

INDICE

| | |
|---------------------------|---|
| <i>Introduzione</i> | 5 |
|---------------------------|---|

CAPITOLO 1. Il viaggio sciamanico

| | |
|-----------------------------------|----|
| Preparativi per il viaggio | 11 |
| I regni invisibili | 14 |
| Viaggio nel mondo inferiore | 16 |
| Viaggio nel mondo superiore | 19 |

CAPITOLO 2. Il diario sciamanico

| | |
|------------------------|----|
| Perché un diario | 23 |
|------------------------|----|

CAPITOLO 3. Il potere della visualizzazione

| | |
|---------------------------|----|
| Come visualizzare | 25 |
| Lo scudo energetico | 29 |

CAPITOLO 4. La guarigione sciamanica dei Laika

| | |
|--------------------------------------------|----|
| La visione sciamanica della malattia | 33 |
| Chakra e sciamanesimo | 37 |
| La pulizia dei chakra | 41 |

CAPITOLO 5. L'estrazione sciamanica

| | |
|-----------------------------------------------------------|----|
| L'estrazione sciamanica nelle varie culture | 45 |
| Vari metodi per eseguire l'estrazione sciamanica | 47 |
| Cosa fare dopo l'estrazione sciamanica | 50 |
| Incontro con il totem di estrazione | 53 |
| Auto trattamento di estrazione sciamanica | 57 |
| Un esempio di estrazione sciamanica | 59 |
| L'estrazione sciamanica per purificare gli ambienti | 61 |

CAPITOLO 6. Il recupero dell'anima

| | |
|-----------------------------------------------------------|----|
| La visione sciamanica dell'Anima..... | 65 |
| Incontro con il cacciatore di anime..... | 70 |
| Recuperare i propri frammenti di anima..... | 74 |
| Recuperare i frammenti di anima di un'altra persona | 78 |
| Il furto dell'anima..... | 85 |
| Il coma e la perdita dell'anima | 89 |
| Un esempio di recupero dell'anima..... | 90 |
| Rituale di guarigione profonda dell'anima | 93 |

CAPITOLO 7. L'accompagnamento dei defunti

| | |
|------------------------------------------------------|-----|
| Spiriti sofferenti..... | 97 |
| Incontro con il totem psicopompo | 101 |
| Oltre il varco | 104 |
| Viaggio nel regno dei morti | 105 |
| Come accompagnare lo spirito di un defunto | 109 |
| Un esempio di accompagnamento di un defunto..... | 112 |
| Come entrare in contatto con gli spiriti ascesi..... | 115 |
| Un esempio di contatto con uno spirito ascenso | 118 |

CAPITOLO 8. La depossessione sciamanica

| | |
|--------------------------------------------------|-----|
| Il fenomeno della possessione spiritica | 123 |
| Sintomi della possessione spiritica..... | 125 |
| Come effettuare la depossessione sciamanica..... | 128 |
| Un esempio di depossessione sciamanica | 132 |
| Le case possedute..... | 137 |
| Gli oggetti posseduti..... | 140 |

CAPITOLO 9. Guarire attraverso il mito

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Il potere del mito | 143 |
| Analisi del mito personale..... | 149 |
| Rituale di liberazione dai ruoli..... | 152 |

CAPITOLO 10. La via del guerriero di luce

| | |
|----------------------------------------|-----|
| Chi è un guerriero di luce..... | 157 |
| L'auto osservazione del guerriero..... | 160 |
| Praticare il silenzio interiore..... | 163 |

CAPITOLO 11. Il canto dell'anima

| | |
|---------------------------------------------|-----|
| Il canto dell'anima e i suoi benefici | 169 |
| La pratica del canto dell'anima | 170 |

| | |
|--------------------------|-----|
| <i>Conclusioni</i> | 179 |
|--------------------------|-----|

| | |
|---------------------------|-----|
| <i>Bibliografia</i> | 183 |
|---------------------------|-----|