



wirkende Kraft



13 Wege durch die Transformation

Interaktiver Zoom-Onlinekurs

Spürst Du das eine Veränderung ansteht, Dir fehlt aber das WIE?

Dieser 13-teilige Onlinekurs begleitet Dich **achtsam und praxisnah durch diese Zeit des Wandels**. Du erhältst **Impulse einer geerdeten Spiritualität**, die sich konkret in Deinen Alltag integrieren lassen.

Im Mittelpunkt stehen **Deine Schritte**, Deine Erkenntnisse & Deine Bereitschaft **klar, bewusst** und voller Neuorientierung gut für Dich zu sorgen. Am Ende des Prozesses hast Du **die alte Haut abgestreift** und Dich mit all Deinen Verbündeten in der **Tiefe Deines Wesens** kennen gelernt.

Die **Verbündeten**, wie Tier- & Pflanzengeschwister sind Deine Helfer, die Du jederzeit zur **Unterstützung zur Seite** rufen kannst. Die Runenwesenheiten sind **Deine Krieger:innen durch den Wandel** hindurch und halten Dich.

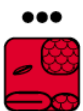
Die geführten schamanischen Reisen bringen **das Gehörte vom Kopf ins Herz** und verankern Dich mit Deinen Transformationsschritten im Jetzt.

Kursformat & Ablauf

- **Interaktiver Zoom-Onlinekurs** mit Austausch, Wissensvermittlung und Reflexion
- Ausführliche **PDF-Unterlagen** vor jedem Abend
- **Aufzeichnung jedes Abends** (Video & Audio) zur Nachbereitung oder bei Abwesenheit
- **Geführte Meditation** (ca. 20–30 Minuten) am Ende jedes Treffens zur Integration
- Vertiefungsübungen und Vorbereitung für den nächsten Termin im Anschluss

Termine & Details

- **13 Abende:** 4.3.; 25.3.; 15.4.; 6.5.; 27.5.; 17.6.; 8.7.; 2.9.; 23.9.; 7.10.; 28.10.; 18.11.; 09.12.2026
- **Zeit:** jeweils 19:00–21.00 Uhr (inkl. Pause)



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

- **Ort:** Zoom-Onlinemeeting (weltweit flexibel)
- **Kosten:** €318,00 inkl. 20 % USt.
 - Zahlung vorab per Überweisung (€318,00) oder PayPal inkl. Gebühren (€328,00)
 - Teilzahlung möglich: 4 × €80,00

Rahmen & Voraussetzungen

- Kostenloser Download von Zoom: [Kostenloser download des Zoom Videokonferenz Tool](#)
- Bereitschaft zur aktiven Teilnahme (Kamera eingeschaltet)
- Eigenes **Erkenntnisbüchlein** zur Dokumentation deines Prozesses
- Buchung **nur als Gesamtzyklus**, da die 13 Abende aufeinander aufbauen

Dieser Kurs lädt dich ein, die laufende Transformation bewusst zu gestalten, neue Perspektiven zu gewinnen und Dein inneres **Wachstum** nachhaltig zu verankern – **begleitet, verbunden und alltagstauglich.**

Inhalte der einzelnen Zoom-Onlinemeetings

1.Transformationsschritt: 4.3.2026 von 19.00-21.00

Achtest Du auf die Zeichen und Botschaften von außen?

Reflexionsfragen zum Thema: **Selbstliebe & Kommunikation**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Ansuz, die Botenrune**

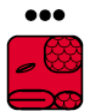
Runenschirm (Visualisierungsübung): „**die Mäuler**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Onyx, Lapislazuli und Smaragd**
- die Heilkräuter: **Purpurwinde & Fliegenpilz**
- der Baum: die **Esche**
- das ätherische Öl: **Lavendel**

Krafttier des 1. Transformationsschrittes: **der Wolf**, ein Schwellenhüter

Geführte schamanische Reise zur **Selbstliebe und Kommunikation mit dem Göttlichen**, um den **Tod im Inneren** zu erfahren. Erkenne **Deinen göttlichen Funken** und tauche ein in die **Tiefen Deines Seins.**



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

2. Transformationsschritt: 25.3.2026 von 19.00-21.00

Wovon gilt es sich zurückzuziehen bzw. Bande zu trennen?

Reflexionsfragen zum Thema: **Loslassen & Trennen**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Othila, die Rune der Ahnen**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**die Mauer**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Amethyst und Rubin**
- Heilkräuter: **Zaunrübe und Hauswurz, das Schneeglöckchen**
- die Bäume: **Weißdorn, Ulme und Stechginster**
- das ätherische Öl: **Kamille**

Krafttier des 2. Transformationsschrittes: der **Wal**, das Tier der Tiefe

Geführte schamanische Reise, um die Schwellenangst zu überwinden die **weiblichen Führungsqualitäten** zu entwickeln, und Deine **Kraft der Entscheidung** von den **Ahnen zurückzuholen**. Wirf mit der **Zirbeldrüsenaktivierung** Deine alte Haut ab und **ziehe klare Grenzen**.

3. Transformationsschritt: 15.4.2026 von 19.00-21.00

Lebst Du Dein wahres Potential an Kraft in Verbundenheit mit Deiner Natur?

Reflexionsfragen zum Thema: **Kraft & Stärke**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Uruz, die Rune der Weiblichkeit & der Männlichkeit**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**die Macht & Stärke**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Bernstein, Bergkristall und Granat**
- die Heilkräuter: **Kuschelle, Anemone, Sumpfmooos, Kapuzinerkresse und Safran**
- die Bäume: **Birke und Eiche**
- das ätherische Öl: **Thymian**

Krafttier des 3. Transformationsschrittes: **das Rind**, ein Ressourcen-Tier

Geführte schamanische Reise, um zu **beenden und neu zu beginnen** und dadurch eine **Balance zwischen den Extremen** zu finden. Der **Zugang zum Höheren Selbst** wird ermöglicht und die Balance zwischen Ego und Höherem Selbst stellt sich ein.



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

4. Transformationsschritt: 6.5.2026 von 19.00-21.00

Was wartet in den Tiefen Deines Selbst, um ans Licht gebracht zu werden?

Reflexionsfragen zum Thema: **Tod & Wiedergeburt, Schicksal & Karma**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Peord, die Rune des Strebens nach der All-Liebe**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „die Tentakeln“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Meteoritensteine, Goldtopas, Aquamarin**
- die Heilkräuter: **Margarite, Chrysantheme, Eisenhut und Löwenzahn**
- die Bäume: **Schlehdorn und Buche**
- das ätherische Öl: **Zitrone**

Krafttier des 4. Transformationsschrittes: **der Frosch**, das Tier der Reinigung

Geführte schamanische Reise, um mit der **Perchta / Frau Holle** im **Kessel der Fülle** zu rühren, damit die **Erneuerung des Geistes** vollzogen werden kann. Gehe Deinen **persönlichen Einweihungsweg** und lege das Verborgene offen.

5. Transformationsschritt: 27.5.2026 von 19.00-21.00

Welchen Zwang und Schmerz erträgst Du und glaubst Du tragen zu müssen?

Reflexionsfragen zum Thema: **Not, Leid & seine Lektionen**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Nauthiz, die Rune der Notwendung**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „der Drohung“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Smaragd, Malachit und Bernstein**
- die Heilkräuter: **Wiesenknöterich, Löwenzahn, Krokus**
- die Bäume: **Traueresche & Buche**
- das ätherische Öl: **Immortelle**

Krafttier des 5. Transformationsschrittes: **der Luchs**, die bärtige Geisterkatze

Geführte schamanische Reise, um **Wegkreuzungen** zu erkennen, sich den **Versuchungen unbewusster Kräfte** zu stellen, **Illusionen** loszulassen, um klar zu sehen und die Not zu wenden, damit Verleugnung und Wut sich nicht mehr gegen Dich richten. Sieh **Deine Schatten** und gehe offen auf sie zu.



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

6. Transformationsschritt: 17.6.2026 von 19.00-21.00

Was möchte neu und fruchtbringend begonnen werden?

Reflexionsfragen zum Thema: **Fruchtbarkeit, Neuanfang & Entbindung**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Inguz, die Rune der Neuwerdung**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**Dein Kind-Ich**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Bernstein, Granit und Jaspis**
- die Heilkräuter: **Enzian, blaue Glockenblume Farnkraut und Brunelle**
- die **Obstbäume**
- das ätherische Öl: **Muskatellersalbei**

Krafttier des 6. Transformationsschrittes: **der Bär**, das Tier der Selbstbeobachtung

Geführte schamanische Reise, um **Harmonie und Ordnung** in Deinen Beziehungen zu etablieren und gleichzeitig Dich aus einem **engen Verpuppungsstadium** herauszukatapultieren. Die Vollendung des Begonnen, um Dich zur **Atmung, Entspannung** und **Selbsterkenntnis** zu führen. Lerne Deiner **Intuition** bedingungslos zu vertrauen.

7. Transformationsschritt: 8.7.2026 von 19.00-21.00

Wie kannst Du Dein eigenes Licht zum Leuchtfeuer werden lassen?

Reflexionsfragen zum Thema: **Wiedergeburt in Licht & Klarheit**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Kaunaz, die Rune der Klarheit und des Lichts**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**die Schere**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Blutstein, Granat und Amethyst**
- die Heilkräuter: **Ginster und Heckenrose, Dotterblume**
- die Bäume: **Haselstrauch, Weide, Kiefer und Fichte**
- das ätherische Öl: **Jasmin**

Krafttier des 7. Transformationsschrittes: **die Schlange**, das Tier der Häutung

Geführte schamanische Reise, um im **Spiegel des Bewusstseins** das Aufgeben des Alten durch die Wiedergeburt im eigenen Leben, zu zelebrieren. Die tiefen Einsichten **vertreiben die Dunkelheit** und es stellt sich **Öffnung, Konzentration und Ernsthaftigkeit** ein, denn überall dort, wo das Licht hinfällt, wird der **Schatten verdrängt bzw. erhellet**.



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

8. Transformationsschritt: 2.9.2026 von 19.00-21.00

Woraus darfst Du entwachsen, damit eine Wiedergeburt stattfindet?

Reflexionsfragen zum Thema: **Fülle & Reife**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Berkana, die Rune der Blüte**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**Aufmerksamkeitsentziehung**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Mondstein und Sarder**
- die Heilkräuter: **Frauenmantel, Wegerich, Gardenie, Narzisse, Mondraute und Gänseblümchen**
- die Bäume: **Pappel und Birke**
- das ätherische Öl: **Zimt**

Krafttier des 8. Transformationsschrittes: **der Hase**, das Tier der Fruchtbarkeit

Geführte schamanische Reise, um wahre Gefühle auszuloten, **unterdrückte Emotionen** freizusetzen und die **Sexualität** von innen nach außen zu transformieren. Voller **Selbstbestimmtheit** den Zugang zum **magischen Wissen** und den **Zaubersprüchen** reaktivieren und in der eigenen Selbstbestimmtheit Schutz finden.

9. Transformationsschritt: 23.9.2026 von 19.00-21.00

Welche Bewegung möchte vollzogen werden, dass ein Fortschritt sichtbar wird?

Reflexionsfragen zum Thema: **Lebenskraft & Anpassungsfähigkeit**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Ehwaz, die Rune der Bewegung**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**Die Erweckung**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- der Heilstein: **Saphir**
- die Heilkräuter: **Kreuzkraut, Johanniskraut, Koriander und Wermut**
- die Bäume: **Espe und Eiche**
- das ätherische Öl: **Zeder**

Krafttier des 9. Transformationsschrittes: **das Pferd**, das Tier des Fortschritts

Geführte schamanische Reise, um **Klarheit in die Herzensangelegenheiten** zu bringen, **Geist und Standhaftigkeit** zu schulen und mit Sleipnir, dem achtbeinigen Schimmel Hugin & Munin, den beiden Raben ein **neues fokussiertes Handeln** zu ermöglichen.



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

10. Transformationsschritt: 7.10.2026 von 19.00-21.00

Wie erweckst Du Dein wahres Ich bin aus dem Schlaf des Vergessens?

Reflexionsfragen zum Thema: **Wachrüttler & Weiterentwicklung**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Hagalaz, die Rune der Veränderung**

Runenschirm (Visualisierungsübung): „**das Undurchdringliche**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Streifenachat, Lapislazuli und Onyx**
- die Heilkräuter: **Christrose und Wachsblume, Maiglöckchen, Hopfen, Farn, Kokusnuss und Veilchen**
- die Bäume: **Eibe und Weißdorn**
- das ätherische Öl: **Hinoki**

Krafttier des 10. Transformationsschrittes: **der Otter**, das Tier Unmissverständlichkeit

Geführte schamanische Reise, um in die **Leere, die Schatten** und die **Nornen** einzutauchen, denn es gilt voller Vertrauen **den eigenen Platz einzunehmen** und **Fremdeinflüsse** zu bannen und zu harmonisieren, damit Du Dein **Wyrd knüpfen** kannst und Dein Orlog mit Deiner Seele in Übereinstimmung ist.

11. Transformationsschritt: 28.10.2026 von 19.00-21.00

Womit gilt es sich zu versöhnen und den aktiven Weg der Vergebung zu suchen?

Reflexionsfragen zum Thema: **Überwindung von tiefen Schocks**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Raido, die Rune der Reise zu sich selbst**

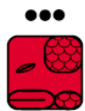
Runenschirm (Visualisierungsübung): „**Das Rad der Spitzen**“

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Malachit und Chrysopras**
- die Heilkräuter: **Löwenmäulchen, Beifuss, Aloe**
- der Baum: der **Holunder**
- das ätherische Öl: **Wacholder**

Krafttier des 11. Transformationsschrittes: **die Krähe**, das Tier, das sie Leichen sichtbar macht

Geführte schamanische Reise, um am Thing die **eigene Ordnung im Leben** wieder herzustellen, das **innere Kind zu heilen**, die **eigene Mitte zu festigen** und



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW



wirkende Kraft

verlorengegangene **Seelenanteile wieder hereinzuholen**. Durch die Befreiung aus den **selbstgesteckten Gefängnissen** kann die **Versöhnung im inneren** vollzogen werden.

12. Transformationsschritt: 18.11.2026 von 19.00-21.00

Welche Pforte möchte durchschritten werden?

Reflexionsfragen zum Thema: **den Dorn entfernen**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Thurisaz, die Rune des Tor-Weges**

Runenschirm (Visualisierungsübung): **„die Dornenkrone“**

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Beryll und Saphir**
- die Heilkräuter: **Gartenlauch und Nessel**
- der Baum: **die Eiche**
- die ätherischen Öle: **Cistrose**

Krafttier des 12. Transformationsschrittes: **der Ziegenbock**, der Wählerische

Geführte schamanische Reise, um die **Konfrontation mit dem Spiegelbild** zu suchen, aus dem **Opferverhalten auszusteigen, Verantwortung zu übernehmen** und das Alte loszulassen. Mit Hilfe des **Hammerrituals** gewinnst Du Klarheit und Fokus.

13. Transformationsschritt: 09.12.2026 von 19.00-21.00

Welcher Durchbruch in Deinem Wesen darf vollzogen werden?

Reflexionsfragen zum Thema: **Wechseln der Blickrichtung**

Runenwesenheit als Impulsgeber: Runenwesenheit **Dagaz, die Rune des Durchbruchs**

Runenschirm (Visualisierungsübung): **„Kreis aus Prismen“**

Stein- & Pflanzengeschwister als Unterstützer:

- die Heilsteine: **Chalzedon, Chrysolith und Tigerauge**
- die Heilkräuter: **Ringelblume, Schlüsselblume, Majoran und Wegwarte**
- die Bäume: **Eiche und Fichte**
- das ätherische Öl: **Zypresse**

Krafttier des 13. Transformationsschrittes: **der Fuchs**, der Schlaue & Gewitzte

Geführte schamanische Reise, um mit der **Verwirrung** im Innersten **Freundschaft zu schließen** und den **Ängsten über den eigenen Selbstwert fried- und liebevoll** entgegen zu gehen. Die Metamorphose **erlaubt den Durchbruch** und aus dem Chaos entspringt der **Neubeginn**.



© Katharina Linhart • Praxis »wirkende Kraft« • Spirituelle & prozessorientierte Persönlichkeitsentfaltung

A-2380 Perchtoldsdorf, Wienergasse 2 • +43 664 3851238 • katharina@wirkendekraft.at • www.wirkendekraft.at
Bankverbindung: Bank Austria Unicredit AG, IBAN: AT90 1100 0127 8059 2700, BIC: BKAUATWW