

Steven D. Farmer, Ph.D.

# Krafttiere

Die Verbindung  
zu deinem Geistführer  
aus der Tierwelt

**KOHA**

Titel der Originalausgabe:  
»Power Animals«  
Copyright © 2006 by Steven D. Farmer Ph.D.  
Original English Language Publication 2006 by  
Hay House, Inc. California, USA

Aus dem Englischen von Nayoma de Haën  
4. Auflage 2011  
Lektorat: Delia Rösel  
Illustrationen: Eric Nesmith  
Umschlag: Lisa Sprissler  
Deutsche Ausgabe: © KOHA-Verlag GmbH Burgrain  
Alle Rechte vorbehalten  
Gesamtherstellung: Karin Schnellbach  
Druck: CPI Moravia Books  
ISBN 978-3-936862-98-0



*Für die Tiere*

# Inhalt

## *Einführung*

### **Erster Teil: Entdecke dein Krafttier**

9

1. Was sind Krafttiere?	13
2. Geistführer und Krafttiere	15
3. Dein Krafttier und du	17
4. Die Verbindung mit der geistigen Welt	19
5. Vier Arten der Wahrnehmung	21
6. Krafttiere und Schamanismus	23
7. Das Reich der nichtalltäglichen Wirklichkeit	25
8. Das Finden und Zurückholen deines Krafttieres	27
9. Das Ehren deines Krafttieres	30
10. Weissagung und Zeichen von den Geistführern aus der Tierwelt	32
11. Erläuterung zum zweiten Teil	34
12. Weitere Anregungen	36

### **Zweiter Teil: Die Krafttiere**

Adler: Der Große Geist	39
Bär: Innenschau	43
Biber: Produktivität	47
Büffel: Versorgung	51
Delfin: Kommunikation	55
Eichhörnchen: Vorbereitung	59
Eidechse: Traumzeit	63
Elefant: Entschlossenheit	67
Eule: Weisheit	71
Frosch: Läuterung	75
Fuchs: Gestaltwandel	79
Giraffe: Vorausschau	83

Habicht: Perspektive	87
Känguru: Fülle	91
Kaninchen: Fruchtbarkeit	95
Kojote: Paradox	99
Kolibri: Freude	103
Libelle: Licht	107
Löwe: Würde	111
Luchs: Geheimnisse und Vertraulichkeiten	115
Opossum: Strategie	119
Otter: Das innere Weibliche	123
Panther (Leopard /Jaguar): Leidenschaft	127
Pferd: Freiheit	131
Puma (Berglöwe): Führungskraft	135
Rabe (Krähe): Magie	139
Reh: Sanftmut	143
Schildkröte/Seeschildkröte: Mutter Erde	147
Schlange: Auferstehung	151
Schmetterling: Transformation	155
Schwan: Anmut	159
Seehund (Robbe /Seelöwe): Vorstellungskraft	163
Taube: Gelassenheit	167
Wal: Innere Tiefe	171
Waschbär: Findigkeit	175
Wolf: Hüter	179

<i>Nachwort</i>	182
-----------------	-----

## **Anhang**

Schlüsselmerkmale der Krafttiere	184
Literaturempfehlung	186
Organisationen	186
Danksagung	187
Über den Autor	189

*»Frage doch das Vieh, das wird dich's lehren, und die Vögel unter dem Himmel, die werden dir's sagen, oder die Sträucher der Erde, die werden dich's lehren, und die Fische im Meer werden dir's erzählen.«*

HIOB, 12,7-8

*»Jahrtausende vor Charles Darwin waren die Menschen in schamanischen Kulturen davon überzeugt, dass Menschen und Tiere miteinander verwandt sind. In ihren Mythen zum Beispiel hatten die Tiere im Allgemeinen menschliche Gestalt. Ihre Persönlichkeitsmerkmale entsprachen denjenigen der unterschiedlichen Tierarten, die heute in der Wildnis existieren. ... Verschiedene Schöpfungsmythen berichten, wie die Tiere dann die jeweilige körperliche Gestalt erhielten, in der sie heute zu finden sind.«*

MICHAEL HARNER, DER WEG DES SCHAMANEN



Anmerkung: Obwohl im Text die Pronomen dem allgemein üblichen Sprachgebrauch entsprechend verwendet wurden, können Krafttiere in ihrer männlichen oder ihrer weiblichen Form auftreten.

# Einführung

Du bist im Begriff, dich auf eine Reise zu begeben, die dein Leben von Grund auf verändern kann. Vielleicht bist du bereits in Kontakt mit einem Geistführer, vielleicht ist das auch ein völlig neues Konzept für dich. Wie auch immer, wenn du dein Krafttier kennen lernst und eine persönliche Beziehung zu ihm entwickelst, öffnest du damit die Tür zu einer spirituellen Kraft, die dich schützen, führen und heilen kann. Ein Krafttier ist ein Geistführer aus der Tierwelt, der dich stärken kann und dir helfen wird, sowohl mit der spirituellen als auch mit der irdischen Welt besser zurechtzukommen.

Bevor wir anfangen, möchte ich darauf hinweisen, dass du vielleicht nach der Lektüre dieses Buches nur *ein* Krafttier für dich gefunden hast, trotzdem spreche ich gelegentlich im Plural von ihnen, weil du im Laufe der Zeit und mit zunehmender Erfahrung Beziehungen zu mehreren Krafttieren entwickeln kannst.

Seit alten Zeiten, als wir Menschen noch eine unmittelbarere Beziehung zu den Tieren hatten, mit denen wir die Erde gemeinsam bewohnten, gibt es die Vorstellung von Krafttieren. Wir finden sie in fast allen Kulturen. Wiewohl dieses Konzept mit dem Schamanismus in Verbindung steht, braucht man kein Schamane zu sein, um von der Beziehung zu einem Krafttier zu profitieren. Die Begegnung und die Arbeit mit deinem Krafttier benötigt lediglich deine Offenheit und Bereitschaft, dich auf dieses Gebiet einzulassen. In diesem Buch gebe ich genaue Anweisungen, wie du dein Krafttier finden, mitnehmen und damit arbeiten kannst.

Dieses Buch besteht aus zwei Teilen. Im ersten Teil erkläre ich, was ein Krafttier ist, wie du ihm begegnen und wie du zu ihm eine Beziehung entwickeln kannst. Im zweiten Teil

findest du 36 verschiedene Krafttiere dargestellt. Neben einer Botschaft des jeweiligen Tiergeistes sind dort die Eigenschaften, die du wahrscheinlich aufweist, wenn dies dein Krafttier ist, aufgeführt, bei welchen Problemen es helfen kann und wie du es rufen kannst. Diese Zusammenstellung ist natürlich unvollständig. Auch wenn dein Krafttier im zweiten Teil nicht aufgeführt wird, ist es wichtig, dass du lernst, direkt mit ihm zu kommunizieren.

Am besten liest du zunächst den ersten Teil ganz durch und blätterst dann im zweiten Teil vielleicht zuerst zu den Tieren, zu denen du dich besonders hingezogen fühlst. Anschließend kannst du die Reise zu deinem Krafttier machen und eine Beziehung zu ihm entwickeln.

Nimm dir Zeit für all dies. Dieses Abenteuer wird dir helfen, leichter und mit mehr Selbstvertrauen durch dein Leben zu gehen. Möge dein Weg gesegnet sein!

Dieses Buch kannst du ebenfalls als Orakel verwenden. Damit kannst du herausfinden, welcher Tiergeist momentan mit dir arbeitet und du kannst Antworten auf deine Fragen erhalten. Das können Fragen zu Beruf, Beziehung oder Finanzen sein. Halte das Buch in deinen Händen, nimm ein paar tiefe Atemzüge, denk an deine Frage und blättere nun durch den zweiten Teil des Buches. Sobald du den Impuls verspürst, halt an und öffne das Buch an der Stelle. Geh zur ersten Seite des betreffenden Tieres und lies die Botschaft auf deine Frage.







TEIL I

**Entdecke  
dein Krafttier**



## Was sind Krafttiere?

Krafttiere sind Helfer aus der geistigen Welt, die in Gestalt von Tieren auftauchen. Es sind Verbündete, die uns bei den Herausforderungen des Lebens zur Seite stehen. Du kannst sie in jeder Angelegenheit um Rat und Hilfe bitten, sie haben den Überblick und sind vertrauenswürdig. Sie sind ebenfalls exzellente Lehrer, die dir viel über die geistige Welt und die Natur beibringen können. Der regelmäßige Umgang mit ihnen wird dein persönliches Leben bereichern und deine spirituellen Fähigkeiten erheblich verbessern.

Krafttiere können in Meditationen, Visionen, Träumen, auf schamanischen Reisen oder in ihren irdischen Gestalten zu dir kommen. Es kann sich um Säugetiere, Vögel oder Reptilien handeln, sogar um Fabelwesen wie Einhörner oder Drachen. Da die Kraft dieser geistigen Wesen aus ihrer Verbindung mit ihrem Instinkt und ihrer ungezähmten Natur stammt, sind echte Haustiere als Krafttiere selten.

Die Kraftquelle deines Krafttieres ist kein einzelnes Tier, sondern die ganze Art. Arbeitest du zum Beispiel mit einem Bären, so repräsentiert dieses geistige Wesen die gesamte Art der Bären.

Ein positiver Nebeneffekt der Arbeit mit deinem Krafttier ist, dass du eine größere Wertschätzung für diese Tierart entwickeln wirst, wahrscheinlich sogar für die gesamte Tierwelt. Handelt es sich bei deinem Krafttier beispielsweise um einen Delfin, wird sich deine Liebe und Zuneigung wahrscheinlich zunächst auf alle Wasserwesen ausdehnen und von da aus auch auf die Tiere auf dem Land und in der Luft. Dein

Krafttier lehrt dich, seine Kraft mitfühlend und zum Wohle aller anzuwenden und dabei dich selbst und andere zu heilen und zu stärken.



## Geistführer und Krafttiere

Spirituelle Wesen, die uns auf positive Weise helfen, werden meistens *Geistführer*, *Geisthelfer* oder *Helfer aus der geistigen Welt* genannt. Sie schützen uns, führen uns und schenken uns Mut und Inspiration. Im Laufe unseres Lebens können wir viele Geisthelfer haben, ob wir uns ihrer bewusst sind oder nicht. Manche begleiten uns seit unserer Kindheit, andere tauchen in bestimmten Lebensphasen auf, wo sie uns vielleicht durch eine schwierige Zeit helfen. Solche Geistführer können Engel, aufgestiegene Meister, Heilige, Ahnen, Feen oder eben auch Krafttiere sein.

Geistige Begleiter aus der Tierwelt werden bei den Naturvölkern als Krafttiere oder als Totemtiere bezeichnet. Diese Begriffe werden oft synonym verwendet, obwohl sich ihre Bedeutung etwas unterscheidet. Der Begriff des Totemtieres ist weiter verbreitet. Bei vielen Stammeskulturen gibt es ein Stammestotem, ein anderes Totem für die Sippe und ein weiteres für die Familie, in die man geboren wurde. Moderne Gesellschaften kennen solche Totems ebenfalls, zum Beispiel der Lions Club. Auch im Sport identifizieren sich Mannschaften gerne mit einem Tier, zum Beispiel nennt sich die Fußballmannschaft des TSV 1860 München die »Löwen«, die Kölner Eishockeymannschaft heißt »Die Haie«. Sogar das Christentum kennt die Totems des Lamms und des Fisches.

Viele Eltern geben ihrem Kind ein besonderes Schutz-Totem, zum Beispiel in Gestalt eines Teddybären, von dem sie dem Kind gegenüber behaupten, dass er es beschützen würde.

Das Kind glaubt den Eltern und durch diesen Glauben ruft es unbewusst den Geist dieses Tieres und seine Kräfte herbei. Dadurch kann der Bär zum persönlichen Totem oder Krafttier für das Kind werden, das es bis weit in sein Erwachsenenleben hinein begleitet.

Krafttiere stehen nicht mit einer Familie oder Gruppe in Verbindung, sondern sind dem einzelnen Individuum zugeordnet. Genau wie Totemtiere stärken sie uns im täglichen Leben und beschützen uns auch, wenn wir die *nichtalltägliche Wirklichkeit* erkunden – das Reich der geistigen Wesen, jenseits des Schleiers unserer gewöhnlichen Wahrnehmung.



# 3

## Dein Krafttier und du

Sowohl Krafttiere als auch Totemtiere sind, genauso wie die anderen Geisthelfer, in der nichtalltäglichen Wirklichkeit zuhause. Wir wollen uns in diesem Buch mit den Krafttieren befassen, weil wir zu ihnen eine persönlichere Beziehung als zu den Totemtieren entwickeln können. In Meditationen, schamanischen Reisen, Träumen und Visionen können wir mit ihnen Kontakt aufnehmen und sie um Rat, Heilung oder Schutz bitten.

Im Gegensatz zu anderen Geistwesen können uns die meisten Krafttiere auch im Alltag in ihrer physischen Form begegnen. Wenn dein Krafttier in seiner irdischen Gestalt auftaucht, kann dies je nach Situation und Verhalten des Tieres ein Zeichen für dich sein.

Vielleicht kennst du dein Krafttier bereits. Wenn nicht, findest du in diesem Buch eine Anleitung dafür, wie du es finden kannst.

Du suchst dir dein Krafttier nicht aus, sondern ihr erwählt einander. Im Laufe deines Lebens hattest du vielleicht verschiedene Lieblingstiere, vielleicht sogar Totemtiere, aber keines davon muss dein Krafttier gewesen sein. Wenn sich dir ein Tier als dein Krafttier zeigt, liegt es an dir, es als solches zu akzeptieren. In gewissem Sinne geht ihr eine Art »Seelenvereinbarung« ein zum beiderseitigen Wohle. Deinem Tiergeist bereitet es Freude, mit dir zu arbeiten und durch deine Sinne die gewöhnliche Wirklichkeit zu erfahren, und du bekommst einen Tiergeist, der dich berät, heilt und dir Kraft gibt.

Im Laufe meines Lebens hatte ich Beziehungen zu mehreren Tierwesen der geistigen Welt. Manche von ihnen waren mir bekannt, andere haben mich begleitet, ohne dass ich es bemerkt habe. Seit ich in den letzten Jahren den schamanischen Weg gehe, habe ich zu verschiedenen Tiergeistern eine bewusste Beziehung entwickelt. Zurzeit arbeite ich mit vier Krafttieren. Mein erstes Krafttier kam vor über fünfzehn Jahren in einem Tanz zu mir, die anderen kamen später, nach und nach. Ich möchte nicht sagen, welche Tiere es sind, denn ich halte diese heiligen Beziehungen für höchst persönlich und privat. (Ich habe meine Tiere gefragt und sie sind ganz meiner Meinung!) Man sollte sehr sorgsam bedenken, wem man davon erzählt, wenn überhaupt. Es ist wichtig, diese Beziehungen mit höchstem Respekt zu behandeln, sonst schwächt man die Kraft, die aus ihnen hervorgehen kann.

Die Gemeinschaft zwischen dir und deinem Krafttier ist nicht zufällig. Ihr erwählt einander zum Teil, weil eure Eigenschaften zueinander passen. Das heißt, du ähnelst in gewisser Weise deinem Krafttier. Manche dieser Eigenschaften mögen dir bewusst sein, bei anderen handelt es sich vielleicht um verborgene Schattenaspekte deiner selbst. Wenn diese Charakterzüge bisher unterdrückt wurden, werden sie im Laufe der Entwicklung deiner Beziehung zu deinem Krafttier stärker ans Licht kommen.

Es ist auch wichtig, die Beziehung zu deinem Krafttier zu pflegen, so wie du es mit jeder wichtigen Freundschaft tust. Die Aufgabe deines Krafttieres ist es, auf dich aufzupassen und dir auf verschiedene Weisen zu helfen. Im Gegenzug kann es durch dich an der Erfahrung des Menschseins teilhaben. Solange du es ehrst und gut behandelst, wird es bei dir bleiben. In späteren Kapiteln mache ich einige Vorschläge, wie du dein Krafttier ehren und deine Beziehung zu ihm stärken kannst.

Dein Tier verleiht dir Kraft – du schenkst ihm Dankbarkeit und Zuneigung. Das ist ein guter Austausch.



# 4

## Die Verbindung mit der geistigen Welt

Bevor du dich auf die Suche nach deinem Krafttier begibst, ist es nützlich zu wissen, wie du mit der geistigen Welt bewusst Verbindung aufnehmen kannst. Atem, klare Absicht und empfängliche Aufmerksamkeit sind die drei wesentlichen Komponenten, mit denen du dich für spirituelle Erfahrungen öffnen kannst.

**Atem** – Jeder, der sich schon einmal intensiver mit Meditation befasst hat, wird dir sagen, dass bewusstes Atmen hilft, sich zu entspannen, besonders wenn man unter Stress steht. Dieser Zustand der Entspannung bildet auch eine wesentliche Grundlage für jegliche spirituelle Arbeit. Er ermöglicht dir die Kontaktaufnahme mit der nichtalltäglichen Wirklichkeit. Zum bewusst Atmen, atmest du erst mal ganz aus. Atme dann langsam ein, während du dir im Stillen sagst: »Ich bin...«. Dann atmest du aus und beendest den Satz mit »... entspannt.« Wiederhole dies ein paar Mal und finde dabei einen angenehmen, gleichmäßigen Atemrhythmus. Diese Worte im Rhythmus deines Atmens zu wiederholen hilft, deine Aufmerksamkeit bei deiner Atmung zu halten.

**Klare Absicht** – Bei jeder spirituellen Aktivität ist es wichtig, zu wissen, in welcher Absicht du an die Sache herangehst. Während der Meditation kann deine Absicht ganz einfach darin bestehen, bewusst zu atmen oder auf ein Mantra konzentriert zu sein oder einfach zu bemerken, was du gerade erfährst. Deine Absicht ist das, was du erleben willst, und

wenn es mit dem göttlichen Wunsch übereinstimmt, wird es geschehen. Sobald du dir über deine Absicht im Klaren bist, kannst du den nächsten Schritt tun.

**Empfängliche Aufmerksamkeit** – Wenn du entspannt bist und deine Absicht im Sinn hast, geht es nur noch darum, eine Haltung empfänglicher Aufmerksamkeit einzunehmen. Diese entsteht meistens durch den Übergang in einen veränderten Bewusstseinszustand, eine leichte Trance, in der du gleichzeitig ganz entspannt und ganz aufmerksam bist. Dieser Zustand kann auf verschiedenen Wegen erreicht werden, zum Beispiel durch Meditation, Tanzen, Singen, Trommeln, Rasseln oder durch das Sitzen in Stille. Es ist auch eine CD erhältlich, auf der ich Trommeln, Rasseln und die rhythmischen Klänge des Didgeridoos als Hilfsmittel zur Trance anbiete. All diese seit Urzeiten erprobten Wege können dir helfen, dein Krafttier zu finden und mit ihm zu arbeiten.



# 5

## Vier Arten der Wahrnehmung

Deine Wahrnehmung der nichtalltäglichen Wirklichkeit und damit auch der Krafttiere erfolgt auf eine der folgenden vier Wahrnehmungsweisen oder durch eine Kombination von ihnen. Die meisten von uns neigen von Natur aus zu einer oder zweien davon und wir verlassen uns darauf. Mit ein wenig Übung kannst du jedoch lernen, auch auf die anderen Arten wahrzunehmen. Welchen Weg du auch wählen magst: Spirituelle Informationen können entweder als Ergebnis deiner gerichteten Absicht zu dir kommen oder von selbst und unerwartet. Die vier Wahrnehmungsweisen sind:

**Hellsehen** – Dies ist die visuelle Form der Wahrnehmung, das heißt, du siehst die geistigen Wesen, meistens mit geschlossenen Augen, aber manchmal auch mit offenen. Manche Menschen sind für diese Art des Sehens begabt, aber vielleicht liegt dir eine andere Art der Wahrnehmung mehr.

**Hellhören** – Dabei hörst du die Stimmen der geistigen Wesen, die dir helfen wollen. Meistens hörst du sie in deinem Kopf, manchmal scheint es jedoch, als kämen sie von außen. Du kannst die Botschaften deines Krafttieres an ihrer positiven und stärkenden Art erkennen, im Gegensatz zu den Botschaften deines Egos oder deines inneren Kritikers, die oft grob, verurteilend und negativ sind. Die einzige Ausnahme bilden Notsituationen, in denen auch Stimmen aus der geistigen Welt laut und befehlend sein können, zum Beispiel wenn sie dir zurufen: »Bremsen! Sofort!«