

Kira Klenke

Die Lichtwerkzeuge von Avalon

*Durch innere Reisen an Kraftorte
Heilung finden*

NEUE  ERDE

Haftungsausschluss

Die in diesem Buch veröffentlichten Ratschläge und Übungen wurden sorgfältig erarbeitet und haben sich in der Coaching-Arbeit bewährt. Sie ersetzen keine medizinische Diagnose, ärztliche Verordnung oder Behandlung; auch nicht den Besuch bei einem Arzt oder Heilpraktiker. Nutzer der hier vorgestellten Methodik handeln in eigener Verantwortung. Jegliche Garantie der Autorin oder des Verlags für die Nutzung und Befolgung der Ratschläge und Übungen aus diesem Buch ist daher ausgeschlossen, ebenso eine Haftung für Personen-, Sach- und Vermögensschäden.

Im Buch sind Links zu Webseiten, auf deren Inhalte der Verlag keinen Einfluss hat. Für die Inhalte solcher Webseiten wird vom Verlag keine Gewähr übernommen. Es ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich.

Bücher haben feste Preise.

1. Auflage 2020

Kira Klenke

Die Lichtwerkzeuge von Avalon

© Kira Klenke/Neue Erde GmbH 2020

Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:

Foto: Jason Sturgess, Illustration: Anne Mathiasz,
beide shutterstock.com

Gestaltung: Dragon Design, GB

Satz und Gestaltung:

Dragon Design, GB

Gesetzt aus der Janson Text

Gesamtherstellung: Appel & Klinger, Schneckenlohe

Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-770-2

Neue Erde GmbH

Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken

Deutschland · Planet Erde

www.neue-erde.de



Widmung

Ich widme dieses Buch unserer wunderschönen Erde. Ich widme es jenen Menschen, die lange vor unserer Zeit gelebt, damals Kraftorte auf unserem Planeten entdeckt und so mitgestaltet haben, dass ihre magische Kraft über Generationen hinweg bis heute aktiv wirkt. Ich widme dieses Buch ebenso jenen, die sich heute um das Wohl dieser Orte kümmern und sicherstellen, dass die Orte und ihre magische Kraft auch zukünftigen Generationen noch zugänglich sein werden. Und ich widme dieses Buch, last not least, jenen Orten selbst, an denen man mühelos erfahren kann, wie sich das Tor zum eigenen Licht und zur inneren Weisheit öffnet.

Inhalt

9	Eine Kostprobe zu Beginn
10	Vorwort
12	Dein Schlüssel zu spiritueller Magie und Heilkraft
12	Einführung in die Arbeit mit den Lichtwerkzeugen
14	Orte der Kraft
15	Entstehungsgeschichte der Lichtwerkzeuge
16	Sich auf einen Kraftort einstimmen
18	Die Lichtwerkzeuge
18	Schnell & Easy I: Heilkräfte aktivieren
20	Aventurin-Licht: Balance und Aufrichtung
25	Drachenkrone: Gehe auf klaren Empfang
30	Orange Sun: Ein außergewöhnliches Licht
38	Orakelstein: Antwort auf Herzensfragen
41	Rhodonitrosette: Aus dem Herzen handeln
45	Menhir: Sehnsucht als Kompass
49	Wunschquelle: Wenn du es glaubst, wird es wahr
55	Feuertänzerin: Zähme überschießendes Feuer in dir
59	Geweischale: Heilimpulse für die Erde 1
62	Selenit-Kristallstab: Heilimpulse für die Erde 2
63	Schnell & Easy II: Zurück zu natürlicher Ordnung
65	Drachenhelm: Unbeeinflusst und frei denken und sein
68	Sch-Mantra: Reinigung und Neuordnung
72	Licht-Zylinder: Defragmentierung
76	<i>Übersicht der Lichtwerkzeuge</i>
79	<i>Welches Lichtwerkzeug passt jetzt für mich?</i>
81	Dein Leben in nur sieben Tagen upgraden: Lichtwerkzeuge-Challenge
84	Lichtwerkzeuge-Challenge-Tagebuch
91	Nachwort
92	Über die Autorin

Eine Kostprobe zu Beginn

Nimm dir jetzt direkt zu Beginn, bevor du mit der Lektüre dieses Buches beginnst, einige Minuten Zeit für eine »Kostprobe«. Probiere jetzt direkt eines der Lichtwerkzeuge praktisch aus. Wende es für dich an, bevor du weiterliest. Schmecke so unvoreingenommen die Erfahrung – deine Erfahrung! – der kraftvollen Energie und Wirkungsweise eines Lichtwerkzeuges.

Für diese Kostprobe benutze »Schnell & Easy I: Heilkräfte aktivieren«, ein Lichtwerkzeug, das sehr schnell, innerhalb von Minuten wirkt. Du findest es auf Seite 18. Es ist das erste Lichtwerkzeug in diesem Buch. Der Anweisungstext ist kurz und ohne weitere Erklärung verständlich. Lies bitte den Ablauf zunächst vollständig durch. Beim zweiten Lese-Durchgang kannst du dann parallel innerlich mitarbeiten.

Um dir die Anwendung dieses Lichtwerkzeugs zum Einstieg leichter zu machen, habe ich den Text als Audio aufgenommen: Die MP3-Datei findest du zum Download unter www.KiraKlenke.de/Kostprobe. Damit kannst du dich entspannt zurücklehnen, und meine Stimme führt dich Schritt für Schritt durch den Ablauf.

Lies bitte erst weiter, wenn du deine Kostprobe genommen hast. Nutze die einmalige Chance, völlig unbeeinflusst zu »schmecken« – unbeeinflusst von dem, was du später zu den Lichtwerkzeugen lesen wirst. So kannst du pur erleben, wie sich die Licht- und Wirkkraft ganz aus dir heraus entfalten.

Eine Kostprobe zu Beginn

Nimm dir jetzt direkt zu Beginn, bevor du mit der Lektüre dieses Buches beginnst, einige Minuten Zeit für eine »Kostprobe«. Probiere jetzt direkt eines der Lichtwerkzeuge praktisch aus. Wende es für dich an, bevor du weiterliest. Schmecke so unvoreingenommen die Erfahrung – deine Erfahrung! – der kraftvollen Energie und Wirkungsweise eines Lichtwerkzeuges.

Für diese Kostprobe benutze »Schnell & Easy I: Heilkräfte aktivieren«, ein Lichtwerkzeug, das sehr schnell, innerhalb von Minuten wirkt. Du findest es auf Seite 18. Es ist das erste Lichtwerkzeug in diesem Buch. Der Anweisungstext ist kurz und ohne weitere Erklärung verständlich. Lies bitte den Ablauf zunächst vollständig durch. Beim zweiten Lese-Durchgang kannst du dann parallel innerlich mitarbeiten.

Um dir die Anwendung dieses Lichtwerkzeugs zum Einstieg leichter zu machen, habe ich den Text als Audio aufgenommen: Die MP3-Datei findest du zum Download unter www.KiraKlenke.de/Kostprobe. Damit kannst du dich entspannt zurücklehnen, und meine Stimme führt dich Schritt für Schritt durch den Ablauf.

Lies bitte erst weiter, wenn du deine Kostprobe genommen hast. Nutze die einmalige Chance, völlig unbeeinflusst zu »schmecken« – unbeeinflusst von dem, was du später zu den Lichtwerkzeugen lesen wirst. So kannst du pur erleben, wie sich die Licht- und Wirkkraft ganz aus dir heraus entfalten.

Vorwort

In jedem von uns lebt ein Licht, das strahlend und einzigartig ist. Wir alle besitzen eine Art inneren Kompass, der uns verlässlich, liebevoll und sicher dorthin führen kann, wo wir lebendig, voller Lebenslust, sinnerfüllt und kraftvoll sind. Aber wie – oder wo? – finden wir den Zugang dazu?

Es gibt Orte, dazu gehören die sogenannten Kraftorte, an denen sich genau dieser Zugang auf magische Weise leicht und ganz natürlich öffnet. In diesem Buch erfährst du, wie du dich mit dem heiligen Bewusstseinsfeld solch kraftvoller Portal-Orte, auch ohne weite Reisen auf dich nehmen zu müssen, von zu Hause aus verbinden kannst.

Jeder Kraftort ist, so ähnlich wie wir Menschen auch, einzigartig. Er besitzt sein ganz eigenes Energiefeld, welches dann in uns jeweils ein besonderes Potenzial und eine bestimmte »innere Tür« öffnet. Wir erhalten dort Lichtwerkzeuge, die uns helfen, zu wachsen, und die uns unterstützen, authentisch unsere Wahrheit und unsere wahre Natur zu leben.

In diesem Buch lernst du leicht verständlich, Schritt für Schritt und spielerisch fünfzehn Lichtwerkzeuge kennen, die dir das Tor zu spiritueller Magie und Heilkräften öffnen. Die Lichtwerkzeuge ermöglichen beispielsweise eine Aktivierung des inneren Kompasses oder die Fähigkeit, in einer schwierigen Situation in dir selbst Rat oder Antwort auf drängende Fragen zu finden. Es gibt Lichtwerkzeuge, die dich unterstützen, lang Ersehntes endlich wahr werden zu lassen. Andere ermöglichen, lästiges Gedankenkreisen zu durchbrechen, zu einem belastenden Thema oder Problem Abstand zu finden oder unbeeinflusst von außen innerlich frei denken und entscheiden zu können. Andere initiieren eine Aktivierung deiner Herzenskraft oder deine Kraft zur Selbsteilung oder sie ermöglichen, Tieren, Pflanzen oder unserem Planeten Heilkraft zuzusenden. Bei der praktischen Anwendung erfährst du, dass dir tatsächlich weit mehr Möglichkeiten und Wege offenstehen, als du bisher dachtest.

Zu diesem Buch wurde ich inspiriert durch das, was ich an Kraftorten in England und in Bosnien erfahren habe. Dieses Buch ist für Menschen, die...

- Licht- und Energiearbeit kennenlernen und erlernen möchten;
- Licht- und Energiearbeiter sind und ihr Repertoire lust- und kraftvoll erweitern möchten;
- einen Zugang zur universellen Kraft hinter dem Oberflächlichen suchen, hinter dem, was uns alltäglich mental und mit den physischen Sinnen zugänglich ist;
- lernen möchten, aus eigener Kraft zu wachsen und zu heilen, ohne dabei auf Autoritäten, Therapeuten oder teure Seminare angewiesen zu sein;
- ihre Träume verwirklichen und friedvoller, sinnerfüllter, gesünder und selbstbewusster leben möchten;
- diese Erde lieben und etwas zurückgeben möchten im Austausch für das, was uns dieser wundervolle Planet täglich geduldig und im Überfluss schenkt.

Das Buch hat nicht den Zweck oder die Funktion, ein Reiseführer für Glastonbury und die dortigen Kraftplätze oder für die bosnischen Pyramiden zu sein. Dafür sind andere Bücher besser geeignet. Dennoch ist es interessant für Menschen, die sich für Kraftorte interessieren und wissen möchten, was passiert, wie es sich anfühlt und wie es wirkt, wenn man einen Kraftort aufsucht.

»Möge die Kraft mit dir sein!«*

Ich wünsche dir von Herzen viel Freude und Aha-Momente bei der Arbeit mit den Lichtwerkzeugen. Ich wünsche dir für deine Anwendungen viel Segen. Mögen sich dir der Zauber und das Wunder, die jederzeit zugänglich hinter dem Augenscheinlichen liegen, immer mehr offenbaren.

Kira Klenke, Deensen, im Sommer 2019

* Abschiedsgruß der Jedi in den »Star Wars«-Filmen

Dein Schlüssel zu spiritueller Magie und Heilkraft

Einführung in die Arbeit mit den Lichtwerkzeugen

Bevor du ein Lichtwerkzeug praktisch anwendest, solltest du zunächst den gesamten Ablauf vollständig durchlesen. Bei einem zweiten Durchgang kannst du dann parallel zum Lesen in deinem eigenen Tempo innerlich mitarbeiten.

Alle Werkzeuge sind unabhängig voneinander und funktionieren auch so. Bei jedem der Lichtwerkzeuge ist aufgeführt, welche Kraft und welche Wirkung es hat. Hinten im Buch findest du eine Übersichtstabelle aller Lichtwerkzeuge mit ihrem Anwendungszweck sowie als Entscheidungshilfe die Tabelle »Welches Lichtwerkzeug passt jetzt für mich?« Wenn bei einem der Lichtwerkzeuge dessen Wirkung und Funktion für dich aktuell nicht von Interesse ist, überspringe (vorläufig) das entsprechende Kapitel.

Bei keinem der Lichtwerkzeuge ist es erforderlich, dass du selbst irgendetwas aktiv erschaffst. Stattdessen empfängst du einfach. Ich weiß, das ist leichter gesagt (oder geschrieben) als getan. Es kann deshalb hilfreich sein, den rationalen Verstand vor der Anwendung eines Lichtwerkzeugs mit einigen Aufgaben zu beschäftigen – die dann deinen meditativen Zustand und den Prozess sogar noch vertiefen.

- Mache dir, bevor du ein Lichtwerkzeug benutzt, noch einmal kurz bewusst, weshalb und wofür du es anwenden möchtest. Rufe dir ins Bewusstsein, was du dir von seiner Anwendung erhoffst.
- Sowohl Dankbarkeit als auch Freude sind innere Zustände, die die Kraft von Energiearbeit verstärken. Deshalb könntest du dir, bevor du loslegst, ein Erlebnis in Erinnerung rufen, das dich dankbar macht oder freudig stimmt.
Und lächle.
- Jede Anwendung eines Werkzeugs beginnt mit einer kurzen Entspannung. Beobachte, wie dabei deine Muskeln weicher werden. Und achte darauf, wie sich damit gleichzeitig auch dein Denken

entspannt. Auch die Gedanken werden »weicher«, ebenso mentale Konzepte und oft sogar Blockaden im Kopf.

Troubleshooting

Sollte es vorkommen, dass dein rationaler Verstand sich wundert oder Zweifel äußert, rate ich dir zu Folgendem: Teste bitte das Lichtwerkzeug dennoch für dich aus. Bleibe dabei so offen wie möglich und erforsche, erspüre, ob die inneren Bilder dir dienlich sind (oder eben nicht). Oder du gehst (vorläufig) einfach über zum nächsten Kapitel und Lichtwerkzeug. Bitte bleibe, während du dieses Buch liest und die Lichtwerkzeuge für dich austestest, deiner inneren Stimme und Intuition treu. Nimm hier (so ähnlich wie in einem Supermarkt) nur das für dich mit, was dich anspricht und dir weiterhilft. Wähle und benutze die Lichtwerkzeuge, die zu dir passen. Prüfe stets mit deinem Herzen und deinem Bauchgefühl und gehe dann mit dem, was dir guttut und zu dir passt. Du bestimmst, was du aufgreifst und was nicht. Folge stets deiner Wahrheit.

Lasse dich jedoch nicht vom rationalen Denken foppen, das grundsätzlich erst einmal vor allem zurückscheut, was ihm fremd ist – das ist bei allen Menschen so. Sollte irgendeine Textpassage eine heftigere Resonanz in dir auslösen, könntest du das als Gelegenheit nutzen, nachzuforschen und zu erspüren, welche deiner Überzeugungen dort angerührt wurden. Eine Möglichkeit wäre dann, dieses innere Konzept (z. B. mit dem Sch-Mantra) zu bearbeiten und zu besänftigen.

Schalte, bevor du anfängst zu lesen, innerlich einen Gang zurück.

Vielleicht legst du dazu das Buch eine Weile zur Seite und spürst erst einmal, wo und wie du jetzt gerade sitzt. Spürst du den Boden unter deinen Füßen? Spürst du deinen Körper, deinen Rücken, deinen Bauch, deine Beine und Arme? Spürst du die Haut deines Gesichtes? Spürst du, wie du jetzt bist, einfach nur bist, ohne irgendetwas zu tun? Spürst du den energetischen Raum um dich herum, der dich umgibt? Stelle dir dazu vor, du würdest deine Haut, die Begrenzung deines Körpers, von außen erspüren. Genieße dann bewusst den

angenehmen, lichten Energieraum, der dich immer umhüllt, in dem du nun zur Ruhe kommen und dieses Buch lesen kannst.

Lasse für eine Weile das Konzept und die Idee, dass du selbst etwas zu tun und zu leisten hast, einfach los. Stelle dir vor, du könntest wahrnehmen, wie nun die Energie, die dich umgibt – die dich immer und überall einhüllt – deinen Körper, deine Gefühle und Gedanken entspannt. Genieße, wie du gehalten und umarmt wirst von der universellen Kraft, die dich ständig durchwebt, von der Kraft, aus der du (wie alles auf dieser Welt) gewoben bist. Und dann lasse dich überraschen, was geschieht. Lasse dich beschenken und staune.

Mir fällt diese Art der Wahrnehmung und des Seins besonders leicht, wenn ich draußen in der Natur bin und vor allem dann, wenn ich Kraftorte besuche.

Orte der Kraft

Kraftorte haben eine besondere Ausstrahlung, die Menschen schon seit Jahrtausenden anzieht. Sie werden auch als »heilige Orte« oder »Orte des Lichts« bezeichnet. Es sind Orte, die über eine höhere Energie verfügen als andere, entweder weil das dort von Natur aus so ist oder weil dort Menschen regelmäßig meditieren, beten oder mit Lichtenergie arbeiten.

Ich besuche schon seit Jahrzehnten Kraftorte überall auf der Welt. An solchen Orten ist es überaus leicht, den normalen Alltag sowie das herkömmliche Denken und Funktionieren für eine Weile beiseitezulassen. Es ist dort erstaunlich leicht, einfach nur zu sein und dabei das Licht und die Urkraft zu erspüren, die hinter dem liegen, auf das wir uns im Alltag meistens beschränken. Hier offenbart sich im Nu das, was jenseits von, hinter und unter dem wirkt und leuchtet, was wir in unserer Gesellschaft üblicherweise als real bezeichnen.

An solchen Orten offenbart sich eine unsichtbare Kraft, die uns – sofern wir uns dafür öffnen – näher zu unserem natürlichen Sein führt und dorthin weist, wo unser wahrer Platz im Leben ist. Es ist eine Kraft, die auch unsere Lebensaufgabe, sofern wir sie noch

nicht bewusst kennen, in uns wachruft, sie verstärkt und sie klarer und greifbarer macht. Hier öffnet sich ein Raum, in dem unser Herz ganz von alleine zu strahlen beginnt und wo auch Freude, grundlose Freude und pure Lebenslust, aus uns hervorsprudelt.

Entstehungsgeschichte der Lichtwerkzeuge

1994 war ich zum ersten Mal in Glastonbury in Südengland, einem Ort, der mittlerweile auch bei uns in Deutschland als Kraftort recht bekannt ist. Es war für mich zunächst bei diesem einen Besuch in England geblieben, bis ich mich vor einigen Jahren spontan zu einer spirituellen Kraftort-Studienreise in Südengland angemeldet habe. Dort war ich vom ersten Tag an, als wir in unserer kleinen Reisegruppe an einem der vielen Kraftorte in und um Glastonbury meditiert haben, verblüfft und zugleich tief berührt von der enormen Kraft und starken Präsenz dort.

Als ich die Reise antrat, wusste ich nicht, dass Glastonbury heute unter anderem dafür bekannt ist, dass dort altes, schon bereits latent in uns vorhandenes, aber verschüttetes, spirituelles Wissen aus früheren Zeiten und Leben wieder in Erinnerung gerufen und aktiviert werden kann. Ich war verblüfft, als mir an den alten, heiligen Orten dort detailliert und klar strukturiert die kraftvollen Lichtwerkzeuge offenbart wurden.

Später habe ich zuhause das, was ich in Glastonbury erlebt, gelernt und erfahren hatte, aus meinen handgeschriebenen Tagebüchern abgetippt. Währenddessen habe ich mich daran erinnert, dass ich eine ähnliche Erfahrung bereits Jahre zuvor auf einer anderen spirituellen Reise zu den bosnischen Pyramiden erlebt hatte. Bereits dort hatte ich die ersten Lichtwerkzeuge erhalten und aufgeschrieben. Das ist mir erst, während ich meine Notizen aus Glastonbury elektronisch erfasst habe, wieder eingefallen. Sowohl die Art der Werkzeuge als auch die Art der Übermittlung waren dem, was ich in Glastonbury erlebt hatte, sehr ähnlich. So sind auch diese Licht-Techniken Teil dieses Buches geworden.

Sich auf einen Kraftort einstimmen

Um dich mit dem Energiefeld eines Kraftortes zu verbinden, musst du nicht notwendigerweise dorthin reisen und vor Ort sein. Lichtenergie ist nicht an Zeit und Raum gebunden. Du kannst zu der Kraft gut auch über die Ferne Kontakt aufnehmen. Um sich mit einem Kraftort aus der Ferne zu verbinden, kann es hilfreich sein, ein Foto des Ortes anzuschauen oder einen Film* (zum Beispiel auf YouTube). Betrachte das Bild oder den Film in einem entspannten, leicht meditativen Zustand. Bleibe empfänglich und bitte innerlich darum, mit der Kraft des Ortes verbunden zu werden. Ich werde bei einigen der Lichtwerkzeuge Bilder aus dem Internet vorschlagen. Es ist nicht unbedingt erforderlich, dass du diese anschaust und benutzt. Vielleicht probierst du einfach aus, ob es dir hilft, dich leichter oder tiefer mit dem entsprechenden Kraftort zu verbinden. Eine Zusammenstellung der Links aller Bilder findest du auch auf www.KiraKlenke.de/Bilder. Dort sind die Bilder mit einem Klick zugänglich.

Um feinstoffliche Energien eines Kraftortes wahrnehmen zu können, um sich von ihnen berühren, innerlich stärken oder heilen zu lassen, ist es notwendig, ein Stück weit aus dem alltäglichen, rational-intellektuellen Denken auszusteigen. Erforderlich ist ein leicht meditativer und rezeptiver Trance-Zustand.** Dieser ist natürlicherweise in uns angelegt: Bei Kleinkindern kannst du gelegentlich beobachten (und auch bei sehr alten Menschen habe ich es schon gesehen), wie sie plötzlich von einer Sekunde zur anderen und mitten im Geschehen, mitten in dem, was sie gerade tun, innehalten, um mit abwesendem Blick an irgendeinen imaginären Punkt in der Luft zu starren. In diesem leichten Trance-Zustand verharren sie einen kurzen Moment

* Das Video https://youtu.be/E6Kqo7e_PUY gibt eine Vorstellung davon, wie ein solcher Kontakt aussehen oder sich anfühlen könnte. Es wurde für die Leser meines Buches »Das Sedona-Steinorakel: Die Lösung ist nur einen Steinwurf entfernt« (Ryvellus Verlag 2015) erstellt, das an einem indianischen Kraftort entstanden ist. Auch wenn es in dem Video nicht um die Kraftorte dieses Buches geht, verdeutlicht es dennoch das Prinzip: Das Video ist dafür gedacht, Menschen mit der wunderbaren Kraft eines Ortes zu verbinden, auch ohne dass sie die weite Reise dorthin auf sich nehmen müssen. So kann man die

(dabei sind sie für die Außenwelt unerreichbar), integrieren und verarbeiten dabei im Gehirn das zuvor Erlebte. Dann machen sie, so als wäre überhaupt nichts geschehen, weiter mit dem, was sie vorher beschäftigt hatte. Aufgrund unserer Erziehung und gesellschaftlichen Prägung wird diese Art innezuhalten, um innerlich aufzutanken oder etwas zu verarbeiten, von den meisten Erwachsenen nicht (mehr) genutzt.

Jedes Lichtwerkzeug hat eine Verbindung zu dem Ort, an dem es entstanden ist. Du wirst – vor der Einführung in die Anwendung eines Werkzeugs – den zugehörigen Kraftort kennenlernen und ihn in deiner Vorstellung besuchen. Dazu hier noch ein Visualisierungstrick: Schließe, während du dir innerlich vorstellst, einen Kraftort zu betreten, für einen kurzen Moment deine Augen. Berühre dann sanft mit der Hand deine Wange. Stelle dir dabei vor, dass du genau das, nämlich die Augen schließen und die Wange berühren, dort vor Ort tust. Dann liest du, innerlich besser mit dem Ort verbunden, weiter.

Die Anwendung der Lichtwerkzeuge wird dir um so leichter fallen, je mehr du dich dafür öffnest und es zulässt, dass die zeitlose Präsenz in dir den größten Teil der Arbeit erledigt – zusammen mit der Energieschwingung des jeweiligen Kraftortes und dieses Buches.

Energie eines starken Kraftortes bei sich zuhause spüren und für sich nutzen. Gegen Ende des Videos werden die Zuschauer mit einer Innenreise noch tiefer in die Verbindung mit dem Ort und der Energie dort geführt.

** Im Gegensatz zum normalen Tagesbewusstsein wird dieser Zustand charakterisiert durch: »Eine hochfokussierte Konzentration auf einen Vorgang, bei gleichzeitiger sehr tiefer Entspannung sowie der Ausschaltung des logisch-reflektierenden Verstandes.« (URL: <https://de.wikipedia.org/wiki/Trance>, abgerufen am 13.12.2019)

Die Lichtwerkzeuge

Schnell & Easy I: Heilkräfte aktivieren

Um für den Einstieg die Anwendung dieses ersten Lichtwerkzeugs zu erleichtern, habe ich den Text als Audio aufgenommen: Die MP3-Datei findest du zum Download unter www.KiraKlenke.de/Kostprobe. Damit kannst du dich entspannt zurücklehnen, und meine Stimme führt dich Schritt für Schritt durch den Ablauf.

Gibt es eine Stelle in deinem Körper, die Heilung braucht?

Dieses Lichtwerkzeug bringt bei einer Verletzung oder bei Schmerzen Erleichterung, und es unterstützt den Heilungsprozess. Es wirkt erstaunlich schnell, innerhalb von Minuten. Du kannst es sowohl für dich selbst als auch für andere Menschen anwenden, auch bei Haustieren oder bei Bäumen.

Es ist Teil der Technik, die schmerzende oder verletzte Körperregion vorsichtig zu berühren. Sollte das nicht möglich sein, beispielsweise weil die Stelle am eigenen Körper schwer oder gar nicht erreichbar ist, dann legst du deine Hand auf eine andere Stelle auf, die so nah wie möglich am Schmerzpunkt liegt. Eine Freundin erreichte durch die Anwendung dieses Werkzeugs eine Linderung ihrer Stoffwechselstörung. Sie hat dazu ihre Hand auf den Bauch gelegt.

Zur Einstimmung

Stelle dir vor, du stehst auf einer saftig-grünen Wiese auf einer weiten, freien Hochebene in Südengland. In der Ferne kannst du das tiefblaue Meer sehen. Atme das Gefühl der Weite ein. Dabei entspannt sich etwas in dir. Ein frischer Wind weht, und du atmest sanft ein paar Mal bewusst tiefer ein. Deine Schultern entspannen sich und auch dein Gesicht. Innerlich schaltest du einen Gang zurück.

Hier bist du fort von allem, was dich sonst im Alltag auf Trab hält. Endlich hast du Zeit für dich. Du lächelst. Du hast großes Glück mit

dem englischen Wetter. Es ist sonnig heute. Der Himmel ist strahlend blau und wolkenlos.

Suche dir im weichen Gras einen Platz zum Sitzen oder setze dich auf eine Bank, die je nach deiner Vorliebe entweder in der angenehm wärmenden Sonne oder im Halbschatten steht. Setze dich dort aufrecht, aber gleichzeitig auch möglichst entspannt hin.

Bliebe in dem entspannten Zustand und an diesem inneren Ort, während du nun das Lichtwerkzeug anwendest.

Wo in deinem Körper brauchst du Heil-Energie?

Lege deine rechte Hand sensibel-erspürend auf die entsprechende Körperstelle. Die linke Hand halte (den Arm dabei eng angewinkelt) empfangend nach oben, ein Stückchen unter Schulterhöhe. In diese empfangende Hand legt sich nun ein dunkelgelber, im Sonnenlicht funkelnder Kristall. Er hat die Größe eines Tennisballs, ist überraschend leicht und liegt luftig leicht in deiner Hand. Von weit oben wird er jetzt durch einen Strahl weißer Lichtenergie aufgeladen. Währenddessen liegt deine rechte Hand nach wie vor auf dem Körperteil. Vom aufgeladenen Kristall strömt kraftvolle gelbe Energie durch deine linke, empfangende Handfläche und deinen Körper zu deiner rechten Handfläche und von dort in die gewünschte Körperregion hinein. Halte deine Handpositionen, damit die Energie fließen kann.

Nachdem die Energie eine Weile so geflossen ist, öffnet sich der feinstoffliche Kristall. Er entfaltet sich ähnlich wie eine Blüte im Sonnenlicht. Er verwandelt sich in eine feinstoffliche, fast zwei Handteller große, Lotusblüte. Die Blütenblätter sind orange-rosa und haben einen weißen Rand. Auch in der Mitte, im Zentrum ist die Blüte weiß. Nach wie vor fließt in breitem Strahl die Energie von oben in sie hinein. Sie strömt durch die Blüte und die empfangende Hand und dann durch dein Körpersystem hin zur rechten Hand und zur Körperstelle, auf der diese liegt.

Die Lotusblüte beginnt nun, sich rasend schnell im Uhrzeigersinn zu drehen. Sie hebt sich dabei sanft von der Handinnenfläche ab

und beginnt sanft zu schweben. Sie schwebt ein Stück über deinem Handteller. Nach wie vor fließt die Energie von oben in sie hinein und weiter durch deine beiden Hände hin zum Körperteil. Das alles vollzieht sich sehr schnell, innerhalb weniger Minuten. Dann ist der Moment deutlich spürbar, wenn der Prozess abgeschlossen ist. Er beendet sich von alleine zum rechten Zeitpunkt.

Die Blütenblätter der Licht-Blüte falten sich zusammen und das Gebilde verwandelt sich zurück in einen funkelnden, dunkelgelben Kristall. Er ist kleiner als am Anfang und schwebt noch über deiner Handfläche. Dann plumpst er sanft in deine geöffnete Hand zurück. Wenn du magst, kannst du ihn einstecken, um ihn in Zukunft bei Bedarf wieder so wie eben zu benutzen.

Vielleicht magst du zum Abschluss hier noch eine Weile sitzen bleiben und aufs ferne Meer schauen. Lasse dir Zeit, während du behutsam und in deinem Tempo wieder bewusst in die alltägliche Realität zurückkehrst. Atme dazu ein paar Mal tiefer durch. Bewege deine Finger, die Hände und Füße. Lege deine linke Hand auf das rechte Knie und umgekehrt. Danke innerlich für das, was du empfangen hast.

Aventurin-Licht: Balance und Aufrichtung

Zur Wirkung

Im Aventurin-Licht öffnet sich ein innerer Raum, in dem du bei dir selbst ankommst. Es ist ein Raum, in dem sich das Denken beruhigt und in dem sich die Verbindung zum physischen Körper verstärkt. Hier geschehen innere und äußere Aufrichtung von selbst. Du erfährst Leichtigkeit und innere Weite. Deine rechte und linke Körperseite werden ausgeglichen, ebenso das Weibliche und Männliche in dir.

Zur Einstimmung

Das Lichtwerkzeug ist an der Chalice Well (dt. »Kelchquelle«) entstanden. Die Chalice Well ist eine heilige und heilkräftige Quelle in Glastonbury. Sie befindet sich in einem schön gestalteten, parkähnlichen Garten, der Pilger aus der ganzen Welt anzieht.

Stelle sicher, dass du für eine Weile ungestört bist. Setze dich gerade und mit aufrechtem Rücken so hin, dass du diese Haltung für eine Weile entspannt halten kannst. Die aufrechte Sitzhaltung unterstützt deine Konzentration und die innere Sammlung. Dafür ist es förderlich, wenn du dich nicht anlehnt. Rutsche deshalb beim Sitzen auf dem Stuhl oder auf einer Bank so weit nach vorne an den Rand, so dass die Füße fest aufstehen und du das Körpergewicht auf den Sitzbeinhöckern spürst.

Achte zunächst auf deinen Atem, lasse ihn dabei sanft von alleine weiterfließen, ohne dass du dich einmischst. Erwähne dich, dass der Fluss unseres Atems automatisch und ohne unser bewusstes Zutun funktioniert, wie so vieles andere in unserem Körper und in unserem Leben auch.

Halte, während du weiterliest, so gut es dir gelingt einen ruhigen, meditativen Zustand. Lasse dir beim Lesen so viel Zeit, wie du benötigst. Vielleicht magst du zwischendurch kleine Pausen einlegen, um mit geschlossenen Augen die Bilder besser visualisieren oder erspüren zu können.

Betrete den Ort der Kraft

Stelle dir vor, du betrittst durch ein Tor den wild anmutenden, aber gleichzeitig auch liebevoll gepflegten Garten. Der Garten hat Hanglage, und ein kleiner Bach, dessen stark eisenhaltiges Wasser rot schimmert, fließt über einen kleinen Wasserfall in ein großes, rundes Becken. Setze dich am Wasserbecken für eine Weile auf die Bank. Nimm dir ein bisschen Zeit, um hier anzukommen.

Du spürst die angenehm kühle, aber nicht zu kühle Luft und hörst den Schrei eines Vogels über dir in den Bäumen. Du beobachtest ein dunkelbraunes Eichhörnchen, wie es einen Baumstamm hochflitzt und oben elegant wie ein Zirkuskünstler am Trapez von einem tiefer herabhängenden Ast zum nächsten Baum hinüberspringt.

Das erste, was hier im Garten der Quelle auffällt, ist die friedliche Atmosphäre. Es ist ruhig hier, nur ein paar Vögel zwitschern. Die Menschen bewegen sich gelassen und achtsam, und auch deine Schritte werden, während du nun weitergehst, von alleine bedächtiger. Dein

Atem wird tiefer und ruhiger und auch dein Geist ist ungewöhnlich ruhig, seitdem du den Garten betreten hast. Absichtslos und kindlich staunend folgst du dem Weg bergan. Allein schon dieser Zustand ist einen Besuch dieses ungewöhnlichen Gartens wert. Hier bist du automatisch – schon nach kurzer Zeit – ganz präsent. Du nimmst so viel wahr. Du siehst, riechst, hörst, was – jetzt – hier ist.

Blumen in allen Farben blühen hier. Du bleibst stehen, um an einer Rose zu riechen. Dann, ein paar Schritte weiter, bückst du dich, um die blühenden Bodendecker zu betrachten. Jetzt, so früh am Morgen, funkeln Regentropfen-Diamanten auf dunkelgrünen, zart behaarten Blättern. Man sagt, in diesem wunderschönen Garten seien auch Elfen und Erdgeister zu Hause. Ein Rotkehlchen hüpfte vor dir auf dem Steinplattenweg. Sobald du stehenbleibst, hält es ebenfalls inne und beäugt dich mit klaren, runden Kulleraugen aufmerksam und zugleich wachsam. Du bist glücklich und dankbar, heute hier zu sein. Eine stille, sanfte Freude zaubert dir ein Lächeln ins Gesicht.

Du folgst weiter dem Weg, der zwischen Beeten mit blühenden Pflanzen sanft bergauf führt. So gelangst du zur ummauerten Quelle: In das in die Erde abgesenkte Steinrondell unter alten Bäumen sind Bänke eingelassen. Du verharrst einen Moment oben vor den Stufen, die hinunter ins Rondell führen. Dieser Ort ist heilig. Er ist eine Art Open-Air-Tempel. Blütenblätter liegen um die Öffnung der Quelleinfassung. Es sind Gaben, die andere Besucher als Dank und Anerkennung für diesen Platz hiergelassen haben. Auch einige kleine Edelsteine liegen dort neben einem brennenden Teelicht.

Achtsam gehst du die Stufen hinunter, glücklich darüber, heute hier zu sein. Unten im Rondell stehend spürst du nach, wo heute hier dein Sitzplatz auf einer der Steinbänke ist. Es ist kühl hier, und die Steinbank, auf die du dich setzt, fühlt sich kalt an. Gut, dass du ein Sitzkissen dabei hast. Kühle Luft steigt aus dem rund gemauerten Schacht. Der große, runde Eichenholzdeckel, mit dem die Quellöffnung über Nacht geschlossen werden kann, um vor herabfallendem Laub zu schützen, wird vom schmiedeeisernen Chalice Well-Symbol* geziert. Dieses besteht aus zwei senkrecht übereinander liegenden, sich überlappenden Kreisen. Es symbolisiert die Verbindung von oben und

unten, von Himmlischem und Irdischem. Es symbolisiert zugleich die Verbindung und das Zusammenwirken von Rechts und Links, von Logischem und Intuitivem, von Männlichem und Weiblichem in uns.

Ist es tatsächlich nur kühle Luft, die aus der Quellöffnung aufsteigt, oder spürst du da noch etwas anderes? Neugierig rutschst du ein Stück weiter nach vorne Richtung Öffnung und näherst dich mit den Händen in der Luft tastend dem Steinrund. So spürst du eine kühle Energiesäule, die aus der runden Öffnung weit nach oben steigt. Der Strahl der Energie ist körperlich spürbar. Er ist kühl, beruhigend und nicht von dieser Welt. Er entführt jeden Besucher hier, der sich dafür öffnet, in einen inneren Raum.

Du schließt die Augen und spürst die Berührung dieser kraftvollen, angenehm kühlenden und beruhigenden Energie auch noch, als du später wieder ein bisschen weiter weg, auf der Bank des Steinrondells Platz genommen hast. Es fühlt sich an, wie eine ganz sanfte, aber dennoch deutlich spürbare Druckwelle, die dich und dein Energiefeld berührt. Hier »wirst« du meditiert. Hier wird jedem, der dafür offen ist, dieser gedankenlose Zustand geschenkt, den man sonst erst nach einer ganzen Weile des Meditierens erreicht (wenn es gut läuft).

Du spürst den sanften, anregenden Druck auf deiner Haut, besonders im Gesicht. Du spürst deine Arme und die Beine und dann deinen ganzen Körper auf angenehme Weise. Hier bist du unmittelbar in einem sanft-angenehmen, durch Denken und Grübeln nicht länger blockierten Körperkontakt. Du bist in Verbindung mit dir selbst und gleichzeitig mit dem, was dich hier umhüllt.

* Ein Bild dieses Ortes (auf dem die ummauerte Quellöffnung und das Ornament auf dem Deckel zu sehen ist), findest du auf www.KiraKlenke.de/Bilder

Bildnachweise

Abb. auf S. 28: erstellt von Kira Klenke auf der Basis von <https://pixabay.com/de/photos/frau-mode-haut-schöne-mädchen-3191152/> und <https://pixabay.com/de/illustrations/ball-glänzender-ball-grafik-button-1974678/>

Abb. auf S. 66: erstellt von Kira Klenke auf der Basis von <https://pixabay.com/de/illustrations/drache-kopf-reptil-schuppig-tier-1571287/>, <https://pixabay.com/de/vectors/schönheit-gesicht-mädchen-kopf-1299249/> und <https://pixabay.com/de/vectors/rüstung-drache-herr-der-ringe-ruder-1197383/>

Abb. auf S. 93: Kira Klenke

Über die Autorin

Die promovierte Mathematikerin und pensionierte Professorin Kira Klenke ist eine erfahrene Lichtarbeiterin und Intuitive. Sie hat vor vielen Jahren gelernt, wie sie in der Meditation einen grenzenlosen Raum jenseits von Alltagslogik und rationalem Verstand betreten kann. Das hat ihr Leben grundlegend verändert. Erstaunlich schnell konnte sie dann vorher unbezwingbare Hindernisse überwinden. Mit einer ihr bis dahin nicht bekannten Sicherheit ist sie ihrem Herzensruf, ihrem wahren Naturell und ihren bis dahin unerfüllten Träumen gefolgt. Innerlich geführt, fand sie so ihren Traumjob und ihren Traummann. Ihr Leben wurde friedlicher, sinnerfüllter und erfolgreicher.



Nachdem sie zuvor ihr ganzes Leben lang nur in Großstädten zuhause war, lebt Kira Klenke heute als Autorin mit ihrem Mann (und im Sommer auch einigen Schafen) in einem kleinen Dorf in Niedersachsen.

Kira Klenke möchte mit ihren Büchern Menschen dabei unterstützen, glücklich, erfolgreich und vor allem authentisch und sinnerfüllt zu leben. Ihre besondere Stärke ist die Verbindung von feinfühligem, hochschwingender Intuition und logischer Struktur und Klarheit.

NEUE ERDE im Buchhandel

Neue Erde ist ein kleiner unabhängiger Verlag, und der unabhängige Buchhandel ist unser natürlicher Partner. Wir unterstützen die Initiative »buy local«.



Sollte es Lieferschwierigkeiten bei den Büchern von NEUE ERDE geben, lassen Sie immer im VLB (Verzeichnis lieferbarer Bücher) nachsehen, im Internet unter www.buchhandel.de

Alle lieferbaren Titel des Verlags sind für den Buchhandel verfügbar.

Auch mobil können Sie, zum Beispiel mit LChoice, unsere Bücher beim örtlichen Buchhändler kaufen.



Sie finden unsere Bücher auch auf unserer Homepage www.neue-erde.de oder in unserem Gesamtverzeichnis, welches Sie gerne hier anfordern können:

NEUE ERDE GmbH
Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken
info@neue-erde.de

NEUE  ERDE