Andrea Schmitz-Dohnal

LEBENSKRAFT SYMBOLE

46 Schlüssel für Klarheit,
innere Kraft und bewusstes Wachstum

EIN SPIRITUELLES

PRAXISBUCH

FÜR JEDEN TAG



KristallLicht
PUBLISHING

Für Menschen, die sich selbst wieder näherkommen möchten. Für Menschen, die Klarheit suchen und den Zugang zur inneren Führung wiederfinden möchten. Für Menschen, die Spiritualität selbst erforschen und ihre eigenen Erfahrungen machen möchten. Für Menschen, die offen für außergewöhnliche Erfahrungen sind. Für Menschen, die ihre Schöpferkraft entdecken und entfalten möchten. Für Menschen, die ihre Fähigkeiten erkennen und bewusst einsetzen wollen. Für Menschen, die Kinder liebevoll und achtsam begleiten möchten. Für Menschen, die ihre Verbindung zum Göttlichen finden und vertiefen möchten. Für Menschen, die als Glückskind durchs Leben gehen und ihr Superhelden-Bewusstsein leben möchten. Für Menschen, die Frieden mit sich selbst und ihrer Geschichte schließen wollen. Für Menschen, die die Kraft und das Wissen ihrer Ahnen in ihr Leben holen wollen. Für Menschen, die Tiere und ihre besonderen Bedürfnisse energetisch unterstützen wollen. Für Menschen, die ihre Gesundheit auch auf energetischer Ebene bewusst begleiten möchten. Für Menschen, die Beziehungen liebevoller und klarer gestalten möchten. Für Menschen, die sich mit Erfahrungen und Fähigkeiten aus vergangenen Leben verbinden wollen. Für Menschen, die ihre Aura, einzelne Körperbereiche und Organe in ihre energetische Arbeit einbeziehen. Für Menschen, die Räume, Häuser und Arbeitsplätze zu Kraftorten machen möchten. Für Menschen, die neue Wege im Beruf oder im eigenen Business gehen. Für Menschen, die Garten, Wasser, Heilsteine und die Natur in ihre Arbeit einbeziehen. Für Menschen, die Projekte kraftvoll ausrichten und wichtige Entscheidungen bewusst treffen. Für Menschen, die Spiritualität ganz selbstverständlich leben möchten. Für Menschen, die Symbole ganz leicht und intuitiv in ihren Alltag integrieren wollen. Für Menschen, die sich nach mehr Kraft, Leichtigkeit und Lebensfreude sehnen. Für Menschen wie dich.

INHALT

Vorwort 9

Einleitung 11

- Wie du dieses Buch nutzen kannst 11
- Eine Einladung an dich 11
- Spiritualität darf einfach sein 12
- Muss ich das Buch der Reihe nach lesen? 12
- Der Aufbau der Symbolseiten 13
- Die Symbole betrachten und wahrnehmen 14
- Die Affirmationen 14
- Die Affirmation als kraftvolles Mantra 15
- Die Botschaften des geistigen Teams 15
- Meditationen und Trancereisen 16
- Praktische Anwendung der Symbole 16
- Der Glow um die Symbole 17
- Achtsamkeit, Eigenverantwortung und freier Wille 17
- FrauLicht und HerrLicht 18
- Hinweis zur verwendeten Sprache 19

Wichtiger Hinweis 20

Anwendung 21

- Wichtige Fragen zu Beginn 21
- Wie ermittle ich, welches Symbol ich brauche? 23

01 In die Aura speichern 25
02 In die Chakren speichern 25
03 In den Körper, in Organe und Zellen speichern 26
04 In den Raum speichern 28
05 Ins Wasser speichern 30
06 In Heilsteine speichern 31
07 In Beziehungsräume speichern 31
08 In Projekte speichern 34
09 In Gärten speichern 35
10 In vergangene Leben fließen lassen 36

INHALT

11 In die Ahnenreihe fließen lassen 37
Affirmationen 37
Abschlussformel der Affirmationen und Einspeicher-Sprüche 38
Die Wirkung der 21 Tage 39
Das Konzept der energetischen Räume 40
Wie entsteht ein energetischer Raum? 40
Übungsraum 40
Schöpfungsraum 41
Heilungsraum 41
Regenerationsraum 42
Beziehungsraum oder Kommunikationsraum 42
Vergebungsraum 42
Businessraum 43
Raum der Neutralität 43
Symbolkombinationen und Wirkungskreise 44
Lebenskraft-Symbole und Social Media, Plattformen, KI 45
Elektronische Geräte energetisch reinigen 46
Geistführer und das geistige Team 48
Das Verständnis von Gott 50

46 LEBENSKRAFT-SYMBOLE

01 Reinigung 53
02 KristallLicht 60
03 WaldLicht 63
04 Schutz 66
05 Liebe 70
06 Selbstliebe 73
07 Selbstmitgefühl 76
08 KindLicht 79
09 FrauLicht 82

INHALT

10	HerrLicht	86
11	Selbstvergebung	89
12	Gelassenheit	92
13	MondLicht	96
14	RosenLicht	99
15	Selbstheilung	103
16	Ahnenkraft	107
17	Altes Wissen	111
18	Mitgefühl	114
19	Vergebung	117
20	Demut	121
21	Dankbarkeit	124
22	Freude	127
23	Vertrauen	131
24	Transformation	134
25	Mut	139
26	Willenskraft	143
27	SonnenLicht	146
28	Selbstermächtigung	150
29	HerzLicht	154
30	Adlerblick	157
31	Freier Wille	161
32	Fokus	165
33	Glückskind-Bewusstsein	168
34	Superhelden-Bewusstsein	171
35	Herzensflamme	175
36	LichtMagie	178
37	Fülle	182
38	Goldfluss	186
39	Segen	189
40	Frieden	193
41	SternLicht	196

INHALT

42 Heilige Flamme 199
43 Lichtstrom des Schöpfers 204
44 Gottes Schützende Hand 208
45 Göttlicher Funke 211
46 Zukunft 215

WEITERE INHALTE

Das KristallLicht-Siegel 218
Intuitive Auswahl und Testmethoden 219
Direkte intuitive Auswahl 220
Intuitives Auswählen mit der LICHT-Tafel 220
Das Körperpendel 222
Symbolübersicht 223
Danke 228
Über die Autorin 230
Das Kartenset zu den Lebenskraft-Symbolen 231

Vorwort

Herzlich willkommen bei KristallLicht Publishing

Du hältst gerade das erste Buch dieses Verlages in deinen Händen.

Ich habe KristallLicht Publishing mit der Vision gegründet, Bücher, Kartendecks und Begleitmedien zu veröffentlichen, die Menschen inspirieren sollen, ihren eigenen Entwicklungsweg mutig, voller Vertrauen und aus eigener Erkenntnis zu gehen.

Dabei geht es nicht darum, fertige Antworten oder vorgegebene Wahrheiten zu vermitteln, sondern Menschen zu ermutigen, ihre eigene Wahrheit zu finden, ihren Wahrnehmungen zu vertrauen, größere Zusammenhänge zu erkennen und den eigenen Weg zu formen.

Die Werte von KristallLicht Publishing sind Klarheit, Wahrhaftigkeit, Reinheit, Bewusstsein, Freiheit, Verbundenheit und Vertrauen – sie bilden das Fundament jeder Veröffentlichung.

Ich glaube daran, dass echte Entwicklung durch die Bereitschaft entsteht, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, sich für neue Erkenntnisse zu öffnen, auch Unangenehmes anzuschauen und den Dingen mit einem gewissen Forschungsdrang auf den Grund zu gehen.

Seit über 10 Jahren arbeite ich mit einer Vielzahl von Lebenskraft-Symbolen, die mir von der geistigen Welt übermittelt wurden und die für dieses Buch noch erweitert wurden. Über die Jahre haben sie sich zu wertvollen Begleitern vieler Menschen entwickelt, die alle eines gemeinsam hatten: Sie wollten etwas in ihrem Leben verändern.

Ich freue mich, sagen zu können, dass die Symbole eine spürbare und große Unterstützung für sehr viele Menschen waren und sind.

Die Lebenskraft-Symbole sind spirituelle Werkzeuge, die vielfältig anwendbar sind und mich selbst nach vielen Jahren noch überraschen. Denn jeder Mensch ist einzigartig. Du bringst deine eigene Geschichte, deine Erfahrungen, deine Wahrnehmung und deine Entwicklung mit. Daher werden die Lebenskraft-Symbole in deinem Feld eine ganz individuelle Wirkung entfalten.

Ich freue mich immer wieder neu über Rückmeldungen. Ich bin von Herzen spirituelle Forscherin und möchte immer wieder Neues entdecken. Ich inspiriere gerne Menschen, sich selbst, die Zusammenhänge ihrer eigenen Geschichte und spirituelle Werkzeuge in Bezug auf ihre spezifische Situation zu erforschen.

Vielleicht entdeckst du Anwendungsmöglichkeiten, die sich mir selbst noch gar nicht eröffnet haben. Genau das ist das Spannende daran.

Wenn du deine Erfahrungen mit mir teilen möchtest, freue ich mich sehr darüber. Jede Rückmeldung hilft uns allen dazuzulernen.

Für mich ist dieses Buch der Beginn eines gemeinsamen Weges – eines Weges, auf dem du deine eigene Wahrnehmung stärkst, Vertrauen in dich selbst entwickelst und deine eigene Wahrheit finden kannst.

Ich wünsche dir von Herzen viele bereichernde Erfahrungen mit den Lebenskraft-Symbolen. Möge dieses Buch dich begleiten, inspirieren und dich immer wieder daran erinnern, dass die wertvollsten Antworten oft bereits in dir selbst liegen.

Von Herzen

Andrea Schmitz-Dohnal

Gründerin von KristallLicht Publishing

Einleitung

Wie du dieses Buch nutzen kannst

Eine Einladung an dich

Dieses Buch ist aus den Erkenntnissen und Erfahrungen meiner langjährigen spirituellen und energetischen Praxis entstanden.

Die Lebenskraft-Symbole haben sich über viele Jahre entwickelt und wurden von mir in unterschiedlichen Lebenssituationen und in der Arbeit mit Menschen angewendet und erforscht.

Alle Erklärungen, Zuordnungen und Anwendungsmöglichkeiten in diesem Buch sind daher aus einem energetischen und spirituellen Blickwinkel zu verstehen. Sie geben meine persönlichen Wahrnehmungen, Erkenntnisse und Erfahrungen wieder. Sie möchten dir neue Blickwinkel eröffnen und dich dabei unterstützen, deine eigene Wahrnehmung zu schulen.

Die Symbole sind keine starren Vorgaben und sollen dir keine Entscheidungen abnehmen. Betrachte sie als spirituelle Werkzeuge und Impulse, mit denen du bestimmte Lebensthemen bewusster wahrnehmen, deine Aufmerksamkeit neu ausrichten und dich mit deinen eigenen inneren Kräften und Möglichkeiten verbinden kannst.

Prüfe bei allem, was du liest und wahrnimmst, was für dich persönlich Bedeutung hat und was du in deine eigene Praxis übernehmen möchtest. Nicht jeder Impuls muss zu jedem Zeitpunkt für dich passen. Vertraue deiner eigenen Wahrnehmung und gehe achtsam und eigenverantwortlich mit den Symbolen um.

Spiritualität darf einfach sein

Manche Lebenskraft-Symbole und ihre Namen mögen auf den ersten Blick ungewöhnlich oder vielleicht sogar ein wenig verspielt erscheinen. Glückskind-Bewusstsein oder Superhelden-Bewusstsein klingen anders als viele Begriffe, die wir aus der spirituellen Arbeit kennen. Doch auch diese Symbole wurden mir so übermittelt und haben ihren festen Platz in diesem System.

Die Lebenskraft-Symbole wurden mir von der geistigen Welt übermittelt und in Zusammenarbeit mit ihr entwickelt. Im Laufe meiner Arbeit mit ihnen habe ich verstanden, dass auch in ihrer Einfachheit eine wichtige Botschaft liegt: Spiritualität darf leicht sein. Sie darf lebensnah, verständlich und bodenständig sein. Sie muss nicht kompliziert, ernst oder abgehoben sein, um Tiefe zu haben.

Für mich stehen die Lebenskraft-Symbole deshalb auch für eine neue spirituelle Zeit - eine Spiritualität, die sich mitten im Leben entfaltet und Tiefe und Bewusstsein mit Leichtigkeit, Freude und Bodenständigkeit verbindet.

Dazu gehört auch die bewusst einfache und unkomplizierte Strichführung der Lebenskraft-Symbole. Ihre Kraft liegt nicht in einer möglichst komplexen Darstellung. Sie sind einfach zu erfassen, einfach nachzuzeichnen und dafür gedacht, selbstverständlich in den Alltag integriert zu werden.

Vielleicht ist gerade diese Einfachheit ein Teil ihrer Botschaft: Spiritualität darf einfach sein.

Muss ich das Buch der Reihe nach lesen?

Du musst dieses Buch nicht von der ersten bis zur letzten Seite durcharbeiten. Du kannst die Symbole in der vorgegebenen Reihenfolge kennenlernen oder ein bestimmtes Thema auswählen.

Du kannst dich gezielt mit einem Thema beschäftigen, das dich gerade bewegt, durch das Buch blättern und beobachten, bei welchem Symbol dein Blick verweilt oder dir innerlich

eine Frage stellen und anschließend intuitiv ein Symbol auswählen.

Ebenso kannst du mit den im Buch beschriebenen Testmethoden ermitteln, welches Symbol dich im Moment begleiten soll.

Die energetischen Testmethoden dienen deiner persönlichen Wahrnehmung und Orientierung. Ihre Ergebnisse können von deiner Tagesverfassung, deinen Erwartungen und deiner Fragestellung beeinflusst werden. Sie stellen keine objektive Messung und insbesondere keine medizinische oder psychologische Diagnose dar.

Manchmal passt ein Symbol sofort und seine Bedeutung ist unmittelbar verständlich. Manchmal zeigt sich erst nach einiger Zeit, weshalb dich gerade dieses Symbol angesprochen hat. Beides ist vollkommen in Ordnung.

Der Aufbau der Symbolseiten

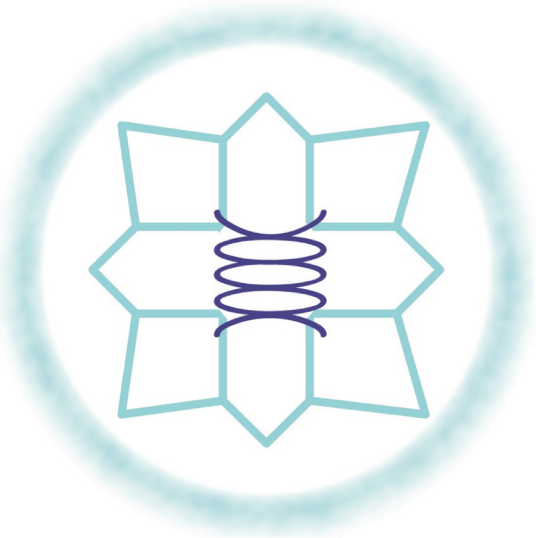
Jedes Lebenskraft-Symbol ist einem bestimmten Thema oder einer bestimmten Qualität zugeordnet. Die einzelnen Symbolseiten enthalten unterschiedliche Zugänge, über die du dich mit diesem Thema verbinden kannst.

Dazu gehören, je nach Symbol, die Erklärung seiner Bedeutung, eine Affirmation, die Botschaft des geistigen Teams, eine Meditation oder Trancereise, eine praktische Übung und verschiedene Möglichkeiten der energetischen Anwendung.

Du musst nicht immer alle Elemente verwenden. Vielleicht möchtest du zunächst nur das Symbol betrachten. Vielleicht spricht dich die Affirmation besonders an oder du möchtest dich intensiver mit der Botschaft und der dazugehörigen Übung beschäftigen.

Lass dir dabei Zeit. Ein Symbol muss nicht vollständig „bearbeitet“ werden. Manchmal reicht ein kurzer bewusster Blick. Ein anderes Symbol begleitet dich möglicherweise über Tage oder Wochen.

SYMBOL 2



KristallLicht

Klarheit

AFFIRMATION

„Klarheit fließt in alle Ebenen meines Seins und in alles, was mich umgibt. Alles klärt sich. Alles lichtet sich. So ist es. Jetzt.“

Es ist Zeit, sich mit KristallLicht zu beschäftigen:

KristallLicht ist mit der Energie des Bergkristalls verbunden. Es lichtet die Schleier und hilft dir, zur Essenz der Dinge vorzudringen. KristallLicht verschafft Einsicht und Überblick, bringt Klarheit und Klärung in Gedanken, Situationen, Beziehungen und Räume. Es nimmt den Dingen die Schwere, klärt die Atmosphäre, bringt frischen Wind und neue Erkenntnisse und unterstützt bei der Entscheidungsfindung, bei Konzentrationsproblemen und beim Lernen.

Die Klarheit des Bergkristalls reinigt. Denn vor jeder Klärung braucht es Reinigung. Altes wird verabschiedet, bevor Neues entstehen kann.

Reinigung lässt Nebel und Schleier verschwinden, die den klaren Blick verdecken.

Meditation

Stell oder setz dich aufrecht hin. Visualisiere das Lebenskraft-Symbol KristallLicht vor deinem geistigen Auge. Bitte es um eine Energieübertragung und darum, seine Energie in dein Aurafeld, deine Chakren und deine Zellen fließen zu lassen. Spüre und beobachte, wie die Energie so lange fließt, wie sie benötigt wird. Sprich dazu:

„Ich bitte um Reinigung, Klarheit und Klärung. Alles, was verborgen ist und dessen Klärung jetzt zu meinem Wohle ist, darf sich jetzt zeigen. Danke.“

Anwendung

Nimm vor deinem geistigen Auge einen Bergkristall in die Hand oder lass ihn vor dir liegen. Visualisiere die Form, die dir passend erscheint – geschliffen oder roh, als Druse oder Einzelstein. Gib ihm die Anweisung, seine Energie so weit zu weiten, dass die Bergkristallenergie dich vollständig umgibt. Sprich dazu:

„Ich verschmelze jetzt mit dem Energiefeld dieses Bergkristalls und nehme alle für mich wichtigen Informationen auf und mit. Mögen sie so lange wirken, wie sie hilfreich sind. Möge die Klarheit dieses Steins in mich fließen. So ist es. Jetzt.“

Wenn du das Gefühl hast, genug aufgenommen zu haben, löse dich bewusst wieder aus dem Energiefeld des Kristalls und sprich:

„Ich löse mich jetzt aus dem Energiefeld des Bergkristalls. Möge die Bergkristallenergie, die ich aufgenommen habe, so lange in mir wirken, wie sie mir dient.“

BOTSCHAFT DES  GEISTIGEN TEAMS

„Die Kristallenergie des Bergkristalls ist eine Ur-Schwingung aus dem tiefsten Inneren des Berges. Dort wurde sie verwahrt und eingeschlossen, um eines Tages gefunden zu werden und zu Diensten zu sein.

Sie findet ihren Weg zu allen, die ihren Wert zu schätzen wissen und bereit sind, in die Klarheit des Bergkristalls zu schauen. Du kannst seine Kraft nutzen, um Klarheit und Reinigung in dein Leben zu bringen und Verborgenes ans Tageslicht zu holen.

Wie aus dem Inneren eines Berges darf Altes aus der Tiefe ins Sonnenlicht gelangen, damit du es ansehen und reinigen kannst. Es darf poliert werden und wieder glitzern. Alter Staub fällt ab, Verunreinigungen und Einschlüsse dürfen sich lösen.

So kannst du am Ende ein Juwel in den Händen halten – ein gereinigtes, glitzerndes Juwel, das das Licht in allen Farben des Regenbogens widerspiegelt und dieses Licht in dein Leben trägt.

KristallLicht ist ein Wandler: ein Wandler von Altem zu Neuem, von Belastetem zu Reinem, von der Vergangenheit zur Zukunft. Am Ende stehen dir Reinheit und das ganze Farbspektrum des Regenbogens zur Verfügung.

So nutze dieses machtvolle Werkzeug und lass dich darauf ein.“