anfühlen

**MATERIAL:** Papier und Stifte/ evtl. eine Laterne oder andere Lichtquelle/Smartphone

**ORT:** überall, aber nur bei Sonnenschein



Diese Übung kannst du an einem sonnigen Tag machen oder vor einer künstlichen Lichtquelle. Ich habe sie beim Joggen entdeckt, als ich meine gewohnte Runde einmal andersherum gelaufen bin und mein Schatten vor mir herlief. Dabei überlegte ich mir, wie mich andere Menschen wohl wahrnehmen. Ich probierte während des Laufens verschiedene Körperhaltungen aus und kam zu dem Schluss, dass ich am liebsten als offener Mensch gesehen werden wollte. Also lief ich mit offenen Armen weiter, bis ich erkannte, wie anstrengend das war und dass es mir in dem Augenblick darum ging, wie andere Menschen mich sehen, und nicht, wie ich mich fühle. Experimentiere und spiele mit deinem Schatten auf ähnliche Art und Weise. Vielleicht möchtest du deine Gedanken und Gefüh-

le über deinen Schatten und die Themen, die sich dahinter verbergen, zum Ausdruck bringen. Schreibe alle Erkenntnisse auf. Fotografiere dein Schattenbild, und beschrifte das Bild, oder bastle später eine Collage um dein Schattenbild. Wenn du mit einer künstlichen Lichtquelle arbeitest, kannst du deinen Schatten auch in der Größe verändern. Finde heraus, wie du in Zukunft deine Schattenthemen spielerisch in den Fokus rücken oder deine Perspektive verändern willst. Manchmal helfen bereits kleine Veränderungen, z.B. um Hilfe bitten, obwohl du alles allein bewältigen kannst. Die Übung eignet sich auch dazu, mit einem Freund ein Gespräch zu führen, indem ihr nur mithilfe eurer Schatten kommuniziert.



**DAUER:**  
ca. 40 Minuten

**THEMA:** Welche Spuren hinterlasse ich?/die eigenen Aufgaben im Leben beleuchten/Themen aus einer anderen Perspektive betrachten

**WIRKUNG:** Blick in die Zukunft

**MATERIAL:** Papier und Stifte

**ORT:** ein Ort, an dem du Spuren hinterlassen kannst, z.B. Strand, im Schnee

## Spuren

Zu dieser Übung habe ich am Strand von Tunesien gefunden, als ich beim Joggen immer wieder meine eigenen Fußspuren begegnet bin. Ich lade dich ein, dieses Experiment auch einmal zu versuchen. Laufe so lange am Strand, auf sandigem Boden oder



im Schnee entlang, bis dein Kopf leer ist. Kehre um, und betrachte deine eigenen Spuren. Überlege dir beim Zurücklaufen, welche Spuren du bisher im Leben hinterlassen hast. Was bleibt, wenn du gehst? Vielleicht ein gutes Rezept, bestimmte Werte, ein Baum, den du selbst gepflanzt hast, ein von dir gemaltes Bild, Kinder ... Schreibe deine Antworten auf, und überlege dir, welche weiteren Spuren du hinterlassen möchtest und was deine Aufgaben im Leben sind. Finde zu einem dieser Punkte eine konkrete Aktion, die du in der nächsten Woche durchführst.

Als Variante dieser Übung kannst du auch ein Flugzeug am Himmel betrachten und seine Spur (Kondensstreifen) verfolgen. Stelle dir dann vor, dass du ein Flugzeug am Himmel siehst, das ein Werbebanner hinter sich herzieht. Auf diesem Banner steht etwas zu deinem Leben. Was siehst du dort, bzw. was sollte zu lesen sein? Welche Schritte in deinem Leben sind noch zu tun, damit das richtige Banner hinter dem Flugzeug weht?



**DAUER:**  
ca. 60 Minuten

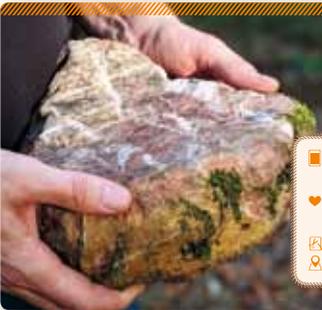
## Mein Ballast

**THEMA:** Welche Themen verbergen sich hinter meinem Ballast?

**WIRKUNG:** neue Perspektiven auf ein Thema erhalten

**MATERIAL:** evtl. ein Seil

**ORT:** überall



Solltest du allein in der Natur sein, suche dir einen Gegenstand, den du gerade noch tragen kannst. Gehe los, und trage deine Last so lange, bis du das Thema erkennst, das sich hinter ihr verbirgt. Sollte dein Thema zunächst nicht auftauchen, trage die Last einfach so lange, bis du nicht mehr kannst. Sei achtsam, damit du nicht über deine Grenzen hinausgehst. Lege danach eine Pause ein, um später erneut deinen Ballast tragen zu können. Suche dir vielleicht einen Anstieg, um ihn noch stärker zu spüren. Sobald sich dir ein Thema erschließt, trage die Last weiter, und reflektiere, wozu sie dir dient. Wo ist diese Last für dich am stärksten spürbar? Empfindest du körperliche Schmerzen? Ist es dein Packchen oder der Ballast eines anderen? Vielleicht möchtest du einen inneren Dialog mit deiner Last beginnen, um

herauszufinden, was sie dir sagen möchte. Was gewinnst oder verlierst du durch das Tragen der Last? Was kann dich dabei unterstützen, sie loszulassen? Finde heraus, welche Themen dich innerlich bewegen und welche Gedanken und Bilder du dazu hast. Dann probiere aus, deinen Ballast abzulegen und ohne ihn weiterzugehen. Dabei ist es interessant, wie genau du dich der Last entledigst. Würst du sie weg, oder legst du sie behutsam ab? Möchtest du sie verbrennen oder in einen Fluss werfen? Dieser Loslassen kannst du spielerisch erforschen. Reflektiere auch, wie es sich körperlich anfühlt. Spürst du eine Erleichterung? Was ist der Gewinn, und was ist der Verlust beim Loslassen? Überlege dir konkrete Schritte, wie du deine Erkenntnisse in den Alltag integrieren kannst.



**DAUER:**  
ca. 10 Minuten

**THEMA:** sich auf bestimmte Sinne fokussieren

**WIRKUNG:** in der Natur ankommen

**ORT:** überall

## Ohren anknipsen und Eulenblick



Diese Wahrnehmungsübung eignet sich für den Anfang eines jeden Naturaufenthaltes. Sie ermöglicht es dir, dich mit dem Seh- und dem Hörsinn ganz auf die Natur einzulassen. Suche dir einen Ort, an dem du keinen Straßenlärm vermindest. Schließe deine Augen, und richte deine ganze Aufmerksamkeit auf deine Ohren. Versuche, alle Geräusche vor dir wahrzunehmen. Konzentriere dich danach auf die Geräusche in deinem Rücken, und lenke deine Wahrnehmung zuerst auf deine rechte und dann auf deine linke Seite.

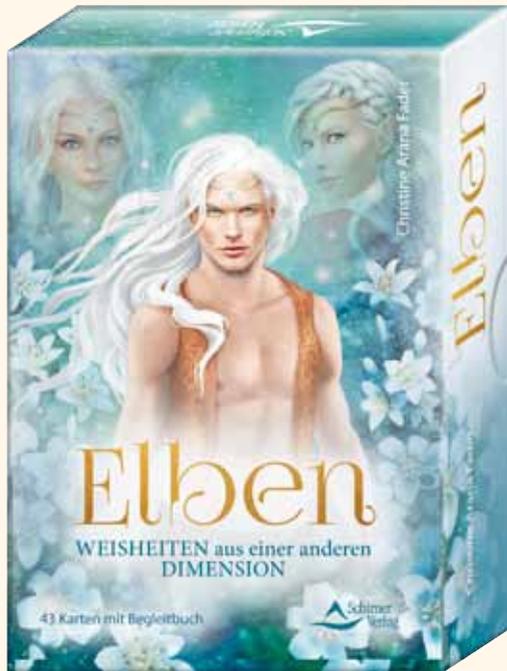
Öffne anschließend bewusst deine Augen, und versuche, sie auf einen Punkt zu fokussieren. Stelle dann deinen Blick auf den sogenannten Eulenblick ein, den Weiblick, und versuche, in die Weite zu schauen und auch die Dinge außerhalb deines normalen Blickfeldes wahrzunehmen. Wechsle ein paar mal zwischen fokussiertem Blick und Eulenblick. Auf diese Weise kommst du ganz in der Natur an und lässt den Alltag hinter dir.



# Voller WEISHEIT, friedvoll und in tiefem EINKLANG MIT DER NATUR – das ist die Welt der Elben

Doch was viele nicht wissen: Elben sind keine Naturwesen wie Elfen oder Zwerge, sondern wie wir inkarnierte Seelen. Ihr Volk gehört zu den ältesten im Universum. Mit ihrer Weisheit führen sie uns auf lichtvolle Pfade, zu Heilung, Klarheit und Bewusstheit und lehren uns Achtsamkeit und die Liebe zur Natur. Dieses Kartenset stellt nicht nur die bekanntesten Elben wie Artanis, Dian Cecht und Airmed vor, sondern schenkt auch tiefe Einblicke in die Gaben und Werte der Elben. Dank unterstützender Übungen hilft es uns, langfristig an unseren Lebensthemen zu arbeiten – für eine Welt in Licht und Liebe.

Mit wunderschönen Bildern der Künstlerin Sylvia Gruber.



CHRISTINE ARANA FADER  
Elben  
Weisheiten aus einer  
anderen Dimension  
43 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9124-2  
A € 25,70 | D € 24,95

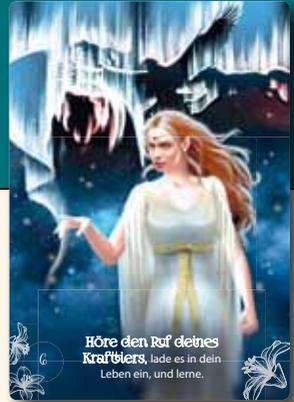
KARTENRÜCKSEITE



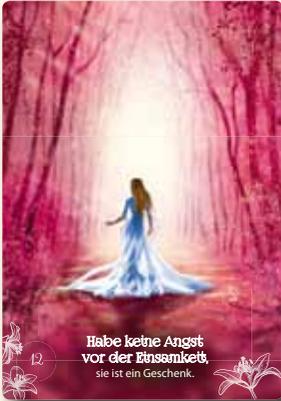
2 Eine Fähigkeit in dir erwacht zum Wohle aller Wesen, sei bereit.



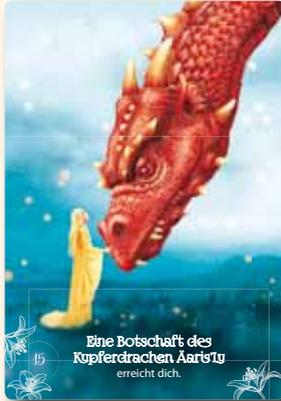
4 Lebe die Leichtigkeit, und verstehe, dass sie der neutrale Moment zwischen Lachen und Weinen ist.



6 Höre den Ruf deines Krafttiers, lade es in dein Leben ein, und lerne.



12 Habe keine Angst vor der Einsamkeit, sie ist ein Geschenk.



15 Eine Botschaft des Kupferdrachen Aaristyn erreicht dich.



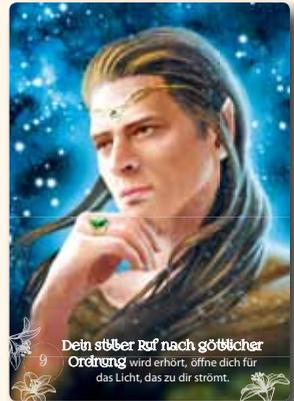
22 Ehre die lichtvollen Wesen an deiner Seite, und sei dankbar.



30 Gehe neue Wege, und wandele auf dem Pfad der Liebe und Heilung.



41 Strebe die Vollendung des Kampfes an, und beginne, das Leben zu tanzen.

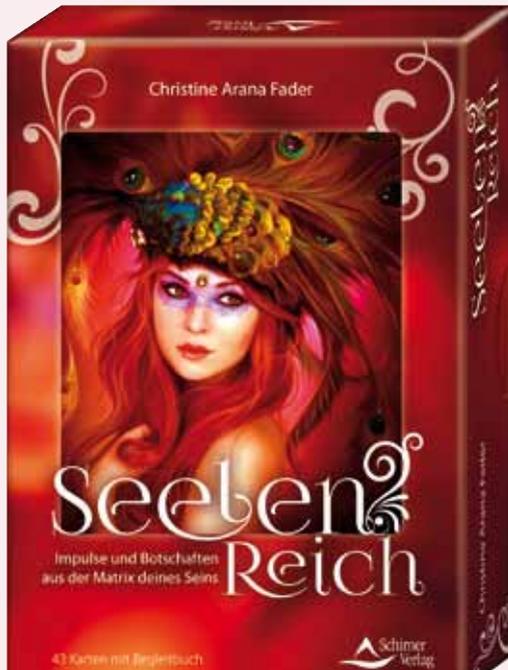


9 Dein stiller Ruf nach göttlicher Ordnung wird erhört, öffne dich für das Licht, das zu dir strömt.

# Magisch schöne BOTSCHAFTEN DER SEELE

Der Weg deiner Seele ist ein heilsamer Weg, ein Weg des Herzens. Mit fantastischen Bildwelten und tief greifenden Botschaften leiten uns diese 43 traumhaften Karten dazu an, die zarten Worte unserer Seele zu hören und zu verstehen. Vier Gefährten unterstützen uns auf unserem Seelenweg: Ein Krafttier, ein Heilstein, eine Pflanzenessenz und eine Zahl – passend zu jeder Karte – sind für 21 Tage an unserer Seite, um das jeweilige Lebensthema zu erlösen oder zu verstärken.

Mit wunderschönen Bildern der Künstlerin Elena Dudina.



CHRISTINE ARANA FADER  
**Seelenreich**  
Impulse und Botschaften  
aus der Matrix deines Seins  
43 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9117-4  
A € 25,70 | D € 24,95

KARTENRÜCKSEITE



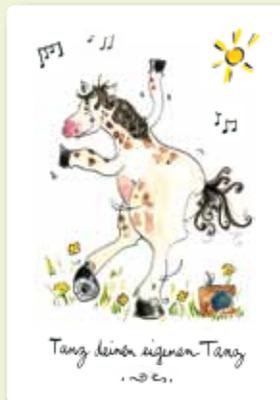
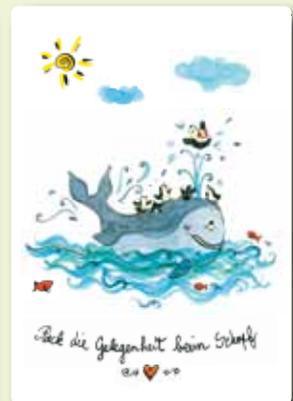
# Zauberhafte Tageskarten, die einfach GLÜCKLICH machen!

»Nimm eine Leichtigkeitsdusche«, »Tue etwas Unerwartetes«, »Erkenne den Wert des Irrtums« oder »Spiele die Melodie deiner Seele«: Die zauberhaften Botschaften und fröhlichen Bilder dieses Kartensets erinnern uns täglich daran, die WunderSamen in unserem Leben zu pflanzen und wachsen zu lassen. Schenken wir den einfachen Dingen mehr Raum und lassen wir uns von Freude und Leichtigkeit begleiten, gehen sie als Glück und Unbeschwertheit auf. Dann strahlen wir mit der Sonne um die Wette – auch wenn es einmal regnet.

ANNE BRANDT  
ANNELIESE TSCHENETT  
**WunderSamen**  
Zauberhafte Impulse voller  
Leichtigkeit  
und Freude  
50 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9133-4  
A € 15,40 | D € 14,95



KARTENRÜCKSEITE



# Kleine GLÜCKS- IMPULSE für Groß und Klein



KARTENRÜCKSEITE



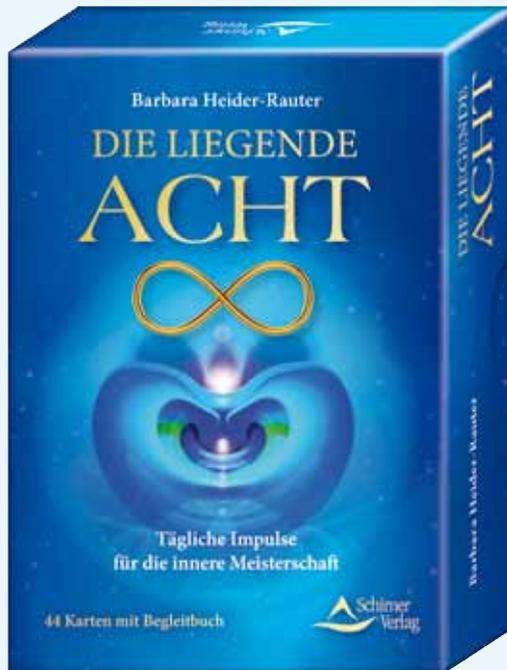
Sie zaubern Leichtigkeit in die Herzen und ein Lächeln auf die Lippen: die Seelenstreichler-Karten der Künstlerin Melanie Riemer. Die zuckersüßen Aquarellbilder kombiniert mit liebevollen Ich-bin-Glücksgeanken machen dieses Kartenset zu einem entzückenden Begleiter durch den Alltag und lassen die Selbstliebe, den Mut und die Freude wachsen und gedeihen.



MELANIE RIEMER  
Zauberhafte  
Seelenstreichler  
Ich-bin-Glücksgeanken  
für jeden Tag  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9111-2  
A € 17,50 | D € 16,95

# INNERE BALANCE finden mit der Schwingung des Unendlichkeitssymbols

Barbara Heider-Rauter zeigt Ihnen mit diesem einzigartigen Kartenset, wie Sie die Lemniskate für mehr Harmonie und Frieden einsetzen. Das Ursymbol der Vollkommenheit und der Balance vereint die Polaritäten des Lebens, gleicht den Energiefluss aus und unterstützt Sie dabei, von der Dualität des Erdendaseins in das All-eins-Bewusstsein zu finden. Ziehen Sie täglich eine der kraftvollen Karten, und aktivieren Sie den ewigen Energiefluss, um ein wichtiges Lebensthema in Harmonie zu bringen. Lassen Sie sich von der liegenden Acht und den hochenergetischen Bildern dieser Karten den Weg Ihrer spirituellen Entwicklung weisen.



BARBARA HEIDER-RAUTER  
Die liegende Acht  
Tägliche Impulse für die  
innere Meisterschaft  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9123-5  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



### BEDINGUNGSLLOSE LIEBE

In mir und aus mir erstrahlt die bedingungslose Liebe. Die liegende Acht nimmt meine Liebesschwingung auf und trägt sie hinaus in die Welt.



### AHNEN

Ich achte das wertvolle Erbe meiner Ahnen. Meine Vorfahren sind mir immer nah, und ich freue mich über ihre positive Unterstützung für mein Leben.



### BERUFUNG

Die liegende Acht schenkt mir tiefe Einsichten in die Gesetzmäßigkeiten meiner Inkarnation. Erfüllt von tiefer Liebe, komme ich meiner Berufung nach.



### DANKBARKEIT UND DEMUT

Ich bin gesegnet mit dem immerwährenden Strom der Dankbarkeit und ich lasse diese heilsame Energie mithilfe der liegenden Acht durch mich hindurch- und aus mir hinausströmen – zum Wohle aller Wesen.



### GEBORGENHEIT

Durch das Geschenk der liegenden Acht bin ich tief in mir geborgen und fühle mich in meinem Leben sicher. Meine Geborgenheit strahlt aus mir hinaus und lässt alle Wesen sicher sein.



### INTEGRATION

Meine Lebenserfahrungen und die Weisheit der himmlischen Welten nehmen einen Raum in mir ein. Alles, was mir auf meiner Lebensreise dienlich ist, integriert sich jetzt in jede einzelne Zelle meines Körpers.



### PARTNERSCHAFT

Himmelsche Harmonie durchtrömt – einem ewigen Segensquell gleich – meine Partnerschaft.



### WANDLUNG

Ich bin offen für alle Geschenke des Lebens, die durch die Kraft der Wandlung zu mir kommen wollen.



### EMOTIONALE KLARHEIT

Die liegende Acht unterstützt mich jetzt dabei, mein Emotionalfeld zu heilen. Ich bin stark und entschlossen, meine klaren Entscheidungen sind hilfreich für mich und alle anderen.

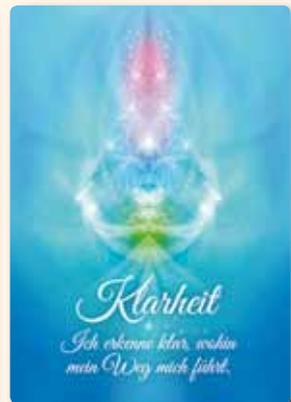
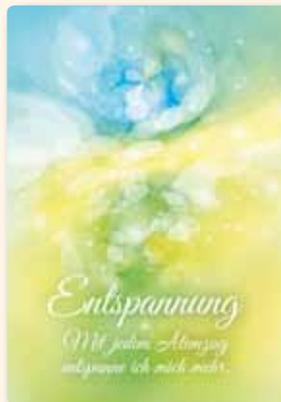
# Entdecke den SCHATZ, der in dir liegt!

Wonach sehnen wir uns gerade besonders? Brauchen wir einen kräftigen Energieschub oder eine große Portion Mut? Manchmal möchten wir uns auch einfach nur vertrauensvoll in die Geborgenheit des Seins kuscheln, etwas Trost und Verständnis erfahren und tiefen Frieden finden. Die unendlich liebenden Energien des Universums bieten uns all dies. Und das Beste ist: Sie sind bereits in uns! Jede Karte dieses Kartensets schenkt uns eine klare Botschaft unserer Seele, mit der wir unsere schöpferische Kraft im täglichen Leben nutzen können. Die farbenfrohen, multidimensionalen Energiebilder lassen uns die Liebe und die Gaben unserer Seele spüren und führen uns zu Leichtigkeit und purem Glück.

GABY SHAYANA HOFFMANN  
**Die Schatzkammer  
deiner Seele**  
Empfange pure Energie  
und Liebe  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9126-6  
A € 22,60 | D € 21,95



KARTENRÜCKSEITE

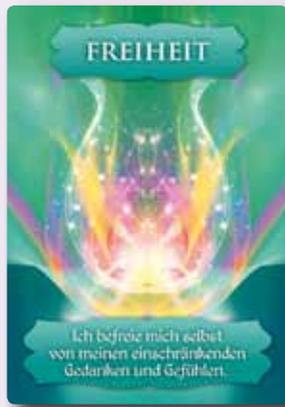




KARTENRÜCKSEITE

# Die Energien des DRACHEN erinnern uns an unsere wahre Kraft und Stärke

Gaby Shayana Hoffmann hat mit den »Drachenkraft-Energien« multidimensionale Bildportale erschaffen, die uns die kraftvollen Energien des Drachenbewusstseins zugänglich machen: Wer sich der Freude öffnet, fühlt, dass sein Leben leichter wird. Wer zur Ruhe kommt, schöpft neue Energie. Wer auf sein Herz vertraut, wird liebevoll geführt. Mit den intensiven Schwingungen und klaren Botschaften der Drachen können wir unsere schöpferische Kraft im täglichen Leben verwirklichen und endlich uneingeschränkt frei sein.



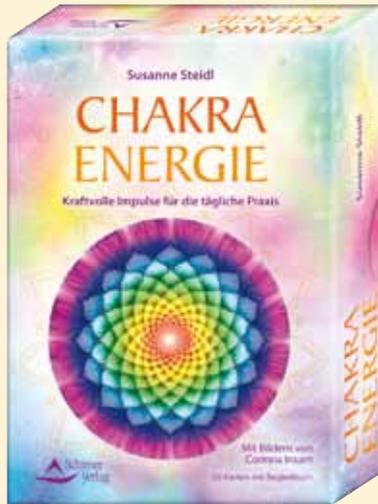
GABY SHAYANA HOFFMANN  
**Drachenkraft-Energien**  
 Aktiviere die reine schöpferische Kraft in dir  
 50 Karten mit 120-seitigem Begleitbuch  
 ISBN: 978-3-8434-9069-6  
 A € 20,60 | D € 19,95

# Aktiviere deine 7 KRAFT- ZENTREN - jeden Tag!

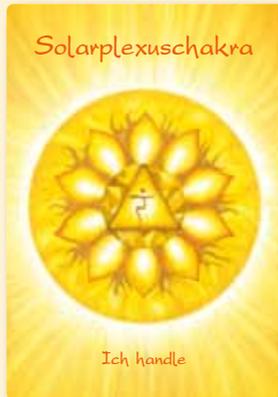
Die Chakras versorgen uns auf allen Ebenen mit kosmischer Energie und sind somit entscheidend für unser körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden. Dieses Kartenset verbindet kraftvolle Chakrabilder mit wertvollen Anregungen und einfach umsetzbaren Übungen. Von Affirmationen über Tipps für den Alltag bis hin zu Yoga- und Mudrahaltungen – mit den vielfältigen Impulsen können wir die Chakras klären, ausgleichen und stärken und so die Quellen unserer Lebenskraft zum Sprudeln bringen.

Mit Illustrationen von  
Corinna Insam.

SUSANNE STEIDL  
**Chakra-Energie**  
Kraftvolle Impulse für die  
tägliche Praxis  
50 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9129-7  
A € 20,60 | D € 19,95



VORDERSEITE



RÜCKSEITE





*Abschied heißt auch Neubeginn.*

KARTENRÜCKSEITE



Das Leben ist  
**WUNDERVOLL,**  
und jeder  
Moment ist  
es wert,  
ihn zu einem  
besonderen  
zu machen.



*Das Leben hat schwarze und weiße Streifen – und beide ...*



*Der Kopf denkt, der Bauch leckt, das Herz weiß!*



*Erwarte das Unerwartete.*



*Der Draht nach oben hält dich sicher.*

Der Kleine Engel, bekannt aus »Bild der Frau«, hilft mit aufmunternden Botschaften und Weisheiten, schöne Gedanken in unser Leben zu bringen. Mit ihm fällt es leicht, Traurigkeit zu überwinden, Kraft zu schöpfen oder auch anderen eine Freude zu machen. Mit seiner charmanten Art versprüht er in jeder Situation positive Energie und Optimismus und schenkt Zuversicht und Lebensfreude. Das macht ihn nicht nur zum perfekten Begleiter in allen Lebenslagen, sondern auch zu einem hervorragenden Geschenk für einen ganz besonderen Herzensmenschen.

PETRA ARNDT  
**Der Kleine Engel**  
Botschaften für die Seele  
50 Karten mit Anleitung  
ISBN:978-3-8434-9183-9  
A € 17,50 | D € 16,95

# Kraftvolle Botschaften, die direkt ins HERZ gehen

Nichts trennt uns mehr vom Leben als der Verstand. Wenn die Gedanken um Vergangenheit und Zukunft kreisen, vergessen wir, im Hier und Jetzt zu sein. Doch nur im Moment können wir die Realität erschaffen, die wir uns ersehnen.

Die Botschaften der 45 Karten richten unseren Fokus auf unser Herz und verbinden uns mit dem »Ich bin«, jener Kraft, die uns nährt und das Vertrauen schenkt, dass alles so kommt, wie wir es uns wünschen. Sie öffnen unser Bewusstsein, unterstützen dabei, Veränderungen zu begrüßen – und unser wahres, strahlendes Selbst zu leben.

ALEXANDER WURSTER  
**Verbindung mit der  
Ich-bin-Gegenwart**  
Vom Denken ins Fühlen –  
Stärke deine Herzverbindung  
45 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9125-9  
A € 20,60 | D € 19,95





KARTENRÜCKSEITE

LEID UND TRAUER SIND ERFAHRUNGEN,  
DIE DICH **DAS GLÜCK**  
**DES LEBENS** ERKENNEN LASSEN.

In jedem menschlichen Leben gibt es Höhen und Tiefen. Erfreue dich an den schönen Zeiten, und wachse an den weniger schönen. Jede Herausforderung im Leben ist eine Chance auf einen Neubeginn. Gehe mutig die notwendigen Schritte, und wachse an den Aufgaben deiner Seele.

**ICH WEISS**, DASS DU JEDE  
HERAUSFORDERUNG IM LEBEN  
MEISTERN KANNST.

Fühle die Kraft deiner Seele! Erkenne, was du bereits alles geschafft hast. Es ist unglaublich, wie stark du bist! Jede Erfahrung bringt dich einen Schritt weiter und lässt deine Seele wachsen. Jede Erfahrung macht dich schöner, denn sie entzündet das Licht des Lebens und der Heilung in dir. Trage dieses Licht mit Stolz, und zeige es der Welt!

ICH DANKE DIR DAFÜR, DASS DU MICH MIT  
ALL MEINEN STÄRKEN UND SCHWÄCHEN  
**IMMER GELIEBT** HAST.

Schenke auch dir selbst diese Liebe. Setze mehr Vertrauen in dich. Nicht alles, was von außen kommt, muss richtig und stimmig für dich sein. Lasse dich davon nicht beeinflussen, sondern konzentriere dich auf die tiefen Empfindungen, die in dir ruhen. Fühle sie, und vertraue ihnen. Baue dein Selbstvertrauen aus, und erkenne, wer du bist.

# Botschaften, die trösten und **MUT** **MACHEN**

Ob absehbar oder vollkommen unerwartet: Wenn geliebte Menschen ihre letzte Reise antreten, trifft uns das schwer, und wir bleiben mit einem tiefen Gefühl der Trauer und der Sehnsucht zurück. Doch auch wenn es zunächst so scheint, als ob unsere Lieben uns verlassen hätten, sind sie uns doch ganz nah: Denn auf der seelischen Ebene bleiben wir immer mit ihnen verbunden. Sanft und voller Gefühl unterstützt uns Nathalie Schmidt dabei, diese Verbundenheit wahrzunehmen. Über die 44 einfühlsamen Impulse können wir mit unseren Liebsten in Kontakt treten.

**NATHALIE SCHMIDT**  
**Ich bin bei dir – für immer**  
Was dir eine geliebte Seele  
noch sagen möchte  
44 Jenseits-Botschaften  
mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9116-7  
A € 20,60 | D € 19,95

# Verbinde dich mit dem SPIRIT DER PFLANZEN

Die Seele ist besonders empfänglich für die Energien von Räucherungen. Doch nicht immer fällt es leicht, zu erkennen, welche seelischen Aspekte gerade angeschaut werden wollen. Durch das intuitive Ziehen der Karten erhalten Sie einen wertvollen Hinweis. Und indem Sie sich mit dem liebevoll gezeichneten Geist der Pflanze verbinden und die speziell zusammengestellte Räuchermischung anwenden, können Sie Ihr Thema auch gleich auflösen! Ob es darum geht, sich zu entspannen oder zu erden, Dankbarkeit oder Urvertrauen zu entwickeln – die Pflanzen sind Ihre Verbündeten auf dem Weg zu innerem Frieden.



ANNEMARIE HERZOG  
PETRA KÜHNE  
Räucherungen für die Seele  
Intuitiv zur richtigen  
Mischung  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9122-8  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



**FRIEDEN UND  
GELASSENHEIT ENTWICKELN**

Ich erkenne meine Potenziale und lasse nur Positives an mich heran.

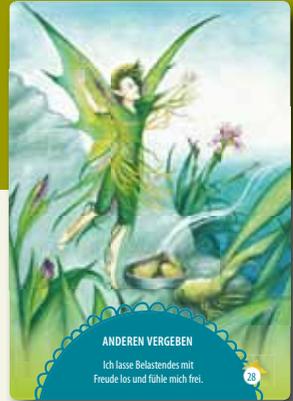
1



**IN HARMONIE  
LEBEN**

Ich lasse alle Spannungen los und erfreue mich am Leben.

6



**ANDEREN VERGEBEN**

Ich lasse Belastendes mit Freude los und fühle mich frei.

28



**GEBORGEN SEIN**

Ich bin inmitten aller Veränderungen geboren.

8



**AUF DIE  
INTUITION HÖREN**

Ich lasse meine innere Stimme sprechen und höre auf sie.

15



**SICH SELBST LIEBEN**

Ich liebe und nehme mich so an, wie ich bin, und sorge für mich.

22



**GEFÜHLE ZULASSEN**

Ich gestatte allen Gefühlen, die ich in mir trage, da zu sein.

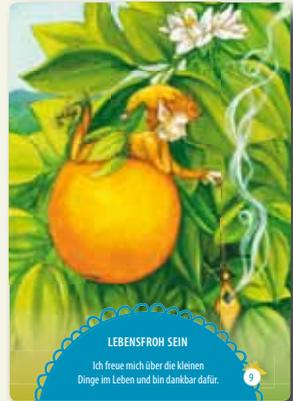
30



**KRAFT UND  
ENERGIE TANKEN**

Jede Zelle meines Körpers ist von Kraft und Energie erfüllt.

41



**LEBENSFROH SEIN**

Ich freue mich über die kleinen Dinge im Leben und bin dankbar dafür.

9

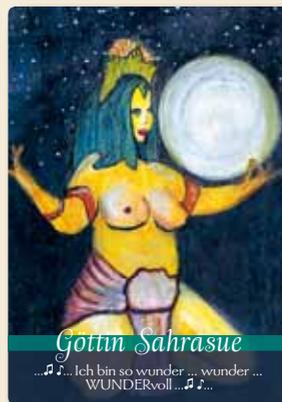
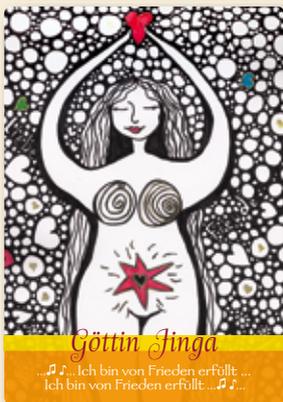
# In uns allen lebt eine GÖTTIN!

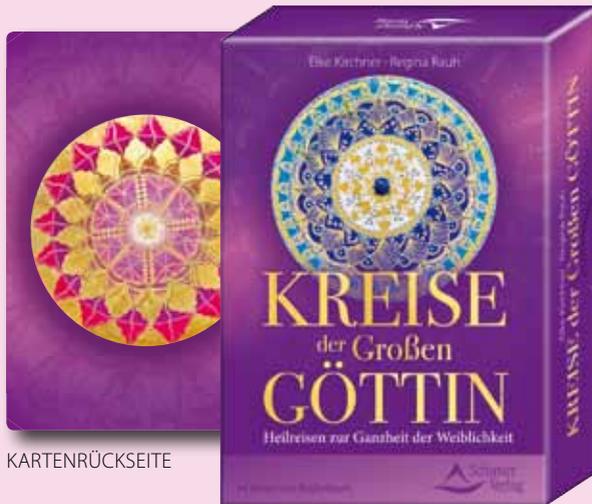
Wir schenken unserer ureigenen Weiblichkeit oft nicht genug Beachtung. Die von der spirituellen Künstlerin Sonja Ziemann liebevoll gemalten Göttinnenbilder und herzlichen Mantren wirken unmittelbar auf uns und unterstützen uns dadurch, diesen inneren Anteil wertzuschätzen. Intuitiv finden wir auf diese Weise zur Weiblichkeit, zu unserer inneren Göttin zurück. Dalida, Sabyfly oder Manuela – diese und weitere charaktervolle Göttinnen stehen uns auf unserem Weg zur Heilung und Ganzheit zur Seite. Mit spielerischer Leichtigkeit können wir so Selbstliebe und Freude in unser Leben einladen.

SONJA ZIEMANN  
Die Göttin lebt in dir  
Heile deine Weiblichkeit  
44 Karten mit 16-seitiger  
Anleitung  
ISBN 978-3-8434-9076-4  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# Heilreisen zur Entfaltung der WEIBLICHKEIT

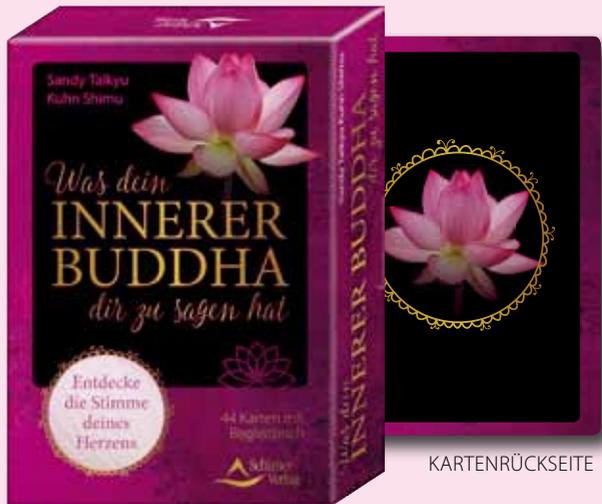
Die Heilerin, die Künstlerin oder doch eher die Mutige – welches weibliche Potenzial schlummert in mir und möchte heute gesehen werden? Antwort schenken uns die 44 Karten der medialen Heilerin Elke Kirchner und der spirituellen Künstlerin Regina Rauh. Mit jeder Karte tauchen wir ein in eine magisch-tiefe Welt, die uns einen Aspekt der Großen Göttin offenbart und uns die heilsamen Energien des Mandalas zufließen lässt, damit wir unsere urweibliche Schöpferkraft entfalten.

ELKE KIRCHNER  
 REGINA RAUH  
**Kreise der Großen Göttin**  
 Heilreisen zur Ganzheit der Weiblichkeit  
 44 Karten mit Begleitbuch  
 ISBN: 978-3-8434-9120-4  
 A € 20,60 | D € 19,95  
 Ab April 2022:  
 A € 22,60 | D € 21,95

# Der beste Coach steckt IN UNS SELBST

In jedem von uns gibt es einen erleuchteten Buddha: die Stimme unseres Herzens, die uns in allen wichtigen Bereichen beisteht. Herausforderungen – ob sie die allgemeine Lebenssituation, zwischenmenschliche Beziehungen oder die eigene Persönlichkeit betreffen – lassen sich nie im Außen, sondern immer nur in uns selbst meistern. Sandy Taikyu Kuhn Shimu, Coach und beliebte Zen-Meisterin, gibt uns dafür 44 wertvolle Lebensweisheiten und entsprechende Kurzcoachings an die Hand. Sie schenken uns die Kraft, das eigene Denken und Handeln zu verändern und Situationen ihre Schwere zu nehmen.

SANDY TAIKYU KUHN SHIMU  
**Was dein innerer Buddha  
dir zu sagen hat**  
Entdecke die Stimme deines  
Herzens  
44 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9115-0  
A € 15,40 | D € 14,95



KARTENRÜCKSEITE



# Impulse und Anregungen für die MYSTISCHE ZEIT



KARTENRÜCKSEITE

Die Rauh Nächte sind die Zeit des Übergangs, in der die Schleier zur Anderswelt so dünn sind, dass wir Einblick in das Geflecht des Lebens erhalten. Für viele genau die richtige Zeit zum Weissagen und Orakeln: Dieses Kartenset öffnet die Räume von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Auf Träume achten, Räuchern zum Aufladen oder Reinigen oder einen Segen sprechen - mit diesen Meditationskarten erhält der Anwender intuitiv immer die richtigen Impulse für die mystische Zeit zwischen den Jahren.

### Beten & Fasten

*Beten bedeutet: sich im Lichte betten.*

Fasten und Beten helfen, sich auf das Gute, das Wesentliche und Heilbringende zu fokussieren. Vielleicht magst du deinem Körper nach den Feiertagen für einen Tag etwas Pause mit Wasser und Suppe gönnen. Nimm dir heute Zeit, dich zu zentrieren. Tue dies auf deine Weise. Hier ein möglicher Weg: Zünde eine Kerze an, und schaffe eine ruhige Atmosphäre. Atme ein paar mal tief ein und aus, und komme ganz zu dir selbst. Wende dich an einen Meister oder Engel deiner Wahl, indem du dein Anliegen positiv formulierst und mit den Worten deines Herzens zum Lichtwesen sprichst. Dann öffne deine Hände nach oben, und sprich dreimal »Möge der goldene Regen des Segens in alles hineinströmen. So soll es sein.«

*ICH BIN LICHT! Ich bin in Licht gebettet, getragen, gesiegt und geführt. Danke. Amen in Liebe.»*

### Beziehungsgflecht

*Ordne und positioniere dich neu!*

Es gibt immer wieder bewegte Zeiten, durch die jeder hindurchgeht. Heute ist es Zeit, dein Beziehungsgflecht in Augenschein zu nehmen. Halte in deinem Rauhnaht-Tagebuch deine wichtigsten Beziehungen fest, und notiere dir, warum sie so wertvoll für dich sind. Welche ist deine Position? Welche Beziehungen möchtest du vertiefen? Wie kamst du sie vertiefen? Welche Beziehungen wollen geklärt und gereinigt werden? Welche Beziehungen wollen nun endgültig losgelassen werden, und welche neuen Beziehungen wollen geknüpft und verstärkt werden? Welche Beziehungen befinden sich im Wandel? Bade dein Beziehungsgflecht in deiner Vorstellung in heilsamem goldenem Segenslicht. Stelle dir vor, wie es im Einklang mit dem neuen Jahr ausgerichtet wird.

*Ich vergebe, versöhne, lasse los und wähle Wege in Vorstärkung. Gute und Sanftmut in Beziehungen.»*

### Kosmischer Kompass

*Bestimme deinen Standort und deine neue Richtung!*

Erkenne die Zeichen, die Zyklen der Zeit – so wirst du getragen im kosmischen Geleit. Ein Jahr geht zu Ende, ein neues beginnt. Es zeigt dir die Richtung, eine neue feine Gewichtung. Im Osten weht ein neuer Wind, hier zeigt sich, was jetzt neu beginnt. Im Süden steht die Sonne hell – Schaffenskraft und freier Wille. Im Westen tauchen wir nach innen, reflektieren, vergeben, lassen los. Im Norden kehren wir in uns ein, in unser leuchtendes Seelenheim. Geht es nach innen, nach außen, nach oben oder unten, um jetzt vollkommen zu gesunden? Nimm dir Zeit, in deine Lebensphasen hineinzuwachen – für eine kraftvolle neue Richtung im kommenden Jahr. Der Kosmos unterstützt dich. Bist du am Anfang, im Verlauf oder im Abschluss einer Lebensphase?

*Ich richte meinen Standort zu mirgen und zum Wohl des Gesamten im Einklang mit dem Himmelsraum aus.»*

### Lebens- & Stammbaum

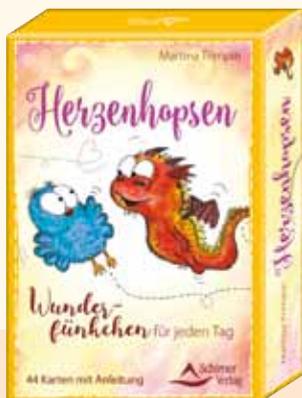
*Bringe alle Ebenen in Einklang, lasse Lebensenergie fließen!*

Der Wald steht für die innere Welt, der Baum für Stabilität, Lebenskraft und Lebensgestaltung. Bäume demonstrieren Kraft, Schutz, Wachstum und Ehre. Stelle dir einen Baum vor. Wo steht er? Wie groß ist er? Wo sind seine Wurzeln? Wie sehen sein Stamm und seine Zweige aus? Wo zieht es dich hin, nach unten an die Wurzeln, in den Ahnenwald? In die Mitte, die Kraft der Handlung und Balance? Oder nach oben in die Wipfel der himmlischen Kräfte? Welche Bereiche dürfen mehr gestärkt und genährt werden? Welcher Baum begleitet dich auf neuen Runden? Welche Botschaft und welche Gaben halten die Baumwesen für dich bereit?

*Ich gestalte alle Bereiche meines Lebens erfolgreich und kraftvoll. Ich bin zentriert, bei mir und unerschütterlich.»*

JEANNE RULAND  
**Mein Rauhnaht-Orakel**  
 Visionskarten für die  
 12 Heiligen Nächte  
 50 Karten mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9104-4  
 A € 20,60 | D € 19,95

# GUTE LAUNE-Botschaften für ALLE TAGE!



Sie lassen unser Herz hüpfen und verzaubern auf den ersten Blick: Martina Trimpins süße Tierchen und ihre charmanten Texte haben schon viele Menschen begeistert. Doch jetzt wird es richtig bunt! In ihrem dritten Kartenset tummeln sich erstmals die unterschiedlichsten Wesen. Mit viel Humor und guter Laune zaubern Tintenfisch, Hummel und Co. Leichtigkeit, Freude und Mut in unser Leben und lassen uns das Positive in jeder Situation erkennen – ein ideales Geschenk für Groß und Klein!

MARTINA TRIMPIN  
Herzenhopsen  
Wunderfünkchen  
für jeden Tag  
44 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9121-1  
A € 15,40 | D € 14,95  
Ab April 2022:  
A € 17,50 | D € 16,95



Die liebevoll gezeichneten Schnecken von Martina Trimpin hinterlassen anhaltende Freude, Mut und Leichtigkeit. Sie zeigen, wie das Glück zu finden ist, wie man sich vertrauensvoll aus seinem Schneckenhaus wagt und Spaß am Leben gewinnt. In Verbindung mit den aufmunternden Gute-Laune-Botschaften sind diese Schnecken alltagsnah, positiv und glücklich - einfach total aus dem Häuschen!

MARTINA TRIMPIN  
Total aus dem Häuschen  
Gute-Laune-Karten  
für jeden Tag  
44 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9101-3  
A € 15,40 | D € 14,95  
Ab April 2022:  
A € 17,50 | D € 16,95



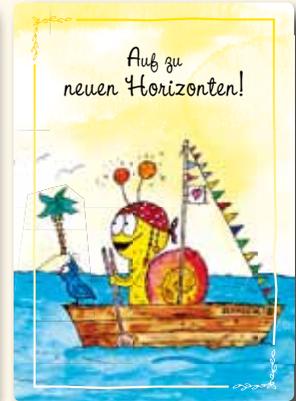
Ob mal wieder Chaos herrscht, sich Zweifel oder Sorgen breitmachen – die kleinen Eulen wissen jeder Situation auf einzigartige Weise mit Leichtigkeit und Freude zu begegnen. Mit viel Charme und Witz geben sie Ihnen ihre Glücksweisheiten mit auf den Weg und machen es Ihnen leicht, sich wieder auf Liebe und Freude zu besinnen. Mit diesen schrägen Vögeln werden die Glücksmomente des Lebens groß und die alltäglichen Herausforderungen kleiner.

MARTINA TRIMPIN  
Eulen-Glückseligkeiten  
Impuls-Karten für jeden Tag  
44 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9088-7  
A € 17,50 | D € 16,95

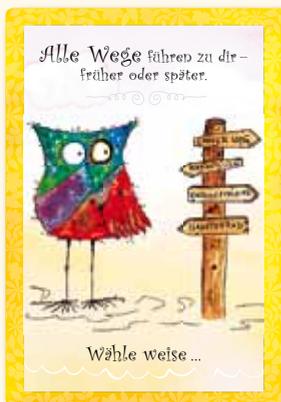
## Herzenhopsen



## Total aus dem Häuschen



## Eulen-Glückseligkeiten



# Was Menschen von ihren HUNDEN lernen können

Mit einem Hund an unserer Seite erfahren wir jeden Tag aufs Neue, was bedingungslose Liebe bedeutet. In diesem Kartenset schenken uns unsere treuen Weggefährten inspirierende und motivierende Herzensbotschaften. Indem sie uns unsere Verhaltensmuster bewusst machen, geben sie uns die Möglichkeit, Konflikte zu lösen und mehr Bewusstsein im Zusammenleben mit ihnen zu erlangen. So können wir auch besser auf ihre Bedürfnisse eingehen und die Beziehung mit unseren Fellnasen intensivieren.

SUSANNE  
ORRÜ-BENTERBUSCH  
Die Botschaft deines  
Seelenhundes  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9108-2  
A € 18,50 | D € 17,95

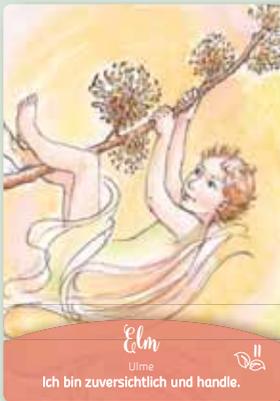


KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# Friedensstifter, Muntermacher, Notfallhelfer – BACHBLÜTEN sind weit mehr als Pflanzen- essenzen

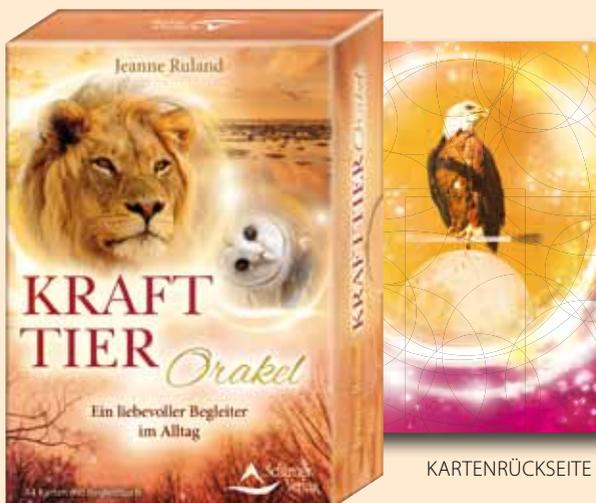
Von Agrimony über Willow bis hin zu Rescue Remedy, der Fünf-Blüten-Mischung - in diesem Kartenset bringt Irene Drexler das Wesen jeder Bachblüte mit liebevoll gemalten Bildern zum Ausdruck. Mit ihnen können wir uns intuitiv die positiven Schwingungen der Pflanzen zunutze machen und wertvolle Impulse für jede Lebenssituation erhalten. Seelenbotschaften mit bekräftigenden Affirmationen runden das Kartenset ab und machen es zu einem kleinen Geschenk, das den Alltag verzaubert.

IRENE DREXLER  
**Bachblüten-Botschaften**  
Wie die Seelenpflanzen  
dir helfen  
39 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9103-7  
A € 17,50 | D € 16,95

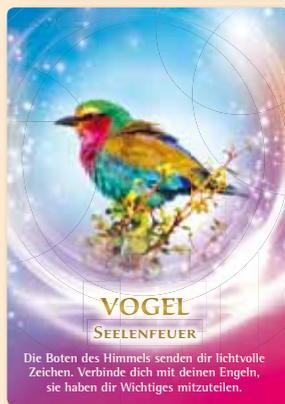
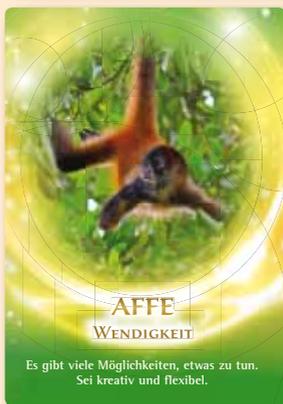
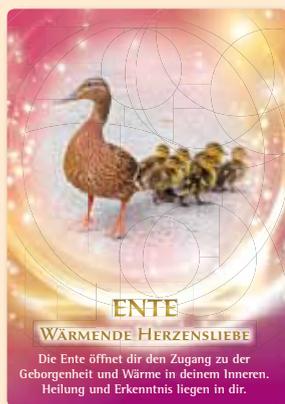
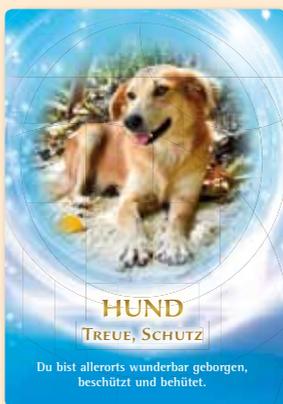
# KRAFT- TIERE sind unsere Seelen- begleiter

Krafttiere sind Heiler, Begleiter und Botschafter, die uns im Leben zur Seite stehen. Vielleicht brauchen wir gerade jetzt den Schutz und die Kraft des Bären, die wachen Augen der Eule oder das Durchhaltevermögen des Kamels. Präzise und liebevoll beschreibt Jeanne Ruland die Krafttiere, die uns auf den Orakelkarten mit einer persönlichen Botschaft begegnen. Empfangen Sie genau die Energie, die Sie brauchen, um Ihren ureigenen Herzensweg zu gehen.

JEANNE RULAND  
Krafttier-Orakel  
Ein liebevoller Begleiter  
im Alltag  
64 Karten mit  
144-seitigem Begleitlebuch  
ISBN: 978-3-8434-9092-4  
A € 20,60 | D € 19,95  
Ab April 2022:  
A € 22,60 | D € 21,95

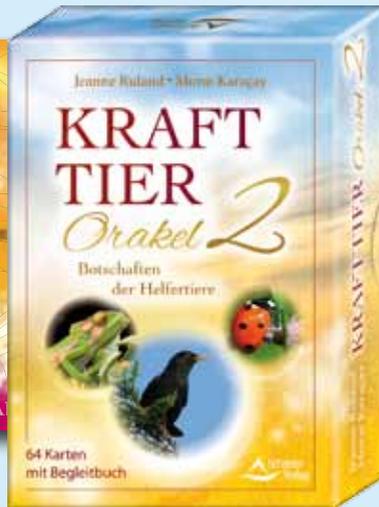


KARTENRÜCKSEITE



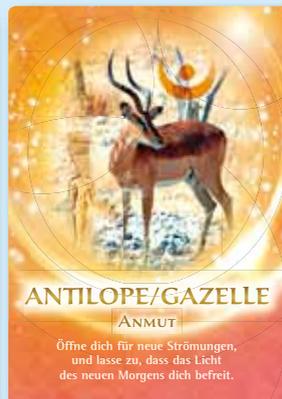


KARTENRÜCKSEITE



# HELFER- TIERE stehen uns allezeit zur Seite

In diesem Set tauchen eher ungewöhnliche Tiere auf: Ameisen, Stinktiere, Mäuse, Kakerlaken und viele andere. Mit ihrem besonderen Zugang zur Geistigen Welt zeigt Jeanne Ruland, dass diese Tiere einem durchaus Gutes tun. Zusammen mit dem Schlüsselwort auf der Karte offenbart sich dem intuitiven Orakelnutzer der Bezug, den das jeweilige Tier zu seiner aktuellen Lebenssituation hat.

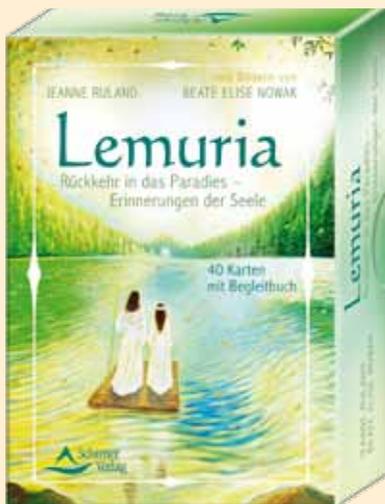


JEANNE RULAND  
MURAT KARAÇAY  
**Krafttier-Orakel 2**  
Das Helfertier-Orakel  
64 Karten mit  
144-seitigem Begleitbuch  
ISBN: 978-3-89767-9110-5  
A € 20,60 | D € 19,95

# Das Goldene Zeitalter IST NAH!

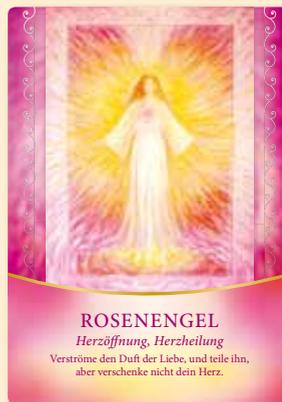
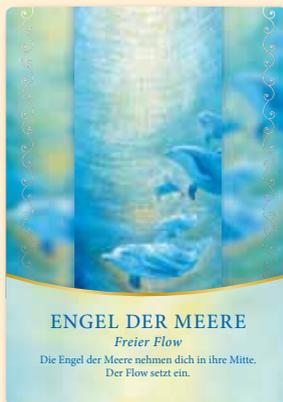
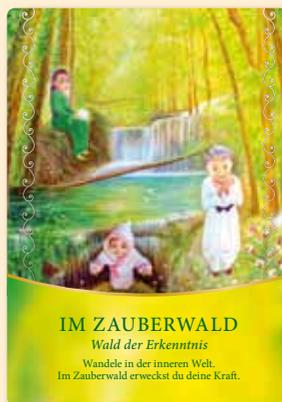
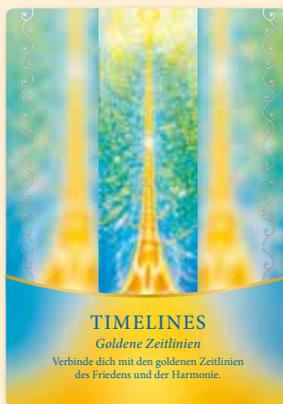
Unsere Welt befindet sich im Umbruch – dies weckt in uns Erinnerungen an ein paradiesisches Zeitalter des Friedens: die Zeit Lemurias. Hier lebten die Menschen im Einklang mit dem Universum und waren im Licht der Einheit und in Liebe miteinander verbunden. Mit Jeanne Ruland und Beate Elise Nowak können wir diese Zeit, die tief in unserer Seele noch präsent ist, wieder aufleben lassen. Die 40 wunderschönen Karten öffnen uns für das lemurische Bewusstsein vollkommener Harmonie und schenken uns täglich neue lichtvolle Impulse der Liebe. Mit ihnen formen wir unsere Vision einer neuen Zeit des Friedens und werden so aktive Mitgestalter einer goldenen Epoche der Menschheit.

JEANNE RULAND  
BEATE ELISE NOWAK  
**Lemuria**  
Rückkehr in das Paradies –  
Erinnerungen der Seele  
40 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9105-1  
A € 20,60 | D € 19,95



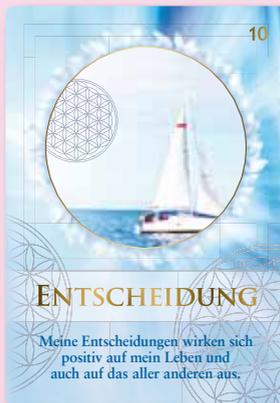
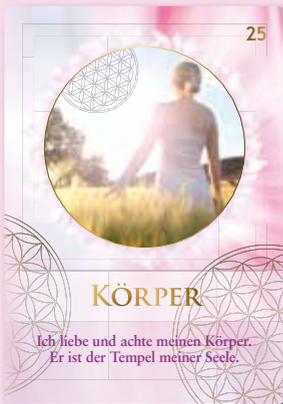
Paradies ist ein Zustand in dir,  
der einzigartig, wunderbar,  
schöpferisch und frei.

KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# Die BLUME DES LEBENS bringt Fülle und Voll- kommenheit in unser Leben!

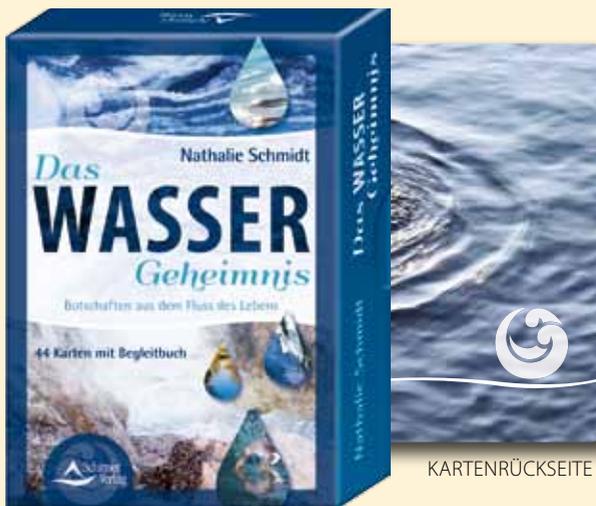
Die Blume des Lebens ist das vollkommenste und kraftvollste Energiesymbol aus der Heiligen Geometrie. Mit ihr gelingt es uns leicht, unser Leben in Balance zu bringen. Sie erinnert uns daran, dass wir alle ein Teil der göttlichen Schöpfung sind und jeder mit jedem verbunden ist. Ziehen Sie täglich eine der lichtvollen Karten. Oder nutzen Sie sie zur Unterstützung Ihrer inneren Einkehr und auch zur Energetisierung Ihres Wassers. So wird dieses Set zu einem wertvollen Impulsgeber für Ihren Alltag.

BARBARA HEIDER-RAUTER  
Blume des Lebens  
50 Karten mit 120-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN 978-3-8434-9073-3  
A € 22,60 | D € 21,95

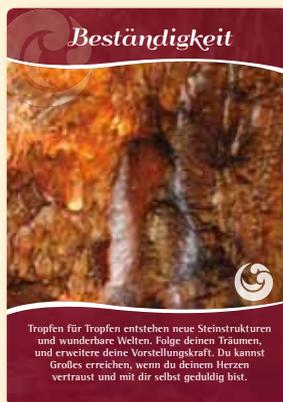
# WASSER ist die Grundlage allen Lebens

Sowohl unser Körper, als auch unser Lebensraum bestehen zum Großteil aus Wasser. Kein Wunder, dass wir uns darin wiedererkennen können und es die Prinzipien unseres Lebens spiegelt. Wasser hat wichtige Botschaften für uns in Bezug auf unsere Kreativität, die Rhythmen unseres Lebens, unser Gefühlsleben oder das Verfolgen unseres Lebens-traums. Jede Aufgabe der Seele, an die das Wasser uns erinnert, wird in diesem Kartenset in einem faszinierenden, impulsgebenden Foto dargestellt, kombiniert mit praktischen Tipps und Übungen. Für einen intuitiven Zugang zu den zentralen Themen des Lebens.

NATHALIE SCHMIDT  
Das Wasser-Geheimnis  
Botschaften aus dem Fluss  
des Lebens  
44 Karten mit Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9109-9  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE

## VIEL- SCHICHTIGER als Runensteine

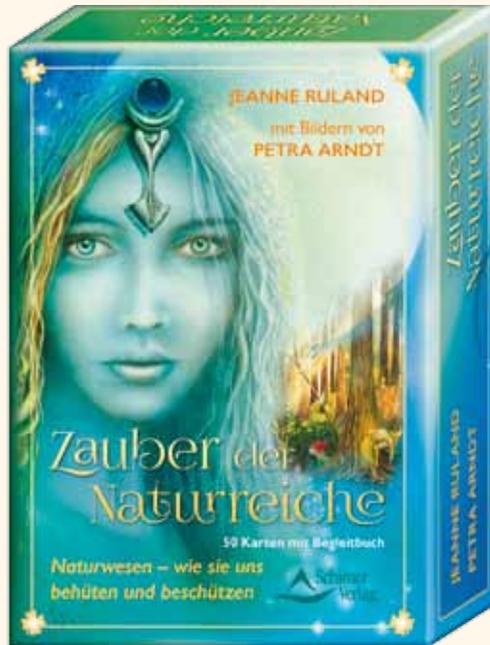
Seit der Zeit der Wikinger werden Runen als Orakel und Impulsgeber auf dem Lebensweg genutzt. Dieses einzigartige Kartenset verbindet die Kräfte der ältesten Runenzeichen und der Elemente miteinander und stellt deren Botschaften bildlich dar. Es gewährt Ihnen auf vielfältige Weise Einblicke in vergangene, gegenwärtige und zukünftige Ereignisse sowie in die Geheimnisse der Geistigen Welt. Öffnen Sie sich den Energien dieses Runenorakels, und gestalten Sie mit seiner Unterstützung Ihr Leben selbstbestimmt und positiv. »Möge der Tanz der Runen beginnen!«



ANTARA REIMANN  
ROLAND SCHOLZ  
**Runen-Orakel**  
im Einklang mit den Elementen  
39 Karten mit Begleitbuch  
ISBN 978-3-8434-9112-9  
A € 20,60 | D € 19,95

# Die GEHEIMNISVOLLE Welt der NATURWESEN

In der kleinsten Blume, auf Inseln und Bergen oder in Flüssen und Wäldern – überall dort sind die Naturgeister zu Hause. Da, wo die Natur noch lebendig und kraftvoll ist, hüten, bewahren und beschützen sie deren Schätze. Jeanne Ruland und Petra Arndt öffnen für Sie das Tor zur zauberhaften Welt der Zwerge, Gnome, Nixen, Trolle, Elfen und Feen. Treten Sie ein, empfangen Sie die Botschaften der Natur, und geben Sie sich der Tiefe, Kraft und Fülle des Lebens hin!



JEANNE RULAND  
PETRA ARNDT  
**Zauber der Naturreiche**  
Naturwesen – wie sie uns  
behüten und beschützen  
50 Karten mit 144-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9067-2  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE

**Drachen**



**Mächtige Selbstmeisterungskräfte**  
 Ein neuer Ring der Kraft steht an, Kollektivfelder zeigen ihr Drachengesicht. Deine Handlungen, sie haben mächtig Gewicht und ziehen große Kreise, größer als du denkst. Meistere dich, und übe, wie du sie zum Wohle aller lenkst.

**Blauer Schmetterling**



**Zuverlässiges Einheitsbewusstsein**  
 Glaube an Wunder.  
 Öffne dich für die Magie des Lebens.  
 Alles ist mit allem verbunden.  
 Du wirst geführt im Feld der Einheit.

**Boreas**



**Sturmgestirte aufgeweckte Emotionen**  
 Die Stürme des Lebens kommen, doch sie verweilen nicht. Warte ab, bis der Sturm vorübergezogen ist. Ziehe Bilanz, handle dann.

**Engel der Natur**



**Feiner Lichtersegenszauber**  
 Sieh Schönheit, Harmonie und das Licht, das in der Natur durch alle Formen spricht. Öffne dich für den Segen der Naturengel, und lasse ihn durch dich in die Welt strömen.

**Faune**



**Sanft kraftgebende Stärke**  
 Lehne dich an einen Baum: Verbinde dich mit mir, dem Faun. Feier dein Leben, bringe Musik. Der Augenblick, er bringt das Glück. Nicht gestern, nicht morgen, im momentanen Sein liegen die Magie und das leichte Heim.

**Gaia**



**Nährenden Schöpfergaben**  
 Mutter Erde ist ein lebendiges Wesen, immer in Liebe und Fürsorglichkeit. Ihre Welt ist eine Welt der Fülle, voller Möglichkeiten und Erkenntniswege. Verbringe Zeit in der Natur. Bringe deine Gaben zum Ausdruck.

**das kleine Volk**



**Magische Lichttrauminspirationen**  
 Hinter Raum und Zeit, in der Ewigkeit nimmt das kleine Volk dich an die Hand und trägt dich in das Traumland. Achte auf Träume und Eingebungen.

**Musen**



**Künstlerische Schöpferkraft**  
 Wir Musen behüten die Künste. Senden wir dir einen Kuss, ist das Leben ein Genuss. Musiziere, tanze, spiele – des künstlerischen Ausdrucks gibt es gar viele. Sei kreativ und schöpferisch!

**Vulkani**



**Befreie Antriebskraft**  
 Revolution ist in deinem Sein, Vulkanis tanzen im Seelenheim. Sie wollen Energie befreien. Es reicht, es ist genug, wir wollen keinen Selbstbetrug. Es ist egal, was andere denken. Du kannst die Kraft von innen lenken.

# Entdecke eine Welt voller MAGIE

Die Kelten wandelten auf dem Pfad der Großen Göttin, lebten in tiefem Kontakt mit der Natur und ihren Wesen, und ihre Priesterinnen und Druiden hüteten das geheime Wissen: Ihr Geist ist heute lebendiger denn je.

Anne-Mareike Schultz und Petra Arndt lassen diese magische Zeit mit 50 eindrucksvollen Bildern und berührenden Botschaften wieder aufleben. Göttinnen, Götter, Priesterinnen, Zauberer, heilige Tiere und Plätze lassen uns in die Welt Avalons eintauchen, die Kraft und den Zauber dieser Zeit spüren und unser eigenes Licht erkennen. Die Reise nach Avalon ist zugleich eine Reise zu uns selbst.

ANNE-MAREIKE SCHULTZ  
PETRA ARNDT

## Avalon

Spüre das Licht der  
Kelten in dir

50 Karten mit Begleitbuch

ISBN: 978-3-8434-9094-8

A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE



Heiliger Gral

„Möge Vergebung dein Schlüssel sein!“



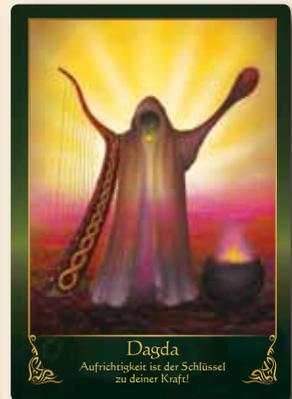
Kleines Volk

„Deine humorvolle und verspielte Seite ist gefragt!“



Avalon

„Ein Ruf deiner Seelenheimat!“



Dagda

„Aufrichtigkeit ist der Schlüssel zu deiner Kraft!“

# Der Ruf AVALONS

Das Goldene Zeitalter Avalons ist angebrochen – es ist an der Zeit, die Nebelschleier zu lüften und diese wunderbare mystische Welt zu entdecken. Die Einhörner und die vielen anderen Lichtwesen des Kartensets zeigen uns den Weg. Wenn wir uns mit Avalon verbinden, vernehmen wir eine Melodie in unserem Herzen, die unsere Seele in den Klang der Erinnerung versetzt und diese magische Welt in unserer Zeit sichtbar werden lässt.



KARTENRÜCKSEITE

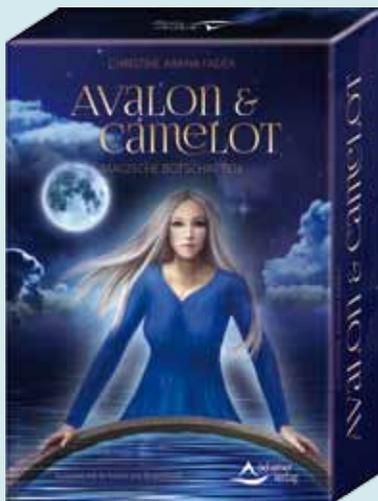


MELANIE MISSING  
ANNE-MAREIKE SCHULTZ  
**Avalons Vermächtnis**  
Verbinde die Kraft aller  
Lichtwesen in dir  
112-seitigem Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9058-0  
A € 20,60 | D € 19,95

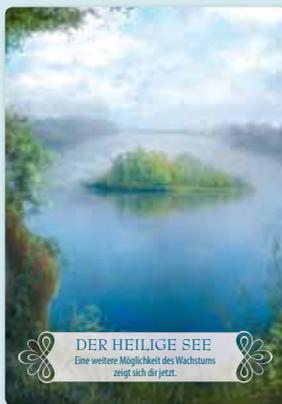
# Ein Ort der Hoffnung und der HEILUNG

Avalon ist ein Ort, der durch die Liebe derer, die ihn einst schützten und ehrten, unsterblich wurde. Wer sich mit diesem heiligen Ort verbindet, kann mithilfe dieses Kartensets ein neues Avalon entstehen lassen. Es wird an keine Dimension und an keine Zeit gebunden sein, sondern in unseren freien, liebenden Herzen existieren. Das alte, tiefe Wissen um diesen Mythos wird den Anwender dabei unterstützen, die Welt in einen Ort des Friedens, der Freiheit und der Liebe zu verwandeln.

CHRISTINE ARANA FADER  
**Avalon & Camelot**  
Magische Botschaften  
43 Karten mit 80-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9059-7  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# Höre den Ruf der DRACHEN und nimm ihre Weisheit tief in dein Herz auf

Begeben Sie sich in die mystische Welt der Drachen, und lassen Sie sich von diesen starken, unbesiegbaren Wesen führen. Trotz ihrer eindrucksvollen Erscheinung sind sie sehr loyale und weise Seelenbegleiter. Umhüllen Sie sich mit der magischen Atmosphäre, und lernen Sie von den legendären Meistern. Sie können Sie stärken und Ihnen Mut beibringen. Die Affirmationen der Drachenweisheiten unterstützen Sie auf Ihrem Weg und helfen Ihnen, jedes Hindernis zu bewältigen.



EINWEIHUNG



ARTUS



GLÜCKSELIGKEIT



LIEBE

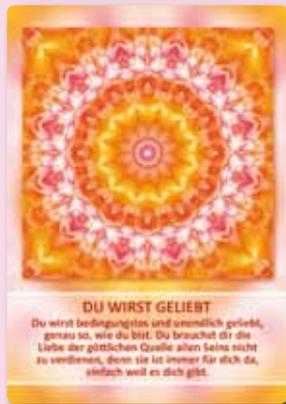
CHRISTINE ARANA FADER  
**Drachenweisheit**  
Kraftvolle Gefährten für den  
spirituellen Weg  
43 Karten mit 96-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9054-2  
A € 20,60 | D € 19,95

# Energierreiche MANDALA- Karten mit Wort- Impulsen

Das Gefühl des Alleinseins, das uns in unserem Leben leider oft begleitet, wird bald verschwunden sein! Die »Light Energy Mandalas« führen den Leser zu innerem Frieden und lassen ihn eintauchen in die Liebe und das Licht seiner Seele. Der Leser spürt, dass er niemals allein ist, sondern Teil des großen Ganzen, das ihn beschützt und ihm Geborgenheit vermittelt.



KARTENRÜCKSEITE



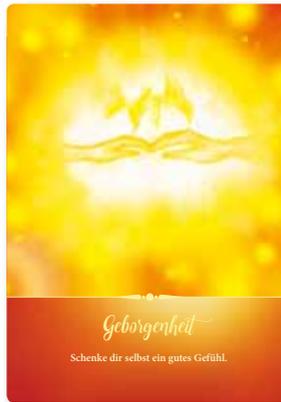
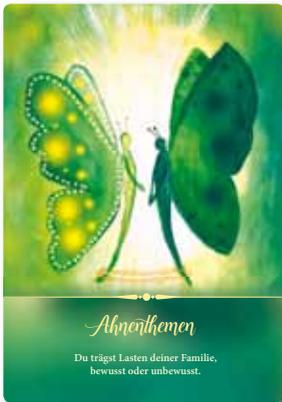
GABY SHAYANA HOFFMANN  
Light Energy Mandalas  
Du wirst geliebt  
Eine Liebeserklärung  
deiner Seele  
64 Karten mit 8-seitiger  
Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9031-3  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE

# Das Orakel-Kartenset zum IMAGO-PROZESS

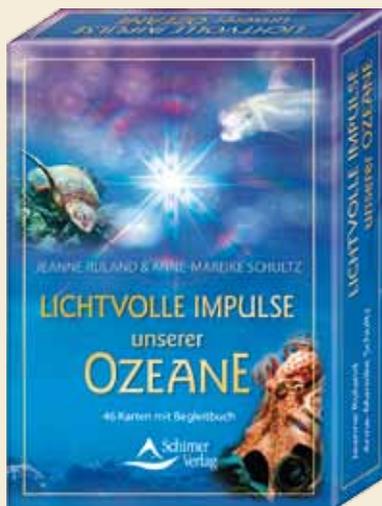
Leben heißt Veränderung. So individuell Veränderungen auch sind, sie alle folgen dem gleichen Ablauf: dem sogenannten Imago-Prozess. Ob wir unserer Berufung folgen wollen, in einer Beziehungskrise stecken oder planen, eine Familie zu gründen - die zauberhaften Bilder von Renate Baumeister und die liebevollen Botschaften von Susanne Hühn schenken uns die Kraft, Widerstände, Unsicherheiten und Ängste auszuhalten. Wir erkennen, wo wir gerade stehen und was wir brauchen, um Entscheidungen treffen und zur richtigen Zeit den nächsten Schritt tun zu können. Ein hilfreicher Begleiter in Zeiten des Wandels.



SUSANNE HÜHN  
 RENATE BAUMEISTER  
**Entfalte dein Selbst**  
 Der Imago-Prozess oder  
 Neuanfänge wagen  
 50 Karten mit Begleitbuch  
 ISBN: 978-3-8434-9100-6  
 A € 20,60 | D € 19,95

# In den Tiefen des Ozeans das eigene POTENZIAL entdecken

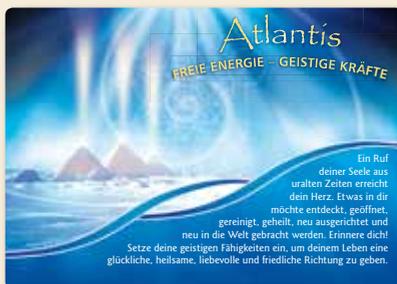
Jeanne Ruland und Anne-Mareike Schultz führen uns in die grenzenlosen Weiten unserer Ozeane. In diesen unbekanntenen Tiefen entdecken wir die Wunder der Schöpfung und können wieder zu Kräften kommen. Die lichtvollen Botschaften der Karten unterstützen uns dabei: Sie erinnern uns an unsere Wünsche, an unsere Fähigkeiten und an unser großes Potenzial. So fühlen wir uns nicht länger den Strömungen des Lebens ausgeliefert, sondern lassen uns von ihnen zu unseren Träumen tragen.



KARTENRÜCKSEITE



JEANNE RULAND  
ANNE-MAREIKE SCHULTZ  
**Lichtvolle Impulse  
unserer Ozeane**  
46 Karten mit 144-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9053-5  
A € 20,60 | D € 19,95





KARTENRÜCKSEITE



# Botschaften ans Herz von den Engeln der MEERE

Lassen Sie sich von den lichtvollen Botschaften des Delfin-Kartensets leiten, und leben Sie wieder leichter. Delfine berühren uns im Herzen, wie die natürliche Anziehungskraft zwischen Menschen und Delfinen zeigt. Lassen auch Sie Ihr Herz täglich neu durch die Impulse der Karten berühren! Gewinnen Sie frische Inspiration, trennen Sie sich von Altem, und tauchen Sie ab in die zauberhafte Welt der Delfine.

JEANNE RULAND  
ANNE-MAREIKE SCHULTZ  
**Delfine**  
Lichtvolle Botschaften für uns Menschen  
56 Karten mit 144-seitigem Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9039-9  
A € 20,60 | D € 19,95

# WALE führen uns in die verborgenen Reiche unserer Seele

Der Wal ist ein Symbol für das alte Wissen und die regenerativen Kräfte des Meeres. Er verleiht uns die Fähigkeit, uns neu auszuloten und ins Gleichgewicht zu kommen. Seine friedvollen Gesänge erinnern uns daran, die Wahrheit unseres Herzens zu leben und weiterzugeben. Mit ihm können wir Grenzen überwinden und jahrtausendealtes Wissen entdecken. Die inspirierenden Botschaften und imposanten Bilder zeigen Ihnen, wie Sie die besondere Kraft der Wale für sich nutzen und in die Welt bringen können.



KARTENRÜCKSEITE



JEANNE RULAND  
PETER NAMAYAN BECK  
**Klang der Wale**  
Botschaften der Neuen Zeit  
50 Karten mit 128-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9082-5  
A € 20,60 | D € 19,95

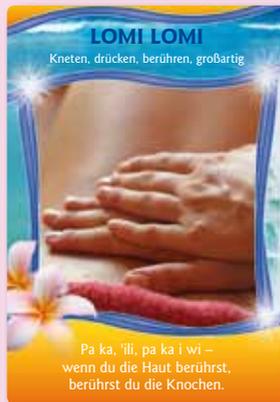


KARTENRÜCKSEITE



# Eintauchen in die Schön- heit, LIEBE und KRAFT des Hawai- ianischen Spirit

Dieses wunderschön gestaltete Kartenset möchte uns in die Schönheit, Liebe und Kraft des hawaiianischen Schamanismus begleiten. Die Quelle der Kraft ist bereits in uns und wartet nur auf ihre volle Entfaltung. Hier lernen wir von Jeanne Ruland auf einfache und verblüffende Weise, wie wir die Grundprinzipien des Lebens für uns positiv anwenden, Kraft schöpfen und das Glück in unser Leben einladen. Tauchen wir ein in die Weisheit – Liebe durchströmt uns, Liebe umfängt uns, Liebe trägt uns.

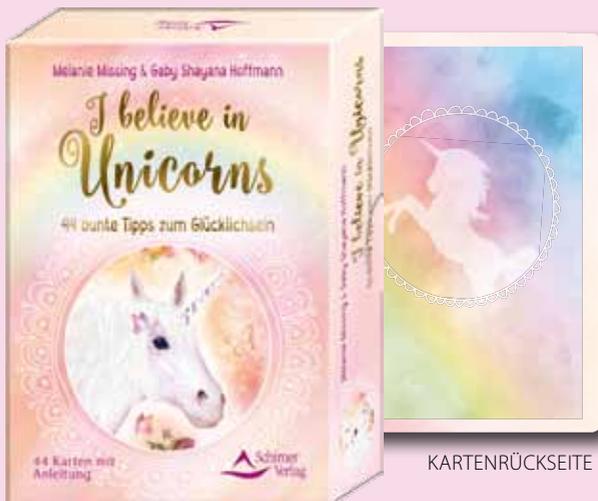


JEANNE RULAND  
Aloha  
Kraft schöpfen aus der  
Quelle des hawaiianischen  
Schamanismus  
56 Karten mit 144-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9020-7  
A € 20,60 | D € 19,95

# GLITZER macht glücklich, Einhörner erst recht!

Jeder liebt Einhörner! Grund genug, ihnen ein zauberhaft süßes und unglaublich liebevolles Kartenset zu widmen, das den Alltag sofort bunter macht. Mit einem Augenzwinkern und aufmunternden Botschaften erinnern uns die Einhörner jeden Tag daran, dass es gar nicht viel braucht, um glücklich zu sein – ein Kartenset einfach zum Liebhabe.

MELANIE MISSING  
GABY SHAYANA HOFFMANN  
**I believe in Unicorns**  
44 bunte Tipps zum  
Glücklichsein  
44 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9099-3  
A € 15,40 | D € 14,95



KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE

# Die einzigartigen Botschaften der Pegasus- EINHÖRNER

Pegasus-Einhörner entstammen der kraftvollsten Lichtenergie und bestehen aus reiner Liebe. Sie unterstützen uns Menschen mit ihrer kraftvollen Energie dabei, die Herausforderungen des Lebens anzugehen und mit Leichtigkeit zu meistern. Mit diesen Karten können Sie zu genau dem Pegasus-Einhorn eine Verbindung herstellen, das Ihnen in Ihrer momentanen Lebenssituation am meisten Unterstützung bieten kann.



MELANIE MISSING  
**Der Seelenblick der  
 Pegasus-Einhörner**  
 44 Karten mit 144-seitigem  
 Begleitbuch  
 ISBN: 978-3-8434-9040-5  
 A € 20,60 | D € 19,95

# Himmlische Inspirationen für JEDEN TAG

Seit Anbeginn der Zeit inspirieren und schützen uns die Engel mit ihrer lichten Kraft. Wer diese göttlich wirkenden Wesen in sein Leben ruft, erfährt ungeahnte Möglichkeiten und tiefe Einsichten. Die Engelexpertin Jeanne Ruland und die Künstlerin Petra Arndt tragen Sie mit 50 ausdrucksstarken und inspirierenden Karten in himmlische Sphären. Wunderschöne Motive sowie zahlreiche Rituale, Gebete und Hintergrundinformationen rund ums Thema Engel machen dieses Kartenset zu einem wunderbaren Begleiter für alle, die die göttlichen Wesen in ihrem Leben spüren möchten.

JEANNE RULAND  
PETRA ARNDT  
**Die lichte Kraft der Engel**  
50 Karten mit 120-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9083-2  
A € 20,60 | D € 19,95





KARTENRÜCKSEITE



# Verbinde dich mit den himmlischen Helfern und nutze ihre LIEBEVOLLE KRAFT!

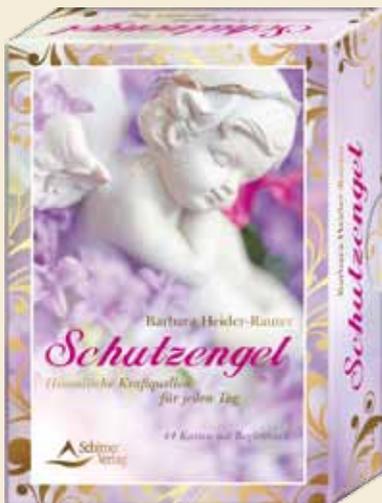
Der spirituellen Künstlerin Petra Arndt werden ihre kraftvollen Bilder direkt aus der Engelwelt übermittelt. Die Energie der Lichtwesen lässt sie in ihren farbenprächtigen Werken sichtbar werden. Das Engelmedium Elke Kirchner hat zu jedem Bild Verbindungsübungen zusammengestellt. Mit deren Hilfe kann sich jeder genau die Unterstützung aus der Lichtwelt holen, die er gerade braucht. Die Kraft und die Liebe des jeweiligen Engels können dann ganz intensiv im Alltag wirken.

PETRA ARNDT  
 ELKE KIRCHNER  
**Die Liebe der Engel**  
 50 Karten mit 112-seitigem Begleitbuch  
 ISBN: 978-3-8434-9075-7  
 A € 20,60 | D € 19,95

# Tag für Tag vom eigenen SCHUTZ- ENGEL inspiriert und begleitet werden

Wer herausfinden möchte, welche Botschaft ihm sein Schutzengel für den Tag mitgeben will, hält mit diesem außergewöhnlich schönen Kartenset den Schlüssel dazu in der Hand. Mit den Karten von Engel-Expertin Barbara Heider-Rauter vernimmt jeder klar und deutlich die Botschaften aus der Geistigen Welt. So können die lichtvollen Wesen zu einem natürlichen Teil des Alltags werden. Mit Fotos von Alexandra Schubert.

BARBARA HEIDER-RAUTER  
**Schutzengel**  
Himmlische Kraftquellen  
für jeden Tag  
44 Karten mit 112-seitigem  
Begleitbuch  
ISBN: 978-3-8434-9038-2  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE





KARTENRÜCKSEITE



# Weiblichkeit ist Gefühl und Intuition – sie führt uns und lässt uns HEIL WERDEN

Priesterinnen, Meisterinnen, Elben, weise Frauen und weibliche Schwingungen der Natur berühren uns in diesem Set mit ihren heilsamen Worten. Sie bringen uns ihr Licht, auf dass die Kraft des Weiblichen auch in uns gestärkt und erlöst werde. Christine Arana Fader macht uns bewusst, dass jede Frau, die ihre innere und äußere Schönheit annimmt, von einem unvergleichlichen Zauber umhüllt wird.

Mit Illustrationen von Anja Koska.



DRUAINIA



AURORA



HEKATE



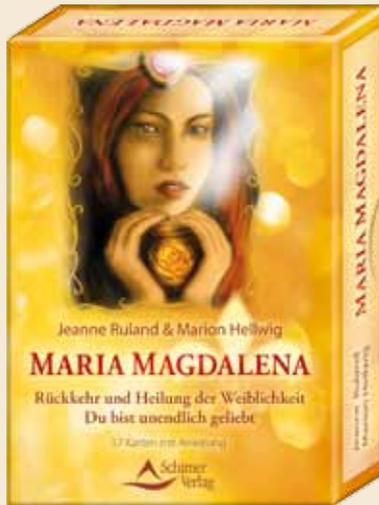
ERIU

CHRISTINE ARANA FADER  
**Kraft der Weiblichkeit**  
Heilsame Impulse für deinen Weg in eine neue Welt  
43 Karten mit 112-seitigem Begleitbuch  
ISBN 978-3-8434-9070-2  
A € 20,60 | D € 19,95

# Der liebevolle Weg zurück zur wahren WEIBLICHKEIT

Maria Magdalena ist der Inbegriff der heiligen Weiblichkeit. Dieses Kartenset verbindet uns mit ihrem Wesen und bringt uns auf den weiblichen Weg der Kraft zurück. Die tiefgründigen Botschaften führen in ein neues Zeitalter und unterstützen uns dabei, Männliches und Weibliches in Harmonie zu bringen. Beide sind Teil der Schöpfung, beide wirken in uns. Mithilfe der Karten lassen uns Jeanne Ruland und Marion Hellwig unsere wahre Natur entdecken und zu unserer Schöpfungskraft finden.

JEANNE RULAND  
MARION HELLWIG  
Maria Magdalena  
Rückkehr und Heilung der Weiblichkeit  
Du bist unendlich geliebt  
57 Karten mit 8-seitiger Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9032-0  
A € 20,60 | D € 19,95



KARTENRÜCKSEITE

**45. ENGEL**

»Wir sind bei dir alle Tage, bis ans Ende deiner Zeit.«

Maria Magdalena wurde von Engeln geführt. In ihrer Einsiedel wurde sie oft von Engeln getragen, um mit den Menschen, die sie liebte, in Kontakt zu bleiben. In der Liebe sind wir vereint. Engel führen uns auf unserem Weg. Wende dich deiner geringen Führung zu. Dir ist mindestens ein Engel zur Seite gestellt, doch meist sind wir von ganzen Engelsgruppen umgeben. Engel sind lichtvolle, im göttlichen Licht lebende Botschafter Ehenen und vollziehen ihren Dienst im Reich der Vollkommenheit. Wende dich den Engeln zu. Gehe in die Stille, fühle ihre Gegenwart, öffne dein Herz, und erlaube, dass die Engel Licht in die Dunkelheit tragen. Lege alles, was du dir aufgaben hast, in die Schalen der Engel. Sie wissen viel besser, was damit geschehen soll. Lausche den Botschaften deiner Engel, sie eröffnen dir neue Möglichkeiten. Du bist göttlich geführt. Achte auch auf die Engel in Menschengestalt, die dich begleiten. Die Botschaften der Engel können auf unterschiedlichen Wegen zu dir kommen.

»Ich bin geborgen unter Engelhügeln.«

**13. DREIZEHN, UMBRUCH, ERNEUERUNG**

»Schließe einen Kreis, dann kann etwas Neues beginnen.«

Das 13. Prinzip ist die Vollendung der Schöpfung und des Schöpfungszyklus. Die »Frucht des Lebens« enthält 13 Kreise, die jeden Aspekt dieser Realität ausdrücken. Alles, was wir uns vorstellen, was wir sehen, fühlen, schmecken oder riechen können, ist ein »Frucht des Lebens« definiert, bis zum letzten Atom. Wenn dir die 13 begegnet, so ist das ein Zeichen dafür, dass ein Kreis sich vollendet und in eine neue Ebene gehen kann.

Die Zahl 13 ist dir, jeden Kreis, den du öffnest, hältst und erträgt, auch wieder zu schließen. Erst wenn ein Kreis geschlossen ist, kann sich ein neuer öffnen. Welche Kreise sind bei dir noch offen? Welche Projekte hast du angefangen? Was noch nicht zu Ende gebracht? Bring deine Projekte, deine angefangenen Tätigkeiten, zu einem guten Abschluss, damit sie neue Kreise ziehen können. Neues wartet auf dich.

»Neue Erfahrungen der Liebe warten auf mich.«

**56. BLUTSLINIE**

»Ich ehre meine Vorfahren, die meinen Weg gebnet haben.«

Es ist Zeit, die Blutslinien zu ehren. Hinter uns stehen Reihen von Ahnen, die die wahre Kraft unseres Blutes wie ein Staffelhölz in die nächste Generation getragen haben. In unseren Linien gibt es Schlafende und Erwecker, Ahnen, die ihre Kraft und ihr Potenzial geliebt haben, und Ahnen, die es nicht leben konnten, aber diese Kraft weitergegeben haben. Nun ist das Staffelhölz der heiligen Kraft in deiner Hand. Verteile dich mit den Ahnen, die in ihrer vollen Größe und Kraft hier auf der Erde gewirkt haben. Deren Zeit mag weit zurückliegen, doch das wahre Potenzial deiner Ahnen möchte in dir erwachen. Gehe in deinen Linien so weit zurück, bis dir eine Ahnin oder ein Ahne erscheint, der/die das wahre Potenzial in dir berührt und erweckt. Bete für deine Linie: »Ich bitte hiermit um Vergebung für meine Vorfahren in Worten, Verhalten oder Taten. Ich bitte um Auflösung, um Reinigung von allen schiefen Gefühlen, Erinnerungen, Blockaden, Energien und Vibrationen.« Wandle alle dunklen Energien in reines Licht, und lasse den Segen durch alle Linien fließen.

»Die wahre Kraft in mir entfaltet sich jetzt, ich bin verbunden mit allem Wissen.«

**2. WEIBLICHKEIT**

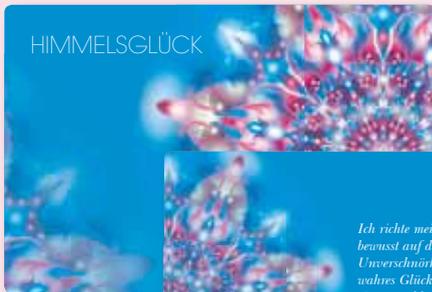
»Offne dich für die lebende weibliche Seite. Empfange, sei liebevoll und zärtlich, besonders im Umgang mit dir selbst.«

Maria Magdalena lehrt uns die weiblichen Mysterienwege. Die innere Frau repräsentiert die weibliche Seite in uns. Sie ist zart, kraftvoll, mitfühlend, empfangend, offener, passiv, kreativ, fantasievoll, hingebefähig, grenzenlos und empfindlich für andere Ebenen und Dimensionen des Universums. Wie sieht deine innere Frau aus? Wie zeigst du dich? Welche Gedanken steigen in dir zur Weiblichkeit auf? Wie fühlst du deine weibliche Seite an? Was brauche deine weibliche Seite, damit sie sich entfalten kann? Wende dich deiner inneren Frau zu. Lenke deine Aufmerksamkeit auf deine weibliche Seite, und richte sie im Licht aus. Erwecke deine innere Frau zu strahlendem, blühendem Leben. Träume, visioniere, empfang, sei herzlich, zart, mitfühlend, sensibel und hingebefähig. Sei liebevoll zu dir.

»Ich liebe und ehre die kreative weibliche Seite in mir.«



# Der Herzensraum ist der Ort unseres höchsten Bewusstseins, hier ist alles MÖGLICH



VORDERSEITE



RÜCKSEITE

*Ich richte meine Aufmerksamkeit bewusst auf das Einfache, Unverschnörkelte und weiß: Das ist wahres Glück! So, wie der Blick in einen strahlend blauen Himmel, an dem kleine Wolken vorbeiziehen, mich mit Leichtigkeit erfüllt, so finde ich wahrhaftige Freude in allem Natürlichen, Unverfälschten.*



*Aus der Mitte meines Herzens entspringt eine Liebe, die meinem Inneren Kind innewohnt. Sie ist sanft und zärtlich, sie verzeiht und spendet Trost. Sie ist mitfühlend und voller Vertrauen.*

Mandalas sind in der Lage, uns in unsere eigene Mitte zu führen, wo wir Ruhe und Klarheit finden. Die dynamischen, farbenprächtigen Kunstwerke der Achtsamkeitstrainerin und Malerin Grit Müller besitzen eine besonders fließende Energie, die durchatmen lässt, das Herz öffnet und neue Lebensfreude weckt. Fein darauf abgestimmte Worte erinnern den Leser an die Qualitäten seines Herzens und essenzielle Aspekte seines Seins. So findet er Antworten auf aktuelle Fragen, Impulse für den Tag oder eine wertvolle Begleitung zu Coachings.

**GRIT MÜLLER**  
**Licht für deinen Herzensraum**  
 Impulse zum Zentrieren und Erinnern  
 40 Karten mit Anleitung  
 ISBN: 978-3-8434-9144-0  
 A € 18,50 | D € 17,95

# Bindungen einzu- gehen, ist eines der stärksten GRUND- BEDÜRFNISSE DES MENSCHEN. Was aber, wenn wir uns in einer Bezie- hung verlieren?

Co-Abhängige nehmen sich selbst fast ausschließlich über die Beziehung zu anderen wahr. Sie wissen somit sehr genau, was ihr Gegenüber von ihnen erwartet, doch sich selbst spüren sie, wenn überhaupt, nur ganz undeutlich. Mit diesem Kartenset erhalten Co-Abhängige ein Sprachrohr für ihre Seele und ihre Gefühle. »Was möchte ich eigentlich gerade? Was will mir meine innere Stimme sagen?« Immer dann, wenn sie nicht wissen, was sie selbst wollen und brauchen, können sie sich diese Fragen stellen und eine Karte ziehen.

SUSANNE HÜHN  
**Ich bleib bei mir**  
Kraftvolle Impulse für  
den Ausstieg aus der  
Co-Abhängigkeit  
40 Karten mit Anleitung  
ISBN: 978-3-8434-9113-6  
€ 17,95 (D) / 18,50 (A)



## KARTENVORDERSEITE



## KARTENRÜCKSEITE

## BUY LOCAL

Bestellen Sie über unseren Partner:

Gerne nehmen wir Ihre  
Bestellung auch direkt an:  
[vertrieb@schirner.com](mailto:vertrieb@schirner.com)  
Tel.: 06151 – 39 183 128

