

Margit Steiner

Arbeit mit den Aufgestiegenen Meistern

Arbeitsbuch I & II

**Lady Nada, Kwan Yin, St. Germain,
Sananda, Angelika, Buddha,
Sanat Kumara**

**Kuthumi, Maria, El Morya,
Vywamus, Maitreya,
Victory, Hilarion**

ausZeit Verlag

ausZeit Verlag
Schulstrasse 8
56307 Dürrholz

info@auszeit-verlag.de

www.auszeit-verlag.de

eBook Erstausgabe November 2011
ISBN 978-3-942009-73-7

gedruckte Ausgabe November 2011
ISBN 978-3-942009-72-0
Erstausgaben Smaragd Verlag, Woldert
Herstellung: epubli GmbH, Berlin

Cover + Gestaltung:
preData
(nach einer Vorlage von Margit Steiner)

Printed in Germany

© ausZeit Verlag, 56307 Dürrholz

Urheberrechtlich geschützt.
Kopien für private und gewerbliche Zwecke, auch auszugsweise, nur mit
Genehmigung von ausZeit Verlag.
ausZeit Verlag gibt keine Gewährleistung oder Garantie hinsichtlich der
Angaben in diesem Dokument.

Inhalt

Arbeitsbuch I

Vorwort	9
Lady Nada	13
<i>Lady Nada - Erfahrung</i>	13
<i>Energie der Meisterin</i>	14
<i>Reinigungsübung</i>	15
<i>Kontakt mit Lady Nada</i>	16
<i>Tanz</i>	19
<i>21 - Tage - Programm</i>	20
Kwan Yin	21
<i>Kwan Yin - Erfahrung</i>	21
<i>Energie der Meisterin</i>	21
<i>Reinigungsübung</i>	23
<i>Kontakt zu Kwan Yin</i>	25
<i>21 - Tage - Programm</i>	29
St. Germain	31
<i>St. Germain – Erfahrung</i>	31
<i>Energie des Meisters</i>	31
<i>Reinigungsübung</i>	34
<i>Kontakt zu St. Germain</i>	37
<i>21 – Tage Programm</i>	39
<i>Übung</i>	40

Sananda	43
<i>Sananda – Erfahrung</i>	43
<i>Energie des Meisters</i>	44
<i>Reinigungsübung</i>	46
<i>Kontakt zu Sananda</i>	49
<i>21 – Tage - Programm</i>	52
Angelika	55
<i>Angelika – Erfahrung</i>	55
<i>Energie der Meisterin</i>	56
<i>Reinigungsübung</i>	57
<i>Kontakt zu Angelika</i>	59
<i>21 – Tage Programm</i>	63
Buddha	65
<i>Buddha – Erfahrung</i>	65
<i>Energie des Meisters</i>	66
<i>Reinigungsübung</i>	69
<i>Kontakt zu Buddha</i>	71
<i>21 - Tage - Programm</i>	74
Sanat Kumara	75
<i>Sanat Kumara - Erfahrung</i>	75
<i>Energie des Meisters</i>	76
<i>Reinigungsübung</i>	77
<i>Kontakt zu Sanat Kumara</i>	79
<i>21 – Tage - Programm</i>	83
Nachwort.....	84
Die Autorin.....	86

Arbeitsbuch II

Vorwort	89
Meister Kuthumi	91
<i>Kuthumi – Erfahrung</i>	91
<i>Energie des Meisters</i>	92
<i>Reinigungsübung</i>	93
<i>Kontakt mit Meister Kuthumi</i>	97
<i>Übungsphase</i>	100
Lady Maria	101
<i>Maria – Erfahrung</i>	101
<i>Energie der Meisterin</i>	102
<i>Reinigungsübung</i>	103
<i>Kontakt mit Maria</i>	106
<i>Übungsphase</i>	110
Meister El Morya	113
<i>El Morya – Erfahrung</i>	113
<i>Energie des Meisters</i>	114
<i>Reinigungsübung</i>	116
<i>Kontakt mit El Morya</i>	120
<i>Übungsphase</i>	124
Meister Vywamus	125
<i>Vywamus – Erfahrung</i>	125
<i>Energie des Meisters</i>	126
<i>Reinigungsübung</i>	127

<i>Kontakt mit Vywamus</i>	130
<i>Übungsphase</i>	134
Lord Maitreya	135
<i>Maitreya – Kontakt</i>	135
<i>Energie des Meisters</i>	136
<i>Reinigungsübung</i>	137
<i>Kontakt mit Lord Maitreya</i>	140
<i>Übungsphase</i>	144
Meister Victory	145
<i>Victory – Erfahrung</i>	145
<i>Energie des Meisters</i>	146
<i>Reinigungsübung</i>	147
<i>Victory – Kontakt</i>	151
<i>Übungsphase</i>	154
Meister Hilarion	155
<i>Hilarion – Erfahrung</i>	155
<i>Energie des Meisters</i>	156
<i>Kontakt mit Hilarion</i>	161
<i>Übungsphase</i>	166
Nachwort	167

Arbeitsbuch I

Lady Nada

Kwan Yin

St. Germain

Sananda

Angelika

Buddha

Sanat Kumara

Lady Nada

*Lady Nada ist die Aufgestiegene Meisterin
der Liebe und Sinnlichkeit.*

Lady Nada - Erfahrung

Das erste Mal Kontakt zu Lady Nada hatte ich vor ca. vier Jahren.

Bei einer Wesak - Meditation sah ich mich im Körper von Maria Magdalena im leeren Grab von Jesus stehen.

Daraufhin suchte ich alles, was ich über Maria Magdalena finden konnte.

Eine liebe Freundin half mir dann zu erkennen, dass ein Aspekt meiner Seele eben in Maria Magdalena lebte. Also damit ein Aspekt von Lady Nada in mir vorhanden ist.

Ich begann, mit Nada zu arbeiten und ihre Energie zu entdecken.

Es war anfangs gar nicht so leicht, diese Liebe und Sinnlichkeit anzunehmen.

Ich machte sehr viel Körperarbeit, beschäftigte mich mit der Kundalini, nahm an einem Bauchtanzkurs teil und entdeckte so nach und nach ein völlig neues Lebens- und Körpergefühl.

Energie der Meisterin

Lady Nada zeigt uns mit ihrer Energie, dass es im Leben darum geht, lust- und liebevoll mit uns selbst und mit anderen Menschen umzugehen.

Oft schon war sie inkarniert als Heilerin
und Kräuterkundige.

Als Maria Magdalena begleitete sie Jesus den Christus
ein Stück seines Weges.

Ihre Energie hilft uns dabei, einen liebevollen Umgang
mit unserem Körper zu finden und zu leben.

Tiefe Gefühle werden erlebbar.
Ja, wir lernen, sie auch zu zeigen.

Die Lust an der Liebe und Körperlichkeit ermöglicht uns einen tiefen Zugang zu uns selbst.

Leben und Handeln in bedingungsloser Liebe aktiviert die Heilkräfte, die in jedem von uns angelegt sind.

Wir heilen durch unsere Liebe.

Die Kundalinienergie, die zusammengerollt im Wurzelchakra liegt, beginnt in uns und an uns zu wirken.

Reinigungsübung

Entspanne dich völlig und werde ganz leicht.

Gehe in deinen Körpermittelpunkt.

*Spüre die Wärme, die aus deinem Wurzel-
und Sakralchakra strömt.*

*Benutze diese Energie jetzt für eine Reise
in den Mittelpunkt der Erde.*

Dort findest du einen wunderschönen Kristall.

*Schau dir seine Farben an,
sieh wie wunderschön er strahlt.*

Atme jetzt in diesen Kristall.

*Im Inneren des Kristall beginnt sich
ein Wirbel zu bilden.*

*Die Energie der Reinigung steigt
aus dem Kristall empor.*

*Du sitzt jetzt in einer kraftvollen Spirale,
die vom Erdmittelpunkt ausgeht.
Lass dich von dieser Energie reinigen.*

*Sie wirkt auf deinen ganzen Körper,
auf deine Chakren, die Aura, und auch auf alle deine
Körper außerhalb von deinem physischen Körper.*

*Über deine Pranaröhre reinigt sie alle deine
höheren Körper.*

Ein Wirbel aus Licht steigt hoch bis ins Universum.

*Stell dir ganz bewusst vor, wie all die freigewordene
Energie sich sofort in Liebe umwandelt
und mit dem Licht nach oben schwebt.
Bade im Licht der Umwandlung und Reinigung.*

*Beende deine Meditation dann, indem du
kräftig durchatmest und die Augen wieder öffnest.*

Kontakt mit Lady Nada

*Mache die Augen zu und stell dir vor, wie rund um dich alles
leicht und angenehm weich wird.*

*Du schwebst aus diesem Raum direkt in einen
wunderschönen Kristall hinein.*

Alles ist hell und warm.

Du nimmst Platz auf einem leuchtenden Rosenquarz.

Lady Nada tritt jetzt vor dich mit ihrer Botschaft:

*Ich grüße dich hier in meinem Kristall der Liebe
und Sinnlichkeit.*

Alles, was du hier siehst, ist aus reiner Liebe.

21 - Tage - Programm

Nimm dir in den kommenden 21 Tagen möglichst viel Zeit, deinen Körper zu erforschen.

Bade ausgiebig.

Verwöhne dich mit pflegenden Cremes.

Vielleicht gönnst du dir ein neues Parfüm.

Höre auf deinen Körper, tue, was dir GUT tut.

Plane dir ganz bewusst eine bestimmte Zeit dafür ein.

Notizen für eigene Erfahrungen:

Kwan Yin

*Kwan Yin, Aufgestiegene Meisterin
des Mitgeföhls und der Barmherzigkeit*

Kwan Yin - Erfahrung

Die Energie von Kwan Yin bekam für mich durch meine Einweihung in die *Magnified Healing* Energie einen Namen.

Ich hatte schon seit Jahren mit Reiki gearbeitet, war Reiki Lehrerin, als mir Magnified Healing begegnete.

Ich war sofort begeistert, als ich las, dass die Energie von Kwan Yin mich in diesen wundervollen Zustand der Ruhe und Ausgeglichenheit bringen wird.

Energie der Meisterin

Die Energie von Kwan Yin hilft uns,
tiefes Mitgeföhls zu entwickeln.

Mitgeföhls hilft uns und den Menschen,
die uns begegnen.

Wahres Mitgeföhls überträgt Energie.

Verstärkt die Energien in uns
und in anderen Menschen.

Übung

- Entspanne dich völlig.
- Atme in deinen Körpermittelpunkt.
- Nimm die Affirmation für den Tag und sage sie dir laut vor.
- Wiederhole sie mindestens fünf Minuten lang.
- Denke jedes Wort, jede Silbe, ja jeden Buchstaben genau mit.
- Nach ca. fünf Minuten höre auf damit und beobachte, was sich tut.
- Schau auf die Bilder, die vielleicht vor dir entstehen.
- Achte auf die Gefühle, die in dir aufsteigen.
- Stelle alles, was für dich erkennbar wird, mit der Unterstützung von St. Germain in die Violette Flamme.
- Bedanke dich dann bei Master St. Germain und atme tief durch, bevor du die Augen wieder öffnest.

- 1.Tag:** „Ich bin mein Körper“
- 2.Tag:** „Ich bin mein Geist.“
- 3.Tag:** „Ich bin meine Seele.“
- 4.Tag:** „Ich bin mein Verstand.“
- 5.Tag:** „Ich bin meine Bedürfnisse.“
- 6.Tag:** „Ich bin meine Gefühle.“
- 7.Tag:** „Ich bin die Liebe.“
- 8.Tag:** „Ich bin mein Wurzelchakra.“
- 9.Tag:** „Ich bin mein Sakralchakra.“
- 10.Tag:** „Ich bin mein Solarplexus.“

- 11.Tag:** „Ich bin mein Herzchakra.“
- 12.Tag:** „Ich bin mein Halschakra“
- 13.Tag:** „Ich bin mein Stirnchakra.“
- 14.Tag:** „Ich bin mein Kronenchakra.“
- 15.Tag:** „Ich bin EINS mit meiner Aura.“
- 16.Tag:** „Ich bin EINS mit meinen höheren Körpern .“
- 17.Tag:** „Ich bin EINS mit meinen höheren Chakren.“
- 18.Tag:** „Ich bin EINS mit der Welt.“
- 19.Tag:** „Ich bin EINS mit dem Licht.“
- 20.Tag:** „Ich bin EINS mit GOTT.“
- 21.Tag:** „ICH BIN.“

Notizen für eigene Erfahrungen:

Arbeitsbuch II

Kuthumi

Maria

El Morya

Vywamus

Maitreya

Victory

Hilarion

Meister Kuthumi

*Kuthumi ist der Aufgestiegene Meister
der Ruhe aus der Erdverbindung.*

Kuthumi – Erfahrung

Ich liebe die Natur. So oft es geht, bin ich in meinem Garten, der eine Sammlung verschiedenster Blumen und Sträucher zu bieten hat.

Als ich mich 1999 von meinem Mann trennte, waren es unter sehr wenigen Dingen, die ich beim Auszug mitgenommen habe, alle meine Blumen, die ich über zehn Jahre lang gesammelt hatte.

Meine Schwester half mir damals zwei Tage lang, alles auszugraben, was nur möglich war.

Auch beim Umzug in unser neu gebautes Haus waren es die Blumen, die wieder mit mussten.

Dazu bedurfte es schon zweier Freundinnen, und das über drei Tage lang.

Oft gehe ich nur zur Entspannung durch meinen Garten und freue mich über jede Blume, die aus der Erde wächst.

Hinter dem Haus liegt ein schöner großer Stein, den ich über die Bauzeit gerettet habe. Mein Vater und der Baggerfahrer wollten ihn zum Abstützen verwenden.

Ich wusste aber, dass dieser Stein eine besondere Bedeutung hat. Es war mir ein großes Anliegen, ihn in meinem Garten zu haben. Wenn ich mich auf ihn setzte, spürte ich eine besondere Energie.

Die Antwort erhielt ich in einem Reiki-Lehrerseminar im Herbst 2004.