



Sangitar Verlag  
Ludwigsplatz 6a  
D-83022 Rosenheim  
[www.kryonschule.com](http://www.kryonschule.com)  
copyright by Sabine Wenig

# Fragenkatalog für Interessenten und Kryonschüler

## *Allgemeines*

### **Worum geht es in der Kryonschule?**

Die Kryonschule ist die Bewusstseinschule für das neue Zeitalter und findet in von Trainern betreuten Gruppen statt. In 48 Schritten und 6 Aufstiegsschritten wird das Bewusstsein erweitert und die göttliche Kraft erweckt. Alles, was in der Neuen Zeit wichtig und möglich sein wird, wird in der Kryonschule vermittelt. Dazu zählen u.a. Heiltechniken, die Aktivierung der 12-Strang-DNS, das Manifestieren, Materialisieren, Telekinese und Teleportation.

Die Kryonschule bildet die erste Riege der Lichtpioniere aus, damit sie anderen Menschen als Leuchtturm den Weg in den Zeiten des Aufstieges weisen und ihnen in der Neuen Zeit zur Seite stehen können.

### **Was beinhalten die Schritte?**

Um zu erwachen, bedarf es der Entwicklung deines Bewusstseins auf allen Ebenen. In den Schritten werden Wissen und Techniken vermittelt, sowie kosmische Einweihungen durchgeführt. Die Auflösung von alten Mustern und Blockaden ist dabei genauso wichtig, wie die vollständige Ausbildung des Lichtkörpers, wodurch die Voraussetzungen für das Reisen mit dem physischen Körper in andere Dimensionen geschaffen werden. Im erwachten Zustand auf Mutter Erde zu leben, bedeutet, ein Leben in menschlicher Liebe, Fülle, Glück und völliger Gesundheit zu führen. Du wirst letztendlich zu dem, was du schon immer warst: Hohes Licht im menschlichen Körper.

### **Wie ist die Kryonschule entstanden?**

Kryon, Melek Metatron, Lord Sananda und die 36 Hohen Räten des Lichtes haben sich dazu entschlossen die Bewusstseinschule zu gründen, damit die Menschen, die für den heutigen Aufstieg von Mutter Erde einen Auftrag haben, vor dem Kollektiv erwachen und ihren Dienst für die Menschheit tun können. Die Kryonschule bildet die erste Riege der Lichtpioniere aus, damit sie anderen Menschen als Leuchtturm den Weg in den Zeiten des Aufstieges weisen und ihnen in der Neuen Zeit zur Seite stehen können.

Kryon meldete sich Anfang 2003 bei dem Medium Sabine Sangitar und rief sie zur Gründung der Kryonschule auf, wodurch Sabine Sangitar ihren Seelenauftrag, den sie auf kosmischer Ebene geschlossen hat, erfüllt. Schon lange Zeit vorher wurde an und mit ihr gearbeitet, um sie auf diese Aufgabe vorzubereiten und ihr zu helfen, ihren Seelenauftrag zu erfüllen.

### **Was ändert sich während der 48 Schritte? Was kann ich erreichen?**

In den 48 Schritten wird dein Bewusstsein erweitert und du wirst zu deinem höchsten Potenzial geführt, damit du deine Aufgabe erfüllen kannst. Kryon und die 36 Hohen Räte arbeiten von Anfang an mit und an dir. Du bekommst viele Informationen über die Wirklichkeit und lernst die Illusion zu erkennen und sie zu verlassen. Mit jedem Schritt wird magnetische Liebesenergie aufgenommen, dein Lichtkörper ausgedehnt, das angesammelte Licht durch Einweihungen vergrößert und in Aufstiegsschritten verankert. Das Ziel der Kryonschule ist, dich zum Erwachen zu führen. Die geistige Welt gibt dir in den Schritten die Anleitung, gehen musst du diesen Weg jedoch selbst.

Während der 48 Schritte bekommst du Techniken vermittelt, die dir helfen, alte Muster und Blockaden in deinem physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Körper aufzulösen und dich so in dein Erwachen führen.

### **Wer ist Kryon?**

Kryon ist ein Nuni, ein magnetisches Licht, aus dem Universum Quadril 5. Er wurde von Adamis und Adamea erschaffen. Um in unserem Universum wirken zu können, musste Kryon zunächst mit einer Engelgruppe verschmelzen (Kryon und das Gefolge). Die Aufgabe von Kryon ist die Ausrichtung des Magnetgitternetzes der Erde.

### **Wer sind die 36 Hohen Räte?**

Die 36 Hohen Räte kommen aus verschiedenen Energieebenen des Universums. Jeder einzelne deckt einen Aspekt der jeweiligen Energiefrequenz ab, wodurch eine Art göttliche „Rundumbetreuung“ der geistigen Welt entsteht. Einige Namen von Hohen Räten sind bekannt. Andere wiederum wurden nicht durchgegeben, da verschiedene Vertreter der unterschiedlichen Energieebenen zuständig sein können.

Bildlich ausgedrückt ist es wie bei dem Bau eines Hauses: Es gibt einen Maurer, einen Zimmerer, einen Dachdecker, einen Installateur usw. Wie der Handwerker von der jeweiligen Baufirma heißt, spielt bei dem Bau des Hauses eine untergeordnete Rolle.

### **Ich habe gehört, dass es laut Lee Carroll nur 9 Kryonmedien gibt. Wie ist es dann möglich, dass ein deutsches Medium die Kryonschule übermittelt?**

Viele Veränderungen haben in der Neuen Zeit stattgefunden – dies ist eine davon.

Der erste Mensch, zu dem Kryon Kontakt aufnahm, war der Amerikaner Frank Alper, ein Aspekt von Adamis auf Erden. Frank gab damals Lee Carroll eine Initiation für dessen spirituelle Arbeit mit Kryon.

Anfang 2003 rief Kryon dann das Medium Sabine Sangitar auf, in Zusammenarbeit mit den 36 Hohen Räten des Lichtes eine Schule zu gründen, die die Menschen in 48 Schritten in das Erwachen führt. Sabine Sangitar erhielt ebenfalls diese Initiation von Frank Alper, um ihre Arbeit als Medium - ihren Seelenauftrag - erfüllen zu können. Sie wurde nicht zuletzt deshalb auserwählt, weil sie ein hellhöriges Medium ist und somit die Botschaften der geistigen Welt, aber auch die 3. Sprache, sowie die Kristalle aus der Wirklichkeit sehr genau weitergeben kann.

### **Lee Carroll sagt immer noch, dass es kein deutsches Kryon-Medium gibt.**

Das ist so nicht richtig. Die Aussage von Lee bzgl. der neun Kanäle für Kryon auf Erden bezieht sich auf das Jahr 1987, in dem das erste Kryon-Buch entstanden ist. Damals war dies

auch so. Doch mittlerweile haben sich die Energie sowie die Anzahl der Kryonmedien verändert.

Selbst Lee sagt immer wieder, dass jeder Kryon channeln kann und es kein „Monopol“ auf die geistige Welt gibt.

### **Wie viel Zeit brauche ich täglich für die Schritte?**

Du brauchst zwischen einer halben bis höchstens einer Stunde für die Meditation. Es reicht jedoch aus, wenn du die Meditation insgesamt 3-4 Mal machst. Natürlich kannst du sie gerne auch täglich machen. Dies gilt ebenso für Einweihungen und Aufstiegsschritte. Mache es ganz so, wie es dir deine Intuition signalisiert.

Darüber hinaus gibt es noch Übungen, die du in deinen Alltag einbaust und so Schritt für Schritt dein Leben veränderst. Bei Aufstiegsschritten und bei Einweihungen gibt es keine täglichen Übungen von Melek Metatron. Du kannst in dieser Zeit z.B. Übungen wiederholen.

## **Zahlungsbedingungen und andere Fragen zum Ablauf**

### **Wie sind die Zahlungsmodalitäten?**

Wenn du die Schritte in einer Gruppe gehst, wird üblicherweise beim ersten Treffen des Monats der Gesamtbetrag für alle Abende bar bezahlt. Andere Zahlungsmöglichkeiten können mit dem Trainer individuell vereinbart werden.

### **Was ist, wenn ich einmal nicht zahlen kann?**

Der finanzielle Ausgleich ist bei dieser Arbeit sehr wichtig, denn durch den Ausgleich bekundest du unter anderem deine Absicht zu erwachen. Solltest du wirklich einmal Schwierigkeiten haben, können wir individuell entscheiden und finden eine Regelung. Grundsätzlich sollte jeder, der die Absicht im Herzen trägt, die Schritte zu gehen, dies auch tun können.

### **Die Kryonschule ist für meine Verhältnisse sehr teuer. Gibt es eine Möglichkeit, die Kryonschule günstiger zu machen?**

Du musst deine Absicht und deine Wertschätzung gegenüber dir selbst, der geistigen Welt und mir als Trainer überprüfen. Von meiner Seite besteht leider keine Möglichkeit, einen Sonderpreis zu machen, da ich vertraglich an die Vorgaben der Kryonschule gebunden bin. In Härtefällen gibt es noch die Möglichkeit eines Sozialtarifes.

### **Welche Gestaltungsmöglichkeiten für eine Kryonschule gibt es?**

In einer Gruppe kannst du zwischen 1 bis 5 Schritte pro Monat machen. Dies hängt auch davon ab, wann die nächste Gruppe beginnt. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, in einer Einzelbetreuung dein Tempo selbst festzulegen. Ich als Trainer stehe dir dann für ein oder mehrere Treffen pro Monat zur Verfügung.

Drei Schritte im Monat sind ideal für die Ausdehnung des Lichtkörpers.

### **Was ist, wenn ich feststelle, dass die Kryonschule nicht mein Weg ist?**

Wir sind die Familie des golden-blauen Lichtes. Jeder, der dieser Frequenz zugehörig ist, wird diesen Impuls in seiner Seele spüren. Es gibt aber auch andere Wege, die dich zum Erwachen

führen. Die Kryonschule ist ein Weg, der dich dahin führt, deine göttliche Macht zu erwecken und sie ist mein Weg als Trainer.

Du kannst die Kryonschule zwei Wochen zum Quartalsende kündigen und die Schritte vorzeitig beenden.

### **Wie läuft es, wenn ich das Probeexemplar erhalten habe?**

Sollte dich der 1. Schritt – Vertrauen ansprechen und solltest du die Kryonschule beginnen wollen, dann kannst du dich gerne an mich als Trainer wenden. Wir können dann klären, ab wann du die Kryonschule in einer Gruppe beginnen kannst, bzw. wie die nächsten Schritte sind.

### **Wie schnell kann ich die Schritte gehen?**

Das musst du für dich entscheiden. Der Lichtkörper braucht 6-9 Tage, um die Energie eines Schrittes aufzunehmen und sie zu festigen. Somit wären 5 Schritte pro Monate das Maximum. Bedenke, dass während der Schritte viel von Seiten der geistigen Welt an dir gearbeitet wird und dir viele Themen deines Unterbewusstseins wieder begegnen, die transformiert werden, bevor du erwachst und die Verschmelzung mit deinem Hohen Selbst stattfindet.

### **Was soll ich tun, wenn ich mit den Schritten nicht nachkomme?**

Das Wichtigste ist, dich nicht unter Druck zu setzen. Die Energie der Kryonschule und die Energien der geistigen Welt sind sanft und leicht. Nimm sie auch dementsprechend auf.

Entscheidend ist, dass du die Energie, die du durch den Schritt erhältst, in deinem Lichtkörper aufnimmst. Mache dir keine Gedanken, wenn du die täglichen Übungen von Melek Metatron einmal nicht so genau ausgeführt hast.

In einer Einzelbetreuung oder im Fernlehrgang kannst du auch, wenn nötig, aussetzen, um die Schritte nachzuarbeiten. Sei dir aber bewusst, wenn du eine längere Pause einlegst, der Lichtkörper, die besonders intensive Energie der Schritte in diesem Zeitraum nicht aufnimmt und die dadurch bedingte Ausdehnung zum Stillstand kommt. Dadurch können Lichtkörpersymptome entstehen.

Solltest du feststellen, dass dir die Zeit grundsätzlich nicht ausreicht, kannst du die Anzahl der Schritte auch reduzieren.

In einer Gruppe besteht die Möglichkeit einer Pause oder der Reduzierung der Schritte nicht. Du kannst hier lediglich in die Einzelbetreuung wechseln.

## ***Die Kristalle aus der Wirklichkeit***

### **Was sind Kristalle und wie wirken sie?**

Die Kristalle stammen aus der Zeit des alten Atlantis. Sie sind die Kristalle der Wirklichkeit. Sie besitzen höchste Energie und stammen aus dem höchsten Licht. Jeder Kristall hat ein eigenes Bewusstsein und ist einer Gottheit zugeordnet. Außerdem entspricht jeder Kristall in seiner Schwingung einer bestimmten Zahl, da auch Zahlen ein Bewusstsein haben.

Die Kristalle existieren tatsächlich in einem noch nicht entdeckten Raum, der sich in der Pyramide von Gizeh befindet.

### **Wie wende ich die Kristalle an?**

Du kannst sie in deine Aura zeichnen (visualisieren). Wenn du beispielsweise AVATARA, den Kristall für Zentriertheit, visualisierst, dann wirst du in deine Mitte kommen und erfährst Ruhe und Ausgeglichenheit.

Du kannst mit den Kristallen auch Lebensmittel energetisieren, indem du z.B. Wasser auf einen ausgeschnittenen Kristall stellst. Hier eignet sich AN'ANASHA, der Kristall für Dankbarkeit, sehr gut. Der Kristall ARIS (Erdung) ist auch bei kalten Füßen, die ein Zeichen für mangelnde Erdung sein können, sehr wirkungsvoll. Du kannst ihn auch direkt mit einem Kugelschreiber auf deine Fußsohlen einzeichnen.

Sehr wirkungsvoll ist es auch, wenn du die Kristalle während einer Meditation auf deine Chakren legst. Du kannst die Kristalle aber auch unter dein Kopfkissen legen. Mache dir beim Aufzeichnen bzw. Visualisieren die Wirkung des Kristalls bewusst und sprich laut oder in Gedanken seinen Namen aus. Verwende die Kristalle so, wie es sich für dich stimmig und gut anfühlt.

### **Ich habe ein Problem. Welcher Kristalle kann mir helfen?**

Schau dir die Kristalle an und lass dich von deiner Intuition leiten, welchen Kristall du gerade für deine Situation brauchst. Du kannst auch eine Frage stellen und dann den entsprechenden Kristall ziehen.

Stell dir vor, dass du mit dem Kristall ein großes geistiges Wesen anrufst. Lasse dich auf seine Energie ein und habe Vertrauen, dass dir geholfen wird. DON'ADAS, der Engel der Gnade, hilft dir beispielsweise schnell und ganz direkt, da er Zeit und Raum überwinden kann. Du kannst diesen Kristall bei allen technischen Problemen verwenden.

Du kannst auch eine Frage stellen und dann den entsprechenden Kristall ziehen.

### **Ich kann mir die Kristalle nicht merken.**

Setze dich nicht unter Druck. Wenn dir während der Meditation der Kristall nicht einfällt, bitte einfach die Engel um ihre Hilfe, den richtigen Kristall für dich einzusetzen.

### **Muss ich die Kristalle auswendig lernen?**

Es empfiehlt sich, die Kristalle auswendig zu lernen, denn sie sind ein wichtiger Teil der Kryonschule. Doch setze dich auch hier nicht unter Druck. Beschäftige dich spielerisch mit ihnen. Je häufiger du dies tust, desto stärker wirst du ihre hohe Energie spüren. Die Kristalle tragen unter anderem auch dazu bei, dass deine DNS entschlüsselt wird.

Auch nach dem Erwachen sind sie in vielfältiger Weise sehr wichtig für dich und die Menschheit. Lerne mit der Freude und der Neugier eines Kindes, dann wird es dir nicht schwer fallen, sie dir zu merken.

### **Manche Kristalle sehe ich spiegelverkehrt?**

Da die Kristalle über ein eigenes Bewusstsein verfügen, macht dies nichts. Sie suchen sich ihren Weg aus der Wirklichkeit in deine Realität und wirken immer zu deinem höchsten Wohl. Du kannst sie nicht falsch anwenden.

### **Ich versuche, mir RUNA (Fülle) zu kreieren, aber es klappt nicht.**

Das kann an alten Glaubenssätzen oder auch am kollektiven Bewusstsein liegen. Klinke dich aus diesem Gedankenfeld aus. Überprüfe auch deine Wertvorstellung dir selbst gegenüber. Wie viel RUNA „verdienst“ du? Wie viel RUNA bist du dir wert?

Achte bei der Verwendung von RUNA darauf, dass du RUNA nicht auf einen Mangel legst, sonst vermehrt sich der Mangel. So solltest du RUNA beispielsweise nicht auf eine Kreditkarte legen, wenn dein Konto im Minus ist. RUNA unterscheidet nicht die Richtung und wertet nicht. RUNA vermehrt die Energie, unabhängig davon, ob dies in unserer Wertung positiv oder negativ ist.

### **Fragen zu den Schritten**

#### **Warum haben sich laut Schritt 2 die Chakrenfarben verändert und welche Farben tragen die Chakren jetzt?**

Da sich die Energie der Erde durch den Aufstiegsprozess verändert, verändern sich auch alle Schwingungen auf Erden. Jede Schwingung drückt sich in Ton und Farbe aus. Daher haben sich auch die Farbschwingungen der Chakren verändert.

Grundsätzlich kannst du auch die alten Farben der Chakren verwenden. Sei dir aber bewusst, dass sich durch die ständige Energieerhöhung der Erde vieles in dir verändert und sei für diese Veränderungen offen.

1. Chakra: Blau, 2. Chakra: Gelb, 3. Chakra: Rot, 4. Chakra: Rosa, 5. Chakra: Violett, 6. Chakra: Türkis, 7. Chakra: Weiß.

#### **Kann es sein, dass Elektrogeräte in meiner Gegenwart zu „spinnen“ anfangen?**

Ja, das ist möglich. Das hat damit zu tun, dass du immer mehr Magnetismus in dir aufnimmst und ausstrahlst, der sich mit der „alten“ elektrischen Energie nicht verträgt. Schütze die Geräte vor deinem Magnetismus mit dem speziell dafür durchgegebenen Kristall MARAS. Umgekehrt kannst du auch dich vor Elektrosmog mit MARAS schützen.

#### **Ich sehe, höre und fühle nichts bei Schritt 6- Reise durch das Sternentor.**

Setze dich nicht unter Druck. Tue am Anfang einfach so „als ob“ es funktionieren würde – es hat keinerlei Einfluss auf deine Entwicklung.

Die Erfahrung hat gezeigt, dass gerade diejenigen, die am Anfang glauben, bei ihren Reisen nichts wahrzunehmen, die größten Fortschritte machen. Du musst wissen, dass du in der Wirklichkeit anders „funktionierst“, als du es hier auf Erden gewohnt bist. Mache dich daher frei von sämtlichen Erwartungen und Vorstellungen, in denen du meinst, wie es jenseits des Sternentores auszusehen hat. Wichtig ist vor allem, dass du nicht versuchst, die Dinge, die du am Anfang nur bruchstückhaft wahrnimmst, zu interpretieren oder in Bekanntes einzuordnen. Lasse los und bewerte die Dinge nicht.

#### **Ich schlafe bei den Meditationen immer ein. Ist das schlimm?**

Nein, das macht nichts. Da im Schlaf dein Oberflächenbewusstsein ausgeschaltet ist und du die Energie des Schrittes so direkter aufnimmst, kann es manchmal vorteilhaft sein, wenn du einschlafst, da dann dein Verstand dir nicht im Weg steht. Da du den Schritt öfter wiederholen kannst, spielt dies für dich keine Rolle.

Grundsätzlich kannst du die Schritte nicht falsch machen. Es ist immer so richtig, wie sich die Dinge für dich zeigen.

Die Schritte können sogar bei Hausarbeit abgespielt werden.

**Ich nehme auf meinen Reisen nichts Besonderes wahr.**

Kryon sagt, dass das sogar ganz gut ist. So wirst du nicht von äußeren Wahrnehmungen abgelenkt und kannst dich auf das Wesentliche, die Energieaufnahme und dein Erwachen, konzentrieren. Das Wichtigste ist deine Absicht zu Erwachen, sowie deine liebevolle Hingabe. Dann kannst du dich voll der geistigen Welt anvertrauen. Sie wird von Anfang an zu deinem höchsten Wohle tätig sein.

**Andere haben so tolle Erlebnisse auf ihren Reisen und bei mir tut sich gar nichts.**

Vergleiche dich nicht mit anderen. Der Inhalt der einzelnen Schritte ist zwar für jeden der Gleiche, doch ist das Erwachen ein ganz individueller Prozess. Jeder hat sein eigenes Tempo. Jeder erlebt etwas Anderes. Versuche, dies nicht zu bewerten. Bei jedem geschieht genau das, was für ihn zum jeweiligen Zeitpunkt passend ist.

**Ich habe solche Widerstände gegen diesen Schritt X**

Versuche, durch deine Widerstände hindurchzugehen. Nur so können sie sich auflösen. Schenke ihnen keine vermehrte Aufmerksamkeit, sondern danke ihnen für ihre Unterstützung in früheren Zeiten und mache klar, dass du sie nun nicht mehr länger brauchst und sie gehen dürfen. Sende ihnen den Kristall AN'ANASHA, denn alles, auch das vermeintlich Negative, hat dich dorthin gebracht, wo du heute bist.

**Anstatt dass alles besser wird, geht es mir zunehmend schlechter!**

Auf dem Weg in das Erwachen werden all deine Schatten aufgelöst, damit das Hohe Selbst mit dir verschmelzen kann. Du kannst es mit dem Entrümpeln eines Kellers vergleichen. Dies ist sicher nicht immer angenehm für dich, aber es ist sehr wichtig, dass du an dieser Stelle nicht in Selbstzweifel oder Frustrationen verfallst, sondern deinen Schatten ins Auge blickst, sie würdigst und dann keine Energie mehr darauf verwendest. Wenn du dich ihnen vermehrt widmest, machst du sie nur größer.

**Warum kreierte ich mir immer noch so schlimme Situationen in meinem Leben, wenn ich doch Schöpfer meiner Realität bin?**

Dafür gibt es verschiedene Gründe. Zum Einen bist nicht nur du Schöpfer, der kreierte, sondern auch alle anderen Menschen um dich herum kreieren in Zeiten der Dualität mit. Zum Zweiten bist du auch immer wieder selbst in der Dualität verhaftet, wodurch deine Gedanken Dinge erschaffen, die du gar nicht möchtest. Klicke dich immer wieder bewusst aus dem kollektiven Bewusstsein aus, reise durch das Sternentor und erzeuge in der Wirklichkeit deine Wünsche, die du dann in deine Realität sendest.

Es können aber auch alte Muster und Gewohnheiten sein, von denen wir nur ungern loslassen, z.B. wenn ich krank bin, habe ich Ruhe für mich selbst.

### **Ich erlebe immer wieder die gleichen Muster**

Es ist gut, wenn du deine Muster als Muster erkennst und ihren Sinn verstehst. Dann können sie leichter transformiert werden. Frage dich, was wäre, wenn dieses Muster nicht eingetreten wäre. Wo wäre ich dann? Was würde ich tun? Oftmals steht dahinter eine ganz andere Absicht, z.B. die Krankheit, durch die du Ruhe bekommst. Gehe bis zum Ende durch dieses Gefühl hindurch und breche nicht vorher ab. Bitte dann darum, dass dieses Muster von der geistigen Welt entfernt wird und sich nicht mehr zeigen möge.

### **Warum ist mir dieser Schicksalsschlag passiert?**

Alles was passiert, hast du dir auf irgendeine Weise selbst erschaffen. In der Energie der Neuen Zeit geht alles sehr schnell. Darum sei sorgsam mit deinen Gedanken. Überlege aber auch, ob aus diesem Unglück nicht auch ein Neuanfang entstehen kann.

Kryon hat einmal gesagt, zu jedem Problem gibt es immer die Lösung. Wir erschaffen zu jedem Problem gleichzeitig die Lösung mit. Wir müssen nur lernen, unseren Fokus auf die Lösung zu lenken.

In der Linearität kann bis zur Lösung auch etwas Zeit vergehen. Doch sei unbesorgt, alles geschieht zu deinem höchsten Wohl. Du bist in göttlicher Hand. Habe Mut und Vertrauen.

### **Ich habe Angst bei den Schritten etwas falsch zu machen**

Das Wichtigste ist die liebevolle Absicht in deinem Herzen. Bitte um Hilfe, dass du die Übung richtig machst und schalte deinen Verstand aus, denn deine Seele weiß, was richtig ist. Du bekommst die bestmögliche Hilfe aus der geistigen Welt. Setze dich nicht unter Druck.

### **Darf man die Schritte mit anderen zusammen gehen?**

Jede CD ist mit der Energie deines persönlichen Lichtkörpers aufgeladen und deshalb nur für dich bestimmt. Bis zum 4. Schritt kann man die Schritte mit anderen teilen. Danach kommt die erste Einweihung und ab diesem Zeitpunkt solltest du nur deine persönliche CD alleine hören und dein eigenes Skript verwenden.

### **Wie wirken die Schritte auf Kinder?**

Kinder erinnern sich viel schneller an ihren göttlichen Ursprung. Sie nehmen die Schritte sehr leicht und spielerisch auf. Auch das Wissen um die Kristalle ist ihnen nicht fremd.

Wenn dein Kind die Kryonschule ebenfalls machen möchte, dann gibt es auch spezielle Kinder- und Familientarife (z.B. für 55 Euro pro Monat bei 3 Schritten im Fernlehrgang, Gruppentarif ist vom Trainer abhängig.)

### **Darf man Einweihungen öfter anhören?**

Auf den Einweihungs-CDs ist sehr hohe Energie gespeichert und es tut der Seele gut, diese CD öfter zu hören. Nach 9 Tagen allerdings kann dein Lichtkörper keine zusätzliche Energie mehr aufnehmen. Deine Seele genießt die Energie jedoch nach wie vor.

### **Was ist das vereinigte Chakra und wie erzeuge ich es?**

In der neuen Energie des Aufstieges schwingen alle Chakren deines Energiekörpers frei. Wenn du sie vereinigt, befindest du dich in der Liebe und bist in deiner Göttlichkeit.

Das vereinigte Chakra wird bei Schritt 2 herbeigeführt. Du kannst aber auch jederzeit deinen Chakren den Befehl geben, sich zu vereinigen, um in deine Mitte, in deine Göttlichkeit zu kommen. Mit etwas Übung wirst du die Wärme und Liebe fühlen, wenn du dich im vereinigten Chakra befindest.

Die Kryonsteine und Säulen des Erwachens unterstützen zusätzlich die Vereinigung deiner Chakren.

### **Ich spüre plötzlich bei einem Schritt keine Energie mehr.**

Das ist vollkommen normal. Du nimmst die Energie des Schrittes auf und dehnt dich aus. Da dein Lichtkörper 6-9 Tage benötigt, um die Energie aufzunehmen, kann es sein, dass du nach dieser Zeitspanne die Energie nicht mehr so wahrnimmst, wie am Anfang, da du dich bereits auf dieses Energieniveau erhöht hast.

### **Was ist der Unterschied zwischen dem Seelennamen und dem Ursprungsnamen?**

Der Ursprungsname ist der Name, der dir von deinen kosmischen Eltern bei deiner Erschaffung gegeben wurde und enthält die gesamte Matrix deines Seins.

Seelennamen werden an deine Seelenaspekte im Universum verteilt. Daher kannst du auch mehrere Seelennamen haben.

### **Warum ist es so wichtig, den Ursprungsnamen zu verwenden**

In deinem Ursprungsnamen ist deine ganze Matrix enthalten. Wenn du deinen Ursprungsnamen verwendest, greifst du auf diese Urinformation zurück und das erleichtert dein Erwachen.

### **Wie erfahre ich meinen Ursprungsnamen?**

Bitte die geistige Welt, dir deinen Ursprungsnamen mitzuteilen. Er wird dir dann während eines Schrittes, im Traum oder vielleicht sogar in deinem Alltag, begegnen. Deine Seele wird dir signalisieren, wenn dein Ursprungsname erklingt.

Wenn du bereits die Schritte der Kryonschule gehst, so hast du auch die Möglichkeit, dir deinen Ursprungsnamen von Sabine Sangitar channeln zu lassen. Teile es uns einfach kurz mit, wenn du dies möchtest und wir werden dir deinen Namen zusenden, sobald er gechannelt worden ist.

### **Warum soll ich mein Alter korrigieren?**

Das signalisiert deiner Seele die Absicht, zum göttlichen Menschen zu erwachen. Außerdem klinkst du dich so aus einem großen kollektiven Bewusstsein der Menschen aus: dem Bewusstsein des Alterns. Informiere und programmiere deine Zellen, dass Krankheit, Alterung und Tod keine Gültigkeit mehr haben! Wenn die Erde vollständig aufgestiegen ist, werden sich alle Menschen bei einem Alter von 35 Jahren einpendeln. Menschen, die jetzt schon älter sind, werden sich wieder verjüngen.

### **Manchmal denke ich mir, dass ich mir nur was vormache und es die Wirklichkeit so nicht gibt, sondern die Dualität real ist.**

Kryon hat einmal gesagt, dass es in der Dualität immer zwei Seiten gibt. Es gibt immer das Vertrauen und den Zweifel zusammen. Eines alleine kann in der Polarität nicht existieren.

Daher ist es vollkommen normal, dass du hin und wieder zweifelst. Blicke voller Liebe auf dich und entscheide dich für das Vertrauen.

Höre in dein Herz und frage nach, was „wirklich“ ist – dein Herz wird dir die Wahrheit auf deine ganz individuelle Weise zeigen.

### **Ich hatte so ein tolles Erlebnis.... Bin ich jetzt schon erwacht?**

Das Erwachen findet nicht erst bei Schritt 48 statt. Ab dem 1. Schritt befindest du dich auf dem Weg dorthin und es findet immer wieder ein Teilerwachen in dir statt. Dies kann wunderschön sein und du solltest es ganz bewusst genießen.

### **Wie wird das Erwachen sein?**

Das Erwachen wird von jedem individuell erlebt. Es ist das Heimkehren deiner Seele in deine Ich-Bin-Schöpfergegenwart. Das Erwachen bringt dir das Bewusstsein deiner Göttlichkeit wieder in Erinnerung, reißt deine selbst gesetzten Grenzen nieder und löst deine Bewertungen auf.

### **Geschieht das Erwachen mit dem 48. Schritt?**

Das ist bei jedem Schüler unterschiedlich. Es gibt einige, die ihre innere Schau direkt beim 48. Schritt erleben, bei anderen tritt das Einssein Stunden oder Tage später auf. Wieder andere erwachen fortlaufend während der Schritte und merken manchmal nicht, dass die Verschmelzung mit ihrem Hohen Selbst bereits erfolgt ist.

Setze dich auch hier nicht unter Druck: Je größer die Erwartungen an den 48. Schritt sind, desto leichter blockierst du dich selbst.

### **Lernt man das Reisen mit der Merkaba ebenfalls in der Kryonschule?**

In der Kryonschule lernst du, deine schöpferische Kraft wieder zu entdecken. Nach den 48 Schritten hältst du deine göttliche Macht wieder in Händen und erkennst, dass du ein Hohes Licht in einem menschlichen Körper bist.

Es ist so, als hättest du dein ganzes Leben Angst vor dem Wasser gehabt. Nun hast du diese Angst überwunden und hast erste Schwimmübungen vollzogen. Doch bis du einen See überqueren kannst, bedarf es erst noch einiger Übung.

Mit dem Reisen mit der Merkaba verhält es sich genauso. Doch wenn es der Wunsch deiner Seele ist, dann wirst du das während der Kryonschule erlernen.

### ***RAFTAN-Aktivierung***

Die RAFTAN-Aktivierung ist ein Werkzeug der Neuen Zeit, mit dem ein Trainer die Schwingung deines Lichtkörpers sowie deines physischen Körpers erhöhen kann. So können die neuen Schwingungen, die durch den Aufstieg von Lady Gaia einströmen, besser aufgenommen werden. Die RAFTAN-Aktivierung aktiviert dein göttliches Bewusstsein und erleichtert dir deinen spirituellen Ausdehnungsprozess.

Die Schwingungserhöhung wird in 2 Stufen erreicht: Bei der ersten Aktivierung wird das Energiemuster deines Lichtkörpers von der Schwingung 966 auf 996 gebracht. Du wirst dir deines göttlichen Ursprungs bewusst und öffnest dich für die Wirklichkeit. Bei der zweiten Aktivierung wird das Muster der Schwingungszahl von 999, der göttlichen Zahl, von der geistigen Welt gesetzt.

Durch das 2. Ritual kannst du die Erwachungsenergie viel besser aufnehmen. Das Muster von 999, das von der geistigen Welt gesetzt wurde, kann durch das kollektive Bewusstsein oder durch Selbstzweifel nicht mehr reduziert werden.

### ***Fragen nach dem Aufstieg von Lady Gaia***

Der Aufstieg von Lady Gaia ist laut vielen Überlieferungen für das Jahr 2012 geplant. Allerdings existiert für die geistige Welt keine Zeit, wie wir sie kennen. Deshalb sind alle Zeitangaben nur als Richtwerte zu sehen. Beispielsweise findet am 21. März der kalendarische Frühlingsanfang statt, es kann aber Wochen dauern, bis sich der Frühling

tatsächlich durchsetzt. So ähnlich wird dies auch beim Aufstieg sein. Es wird einige Jahre der Angleichung geben, bis sich die Energie von 999 vollständig in unser kollektives Bewusstsein verankert hat.

### **Fragen nach:**

#### **Merkaba**

Die Merkaba ist ein gegenseitig rotierendes Lichtfeld deiner beiden Sterntetraeder. Durch die Aktivierung der Merkaba wird dein Energiefluss im Körper angeregt. Dies erzeugt ein großes Glücksgefühl. Mit der aktivierten Merkaba ist es auch möglich, mit deinem physischen Körper in andere Dimensionen zu reisen.

Mer = rotierendes Lichtfeld, Ka = Geist, Ba = Wirklichkeit

#### **Antakarana**

Die Antakarana besteht aus drei Saatkristallen, die sich auf der Stirn befinden und dort ein Dreieck bilden. Ein Punkt sitzt auf der oberen Stirn und je ein Punkt über den Augenbrauen. Die Antakarana verläuft von der Stirn bis zu deinem Hinterkopf und stellt eine Lichtbrücke dar.

#### **Hohes Selbst**

Das Hohe Selbst ist der vollkommene Aspekt von dir im Universum.

#### **Höheres Selbst**

Das Höhere Selbst ist der damit verbundene göttliche Kern in dir.

#### **Seelenanteile**

Das sind Teile deines Hohen Selbstes, die sich in viele Lichtpunkte aufgeteilt hat: Deine verschiedenen Selbstes. Davon können sich mehrere, so wie du, auf der Erde inkarnieren, allerdings auch zu unterschiedlichen Zeiten. Andere können sich auf den verschiedenen Sternen im gesamten Weltall befinden. Alle Seelenaspekte sind mit Lichtbändern sowohl untereinander als auch mit dem Hohen Selbst verbunden.

#### **Göttliches Gedankenfeld**

Das göttliche Gedankenfeld ist die göttliche Quelle, aus der alles herausprojiziert wird.

#### **Magnetfeldstraßen**

Die Magnetfeldstraßen sind Linien im Universum, auf denen sich die Planeten in der göttlichen Ordnung befinden.

#### **Gematriakörper**

Der Gematriakörper umgibt deinen Lichtkörper wie eine Haut/Hülle.

#### **Konkordanz**

Die vereinte Göttlichkeit des Kodoish, Kodoish, Kodoish, Adonai Tsebayoth

## **Ausdrücke aus der Wirklichkeit:**

Adonai `Tsebayoth	Höchster Herr der Heerscharen
Kodoish, Kodoish, Kodoish, Adonai `Tsebayoth	Heilig, Heilig, Heilig ist der Herr der Heerscharen
Ehyeh Asher Ehyeh	Ich bin der ich bin
So`Ham	Ich bin Gott
El`Shaddai	Das Energiefeld von Melek Metatron (Männlich)
Shekina	Das weibliche Energiefeld
Melek	König
Metatron	Die erste Projektion der göttlichen Quelle
Shakti	Göttliche Mutter
Lord Sananda	Jesus der Christus
Elohim	Dies sind die Schöpferengel.
Hakenim	Hakenim darf sich nur Melek Metatron nennen
Lay-u-esh Shekina	weibliche Energie der göttlichen Mutter komm zu mir
Mono`dobe	schreite voran
Odo sam Tachajeh	in der Tiefe Deiner Selbst trestest Du ein in das Tor von Chod (Kammer der Weisheit)
E`desha-a	Friede sei mit Dir