

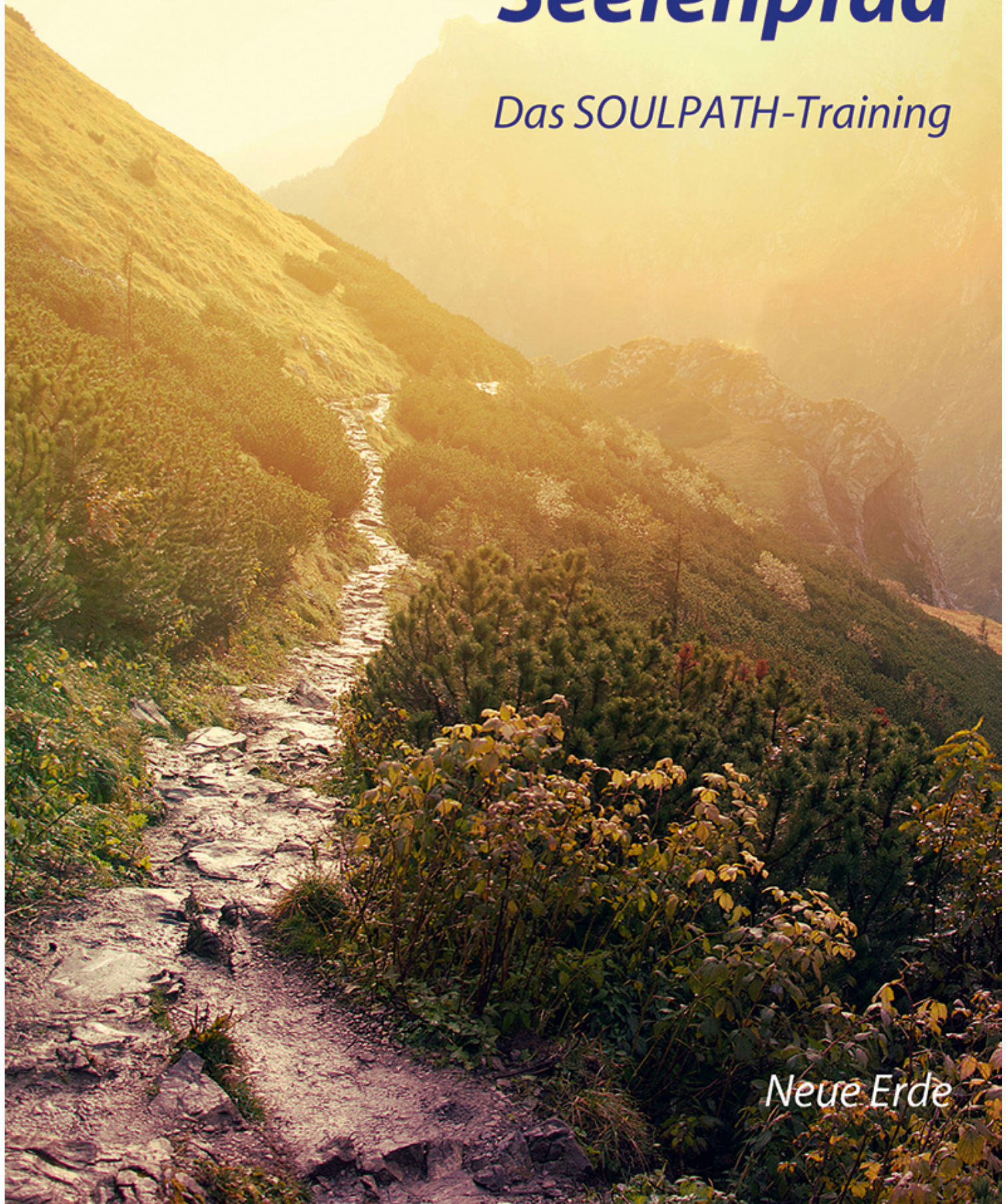
**Auszug aus:**

*Kira Klenke*

# ***Finde deinen Seelenpfad***

*Das SOULPATH-Training*

*Neue Erde*





# Einführung

## ***Einklang mit dem Seelenruf***

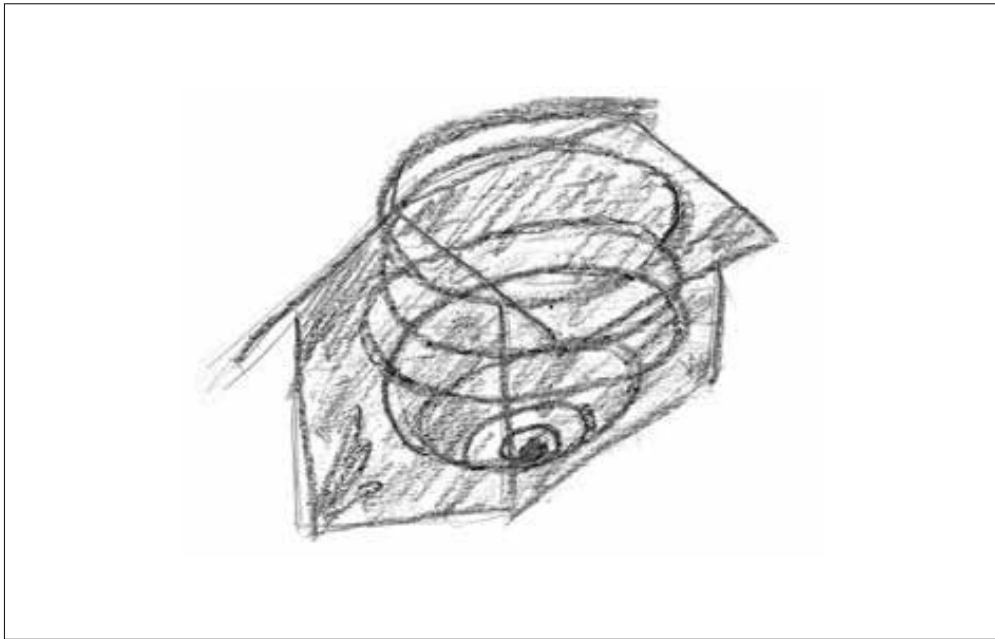
Jeder Mensch hat einen ihm bestimmten Seelenpfad. Eigentlich sollten wir ihm ganz automatisch so folgen, wie zum Beispiel die Zugvögel, wenn sie intuitiv den Weg von Europa zu ihrem Winterquartier in Afrika finden. Das tun wir jedoch aus verschiedensten Gründen oft leider nicht. Wenn dann der tatsächlich beschrittene Lebensweg zu sehr vom ursprünglichen, natürlichen Seelenpfad abweicht, wird das Leben schwer und (unnötig) anstrengend. Dieses Buch möchte dich dabei unterstützen, deinen persönlichen Seelenpfad zu entschlüsseln und ihm zu folgen.

Dein Lebensweg kann magisch und voller Freude sein. Träume werden wahr, wenn du dem folgst, was dein Herz und deine Seele sich wünschen. Dein Leben und Wirken entwickeln sich dann spürbar kraftvoller, erfolgreicher und erfüllender. Glaube an die Schätze in deinem Inneren und begib dich auf die Suche danach – und auf die Suche nach deinem Seelenruf.

# Hilfe in schwierigen Lebenssituationen

Diese Technik funktioniert nicht nur bei physischen Beschwerden, sondern auch bei emotionalen Problemen. Sie eignet sich bei Beziehungsproblemen genauso wie bei beruflichen Herausforderungen. Du kannst sie bei jedem Vorhaben, das dir aus unerfindlichen Gründen nicht recht gelingen will, einsetzen. Dazu arbeitest du mit dem Umriss einer Form oder eines Symbols, was für dich das Thema repräsentiert. Will dir dazu partout kein intuitiver Impuls kommen, nimm einen Kreis oder ein Viereck.

Die nächste Abbildung zeigt das Beispiel von jemandem, der sich mit dieser Methode geholfen hat. Als er aufgrund einer heftigen Auseinandersetzung mit einem emotional und finanziell aufreibenden Rechtsstreit seine Wohnung verloren hatte, stand er tatsächlich für eine Weile mit seinen Koffern auf der Straße und musste bei Freunden unterkommen. Mit der SOULPATH-Technik hat er sich, in der Zeit als die Lösung noch auf sich warten ließ, immer wieder beruhigt. Er hat (solange, bis die neue Bleibe dann doch plötzlich und unerwartet schnell auftauchte) mit Hilfe der beiden Bilder zurück in eine emotionale Sicherheit gefunden. Davor hatte er sich gefühlt, als sei ihm förmlich der Boden unter den Füßen weggezogen worden.



*Beispiel-Bilder zum Thema »Wohnung verloren«*

---

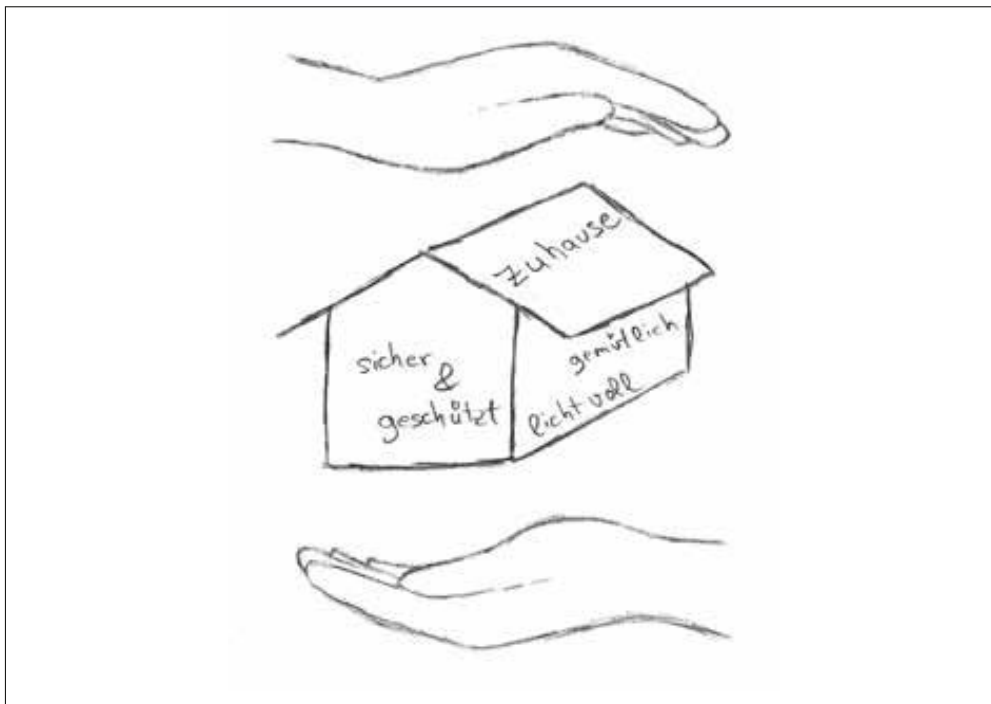
Die folgende Kurz-Zusammenfassung der Methode ist als schnelle Notfallhilfe für schwierige Situationen gedacht.

***Schnelle Notfallhilfe für schwierige Lebenssituationen mit dem leeren Blatt Nr. 6***

Lies dir bitte zunächst alle Schritte durch.

• **Schaue durch eine andere Brille**

Jeder hat einen Seelenpfad, und eigentlich sollten wir diesem unserem silbernen Faden selbstverständlich und intuitiv folgen. So ähnlich wie die Zugvögel, wenn sie im Herbst rein intuitiv die Flugroute von Europa zu ihrem Winterquartier in Afrika finden. Aus verschiedensten Gründen weicht jedoch bei vielen Menschen der tatsächlich beschrittene Lebenspfad (zumindest phasenweise) vom natürlich stimmigen Ursprungspfad ab. Dann wird das Leben beschwerlich. Deshalb liegt höchstwahr-



scheinlich der jetzige Zeitpunkt und die Situation, die dir jetzt gerade zu schaffen macht, auf einem Pfad, den du dir – aus welchen Gründen auch immer – selbst anders gewählt hast. Betrachte deshalb nun diese Situation aus der Perspektive deiner Seelenführung.

- **Den Umriss zeichnen**

Zuerst benutzt du den linken Teil des nächsten leeren Blattes Nr. 6. Sitze gerade, aufrecht und nimm innerlich eine möglichst gelassene Haltung ein. Vertraue so gut es dir im Moment gelingt. Rechts und links neben das Blatt legst du deine Hände mit den Handflächen nach oben. Schaue auf das Blatt und behalte dabei gleichzeitig die beiden Handflächen mit im Blick. Wie fühlen sich die Hände jetzt an? Spüre sie beide gleichzeitig. Bleib bei diesem Körpergefühl, während du mit peripherem Blick auf das weiße Blatt schaust.

Die folgenden Schritte könnten eventuell mit geschlossenen Augen und innerlich visualisiert leichter sein. Probiere das für dich aus. Stelle dir vor, du schaust durch die Augen deiner Seele. Oder stelle dir vor, deine Seele schaue durch deine Augen auf das leere Blatt. Sie gibt dir zunächst die Information über den Umriss einer Form, die ein Symbol für die Situation ist, die dich derzeit belastet. Zeichne nun diese Form.

Wenn du sie (noch) nicht klar hast, stell dir innerlich die Frage: Welche Form wäre es, wenn ich es wüsste, jetzt? Stelle dir vor, deine Hand und der Stift würden geführt. Zeichne beherzt und schnell los, auch wenn du zu Beginn noch nicht weißt, was da entstehen wird. Bei allen SOULPATH-Techniken ist es hilfreich, möglichst spielerisch, vertrauensvoll und vor allem flott vorzugehen. So hat dein rationaler Intellekt wenig Chancen, all das doch noch anzuzweifeln und damit zu behindern.

Deshalb: Leg los, du hast nichts dabei zu verlieren. Du kannst nur gewinnen. Zeichne nun den geschlossenen Umriss einer Form, die deine augenblickliche Situation repräsentiert, auf die linke Seite des Blattes. Du bekommst das hin!

#### • **Die innere Struktur**

Lege den Stift zur Seite. Stelle bewusst deine Füße flach auf den Boden. Am besten ziehst du deine Schuhe aus. Dann ist der Erdkontakt deutlicher spürbar, und deine Erdung wird stärker. Schaue wieder durch die Augen deiner Seele, nun auf die leere Form. Denke an deine Hände rechts und links neben dem Blatt. Nun lasse zu, dass deine

Seele dir visuell oder auch über Gefühle zeigt, welche Farben, welche Formen, welche Strukturen und Muster derzeit innerhalb der Form zu finden sind. Zeichne auch dies nun. Folge vertrauensvoll deiner Hand, dem Impuls deiner Intuition.

• **Die Situation auf dem wahren Seelenpfad**

Mache bitte sofort, ohne Pause, weiter. Nun gehst du zum leeren Blatt Nr. 6b »Harmonisierte Situation«. Zeichne hier noch ein Mal den leeren Umriss genauso oder möglichst ähnlich wie beim ersten Bild. Dann arbeite aus der folgenden Perspektive heraus weiter:

Stelle dir vor, es gäbe den jetzigen Zeitpunkt und deine momentane Lebenssituation auch auf dem ursprünglichen, auf deinem für dich natürlicherweise idealen Seelenpfad. Diese ursprünglich von der Seele so für dich geplante Version des Jetzt wäre stimmiger und auch leichter für dich.

Du suchst jetzt einen Zugang zu dieser alternativen Situation, zu deren Schwingung und Information. Lege dazu deine Hände seitlich neben den Kasten mit dem zur Zeit noch leeren Umriss. Denke daran, dich mit dem Handgefühl zu verbinden und auch an den peripheren Blick.

Wie würde dieser Umriss (bunt gefüllt) aussehen, wenn die ursprüngliche, natürliche Ordnung wieder in Kraft treten würde? Folge den Impulsen deiner Hand, lasse *sie* einfach machen. Zeichne zügig und möglichst gelassen Muster und Farben in den Umriss.

Fertig?! Du kannst stolz auf dich sein!

- **Den Transformationsimpuls aufnehmen**

Betrachte das zweite Bild und verbinde dich innerlich damit. Dazu legst du es vor dich hin, deine Hände wieder mit den Handflächen nach oben rechts und links daneben. Verbinde dich mit dem Gefühl in beiden Händen, schaue mit weichem, weitem Blick auf das Bild, nimm seine Schwingung auf, so gut es dir gelingt. Über die Augen, über das Herz und über das Energiefeld, das deinen Körper umgibt.

Das wird dir immer schneller gelingen, je öfter du das Bild betrachtest. Bald brauchst du nur noch Sekunden dafür. Du wirst auch bemerken, wie sich allmählich die Schwingung und Energie der Zeichnung, dieser Botschaft deiner Seele, verstärkt. Wie sie für dich immer deutlicher spürbar wird. Nimm diesen Kontakt zum Bild so oft wie möglich auf in den nächsten Tagen. Du kannst das Bild bunt kopieren und es dabei nach Bedarf vergrößern oder verkleinern, so dass du es bei dir tragen oder an Orten aufhängen kannst, wo du es häufig siehst.

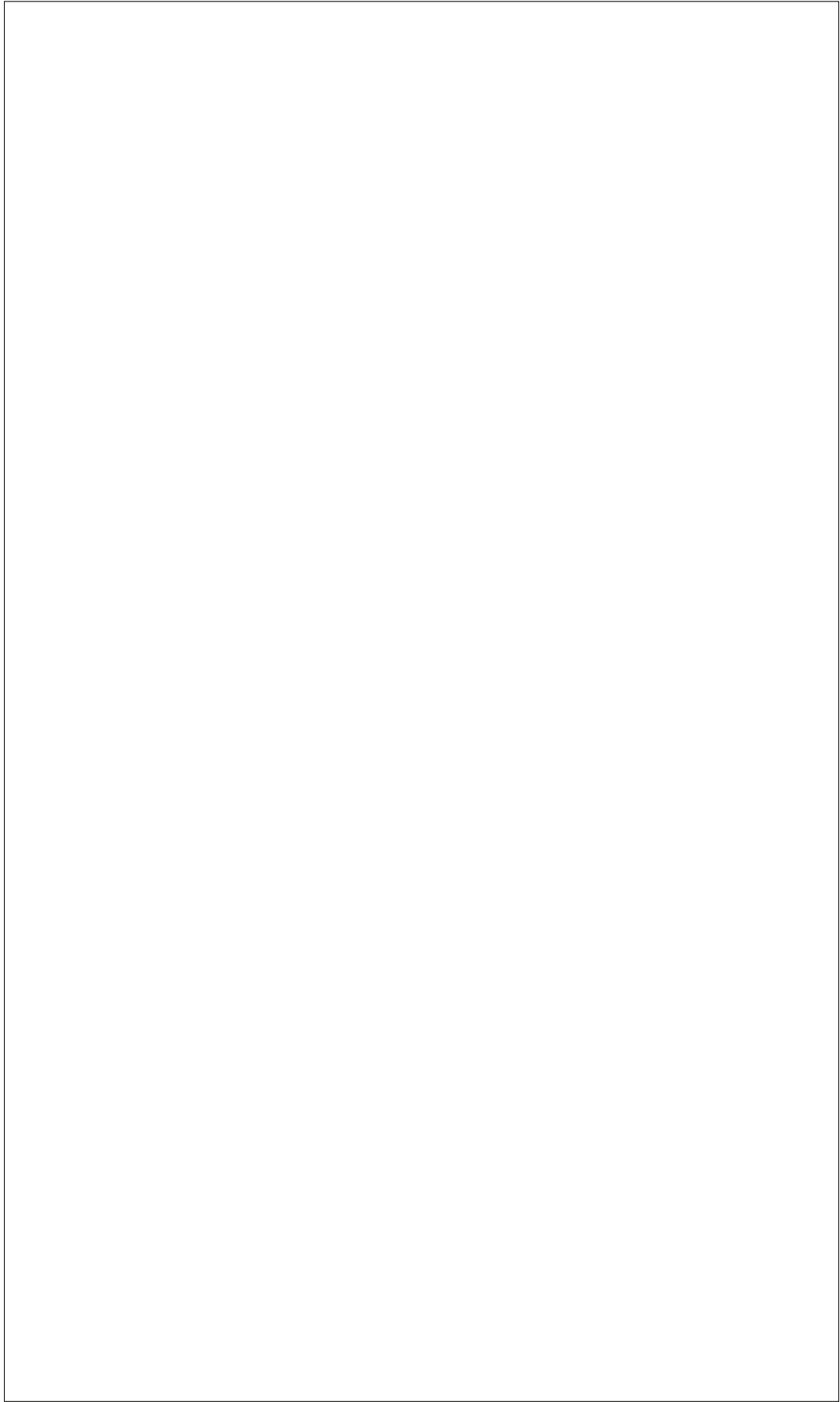
Sollte sich dabei nach drei Tagen die Situation oder dein Empfinden dazu nicht geändert und verbessert haben, dann arbeite mit beiden Bildern. Wenn du mit Kopien der Bilder arbeiten möchtest, beispielweise weil du die einfacher bei dir tragen kannst, dann lege oder klebe sie so nebeneinander wie im Buch: Links die Zeichnung der schwierigen Situation und rechts die Zeichnung der harmonisierten Situation.

Dann schaust du (mit peripherem Blick) zunächst kurz, für etwa fünf bis acht Sekunden, auf die erste Zeichnung

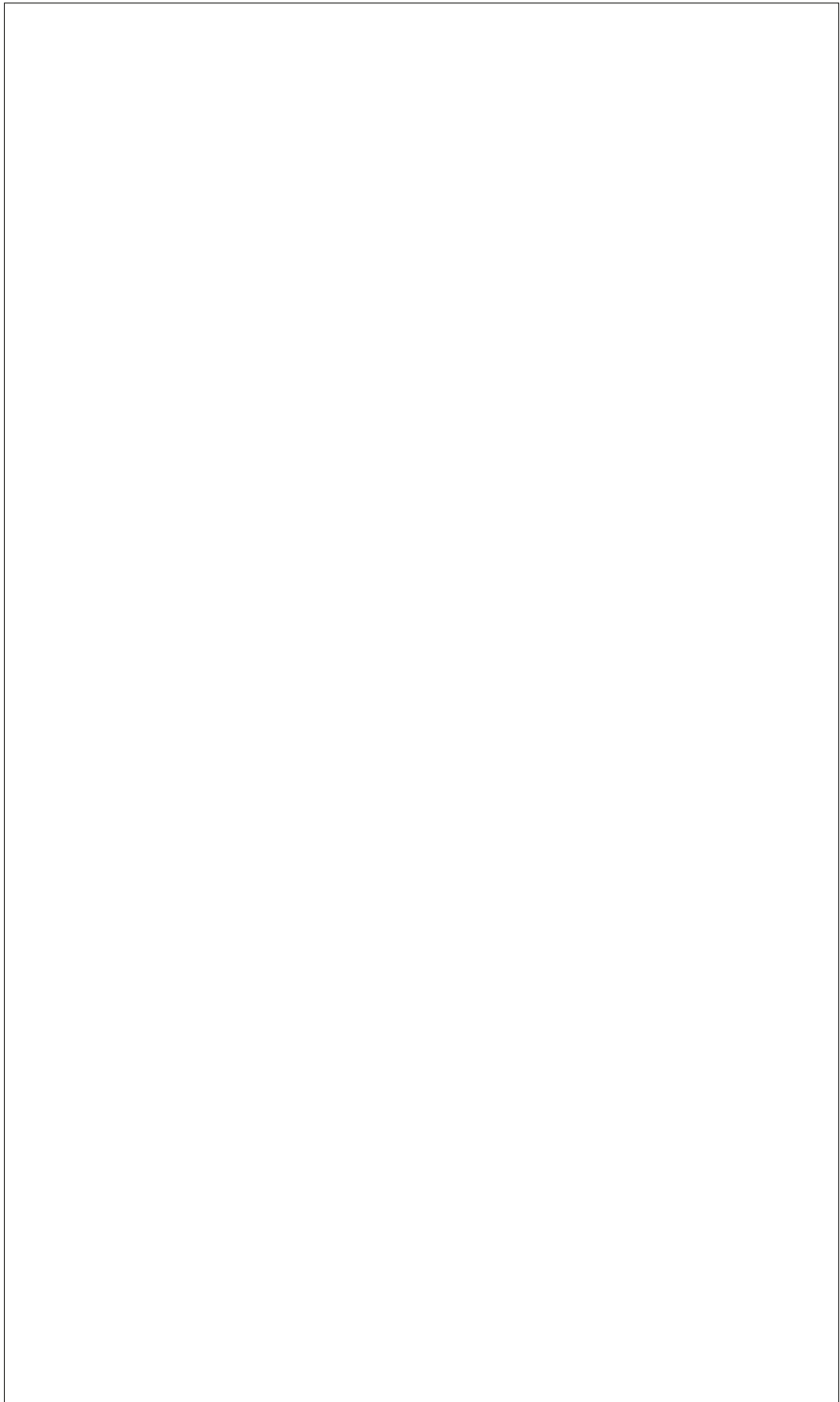


mit dem alten, unerwünschten Zustand und wechselst dann mit dem Blick schnell zum zweiten Bild. Hier verharrst du etwas länger, mindestens für etwa 15 Sekunden. Das machst du ein paar Mal: Schau mehrfach hintereinander schnell vom linken zum rechten Bild, wo du jeweils ein bisschen länger bleibst. Das ganze dauert etwa zwei Minuten. So lernen dein Unterbewusstsein und dein ganzes System den Weg aus der verstrickten Situation in eine befreite, für dich angenehme und stimmige. Und das erstaunlich schnell.

*Leeres Blatt Nr. 6: Notfallhilfe für schwierige Lebenssituationen*



*Leeres Blatt Nr. 6a: Zeichnung der schwierigen Situation*



*Leeres Blatt Nr. 6b: Harmonisierte Situation (2. Zeichnung)*