

WERNER
BUCHBERGER

WALD BADEN

KRAFT UND ENERGIE
DURCH BÄUME



freya

INHALT



Einleitung	9
Fakten zur Existenz einer feinstofflichen Welt	12
Die Welt der inneren feinstofflichen Wahrnehmung	14
MEDITATION Der Baum meiner inneren Wahrnehmung	17
Der Baum – Ein individuelles Wesen	21
ÜBUNG Kommunikation mit einem Baum	23
Chakren	26
Naturwesen	29
Demut und Achtsamkeit wollen erlernt sein	31
ÜBUNG Ein Waldspaziergang im Hier und Jetzt	33
Ich werde zum Baum	37
Errichtung eines eigenen Heilplatzes im Wald	39
Erlebnisse und Erkenntnisse mit Bäumen und Pflanzen	42
Farne – Heilende Pflanzen	45
Finde deine Wurzeln	47
Der Wald – ein Helfer	50
Auflösung von Schattenthemen	53
Allergien	58
Pollenkalender	66
ÜBUNG Auflösung von allergischen Reaktionen	67
Das Ego und unser Emotionalkörper	68
ÜBUNG Eigene Muster und Anhaftungen loswerden	75
MEDITATION Verbindung mit Mutter Erde	83
Wurzelchakra-Räucherung	85

Eigenschaften und Heilwirkung einzelner Baumarten 87

Ahorn	89	Lärche	111
Apfelbaum	91	Roskastanie	113
Birke	93	Rotbuche	115
Eibe	95	Linde	117
Eiche	97	Thuja	119
Erle	99	Ulme	121
Esche	101	Weide	123
Fichte	103	Weißdorn	125
Hainbuche	105	Tanne	127
Kiefer	107	Farn	129
Kirsche	109		

Kommunikation der Chakren mit einem Baum	130
Arbeit und Funktionsweise der Chakren	131
ÜBUNG Heilung des Emotionalbereichs	135
Pflanzendevias	137
Pflanzen, Bäume und Heilung	140
Strahlungsbelastungen	142
Wasser – Element des Lebens	147
Was können wir für den Wald tun?	150
Heilung einer Waldortes	153
Was ich noch zu sagen hätte	159
Danksagung/Über den Autor	160